

## TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEPERAWATAN TAHUN PERTAMA

Billy Christopel Nappoe<sup>1</sup>, Palupi Triwahyuni<sup>2</sup>  
Universitas Advent Indonesia<sup>1,2</sup>  
bnappoe@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, dengan rata-rata skor 101,85 yang termasuk dalam kategori stres berat. Sebanyak 66,4% responden berada pada kategori stres berat atau sangat berat. Butir kuesioner yang paling dominan menunjukkan bahwa gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih menjadi indikasi umum dari stres yang dialami. Simpulan, faktor penyebab stres akademik akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama yang paling dominan adalah gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih.

Kata Kunci : Mahasiswa Keperawatan, Tingkat Stres Akademik.

### ABSTRACT

*This study aims to determine the factors that cause academic stress in first-year nursing students. The method used is quantitative descriptive. The results showed that most students experienced high levels of academic stress, with an average score of 101.85 which is included in the category of severe stress. As many as 60% of respondents were in the category of severe or very severe stress. The most dominant questionnaire items showed that physiological symptoms such as fatigue and excessive sweating were common indications of stress experienced. In conclusion, the most dominant factors causing academic stress in first-year nursing students were physiological symptoms such as fatigue and excessive sweating.*

*Keywords: Nursing Students, Academic Stress Level.*

### PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah sekelompok individu yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi, seperti universitas, sekolah tinggi, atau akademi. Perguruan tinggi adalah waktu yang menyenangkan tetapi dapat menjadi waktu yang menegangkan dan membuat banyak orang menjadi stres. Jenis stres yang paling sering dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik. Perubahan pola hidup yang signifikan menjadi beban tambahan di samping tuntutan akademik. Mahasiswa yang mengalami stres berat memiliki persentase lebih tinggi, yaitu 90%, dibandingkan dengan mahasiswa yang mengalami stres sedang, yang hanya mencapai 10% (Faisal et al., 2024).

Kewajiban mahasiswa yaitu mempelajari terkait ilmu pengetahuan, mengikuti berbagai organisasi, bersosialisasi, dan belajar terkait cara menjadi pemimpin yang tepat agar berhasil dalam hidup (Oktaviona et al., 2023). Stres akademik merupakan

fenomena yang kerap dialami oleh mahasiswa di berbagai institusi pendidikan tinggi, termasuk di bidang keperawatan. Namun, stres tinggi dapat menyebabkan masalah biologis, psikologis, dan sosial. Stres akademik, yang dialami mahasiswa akibat tekanan dan tuntutan di dunia pendidikan, disebabkan oleh beban akademik yang berat, seperti tugas, ujian, dan tenggat waktu yang ketat (Manery et al., 2024).

Stres akademik mengacu pada suatu stres yang berhubungan dengan kegiatan pendidikan yang disebabkan akibat adanya tuntutan akademik yang terjadi ketika seseorang mengalami ketegangan emosi apabila gagal dalam mengatasi tuntutan akademik (Hakim et al., 2024). Terdapat dua kategori utama stres pada mahasiswa yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mencakup aspek psikologis, emosional, dan fisik seseorang, dan faktor eksternal berasal dari lingkungan atau sekitar yang melibatkan situasi atau kondisi yang dihadapi oleh mahasiswa (Rohmah & Mahrus, 2024).

Menurut Peranginangin & Rantung, (2024), stres akademik dapat memunculkan berbagai gejala, baik secara emosional maupun fisik. Seseorang yang mengalami stres akademik sering kali merasa cemas, sedih, atau tertekan akibat tuntutan perkuliahan. Mereka juga cenderung mudah marah, sering murung, khawatir berlebihan, gampang menangis, hingga merasa panik dalam menghadapi hal-hal kecil. Secara fisik, stres akademik dapat ditandai dengan gangguan tidur, nyeri punggung, sakit kepala, pusing, serta kelelahan yang membuat mereka kehilangan energi untuk belajar.

