



INTERAKSI DISOSIATIF, TINGKAT STRES, DAN KESEJAHTERAAN MENTAL PADA MAHASISWA KEPERAWATAN

Sutrisno¹, Almumtahanah², Kharisma Pratama³, Evisa Karimatunnisa⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Ners, Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat
sutrisno@itekesmukalbar.ac.id

Abstrak

Interaksi disosiatif, yang ditandai dengan adanya kompetisi, kontravensi, dan konflik, dapat memengaruhi kondisi psikologis seperti tingkat stres dan kesejahteraan mental pada mahasiswa keperawatan. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara interaksi disosiatif dengan tingkat stres dan kesejahteraan mental pada mahasiswa keperawatan di Kalimantan Barat. Metode: Penelitian ini menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*) dengan jumlah sampel 91 mahasiswa keperawatan yang dipilih melalui *total sampling*. Instrumen penelitian meliputi Skala Interaksi Disosiatif (16 item), Perceived Stress Scale (PSS-10), dan WHO-5 Well-Being Index. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Spearman dan regresi linier sederhana. Hasil: Interaksi disosiatif berkorelasi negatif dengan kesejahteraan mental ($\rho = -0,207$; $p = 0,049$), tetapi tidak menunjukkan korelasi yang signifikan dengan tingkat stres ($\rho = 0,161$; $p = 0,127$). Analisis regresi menunjukkan bahwa interaksi disosiatif tidak secara signifikan memprediksi stres ($R^2 = 0,024$; $p = 0,146$) maupun kesejahteraan mental ($R^2 = 0,033$; $p = 0,084$). Namun, tingkat stres terbukti berkorelasi negatif secara signifikan dengan kesejahteraan mental ($\rho = -0,372$; $p < 0,001$). Kesimpulan: Interaksi disosiatif berhubungan dengan rendahnya kesejahteraan mental, namun tidak berhubungan dengan tingkat stres. Tingkat stres, pada gilirannya, secara signifikan menurunkan kesejahteraan mental. Intervensi yang berfokus pada peningkatan interaksi sosial positif dan manajemen stres direkomendasikan dalam pendidikan keperawatan.

Kata kunci: *Interaksi Disosiatif, Stres, Kesejahteraan Mental, Mahasiswa Keperawatan*

Abstract

Dissociative interaction, characterized by competition, contravention, and conflict, may influence psychological outcomes such as stress and mental well-being among nursing students. Objective: This study aimed to analyze the correlation between dissociative interaction with stress levels and mental well-being among nursing students in West Kalimantan. Methods: This cross-sectional study involved 91 nursing students selected through total sampling. Instruments included the Dissociative Interaction Scale (16 items), Perceived Stress Scale (PSS-10), and WHO-5 Well-Being Index. Data were analyzed using Spearman's correlation and simple linear regression. Results: Dissociative interaction was negatively correlated with mental well-being ($\rho = -0.207$; $p = 0.049$) but showed no significant correlation with stress levels ($\rho = 0.161$; $p = 0.127$). Regression analysis confirmed that dissociative interaction did not significantly predict stress ($R^2 = 0.024$; $p = 0.146$) nor mental well-being ($R^2 = 0.033$; $p = 0.084$). However, stress levels were significantly negatively correlated with mental well-being ($\rho = -0.372$; $p < 0.001$). Conclusion: Dissociative interaction is associated with lower mental well-being but not with stress levels. Stress, in turn, significantly reduces mental well-being. Interventions fostering positive social interaction and stress management are recommended in nursing education settings.

Keywords: *Dissociative Interaction, Stress, Mental Well-Being, Nursing Students*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

* Corresponding author :

Address : Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

Email : sutrisno@itekesmukalbar.ac.id

PENDAHULUAN

Kualitas interaksi sosial memegang peranan penting dalam membentuk kesehatan psikologis mahasiswa keperawatan. Interaksi yang positif dan asosiatif dapat menumbuhkan kolaborasi, dukungan sosial, serta resiliensi, yang sangat penting untuk keberhasilan akademik dan adaptasi psikologis (García-Izquierdo et al., 2018). Sebaliknya, interaksi disosiatif—yang mencakup kompetisi, kontravensi, dan konflik—dapat melemahkan kohesi kelompok, menurunkan kesejahteraan emosional, serta memicu perilaku koping yang maladaptif (Sari et al., 2019). Teori interaksi sosial menegaskan bahwa individu yang berada dalam jejaring sosial suportif cenderung lebih tahan terhadap stres dan *burnout*, sedangkan dinamika interpersonal yang negatif meningkatkan kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental (Soekanto, 2012).

