

## HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DAN *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT 2 KEPERAWATAN

Helmi Yuliana<sup>1\*</sup>, Ahmil<sup>2</sup>, Ismunandar Wahyu Kindang<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Universitas Widya Nusantara

Email Korespondensi: helmiyuliana15@gmail.com

### Artikel history

Dikirim, March 12<sup>th</sup>, 2025

Ditinjau, March 18<sup>th</sup>, 2025

Diterima, March 20<sup>th</sup>, 2025

### ABSTRACT

*Academic stress among students arises from learning challenges that disrupt planning, execution, and the achievement of optimal outcomes. Preliminary studies indicate that academic stress is influenced by Self-efficacy and Social Support. This study aims to analyze the relationship between Self-efficacy, Social Support, and academic stress among second-year nursing students at Widya Nusantara University. A quantitative research method with a cross-sectional design was employed. The sample consisted of 136 students, determined using Slovin's formula and selected through proportionate stratified random sampling. Chi-square analysis revealed a significant relationship between Self-efficacy and academic stress ( $\chi^2 = 156.6962$ ,  $p < 0.05$ ) and between Social Support and academic stress ( $\chi^2 = 126.6427$ ,  $p < 0.05$ ), as both chi-square values exceeded the critical value of 9.488. In conclusion, Self-efficacy and Social Support significantly influence academic stress. Students are encouraged to enhance Self-efficacy and Social Support by building confidence, engaging socially, and managing time effectively.*

**Keywords:** *Self-efficacy; Social Support; Academic Stress*

### ABSTRAK

Stres akademik pada mahasiswa muncul akibat kendala pembelajaran yang mengganggu perencanaan, pelaksanaan, dan pencapaian hasil optimal. Studi pendahuluan menunjukkan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh *Self-efficacy* dan *Social Support*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan *Self-efficacy* dan *Social Support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara. Metode yang digunakan desain cross-sectional. Sampel terdiri dari 136 mahasiswa, ditentukan dengan rumus Slovin dan dipilih melalui proportionate stratified random sampling. Analisis chi-square menunjukkan nilai chi-square hitung (156,6962) > chi-square tabel (9,488), yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *Self-efficacy* dan stres akademik. Hasil lain menunjukkan nilai chi-square hitung (126,6427) > chi-square tabel (9,488), yang mengindikasikan hubungan signifikan antara *Social Support* dan stres akademik. Kesimpulannya, terdapat hubungan antara *Self-efficacy* dan *Social Support* dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 Keperawatan. Mahasiswa disarankan meningkatkan *Self-efficacy* dan *Social Support* Dengan membangun kepercayaan diri, berinteraksi secara sosial, dan mengelola waktu secara efektif.

**Kata Kunci:** *Self-efficacy; Social Support; Stres Akademik*

## PENDAHULUAN

Bangsa yang ada di dunia tidak akan dapat berkembang dan berdiri secara mandiri apabila tidak diikutsertakan dengan perkembangan dan jaminan pendidikan untuk bangsa tersebut. Pendidikan dapat mengubah kepribadian suatu bangsa apabila dilakukan dengan baik juga. Dimana pendidikan itu sendiri harus mendapat dukungan yang nyata dari warga dan juga sistem pemerintahannya, yang memberikan kesempatan bagi generasi bangsa ini menjadi lebih terdidik dan memiliki pengaruh di dalam masyarakat yang dikenal sebagai mahasiswa atau seseorang yang menjalani masa perkuliahan (Yorri Didit Setyadi et al., 2021).

Masa perkuliahan adalah fase penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan ilmu, keterampilan, karakter, dan jaringan sosial. Selain meraih prestasi akademik, mereka juga berperan dalam pembangunan sosial, ekonomi, dan budaya. Di era globalisasi, mahasiswa dituntut untuk mengasah komunikasi, kepemimpinan, dan kolaborasi agar siap bersaing di dunia kerja dan masyarakat (Cahyono, 2019).