Penelitian internasional yang dilakukan di Australia mengenai tingkat stres dan strategi koping di kalangan mahasiswa keperawatan tahun pertama menunjukkan bahwa mereka mengalami tingkat stres yang signifikan selama masa transisi dari pendidikan dasar ke pendidikan tinggi. Mahasiswa tersebut menggunakan berbagai strategi koping, termasuk koping adaptif, koping berfokus pada penilaian, koping berfokus pada emosi, koping berfokus pada masalah, koping sosial, dan mencari bantuan dari mentor. Penelitian ini menekankan pentingnya standarisasi dan kontekstualisasi dukungan bagi mahasiswa keperawatan tahun pertama untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan selama masa transisi tersebut (Alharbi, 2023).

Selain itu, penelitian Deborah & Immanuel, (2024) menyatakan terdapat beberapa faktor risiko yang membuat mahasiswa baru khususnya mengalami stres akademik berupa dukungan sosial dan efikasi diri, komunikasi orang tua-anak yang baik, penyesuaian diri, cara dosen mengajar, jadwal perkuliahan, relasi dengan teman, dan jenis kelamin perempuan rentan untuk mengalami stres akademik. Adapun perbedaan faktor yang mempengaruhi terjadinya peningkatan stres akademik berupa dukungan sosial dan efikasi diri, komunikasi orang tua-anak, penyesuaian diri, cara dosen mengajar, jadwal perkuliahan, relasi dengan teman, serta perempuan.

Kemudian, penelitian Juniasi & Huwae, (2023) menyatakan mahasiswa tahun pertama dapat mengalami stres akademik karena mereka masih memiliki emosi yang belum stabil, ditambah dengan adanya masa transisi yang mereka alami mereka menjadi semakin rentan mengalami stres akademik. Semakin tinggi tingkat stres akademik, maka prestasi akademik siswa juga semakin menurun. Selain itu, pengalaman kegagalan akan menghalangi seseorang untuk mencapai tujuannya dan menimbulkan keputusan. Efek putus asa tersebutlah yang akan memunculkan tingkah laku negatif seperti mencelakai diri sendiri.

Beberapa novelty yang menunjukkan penelitian tersebut telah dilakukan, hanya saja terdapat perbedaan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Rohmah & Mahrus, (2024) tidak hanya meneliti tentang faktor penyebab stres akademik, tetapi juga mengkaji

mengenai strategi pengelolaannya, Saifudin et al., (2023) menjelaskan faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa keperawatan non reguler, sedangkan pada penelitian ini mengkaji mengenai faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama.

Berdasarkan latar belakang di atas, hal ini yang mendasari dilakukannya penelitian tersebut dengan tujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama. Manfaat penelitian tersebut yaitu memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi intervensi yang dapat digunakan oleh dosen atau konselor kampus untuk mendukung kesejahteraan mental mahasiswa keperawatan.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan di Universitas Advent Indonesia. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program studi keperawatan di Universitas Advent Indonesia sebanyak 110 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga sampel berjumlah 110 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Academic Stress Scale (ASS)* yang disebarakan secara online melalui google form. Analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan distribusi tingkat stres akademik dalam bentuk tabel.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tingkat Stres	Mean	N	Persentase (%)
Stress rendah		1	0.9
Stress sedang	101,85	33	30
Stress berat		73	66.4
Stress sangat berat		3	2.7
Jumlah		110	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas didapatkan bahwa rata-rata skor 101,85 yang termasuk dalam kategori stres berat. Sebanyak 66,4% responden berada pada kategori stres berat.

Tabel 2  
Skor Dominan Butir Pertanyaan

Item Kuesioner	Skor Total	Skor Maksimal	Skor*100%
1	394	550	71.64
2	378	550	68.73
3	346	550	62.91
4	400	550	72.73
5	288	550	52.36
6	344	550	62.55
7	414	550	75.27
8	372	550	67.64
9	399	550	72.55
10	318	550	57.82
11	342	550	62.18
12	341	550	62.00