Mahasiswa keperawatan di Indonesia, khususnya di Kalimantan Barat, menghadapi beban ganda berupa tekanan akademik dan tuntutan praktik klinik. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko stres yang tinggi, terutama pada tahap transisi akademik seperti awal perkuliahan atau saat memasuki praktik klinik. Stres pada mahasiswa keperawatan telah banyak dilaporkan di berbagai konteks, dengan prevalensi cukup tinggi pada tingkat stres sedang hingga berat (Al-Gamal et al., 2018; Lo & Lee, 2020). Stres berkepanjangan tidak hanya meningkatkan risiko kecemasan dan depresi, tetapi juga dapat menimbulkan *burnout*, penurunan keterlibatan akademik, serta berkurangnya performa klinik (Cheung et al., 2016; Savitsky et al., 2020). Berdasarkan hukum Yerkes–Dodson, stres dalam tingkat moderat dapat meningkatkan kinerja secara sementara, tetapi stres kronis tanpa strategi koping justru berdampak buruk bagi kesehatan mental dan fungsi individu (Yerkes & Dodson, 1908).

Di sisi lain, kesejahteraan mental merupakan salah satu dimensi protektif dari kesehatan psikologis. WHO-5 Well-Being Index digunakan untuk mengukur afek positif, vitalitas, dan kepuasan hidup secara umum (WHO, 2014). Kesejahteraan mental yang tinggi berhubungan dengan resiliensi lebih baik, kemampuan koping yang lebih efektif, serta penurunan risiko gangguan psikologis (Henning et al., 2021). Teori *self-determination* juga menekankan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar—seperti kompetensi, otonomi, dan keterhubungan—dapat meningkatkan kesejahteraan positif (Deci & Ryan, 2000). Namun, meskipun penting bagi mahasiswa keperawatan, penelitian terbaru menunjukkan bahwa sekitar 30–45% mahasiswa mengalami tingkat kesejahteraan mental yang rendah, menandakan perlunya strategi pencegahan (Shadid et al., 2020; Putri & Santoso, 2021).

Walaupun stres dan kesejahteraan mental telah banyak diteliti pada mahasiswa keperawatan, kualitas interaksi sebaya—khususnya interaksi disosiatif—jarang dipertimbangkan sebagai faktor penentu. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada beban akademik, strategi koping, atau resiliensi (Alzayyat & Al-Gamal, 2014; Yusoff et al., 2021), sehingga masih terdapat kesenjangan pengetahuan mengenai bagaimana dinamika interpersonal dalam kelompok mahasiswa memengaruhi stres dan kesejahteraan mental. Dalam konteks kolektivistik seperti Indonesia, di mana kolaborasi antarteman sejawat sangat dijunjung, interaksi disosiatif berpotensi memiliki dampak yang khas dan masih kurang dieksplorasi terhadap kesehatan psikologis.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menilai hubungan antara interaksi disosiatif dengan tingkat stres dan kesejahteraan mental pada mahasiswa keperawatan di Kalimantan Barat. Dengan mengkaji hubungan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai determinan psikososial kesehatan mental di lingkungan pendidikan keperawatan, serta menjadi dasar dalam penyusunan strategi untuk mendorong interaksi positif, menurunkan stres, dan meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain analitik potong lintang (*cross-sectional analytic design*) untuk menelaah hubungan antara interaksi disosiatif, stres, dan kesejahteraan mental pada mahasiswa keperawatan. Sebanyak 91 responden direkrut melalui *total sampling* dari sebuah institusi pendidikan tinggi keperawatan di Kalimantan Barat. Kriteria inklusi adalah mahasiswa aktif yang bersedia secara sukarela mengisi kuesioner, sedangkan mahasiswa yang sedang cuti atau memberikan jawaban tidak lengkap dikeluarkan dari penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang terdiri atas empat bagian. Bagian pertama mencakup karakteristik sosiodemografi (jenis kelamin, semester, IPK, status ekonomi, pekerjaan paruh waktu, dan intensitas penggunaan media sosial). Bagian kedua adalah Skala Interaksi Disosiatif (16 item, skala Likert 1–5) yang diadaptasi dari teori interaksi sosial, dengan skor tinggi menunjukkan tingkat interaksi disosiatif yang lebih besar (Cronbach's $\alpha > 0,70$). Bagian ketiga menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS-10) (10 item, skala Likert 0–4), dengan empat item bernada positif dibalik skornya; skor total (0–40) kemudian dikategorikan menjadi rendah (0–13), sedang (14–26), atau tinggi (27–40). Bagian keempat adalah WHO-5 *Well-Being Index* (5

