



Perbedaan Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Gender pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan IPS di FKIP UNTAN

Roni¹, Aminuyati², Venny Karolina³, Sri Buwono⁴, Hadi Wiyono⁵

^{1,2,3,4,5} Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura

Abstract

Received: 01 Mei 2024

Revised: 08 Mei 2024

Accepted: 15 Mei 2024

The aim of this research is to determine differences in academic stress among final year students of the Social Sciences Education study program based on gender at FKIP UNTAN Pontianak for the 2022/2023 period. The research design used is comparative. The total population was 61 students and the samples taken randomly using stratified random sampling were 22 male students and 31 female students. The instrument used was the student-life stress inventory (SSI) questionnaire which was packaged on the Google Form platform, the data was on a Likert scale, and used Independent t-test analysis. Data collection techniques were pilot tests, validity tests, reliability tests, questionnaire distribution, and the data were analyzed with the help of SPSS version 26. The research results showed that most students experienced low academic stress at 41.5%. The independent t-test obtained a sig value. (2-tailed) is 0.145 ($p > 0.05$) so H_0 is accepted, which means there is no difference in academic stress based on gender. This is due to the similarities in the causes of stress experienced and received by male and female final year students in the Social Sciences Education study program at FKIP UNTAN Pontianak for the 2022/2023 period. However, the data shows that the academic stress level of female students is higher ($M=142.87$) in the medium category than male students in the low category ($M=131.59$).

Keyword: Academic stress, Final-year students, Gender

(*) Corresponding Author: roni030901@gmail.com

How to Cite: Roni, R., Aminuyati, A., Karolina, V., Buwono, S., & Wiyono, H. (2024). Perbedaan Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Gender pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan IPS di FKIP UNTAN. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11500702>.

PERKENALAN

Stres adalah reaksi terhadap realitas hidup baik secara internal maupun eksternal yang bernilai negatif karena didalamnya terdapat ketidaksesuaian antara harapan dengan kenyataan yang diakibatkan oleh ketidakanggapan individu dalam memenuhi tuntutan (Barseli, Ifdil, & Nikmarijal 2017; Kassymova et al., 2018; Ahuja & Banga, 2019). Stres termasuk bentuk reaksi normal dan tidak dapat dihindari karena stres terjadi pada setiap orang dimanapun dan kapanpun (Aditama, 2017; Jamil, 2015; Simorangkir, 2016; Rosyidah et al., 2020; Wahyudi, Bebasari, & Nazriati, 2015). Gaol (2016) menanggapi, apabila stres tidak dapat dihindari, maka setiap individu harus memahami konsep stres untuk mencari cara adaptif untuk mengontrol supaya tidak merujuk pada stres negatif dan berpengaruh pada kesehatan fisik dan mental seseorang (Akca & Ozyurek, 2019). Berdasarkan teori tersebut Kassymova et al., (2018) menyatakan bahwa konsep stres menarik untuk ditindaklanjuti untuk melihat pengaruh yang diberikan dalam bidang kehidupan manusia terutama dalam bidang pendidikan. Stres dalam bidang pendidikan dikenal dengan stres akademik (Tabroni, Nauli, & Arneliwati, 2021; Rosyidah et al., 2020).



Stres akademik adalah persepsi subjektif seseorang ketika merasa tidak mampu memenuhi tuntutan akademik seperti mengerjakan tugas, penyesuaian dengan metode belajar, *deadline*, jadwal perkuliahan atau bimbingan, pergaulan, tuntutan berprestasi dan status sosial, tekanan ini menciptakan respon berupa respon fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif (Barseli et al., 2017; Fiqih & Ratnawati, 2023; Kountul, Kolibu, & Korompis, 2018; Tabroni et al., 2021). Persepsi tersebut dapat mempengaruhi pada suasana hati, memori, konsentrasi serta keseriusan seseorang dalam pemenuhan tuntutannya sehingga menurunnya kemampuan akademik yang berpengaruh pada prestasi akademik (Goff, 2011; Tabroni dkk, 2021). Apabila terdapat kendala dalam pemenuhan tuntutan, pada saat itu stres akademik pada mahasiswa meningkat, berbanding terbalik apabila mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik dalam pemenuhan tuntutannya, maka stres akademik yang rasakannya masih dalam batas normal (Saniskoro & Akmal, 2017). Dengan demikian stres akademik berdampak negatif dan positif pada manusia. Dampak negatifnya seperti sakit kepala, cemas, *acne vulgaris*, insomnia, *hipertensi*, sakit punggung, mengkonsumsi narkotika, bahkan melakukan bunuh diri (Patel dalam Ekawarna, 2018; Tasalim & Cahyani, 2021; Yusuf & Yusuf, 2020). Sedangkan dampak positifnya dapat mengaktifkan kinerja otak sehingga tercipta ide kreatif pada seseorang (Gaol, 2016; Yusuf & Yusuf, 2020).