13	277	550	50.36
14	385	550	70.00
15	203	550	36.91
16	256	550	46.55
17	284	550	51.64
18	217	550	39.45
19	274	550	49.82
20	294	550	53.45
21	292	550	53.09
22	260	550	47.27
23	259	550	47.09
24	276	550	50.18
25	275	550	50.00
26	315	550	57.27
27	278	550	50.55
28	302	550	54.91
29	279	550	50.73
30	255	550	46.36
31	258	550	46.91
32	219	550	39.82
33	268	550	48.73
34	195	550	35.45
35	209	550	38.00
36	244	550	44.36
37	267	550	48.55
38	227	550	41.27
	Minimal		35.45
	Maksimal		75.27
	Mean		53.61
	Standar deviasi		10.746

Berdasarkan Tabel 2 hasil uji statistik, diperoleh butir pertanyaan yang dominan yaitu item nomor 7 dengan persentase 75,27% yaitu membahas mengenai faktor penyebab stress akademik mahasiswa yaitu gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih menjadi indikasi umum dari stres yang dialami.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, dengan rata-rata skor 101,85 yang termasuk dalam kategori stres berat. Sebanyak 66,4% responden berada pada kategori stres berat. Butir kuesioner yang paling dominan menunjukkan bahwa gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih menjadi indikasi umum dari stres yang dialami. Hal ini dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama yang paling dominan adalah gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Azizah et al., (2023) yang menyatakan bahwa mahasiswa keperawatan tahun pertama rentan mengalami stres berat akibat tuntutan adaptasi terhadap lingkungan akademik dan klinis yang baru. Gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih mencerminkan stresor

akademik seperti beban tugas dan ketakutan gagal, yang juga ditemukan dalam penelitian (Fernandes et al., 2023).

Hal tersebut didukung oleh penelitian Gisela et al., (2025) yang menyatakan stres akademik pada mahasiswa kesehatan menimbulkan berbagai keluhan fisik seperti kelelahan kronis, keringat berlebih, dan gangguan tidur. Banyak mahasiswa juga mengalami gejala seperti sakit kepala, nyeri otot, serta gangguan pencernaan akibat tekanan akademik. Kondisi stres yang berkepanjangan dapat memicu penurunan stamina dan gangguan sistem pencernaan. Gejala-gejala ini menunjukkan bagaimana tekanan akademik berdampak signifikan pada kondisi fisik mahasiswa.

Mahasiswa sering mengalami kelelahan fisik, sulit tidur, dan sakit kepala akibat beban akademik. Stres yang terus-menerus juga menyebabkan gejala seperti jantung berdebar, ketegangan otot, dan penurunan daya tahan tubuh. Kondisi ini semakin parah ketika ditambah dengan tekanan sosial dan finansial. Dampak fisik tersebut menunjukkan keterkaitan erat antara tekanan akademik dengan kesehatan tubuhnya (Bachtiar et al., 2023).

Stres akademik merupakan tekanan yang muncul akibat keterbatasan waktu dalam situasi ujian / tes sehingga individu merasakan ketegangan dalam upaya mewujudkan keinginan untuk tampil dan memberikan hasil yang terbaik. Stres akademik adalah perasaan tertekan dan ketidaknyamanan yang dirasakan individu ketika ia tidak dapat memenuhi tuntutan dari lingkungan sekolah. Stres akademik dapat diukur melalui empat dimensi, yaitu: (1) *biological* (stres yang termanifestasi dalam reaksi fisiologis, seperti detak jantung yang meningkat, kaki yang bergetar, dan sakit kepala); (2) *emotional* (stres yang termanifestasi dalam reaksi emosional, seperti perasaan tidak nyaman dan takut); (3) *social behavior* (stres yang termanifestasi dalam perilaku yang tampak pada interaksi individu dengan lingkungan); (4) *cognitive* (stres yang termanifestasi dalam reaksi kognitif, seperti kesulitan berkonsentrasi, kesulitan untuk menentukan keputusan, bingung, pikiran negatif, perasaan tidak menikmati hidup, perasaan tidak berguna, tidak memiliki pengharapan, dan pencapaian hidup yang berkurang) (Vian & Matulesy, 2024).