item, skala Likert 0–5) yang dikonversi ke skala 0–100, dengan skor < 50 menunjukkan kesejahteraan mental yang buruk. Instrumen PSS-10 dan WHO-5 telah tervalidasi pada populasi Indonesia.

Data dikumpulkan secara daring melalui Google Form antara Juni–Agustus 2025. Responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta hak mereka untuk mengundurkan diri kapan saja. Persetujuan *informed consent* diperoleh secara elektronik sebelum partisipasi. Waktu penyelesaian kuesioner sekitar 15–20 menit.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 26. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, dengan frekuensi dan persentase untuk data kategorik, serta rerata dan simpangan baku untuk data kontinu. Uji hubungan antara interaksi disosiatif, stres, dan kesejahteraan mental dilakukan dengan korelasi Spearman karena variabel diukur dalam skala ordinal dan interval tanpa asumsi distribusi normal. Untuk menguji efek prediktif, dilakukan regresi linier sederhana dengan interaksi disosiatif sebagai variabel independen dan stres atau kesejahteraan mental sebagai variabel dependen. Signifikansi statistik ditentukan pada nilai $p < 0,05$ (dua ekor).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 91)

Variabel	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	25,27
Perempuan	68	74,73
Semester		
Semester 3	47	51,65
Semester 5	7	7,69
Semester 7	37	40,66
Status Ekonomi		
Rendah	4	4,40
Sedang	85	93,41
Tinggi	2	2,20
Pekerjaan Paruh Waktu		
Ya	14	15,38
Tidak	77	84,62
Penggunaan Media Sosial		
< 2 jam	5	5,49
2–4 jam	41	45,05
5–6 jam	17	18,68
> 6 jam	28	30,77
Interaksi Disosiatif		
Rendah	69	75,82
Sedang	21	23,08
Tinggi	1	1,10
Tingkat Stres		
Rendah	25	27,47
Sedang	62	68,13
Tinggi	4	4,40

Variabel	f	%
Baik	58	63,74
Buruk	33	36,26
Total	91	100,00

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar responden adalah perempuan (74,73%), mayoritas berada di semester 3 (51,65%), memiliki status ekonomi sedang (93,41%), dan tidak memiliki pekerjaan paruh waktu (84,62%). Sebagian besar mahasiswa melaporkan menggunakan media sosial 2–4 jam per hari (45,05%). Interaksi disosiatif sebagian besar berada pada kategori rendah (75,82%), stres berada pada kategori sedang (68,13%), dan kesejahteraan mental sebagian besar baik (63,74%).

Korelasi antar Variabel (Uji Spearman’s rho)

Tabel 2. Korelasi antar Variabel

Variabel	Interaksi Disosiatif f	Kesejahteraan Mental	Tingkat Stres
Interaksi Disosiatif	1.000	– 0,207* (p = 0,049)	0,161 (p = 0,127)
Kesejahteraan Mental	– 0,207* (p = 0,049)	1.000	– 0,372** (p = 0,000)
Tingkat Stres	0,161 (p = 0,127)	– 0,372** (p = 0,000)	1.000

Keterangan: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Hasil uji menunjukkan bahwa interaksi disosiatif memiliki korelasi negatif yang lemah namun signifikan dengan kesejahteraan mental ($\rho = -0,207$; $p = 0,049$). Tidak terdapat korelasi signifikan dengan tingkat stres ($\rho = 0,161$; $p = 0,127$). Sementara itu, tingkat stres berkorelasi negatif signifikan dengan kesejahteraan mental ($\rho = -0,372$; $p < 0,001$).