Mahasiswa merupakan status seseorang yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Dikatakan sebagai mahasiswa karena beban yang didapatkan pada tahap ini lebih berat dari pada taraf pendidikan sebelumnya, selain beban perkuliahan sekaligus menjadi agen perubahan yang diharapkan masyarakat (Cahyono, 2019). Kedudukan perguruan tinggi kebanyakan terdapat pada pusat kota sehingga kebanyakan mahasiswa adalah perantauan, mereka dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan baru seperti budaya belajar, sosialisasi di lingkungan heterogen, cara berpakaian, kondisi iklim yang semuanya dilakukan secara mandiri sehingga hal ini dapat memicu stres. Stres dapat terjadi pada setiap manusia dimanapun dan kapanpun itu, termasuk pada lingkungan perguruan tinggi (Anas, Riana, & Apsari, 2015); Rahmawati, 2015). Mahasiswa terbagi menjadi tiga, yaitu mahasiswa awal, pertengahan dan akhir. Setiap tingkatan mengalami beban akademik tersendiri namun berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Erna, & Avati, (2022), memperoleh hasil bahwa 70% lebih tinggi tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir.

Terdapat beberapa penyebab stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir diantaranya tugas yang didapatkan lebih berat yaitu proposal penelitian dan skripsi, kesulitan yang dialami berupa sulit dalam proses menyusun dan proses bimbingan bersama dosen, selain itu lingkungan pergaulan, yang mana pada tahap ini, mahasiswa tidak akan intensif berinteraksi secara langsung sesama mahasiswa karena tidak terikat dengan beban mata kuliah yang mengadakan pertemuan kelas secara bersama. Hal ini dapat memicu menurunnya motivasi untuk mengerjakan tugas, karena tidak mendapat dukungan secara langsung oleh rekan sesama mahasiswa untuk menyelesaikan masa studinya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Asmawan (2016) melaporkan bahwa rekan sesama mahasiswa yang sama-sama menyusun skripsi dan bimbingan memberikan dampak positif mendorong seseorang untuk menyelesaikan skripsinya.

Gozali & Goalbertus (2023) berpendapat bahwa penyebab stres tidak hanya akademik, melainkan gender juga berpengaruh tinggi atau rendahnya tingkat stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Gender adalah perbedaan peran antara laki-laki dengan perempuan yang tercipta secara sosial budaya dalam masa yang panjang (Effendy, 2014). Perbedaan tingkat stres yang dialami mahasiswa dipengaruhi juga dengan sistem sosial

yang dianut oleh Indonesia yakni sistem patriarki, yang mana laki-laki memiliki peran sentral dari pada perempuan dalam masyarakat. Dalam dunia pendidikan masih terdapat anggapan perempuan yang berpendidikan tinggi akan tetap didapur juga, sehingga perempuan tidak disarankan untuk menempuh pendidikan tinggi. Hal ini secara tidak langsung menciptakan budaya bahwa perempuan harus mengerjakan aktivitas rumah seperti bersih-bersih, masak, dan lainnya sedangkan laki-laki tidak harus mengerjakannya. Apabila perempuan menempuh pendidikan tinggi, maka aktivitas pekerjaan rumah masih melekat sebagai kewajiban yang harus mereka lakukan sedangkan tidak untuk laki-laki. Sehingga potensi stres lebih tinggi dirasakan oleh perempuan karena berlipatgandanya tuntutan beban yang harus dipenuhi (Zuhri & Amalia, 2022).