Stres selama pembelajaran dapat menimbulkan gejala fisik seperti peningkatan detak jantung, produksi keringat berlebih, dan tekanan darah yang naik. Mahasiswa juga mungkin mengalami penyempitan pembuluh darah dan ketidakseimbangan biokimia tubuh akibat aktivasi sistem saraf simpatis. Gejala lain termasuk sulit berkonsentrasi, kelelahan, serta gangguan tidur akibat beban tugas yang menumpuk, dalam jangka panjang, stres dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh dan memicu penyakit fisik maupun mental (Djoar et al., 2024).

Ketidakpercayaan diri pada mahasiswa perantau sering dipicu oleh kecemasan sosial, seperti takut dihakimi atau tidak diterima di lingkungan baru. Hal tersebut menandakan mahasiswa cenderung menghindari interaksi sosial karena merasa tidak aman dan kurang berharga. Takut gagal juga muncul akibat tekanan adaptasi, seperti perbedaan budaya atau jarak dari keluarga. Hal ini menurunkan motivasi mereka untuk terlibat aktif dalam kegiatan akademik maupun sosial di kampus (Imana et al., 2025).

Berdasarkan hasil penelitian Rohmah & Mahrus, (2024) stresor yang mempengaruhi siswa dapat dikategorikan menjadi dua jenis utama: internal dan eksternal. Faktor internal mencakup ekspektasi yang dipaksakan oleh diri sendiri, kesejahteraan mental dan fisik, manajemen waktu yang tidak efektif, pencarian identitas diri, dan ketidakpastian tentang masa depan. Di sisi lain, faktor eksternal meliputi tuntutan akademik, kesulitan keuangan, interaksi sosial, pengaturan tempat tinggal,

lingkungan belajar, kondisi ekonomi, kurangnya dukungan sosial, dan tekanan dari lingkungan akademik.

Saifudin et al., (2023) juga menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan berdasarkan uji korelasi *Continuity Correction* dan *Fisher's Exact Test* diketahui usia (p-value: 0,499), jenis kelamin (p-value:0,011), pekerjaan (p-value:0,329), IPK (p-value: 0733), status tempat tinggal (p-value: 0,836) dan motivasi (p-value: 0,000). Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan jenis kelamin dan motivasi dengan tingkat stres akademik pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan.

Menurut Bela et al., (2023) tidak bisa dipungkiri bahwa stres akademik terjadi pada sebagian besar mahasiswa yang disebabkan oleh faktor motivasi, emosi negatif yang dimiliki, ketidakkonsistenan antara perilaku dan sikap, mentalitas siswa, pendidikan, situasi sosial, ekonomi, pola pikir, kepribadian, keyakinan, pelajaran lebih padat, banyaknya kegiatan dengan waktu yang terbatas, tekanan untuk berprestasi tinggi, dan dorongan meniti tangga sosial. Hal ini terbukti dari banyaknya penelitian terdahulu hingga saat ini yang masih membahas isu tersebut. Dari sekian banyak faktor yang mempengaruhi stres akademik, prokrastinasi dan manajemen waktu adalah faktor yang cukup berperan sebagai salah satu sebab dari terjadinya stres akademik. Jika penundaan tugas dan rendahnya kemampuan dalam manajemen waktu terus dilakukan maka mahasiswa memiliki potensi yang lebih besar untuk cenderung mengalami stres akademik.

Hal ini sejalan dengan penelitian Astari & Nastiti, (2024) yaitu ada hubungan positif antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik. Stres yang tidak dikendalikan dapat menurunkan kemampuan belajar peserta didik dan mempengaruhi prestasi akademik. Apabila mahasiswa mampu untuk beradaptasi dengan baik semasa perkuliahan, mereka juga akan cenderung memperoleh prestasi akademik yang baik, dan begitupun sebaliknya (Permana et al., 2024).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa faktor penyebab stres akademik akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama yang paling dominan adalah gejala fisiologis seperti kelelahan dan keringat berlebih.