Namun, perjalanan akademik mahasiswa tidak terlepas dari berbagai tantangan dan tuntutan yang kompleks. Tekanan akademik, seperti beban tugas tinggi, jadwal padat, dan standar ketat, dapat memicu stres. Jika tidak mampu beradaptasi, mahasiswa berisiko mengalami tekanan psikologis yang berdampak pada kesejahteraan mental (Arum & Wibawanti, 2023).

Stres akademik terjadi ketika mahasiswa merasa kesulitan memahami dan memenuhi tuntutan akademik, sehingga proses perencanaan, pelaksanaan, dan pencapaian akademik terganggu (Juniasi & Huwae, 2023). Tingginya aktivitas akademik, beban tugas yang berat, serta manajemen waktu yang kurang efektif menjadi faktor utama penyebab stres (Putri, 2021). Jika mahasiswa tidak dapat menyelesaikan permasalahan akademik, mereka cenderung mengalami tekanan yang lebih besar, terutama dalam menghadapi model pembelajaran yang berbeda, persiapan ujian, rendahnya prestasi akademik, serta kebiasaan menunda tugas (Renwarin et al., 2022).

Stres akademik dapat menghambat kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan, bahkan menambah masalah baru. Manajemen stres yang baik diperlukan agar mahasiswa dapat menghadapi tekanan dengan tenang dan positif (Wahyuningtiyas et al., 2019). Jika tidak dikelola, stres dapat menurunkan konsentrasi, daya ingat, dan prestasi akademik (Fernandes et al., 2023).

Sebanyak 38–71% mahasiswa di seluruh dunia mengalami stres, dengan persentase di Asia berkisar antara 39–61% (Jeong et al., 2019). Studi di King Khalid University Abha, Arab Saudi, pada tahun 2023 menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami tingkat stres

sedang hingga berat akibat stresor akademik (97,1%), diikuti oleh stresor terkait pengajaran dan pembelajaran (93,9%), serta stresor dalam kegiatan kelompok (88,3%) (Al-Shahrani et al., 2023). Di Indonesia, tingkat stres mahasiswa berkisar antara 36,7% hingga 71,6% (Yuda et al., 2023). Penelitian di Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa 90% mahasiswa keperawatan mengalami stres berat pada tahun pertama perkuliahan, 89% pada tahun kedua, dan 73% pada tahun berikutnya (Yuhbaba et al., 2024).

Stres akademik terjadi ketika mahasiswa merasa terbebani oleh tuntutan akademik dan menganggap diri tidak mampu mengatasinya. Faktor internal seperti *Self-efficacy* dan faktor eksternal seperti *Social Support* berperan dalam munculnya stres akademik (Fernandes et al., 2023).

*Self-efficacy* sebagai faktor kognitif memengaruhi cara mahasiswa menilai kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan akademik (Saputri & Sugiharto, 2020). Semakin rendah *Self-efficacy*, semakin tinggi stres akademik yang dialami, sedangkan *Self-efficacy* yang tinggi membantu mahasiswa mengelola stres dengan lebih baik. Mahasiswa dengan *Self-efficacy* kuat lebih mampu menghadapi tantangan, memotivasi diri, dan mencapai keberhasilan akademik (Fernandes et al., 2023). Sebaliknya, *Self-efficacy* rendah membuat mahasiswa mudah menyerah dan meragukan kemampuannya (Saputri & Sugiharto, 2020). Di era globalisasi, keyakinan terhadap kemampuan diri sangat penting. Jika mahasiswa tidak percaya diri dan cenderung pasrah terhadap masalah akademik, hal ini dapat berdampak negatif pada masa depan mereka (Nurhaliza, 2021).

Penelitian Nur Aisyah (2023) tentang hubungan *Self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa pendidikan kimia dalam pembelajaran daring menunjukkan korelasi negatif antara kedua variabel. Semakin tinggi *Self-efficacy*, semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa, dan sebaliknya (Aisyah, 2023) (Aisah, 2023).