Hal ini didukung oleh Misigo (2015) dalam penelitiannya mahasiswa perempuan ($M=42,23$, $SD=5,90$) mengalami stres lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki ($M=40,13$, $SD=6,45$). Simorangkir (2016) berpendapat bahwa mahasiswa perempuan mengalami stres lebih tinggi dikarenakan mereka lebih memikirkan perkuliahan dengan keyakinan harus mengerti setiap perkuliahan yang diikuti, selain itu mahasiswa perempuan kebanyakan memiliki ekspektasi terlalu tinggi dan cenderung tidak percaya diri dengan kemampuannya. Namun berbanding terbalik dalam penelitian yang dilakukan oleh Hafifah, Widiani, & Rahayu (2017), menyatakan bahwa secara keseluruhan stres yang dialami mahasiswa termasuk alam kategori sedang, secara spesifik mahasiswa laki-laki mengalami paling banyak dalam kategori stres sedang (45,8%) dibandingkan dengan mahasiswa perempuan (39%). Hal ini didukung oleh Edward (dalam Pathmanathan & Husada, (2013), menyatakan bahwa mahasiswa laki-laki perlu masa yang lama dalam proses penyembuhan stres yang dialami daripada mahasiswa perempuan, sehingga potensi stres pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi daripada perempuan.

Penelitian tentang stres pada mahasiswa tingkat akhir telah banyak dilakukan diberbagai perguruan tinggi Indonesia seperti Universitas Mulawarman Samarinda, Universitas HKBP Nommensen, Universitas Muhammadiyah Magelang, Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang, UIN Sunan Gunung Djati, Universitas Baiturrahman, Universitas Muhammadiyah Prof. HAMKA dan lainnya (Adhitya, Vani, & Wahyuni, 2019; Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2017; Fadillah, 2013; Gamayanti, Mahardianisa, & Syafei, 2018; Hafifah et al., 2017; Sagita & Rhamadona, 2021; Simorangkir, 2016). Namun masih terjadi kasus akibat stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir seperti yang dilaporkan Daton (2020) dalam Kompas.com terjadi kasus bunuh diri oleh mahasiswa perempuan. Hidayat (2023) melaporkan dalam Merdeka.com bahwa terjadi kasus bunuh diri oleh mahasiswa laki-laki, dan Admin (2017) dalam Antarakalbar melaporkan mahasiswa laki-laki melakukan bunuh diri. Ketiganya akibat dari penulisan skripsi. Selain itu belum terdapat penelitian serupa yang dilakukan di Universitas Tanjungpura (UNTAN) khususnya pada mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan IPS. Berdasarkan pertimbangan pentingnya pemahaman tentang stres mahasiswa bagi institusi, dosen, orang tua, dan mahasiswa tingkat akhir, sehingga pihak yang terkait dapat memberikan kebijakan yang sesuai untuk mengatasi dan mengontrol stres akademik mahasiswa Pendidikan IPS FKIP UNTAN, maka peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan stres akademik berdasarkan gender pada mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN Pontianak periode 2022/2023.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei *cross sectional* untuk memperoleh data yang berkaitan dengan pendapat, perilaku, karakter, hubungan variabel yang dilakukan sekali pada setiap subjek penelitian. Populasi berjumlah 61 mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN. Jumlah sampel dengan menggunakan *stratified random sampling* ditemukan bahwa total sampel berjumlah 53 mahasiswa tingkat akhir dengan klasifikasi 22 mahasiswa laki-laki dan 31 mahasiswa perempuan. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *student-life stress inventory* (SSI) adaptasi dari Bernadette M. Gadzella dalam bentuk pernyataan yang terbagi menjadi dua, yaitu sumber stres dan reaksi stres. Sumber stres dilakukan untuk mengetahui asal yang menyebabkan stres pada manusia, dengan cara mengukur frustrasi, konflik, tekanan, perubahan diri, dan pemaksaan diri pada individu. Reaksi stres dilakukan untuk mengetahui respon yang dilakukan individu saat mengalami stres, dengan cara mengukur reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, dan reaksi kognitif pada individu. dan beberapa pernyataan tambahan dari teori lain (Gadzella, 1994). Respon angket menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban, yakni tidak pernah (1), jarang (2), kadang-kadang (3), sering (4), dan selalu (5), setelah data diperoleh, selanjutnya dilakukan analisis deskriptif untuk melihat kategori tingkat stres akademik, yang dibagi menjadi lima kategori, yakni sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi, untuk lebih jelas akan muat dalam Tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Kategori tingkat stres akademik