Analisis Regresi

Tabel 3. Analisis Regresi Linier Sederhana

Variabel Dependen	Prediktor	β	R^2	F	p-value
Tingkat Stres	Interaksi Disosiatif	0,154	0,024	2,152 (1, 89)	0,146
Kesejahteraan Mental	Interaksi Disosiatif	– 0,182	0,033	3,055 (1, 89)	0,084

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa interaksi disosiatif tidak secara signifikan memprediksi tingkat stres ($\beta = 0,154$; $R^2 = 0,024$; $p = 0,146$) maupun kesejahteraan mental ($\beta = -0,182$; $R^2 = 0,033$; $p = 0,084$). Namun demikian, koefisien negatif mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi interaksi

disosiatif, maka kesejahteraan mental cenderung menurun.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Mayoritas responden adalah perempuan (74,73%), sebagian besar berada di semester 3 (51,65%) dan semester 7 (40,66%), serta memiliki status ekonomi sedang (93,41%). Sebagian besar tidak memiliki pekerjaan paruh waktu (84,62%), dan banyak yang menggunakan media sosial 2–4 jam per hari (45,05%) serta lebih dari 6 jam per hari (30,77%). Karakteristik demografis diketahui berperan dalam membentuk kondisi psikologis. Misalnya, mahasiswa perempuan lebih rentan mengalami stres dan tekanan emosional (Alqahtani et al., 2021; Mulyadi et al., 2020). Demikian juga, tingkat semester berkaitan dengan stres akibat transisi akademik maupun tuntutan praktik klinik (Lo & Lee, 2020). Peneliti berasumsi bahwa komposisi responden ini meningkatkan kerentanan terhadap stres dan penurunan kesejahteraan mental, meskipun tuntutan akademik tetap menjadi prediktor yang lebih kuat dibandingkan interaksi sebaya.

Interaksi Disosiatif

Sebagian besar mahasiswa berada pada kategori interaksi disosiatif rendah (75,82%), diikuti kategori sedang (23,08%) dan tinggi (1,10%). Hal ini menunjukkan interaksi yang relatif harmonis dengan konflik terbuka yang minimal. Lingkungan sosial yang suportif terbukti melindungi kesejahteraan mahasiswa, sedangkan konflik sosial dapat menghambat penyesuaian diri (García-Izquierdo et al., 2018; Yusoff et al., 2021). Dalam budaya kolektivistik seperti Indonesia, kerjasama dan solidaritas memiliki nilai tinggi, yang dapat menjelaskan rendahnya prevalensi interaksi disosiatif (Sari et al., 2019). Namun, keberadaan interaksi disosiatif pada kategori sedang hingga tinggi pada sebagian mahasiswa tetap menjadi perhatian, karena dinamika konflik berkaitan dengan menurunnya kesejahteraan mental. Peneliti berasumsi bahwa rentang skor interaksi disosiatif yang terbatas menjadi salah satu faktor lemahnya signifikansi statistik.

Tingkat Stres

Sebagian besar responden mengalami stres sedang (68,13%), sementara yang mengalami stres rendah (27,47%) dan tinggi (4,40%) lebih sedikit. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan stres sedang sebagai tingkat yang paling umum pada mahasiswa keperawatan (Al-Gamal et al., 2018; Labrague, 2013; Savitsky et al., 2020). Stres dalam tingkat moderat dapat bersifat adaptif sesuai hukum Yerkes–Dodson, namun stres berkepanjangan berdampak buruk terhadap fungsi psikologis. Penelitian terbaru juga menegaskan bahwa stres sedang yang persisten meningkatkan

risiko *burnout* dan koping yang buruk pada mahasiswa keperawatan (Cheung et al., 2016). Rendahnya jumlah responden dengan stres tinggi mungkin turut memperlemah kekuatan korelasi.