Selain *Self-efficacy*, *Social Support* juga berperan dalam mengurangi stres akademik. Mahasiswa yang kurang mendapat dukungan sosial berisiko mengalami stres berat, merasa tidak dihargai, tidak disayangi, dan terisolasi, sehingga kesulitan menghadapi tantangan akademik (Maulana & Rini Lestari, 2023). *Social Support* berfungsi sebagai dukungan positif dari orang lain, yang membantu mahasiswa tetap termotivasi dan optimis. Sebaliknya, tanpa dukungan sosial, mereka cenderung merasa kesepian, cemas, frustrasi, dan kewalahan dalam menyelesaikan tugas akademik (Arum & Wibawanti, 2023).

Penelitian Maulana & Lestari (2023) menemukan bahwa *Social Support* memiliki korelasi negatif dengan stres akademik mahasiswa selama masa transisi new normal di Jawa Tengah, dengan nilai korelasi -0,5338 dan p-value 0,000 pada taraf kepercayaan 95% (Maulana & Rini Lestari, 2023). Demikian pula, penelitian Arum & Wibawanti (2023) mengenai hubungan *Self-efficacy* dan *Social Support* dengan stres akademik mahasiswa psikologi menunjukkan korelasi negatif yang signifikan, dengan nilai  $r = -0,613$  dan p-value = 0,00 pada taraf signifikansi 95% terhadap 127 responden. Artinya, semakin tinggi *Social Support* yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik mereka, terutama dalam menyelesaikan tugas akhir (Arum & Wibawanti, 2023).

Studi awal terhadap mahasiswa tingkat dua Keperawatan Universitas Widya Nusantara melalui wawancara menunjukkan bahwa 7 dari 10 mahasiswa mengalami stres akademik. Sebanyak lima mahasiswa mengaku sering merasa gugup, kurang percaya diri, gemetar, serta khawatir terhadap nilai ujian, kuis, dan praktik klinik. Mereka juga cenderung menunda tugas karena merasa kesulitan. Sementara itu, dua mahasiswa lainnya merasa ragu berbicara dalam diskusi kelas karena takut dikritik, enggan berbagi masalah dengan teman karena tidak mendapat solusi, serta merasa tertekan akibat perbandingan akademik dalam keluarga.

Berdasarkan wawancara sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan *Self-efficacy* dan *Social Support* terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara." Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *Self-efficacy* dan *Social Support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasi analitik dan pendekatan cross-sectional. Desain ini bertujuan menganalisis hubungan antara efikasi diri dan stres akademik pada mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan. Penelitian dilakukan pada Desember 2024 di Universitas Widya Nusantara. Populasi penelitian adalah 206 mahasiswa tingkat 2 keperawatan yang aktif, dengan sampel sebanyak 136 responden yang dipilih menggunakan rumus Slovin dan teknik Proportion Stratified Random Sampling. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa tingkat 2 keperawatan yang bersedia menandatangani informed consent dan hadir saat penelitian. Sementara itu, mahasiswa yang tidak hadir atau tidak lagi aktif di kampus masuk dalam kriteria eksklusi. Instrumen penelitian mencakup kuesioner efikasi diri (Fazila, 2021), kuesioner dukungan sosial (Suprpto, 2024), dan kuesioner stres akademik (Fazila,

2021). Analisis data dilakukan dengan teknik univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan karakteristik objek penelitian, sedangkan analisis bivariat menggunakan chi-square test untuk menguji hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres akademik dengan taraf signifikan 5% ( $\alpha = 0,05$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia Dan Kelas Di Universitas Widya Nusantara (n=136)

Karakteristik Subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	22	16,2
Perempuan	114	83,8
<b>Usia</b>		
18-20 Tahun	121	89,0
21-23 Tahun	15	11,0
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber data: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan dari 136 responden sebagian besar 114 responden (83,8%) adalah perempuan. Dan sebagian besar responden berusia 18-20 tahun yaitu sebanyak 121 responden (89,0%).