No.	Rentang Nilai	Kategori
1	0 – 104	Sangat Rendah
2	104 – 139	Rendah
3	139 – 173	Sedang
4	173 – 208	Tinggi
5	208 – 260	Sangat Tinggi

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dan menggunakan *independent sample t-test* dengan bantuan SPSS versi 26 untuk mencari uji beda tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir berdasarkan gender program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN.

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Tingkat stres akademik mahasiswa tingkat akhir secara umum dan berdasarkan gender setelah dilakukan uji statistik deskriptif dengan SPSS versi 26 sebagai berikut:

Tabel 2. Tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir

		Klasifikasi Tingkat Stres			
		Frekuensi	Persen (%)	Valid Persen (%)	Kumulatif Persen (%)
Valid	Sangat Rendah	3	5.7%	5.7%	5.7%
	Rendah	22	41.5%	41.5%	47.2%
	Sedang	20	37.7%	37.7%	84.9%
	Tinggi	8	15.1%	15.1%	100.0%
	Sangat Tinggi	0	0%	0%	100.0%
Total		53	100.0%	100.0%	100.0%

Tabel 1 menggambarkan bahwa 5,7% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik sangat rendah, 41,5% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik rendah, 37,7% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik sedang dan 15,1% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik tinggi. Disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres dengan tingkatan rendah yaitu 41,7%.

Tabel 3. Tingkat stres mahasiswa tingkat akhir berdasarkan gender

Kategori stres akademik (skor)	Frekuensi Laki-Laki	Persen (%)	Frekuensi Perempuan	Persen (%)	Total (%)
Sangat Rendah (52-103.5)	1	1.9%	2	3.8%	5.7%
Rendah (104-137.5)	11	20.8%	11	20.8%	41.5%
Sedang (138-172.5)	10	18.9%	10	18.9%	37.7%
Tinggi (173-207.5)	0	0%	8	15.1%	15.1%
Sangat Tinggi (208-260)	0	0%	0	0%	0%
Total N (53) Persentase (100%)	22	41.5%	31	58.6%	100%

Tabel 3 menggambarkan bahwa 5.7% dengan klasifikasi 1 mahasiswa laki-laki dan 2 mahasiswa perempuan mengalami stres akademik sangat rendah, 41.5% dengan klasifikasi 11 mahasiswa laki-laki dan 11 mahasiswa perempuan mengalami stres akademik rendah, 37.7% dengan klasifikasi 10 mahasiswa laki-laki dan 10 mahasiswa perempuan mengalami stres akademik sedang, 15.1% dengan klasifikasi 0 mahasiswa laki-laki dan 8 mahasiswa perempuan mengalami stres akademik tinggi dan 0% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik sangat tinggi. Disimpulkan bahwa tingkat stres akademik banyak dialami pada tingkatan rendah dengan nilai 41.7% dengan klasifikasi seimbang yaitu 11 mahasiswa laki-laki dan 11 mahasiswa perempuan.

		Independent Samples Test									
		Levene's Test for t-test for Equality on Means									
		Equality of Variances									
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
										Lower	Upper
Total	Equal variances assumed	5.230	.026	-1.741	51	.088	-12.318	7.075	-26.522	1.886	
	Equal variances not assumed			-1.887	49.926	.065	-12.318	6.527	-25.429	.793	

Tabel 4. Hasil uji Independent Sampel Test stres akademik berdasarkan gender

Tabel 4 pada kolom F pada *equal variances assumed* dengan nilai 5.230 dan signifikansi 0.026. Dengan ini menunjukkan bahwa nilai probabilitas < 0.05 menunjukkan bahwa kedua varian dari populasi berbeda, sehingga nilai *independent sampel t-test* yang digunakan adalah pada *equal variances not assumed*. Nilai t pada hasil uji *independent sampel t-test* yaitu -1.887 dengan nilai signifikansi 0.065. Dengan ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0.065 > 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa

tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir berdasarkan gender program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN periode 2022/2023.