Kesejahteraan Mental

Sebagian besar mahasiswa melaporkan kesejahteraan mental yang baik (63,74%), sementara 36,26% tergolong rendah. Meskipun mayoritas memiliki afek positif, proporsi mahasiswa dengan kesejahteraan mental yang buruk tetap signifikan. WHO-5 *Well-Being Index* mengukur suasana hati, vitalitas, dan minat terhadap aktivitas sehari-hari (WHO, 2014). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 30–45% mahasiswa kesehatan di seluruh dunia mengalami kesejahteraan rendah (Henning et al., 2021; Shadid et al., 2020). Berdasarkan teori *self-determination* (Deci & Ryan, 2000), ketidakmampuan memenuhi kebutuhan psikologis dasar akan menurunkan kesejahteraan mental. Tingginya penggunaan media sosial (>6 jam) yang dilaporkan sebagian responden dapat memperburuk kondisi ini melalui perbandingan sosial dan gangguan tidur (Keles et al., 2020; Marino et al., 2018).

Analisis Korelasi

Hasil korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara interaksi disosiatif dan kesejahteraan mental ($p = -0,207$; $p = 0,049$). Tidak ditemukan hubungan signifikan antara interaksi disosiatif dan stres ($p = 0,161$; $p = 0,127$), sedangkan stres berkorelasi negatif signifikan dengan kesejahteraan mental ($p = -0,372$; $p < 0,001$). Hal ini mendukung teori kesejahteraan psikologis (Ryff & Keyes, 1995) serta sejalan dengan penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa stres dapat menurunkan kesejahteraan mahasiswa keperawatan (Al-Gamal et al., 2018; Putri & Santoso, 2021). Tidak adanya hubungan signifikan antara interaksi disosiatif dan stres mungkin mencerminkan pengaruh yang lebih besar dari tuntutan akademik dan klinik (Lo & Lee, 2020). Peneliti berasumsi bahwa keterbatasan variasi skor responden melemahkan kekuatan asosiasi meskipun arah hubungan sesuai teori.

Analisis Regresi

Analisis regresi menunjukkan bahwa interaksi disosiatif tidak secara signifikan memprediksi stres ($\beta = 0,154$; $R^2 = 0,024$; $p = 0,146$) maupun kesejahteraan mental ($\beta = -0,182$; $R^2 = 0,033$; $p = 0,084$). Nilai R^2 yang rendah mengindikasikan bahwa hanya sebagian kecil varians stres dan kesejahteraan mental yang dapat dijelaskan oleh interaksi disosiatif. Namun, arah koefisien menunjukkan kecenderungan bahwa interaksi disosiatif meningkatkan stres dan menurunkan kesejahteraan mental. Temuan serupa dilaporkan oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa konflik sosial memiliki efek langsung yang lemah, namun berperan lebih kuat

melalui mediator seperti resiliensi dan strategi koping (García-Izquierdo et al., 2018; Reeve et al., 2013; Alzayyat & Al-Gamal, 2014). Peneliti berasumsi bahwa interaksi disosiatif mungkin memengaruhi kesejahteraan mental secara tidak langsung melalui variabel mediasi seperti stres atau resiliensi. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan model multivariat atau mediasi untuk mengeksplorasi jalur pengaruh tersebut secara lebih komprehensif (Henning et al., 2021; Yusoff et al., 2021).