#### 2. Self-efficacy

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Self-efficacy Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara (n=136)

Self-efficacy	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	31	22,8
Sedang	71	52,2
Tinggi	34	25,0
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber data: Data Primer (2024)

Tabel 2 menunjukkan bahwa didapatkan hasil sebanyak 71 responden (52,2%) dengan efikasi diri dalam kategori sedang, dan sejumlah 34 orang (25,0%) memiliki Self-efficacy tinggi dan 31 responden (22,8%) memiliki Self-efficacy yang termasuk dalam kategori rendah.

### 3. Social Support

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan *Social Support* Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara (n=136)

<i>Social Support</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	32	23,5
Sedang	64	47,1
Tinggi	40	29,4
Total	136	100

Sumber data: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil sebanyak 64 responden (47,1%) yang memiliki *Social Support* sedang, 40 responden (29,4%) memiliki *Social Support* yang tinggi dan 32 responden (23,5%) memiliki *Social Support* yang rendah.

### 4. Stres Akademik

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres Akademik Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara (n=136)

Stres Akademik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	46	33,8
Sedang	61	44,9
Tinggi	29	21,3
Total	136	100

Sumber data: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa ada 61 responden (44,9%) yang mengalami stres akademik dengan kategori sedang, 46 responden (33,8%) yang mengalami stres akademik rendah dan 29 responden (21,3%) yang mengalami stres akademik tinggi.

### Analisis Bivariat

#### 1. Hubungan *Self-efficacy* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara

Tabel 5. Hubungan *Self-efficacy* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara (n=136)

Self- efficacy	Stres Akademik						Total		P Value
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Rendah	1	2,2	1	1,7	29	100	31	22,8	159,6962 > 9,488
Sedang	18	39,1	53	86,8	0	0	71	52,2	
Tinggi	27	58,7	7	11,5	0	0	34	25,0	
Total	46	100	61	100	29	100	136	100	

Sumber data: Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil analisis bivariat dan perhitungan rumus *chisquare test* diperoleh hasil *chisquare* hitung adalah 156, 6962 dan memiliki nilai lebih besar dari tabel *chisquare* yakni sebesar 9, 488 yang artinya efikasi diri tersebut memiliki hubungan yang erat dengan stress mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara. Hal tersebut memperlihatkan dimana semakin baik sosial support yang diberikan kepada mahasiswa maka akan dapat mengurangi rasa stress akademik pada mahasiswa tersebut. Hal ini menegaskan pentingnya *Social Support* dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik.

(Aisah, 2023) melakukan penelitian serupa dan sejalan menggunakan tema penelitian korelasi terkait *Self-efficacy* Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Selama Pembelajaran Jarak Jauh bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres akademi di kalangan mahasiswa tahun 2019 yang dibuktikan dengan analisis penelitian secara korelastif hasil nilai korelasi adalah  $r = -0,590$  dan *pvalue* 0,000 dengan taraf 5%, begitu pula pada mahasiswa angkatan 2020 memiliki keterikatan secara negatif diantara efikasi diri dan tingkat stres menghasilkan nilai  $r = -0,620$  sedangkan nilai *pvalue* adalah 0,000 lebih kecil dari 0,05. Maka dapat diartikan adanya keterikatan secara erat baik efikasi diri dan juga stress akademi yang dimiliki mahasiswa, dan arah hubungannya negatif, memiliki makna yaitu tingginya efikasi diri pada mahasiswa stres akademiknya menjadi berkurang, dan untuk efikasi diri rendah yang rendah akan menyebabkan tingginya tingkat stress yang mereka alami.