Tabel 5. Hasil uji Independent T-Test stres akademik berdasarkan gender

			T-Test		
Gender		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai total tingkat Stres Akademik	Laki-laki	22	132.68	17.842	3.804
	Perempuan	31	145.00	29.534	5.304

Tabel 5 terlihat bahwa nilai rata-rata mahasiswa perempuan 145.00, lebih tinggi daripada nilai rata-rata mahasiswa laki-laki 132.68. Walaupun berdasarkan tabel 3 tidak terdapat perbedaan yang signifikan, namun berdasarkan gender mahasiswa perempuan lebih mengalami stres akademik dengan kategori sedang, daripada mahasiswa laki-laki termasuk kategori rendah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan IPS di FKIP UNTAN mengalami stres akademik kategori rendah dengan persentase 41,5% dengan jumlah 11 mahasiswa perempuan dan 11 mahasiswa laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwasanya mereka jarang mengalami stres akademik. Hal ini terjadi karena fase sebagai mahasiswa sudah terjadi kematangan kognitif dan emosional sehingga mampu dalam mengontrol pikiran dengan positif dan meregulasi emosi seperti curhat dalam menerima dan memenuhi tuntutan, sehingga stres dapat dikendalikan dengan tepat (Hurlock, 2015; Zahara, Martina, & Alfiandi, 2022). Pengalaman stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir juga dilaporkan oleh Hafifah dkk, (2017) melaporkan bahwa mahasiswa tingkat akhir di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang mengalami stres akademik sedang yaitu 41,9%.

Stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir merupakan respon secara fisik, emosi, perilaku dan kognitif seperti perasaan cemas, tertekan, khawatir saat mengalami tuntutan akademik dari dosen, orangtua, dan kerabat dekat seperti tuntutan tugas, adaptasi dengan metode mengajar atau bimbingan, tuntutan nilai bagus, dan selesai tepat waktu (Mulya & Indrawati, 2016). Selain itu stres akademik terjadi karena faktor dalam diri mahasiswa seperti rendahnya rasa yakin dengan kemampuan diri terhadap menggapai sesuatu (*self efficacy*) contohnya menghindari tugas yang dianggap sulit, kurang pertahanan diri saat menyikapi stres (*hardiness*), seperti rasa sedih yang berkepanjangan dalam mengalami stres, mudah pesimis, suka menunda, dan kurangnya ketrampilan coping stres (Yusuf & Yusuf, 2020). Faktor dari luar juga dapat menyebabkan stres akademik, seperti kurang cocok dengan metode dosen dalam membimbing skripsi, jadwal bimbingan yang tidak konsisten, lambatnya layanan administrasi, banyaknya tuntutan administrasi, kurangnya dukungan kerabat dekat, kurang motivasi, dan kurang ketrampilan menulis sehingga kesulitan dalam proses penyusunan skripsi (Kuontul dkk, 2018; Taslim & Cahyani, 2021; Yusuf & Yusuf, 2020).

Hasil uji beda menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat stres akademik berdasarkan gender pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Hafifah dkk, (2017) di Universitas

Tribhuwana Tunggadewi Malang dan Bariyyah & Latifah (2015) di Universitas Kanjuruhan Malang yang melaporkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan, sehingga faktor gender bukan merupakan faktor utama dalam menentukan stres akademik. Namun, walaupun perbedaan tingkat stres akademik tidak signifikan, penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan lebih dominan merasakan stres akademik yaitu berada pada kategori sedang dengan $M=145.00$ (rentang nilai 139-174) dari pada mahasiswa laki-laki termasuk kategori stres rendah dengan $M=132.68$ (rentang nilai 104-139).