SIMPULAN

Interaksi disosiatif berkorelasi negatif dengan kesejahteraan mental, namun tidak dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan. Sementara itu, stres terbukti memiliki hubungan negatif yang kuat dengan kesejahteraan mental. Hasil ini menegaskan pentingnya mendorong interaksi sosial yang positif dan penerapan program manajemen stres dalam pendidikan keperawatan untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia (Kemdiktisaintek RI) atas dukungan hibah penelitian yang diberikan. Apresiasi juga disampaikan kepada Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat atas dukungan institusional dan fasilitasi selama proses penelitian. Tidak lupa, penulis berterima kasih kepada seluruh mahasiswa keperawatan yang dengan sukarela berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Gamal, E., Alhosain, A., & Alsunaye, K. (2018). Stress and coping strategies among Saudi nursing students during clinical education. *Perspectives in Psychiatric Care*, 54(2), 198–205. <https://doi.org/10.1111/ppc.12223>
- Alqahtani, N., Awadalla, N. J., Alsaleem, S. A., Alsamghan, A. S., & Alsaleem, M. A. (2021). Burnout syndrome among nursing students in Saudi Arabia: A multicenter study. *BMC Nursing*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00658-0>
- Alzayyat, A., & Al-Gamal, E. (2014). Correlates of stress and coping among Jordanian nursing students during clinical practice in psychiatric/mental health courses. *Stress and Health*, 30(2), 166–174. <https://doi.org/10.1002/smi.2500>
- Cheung, T., Wong, S. Y. S., Wong, K. Y., Law, L. Y., Ng, K., Tong, M. T., Wong, K. Y., Ng, M. Y. E., & Yip, P. S. F. (2016). Depression, anxiety and symptoms of stress among baccalaureate nursing students in Hong Kong: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(8), 779. <https://doi.org/10.3390/ijerph13080779>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Academic Medicine*, 81(4), 354–373. <https://doi.org/10.1097/00001888-200604000-00009>
- García-Izquierdo, M., Meseguer de Pedro, M., Ríos-Risquez, M. I., & Sánchez, M. I. P. (2018). Resilience as a moderator of psychological health in situations of chronic stress (burnout) in a sample of nursing students. *Journal of Clinical Nursing*, 27(7–8), 1317–1326. <https://doi.org/10.1111/jocn.13995>
- Henning, M. A., Krägeloh, C. U., Hawken, S. J., Zhao, Y., Doherty, I., & Webster, C. S. (2021). Quality of life and mental well-being of medical students: A systematic review. *Medical Education*, 55(3), 252–264. <https://doi.org/10.1111/medu.14348>
- Hidayati, T., Wardani, E., & Dewi, R. (2020). Academic stressors and coping strategies among Indonesian nursing students. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(1), 45–55. <https://doi.org/10.7454/jki.v23i1.1072>
- Jacobs, S. R., & Dodd, D. K. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*, 44(3), 291–303. <https://doi.org/10.1353/csd.2003.0028>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Labrague, L. J. (2013). Stress, stressors, and stress responses of student nurses in a government nursing school. *Health Science Journal*, 7(4), 424–435.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

- Levenson, J. C., Shensa, A., Sidani, J. E., Colditz, J. B., & Primack, B. A. (2016). Social media use before bed and sleep disturbance among young adults in the United States. *Preventive Medicine*, 85, 36–41. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.01.001>
- Lo, R. L. Y., & Lee, P. H. (2020). Examining factors associated with stress and academic performance of undergraduate nursing students. *Journal of Professional Nursing*, 36(5), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2020.06.007>
- Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). A comprehensive meta-analysis on problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 83, 262–277. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.009>
- Putri, A., & Santoso, B. (2021). Stress and mental well-being among Indonesian health students during the COVID-19 pandemic. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(2), 115–124. <https://doi.org/10.7454/jki.v24i2.1250>
- Reeve, K. L., Shumaker, C. J., Yearwood, E. L., Crowell, N. A., & Riley, J. B. (2013). Perceived stress and social support in undergraduate nursing students' educational experiences. *Nurse Education Today*, 33(4), 419–424. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2012.11.009>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sari, D., Puspitasari, I., & Hidayat, A. (2019). Social conflict and student psychological well-being: An Indonesian perspective. *International Journal of Nursing Education*, 11(3), 45–52. <https://doi.org/10.5958/0974-9357.2019.00067.1>
- Savitsky, B., Findling, Y., Ereli, A., & Hendel, T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the COVID-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 46, 102809. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
- Shadid, A., Shadid, A. M., Shadid, A. Y., Almutairi, F. E., Almotairi, K. E., Aldarwish, T., Albeshir, R., & Alsubaie, R. M. (2020). Stress, burnout, and associated risk factors in medical students. *Cureus*, 12(6), e8636. <https://doi.org/10.7759/cureus.8636>
- Soekanto, S. (2012). *Sosiologi: Suatu pengantar*. Rajawali Pers.
- World Health Organization. (2014). *Mental health: A state of well-being*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18(5), 459–482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>
- Yusoff, M. S. B., Hadie, S. N. H., Yasin, M. A. M., Rahim, A. F. A., & Hassan, S. A. (2021). The impact of stress, social support, and coping on medical students' academic performance. *Education in Medicine Journal*, 13(4), 43–56. <https://doi.org/10.21315/eimj2021.13.4.5>