Didukung oleh (Arum & Wibawanti, 2023) dalam risetnya mengenai bentuk self efikasi dan juga *Social Support* yang dikaitkan dengan variabel dependen stress akademi ketika mereka melakukan penyusunan skripsi yang dilakukan di fakultas psikologi. Ditemukan nilai koefisien dan korelasi adalah sebesar -0,998 dan nilai *p value* adalah 0,00 dengan mengacu pada taraf signifikansi adalah 95%. Hasil tersebut memiliki hubungan yang erat dengan kedua variabel yang diteliti. Adapun hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang sangat signifikan dengan arah negatif antara dukungan sosial dan juga stress pada mahasiswa sehingga peneliti memberikan pemahaman dengan adanya sosial support yang cukup baik dan tinggi yang dimiliki oleh mahasiswa maka stress yang mereka alami akan semakin berkurang dan juga turun pada saat mereka menyusun skripsi yang ada di fakultas psikologi dan hal tersebut juga berlaku sebaliknya, apabila semakin sedikit mendapat support sosial maka mereka akan cenderung mengalami stres tinggi untuk menyelesaikan skripsi.

## 2. Hubungan *Social Support* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara

Tabel 6. Hubungan *Social Support* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat 2

Keperawatan Universitas Widya Nusantara (n=136)

<i>Social Support</i>	Stres Akademik						Total		P Value
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Rendah	1	2,2	2	3,3	29	100	32	23,5	126,6427 > 9,488
Sedang	22	47,8	42	68,9	0	0	64	47,0	
Tinggi	23	50,0	17	27,9	0	0	40	29,4	
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>	<b>61</b>	<b>100</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>136</b>	<b>100</b>	

Sumber data: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil bahwa dari 136 responden, yang mengalami *Social Support* sedang dengan stres akademik sedang sebanyak 42 responden (68,9%), *Social Support* rendah dengan stres akademik tinggi 29 responden (100%), *Social Support* tinggi dengan stres akademik rendah sebanyak rendah 23 responden (50,0%), *Social Support* sedang dengan stres akademik rendah sebanyak 22 responden (47,8%), *Social Support* tinggi dengan stres akademik sedang 17 responden (27,9%), *Social Support* rendah dengan stres akademik sedang sebanyak 2 responden (3,3%), *Social Support* rendah dengan stres akademik rendah 1 responden (2,2%), *Social Support* sedang dengan stres akademik tinggi dan *Social Support* tinggi dengan stres akademik tinggi adalah 0 responden (0%).

Berdasarkan hasil analisis melalui rumus *chisquare test* maka diperoleh hasil nilai *chisquare* terhitung adalah 126,6427 dan *chisquare* tabel yang ada adalah sebesar 9,488 lebih kecil dari nilai *chisquare* hitung yang artinya bahwa *Social Support* memiliki hubungan signifikan dengan bentuk stress yang dialami mahasiswa semester 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara. Hal tersebut mengindikasikan jika mahasiswa memiliki sosial support yang baik maka kecenderungan untuk mengalami stress pada mahasiswa akan berkurang. Hal ini menegaskan pentingnya *Social Support* dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik

Didukung oleh (Arum & Wibawanti, 2023) dalam penelitiannya mengenai *Self-efficacy* dan *Social Support* terhadap stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi menemukan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang erat. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi  $r = -0.998$  dan  $p\text{-value} = 0.00$  pada taraf signifikansi 95%. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik. Mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi



cenderung mengalami tingkat stres yang lebih rendah selama penyusunan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah lebih rentan mengalami stres tinggi dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Dukungan yang memadai dapat meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan, dan membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dengan lebih baik (Raka et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian (Maulana & Rini Lestari, 2023) menunjukkan adanya hubungan negatif yang cukup kuat antara social support dan stres akademik pada mahasiswa selama masa new normal, dengan nilai korelasi -0.533 dan p-value 0.00. Social support berpengaruh terhadap stres akademik sebesar 28,4%.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan erat diantara efikasi diri dan dukungan sosial dengan tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara. Semakin baik *Self-efficacy* dan dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang mereka alami. Mahasiswa disarankan meningkatkan *Self-efficacy* melalui strategi belajar yang efektif, manajemen waktu yang baik, serta memanfaatkan jaringan sosial sebagai dukungan emosional dan akademik. Peneliti selanjutnya dapat menganalisis faktor lain yang memengaruhi stres akademik, seperti kecerdasan emosional, strategi coping, atau faktor lingkungan, serta menggunakan metode eksperimen dan sampel yang lebih beragam untuk hasil yang lebih komprehensif.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas Widya Nusantara atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas arahan, masukan, dan motivasi yang diberikan. Penghargaan tulus diberikan kepada para responden yang telah bersedia berpartisipasi. Kontribusi semua pihak sangat berarti bagi keberhasilan penelitian ini.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Aisah, N. (2023). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa pendidikan Kimia Selama pembelajaran Jarak Jauh. *Skripsi*.
- Al-Shahrani, Alasmri, Al-Moalwi, Qahtani, A., & Siddiqui. (2023). The Prevalence and Associated Factors of Academic Stress among Medical Students of King Khalid

- University: An Analytical Cross-Sectional Study. *Healthcare (Basel)*, 14;11((14)).
- Arum, R. P., & Wibawanti, I. (2023). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 73–84.
- Cahyono, H. (2019). Peran Mahasiswa Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudi*, 1(1), 33–34. <https://doi.org/10.4000/adlfi.2398>
- Fernandes, F., Ananda, Y., & Rahmili, F. T. (2023). Efikasi Diri dan Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Awal di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 226. <https://doi.org/10.33757/jik.v7i2.603>
- Jeong, E., Ferguson, C., & Lee, S. (2019). Pathological gaming in young adolescents: A longitudinal study focused on academic stress and self-control in South Korea. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 2333–2342.
- Juniasi, A. F., & Huwae, A. (2023). Problematika Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama: Bagaimana Keterhubungannya Dengan Konsep Diri? *Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(1), 49–65. <https://doi.org/10.30984/jiva.v4i1.2530>
- Maulana, M. I., & Rini Lestari. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa New Normal. *Doctoral Dissertation Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–14.
- Nurhaliza, S. (2021). *Pengaruh Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Siswa kelas XI MAN 1 Medan dan Implikasinya Dalam Bimbingan Konseling*.
- Putri, E. R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi*, 139.
- Raka, I. M., Mustamu, A. C., Fabanyo, R. A., Djamanmona, R. F., & Anggreini, Y. S. (2023). Exploring the Relationship between Mental Well-being and Attendance among Nursing Students : Findings and Recommendations for Enhancing Student Mental Health and Engagement. *Journal for Re Attach Therapy and Developmental Diversities*, 6(6s), 457–467. <https://jrtd.com/index.php/journal/article/view/739>
- Renwarin, M., Saija, A., & Huwae, L. (2022). Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 15(2), 118–131. <https://doi.org/10.30598/molmed.2022.v15.i2.118>
- Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(9). <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.9.1519>
- Wahyuningtiyas, E. P., Fasikhah, S. S., & Amalia, S. (2019). Hubungan Manajemen Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1). <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i1.105006>
- Yorri Didit Setyadi, Dwi Wulandari, Lutfi Dwi Lestari, Wa Ode Meliasari, & Ifit Novita Sari. (2021). Peran Mahasiswa Kampus Mengajar 2 Sebagai “Agent Of Change dan Social Control.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(6), 1542–1543. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i6.8592>
- Yuda, M. P., Mawarti, I., & Mutmainnah, M. (2023). Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Pinang Masak Nursing Journal*, 2(1), 38–42.
- Yuhbaba, Z. N., Budiman, M. E. A., Sya'id, A., & Kirana, A. P. (2024). Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 8–17.