## **SARAN**

Rekomendasi penelitian ini yaitu penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi hubungan antara stres akademik dengan faktor lain seperti motivasi belajar, dukungan keluarga, atau pengalaman klinis.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alharbi, K. (2023). Stress and Coping Strategies Among Nursing Students. *Global Journal of Health Science*, 15(12), 46. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v15n12p46>
- Astari, A. Z., & Nastiti, D. (2024). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 1(1). <https://researchjet.pubmedia.id/index.php/ResearchJet/article/view/1>
- Azizah, A. H., Warsini, S., & Yulindari, K. P. (2023). Hubungan Stres Akademik dengan Kecenderungan Depresi Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Gadjah Mada pada Masa Transisi Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan*

- Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(2), 114. <https://doi.org/10.22146/jkkk.84827>
- Bachtiar, N., Hasan, M. I., & Andodo, C. (2023). Stres Akademik Mahasiswa Kesehatan terhadap Perubahan Psikologis, Fisiologis, Perubahan Motivasi dan Kualitas Belajar Mahasiswa. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 14(2), 11–20. <https://doi.org/10.36308/jik.v14i2.539>
- Bela, A., Thohiroh, S., Efendi, Y. R., & Rahman, S. (2023). Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi: Review Literatur. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(1), 37–48. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i1.59>
- Deborah, E., & Immanuel, A. S. (2024). Faktor Risiko dan Perbandingan Stres Akademik Mahasiswa Baru Sebelum dan Sesudah COVID-19. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, 1(2), 37-50. <https://jurnal.kopusindo.com/index.php/jipk/article/view/288>
- Djoar, R. K., Putu, A., Anggarani, M., Airlangga, U., & Fisioterapi, P. S. (2024). Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Stress Akademik. *Jambura Health and Support Journal*, 6(1), 52–59. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/24064>
- Faisal, M. F., Syuhada, I., Handayani, W., & Ronanarasafa. (2024). Hubungan Tingkat Stres, Tipe Kepribadian, dan Dukungan Sosial dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat Satu Boarding School Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar 2024. *Nusantara Hasana Journal*, 4(3), 149–166. <https://doi.org/10.59003/nhj.v4i3.1202>
- 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>
- Gisela, E. S., Kinkie, E. A., & Sabbilla, A. (2025). Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. 5(1), 331–341. <https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1179>
- Hakim, A. H., Pratiwi, C., Ramulan, F., Mutia, I., & Amna, Z. (2024). Hubungan antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 2(1), 58–67. <https://www.academia.edu/download/117871600/28833-72273-1-PB.pdf>
- Imana, A., Dzaki, H., Putri, L. M., Terra, R., & Oletha, S. (2025). Hubungan Social Anxiety terhadap Tingkat Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Baru Perantau di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 248-256. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i1.952>
- Juniasi, A. F., & Huwae, A. (2023). Problematika Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama : Bagaimana Keterhubungannya dengan Konsep Diri ?. *JIVA : Journa of Behavior and Mental Health*, 4(1), 49-65. <http://dx.doi.org/10.30984/jiva.v4i1.2530>
- Manery, D. E., Zuneldi, T., Embisa, Y. A., Ukratalo, A. M., & Pattimura, N. (2024). Gambaran Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Pasapua Ambon Tahun 2024. *Jurnal Anestesi*, 2(3), 193–206. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1228>
- Oktaviona, T. N., Herlina, H., & Sari, T. H. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 6(1), 26–32. <https://doi.org/10.47539/jktp.v6i1.344>

- Peranginangin, M. C. L., & Rantung, J. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan yang Menjalani PKL di Rumah Sakit Advent Bandung. *Journal of Social Science Research*, 4(4), 9808–9818. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i4.14295>
- Permana, A. A., Huang, C., Augustino, J. C., Kurniawan, K., Kurniadi, N., & Novanto, Y. (2024). Analisis Perbedaan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Baru Universitas X di Tangerang. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 357–373. <https://www.academia.edu/download/118534134/document.pdf>
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-Faktor Penyebab Stres Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *JTEM: Journal Of Islamic Education and Management*, 5(1), 36–43. <https://ejournal.staidapondokkrempeyang.ac.id/index.php/jiem/article/view/638>
- Saifudin, M., Adawiyah, S. R., & Mukhaira, I. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 199–204. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.267>
- Vian, A. R. S., & Matulessy, A. (2024). Stres Akademik pada Mahasiswa Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM): Bagaimana Peran Dukungan Sosial? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(4), 564–570. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1265>