KESIMPULAN

Penelitian ini melaporkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN periode 2022/2023 menduduki tingkat stres rendah dengan jumlah 41.5% dengan klasifikasi berdasarkan gender 11 mahasiswa laki-laki dan 11 mahasiswa perempuan. Dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir berdasarkan gender program studi Pendidikan IPS FKIP UNTAN periode 2022/2023. Namun berdasarkan hasil uji beda *Independent t-test* menunjukkan hasil bahwa mahasiswa tingkat akhir perempuan mengalami stres akademik sedang ($M=145.00$), sedangkan mahasiswa tingkat akhir laki-laki stres rendah ($M=132.68$).

REFERENSI

- Adhitya, Y.A., Vani, A.T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Jurnal Kesehatan & Kedokteran*, 1(2), 34–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.33854/heme.v1i2.238>
- Aditama, D. (2017). Hubungan Antara Spiritualitas dan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal EL-Tarbawi*, 10(2), 39–62. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol10.iss2.art4>
- Admin. (2017). Mahasiswa Unka Sintang Ditemukan Gantung Diri. <https://doi.org/https://kalbar.antaraneews.com/berita/348218/mahasiswa-unka-sintang-ditemukan-gantung-diri>
- Ahuja, R., & Banga, A. (2019). Deteksi stres mental pada siswa menggunakan algoritma pembelajaran mesin. *Ilmu Komputer Procedia*, 152, 349–353. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2019.05.007>
- Akça, F., & Özyürek, A. (2019). Zihinsel Yetersizlikten Etkilenmiş dan Normal Gelişen Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Sıkıntıyı Tolere Etme, Depresi, Anksiyete, dan Stres Düzeyleri. *Jurnal Penelitian Sejarah Budaya dan Seni*, 8(1), 347–361. <https://doi.org/10.7596/taksad.v8i1.1787>
- Ambarwati, P.D., Pinilih, S.S., & Astuti, R.T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Anas, AY, Riana, AW, & Apsari, NC (2015). Desa Dan Kota Dalam Potret Pendidikan. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 418–422. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.13592>

- Asmawan, MC (2016). Analisis membantu Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi. *Pendidikan Ilmu Sosial*, 26(2), 51–57.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Cahyono, H. (2019). Agen. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*, 1(1), 32–43. <https://doi.org/10.4000/adlfi.2398>
- Daton, ZD (2020). Mahasiswa Gantung Diri di Samarinda, Diduga Depresi Kuliah 7 Tahun Tak Lulus, Skripsi Sering Ditolak Dosen. <https://doi.org/https://regional.kompas.com/read/2020/07/12/19122501/mahasiswa-gantung-diri-di-samarinda-diduga-depresi-kuliah-7-tahun-tak-lulus?halaman=semua>.
- Effendy, R. (2014). Kesetaraan Gender Dalam Pendidikan. *Al-Maiyyah*, 07(2), 142–165.
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik Dan Konflik* (B.S. Fatmawati (ed.); edisi ke-1). Bumi Aksara.
- Fadillah, R.E.A. (2013). Stres Dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi. *Psikoborneo*, 1(3), 148–156.
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023). Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir: Faktor Pemicu, Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Semdikjar* 6, 755–765.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psimpaty: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Penjara, NTTL (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Goff, AM (2009). Stresor, akademik, kinerja, dan pembelajaran, sumber daya pada mahasiswa keperawatan sarjana muda (Disertasi). Universitas Carolina.
- Gozali, M., & Goalbertus. (2023). Perbedaan Tingkat Stres Siswa Berdasarkan Angkatan Dan Gender Terhadap Pembelajaran Daring. *KATA DEPAN: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(April), 461–471.
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W.H. (2017). Perbedaan Stres Akademik pada Program Mahasiswa Studi Ilmu Keperawatan berdasarkan Jenis Kelamin di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Berita Keperawatan*, 2(3), 220–229.
- Hidayat. (2023). Depresi karena Skripsi, Mahasiswa di Jambi Gantung Diri. <https://doi.org/https://www.merdeka.com/peristiwa/depresi-karena-skripsi-mahasiswa-di-jambi-gantung-diri.html>
- Hurlock, E. *Psikologi Perkembangan*. Erlangga, 2015.
- Jamil. (2015). Sebab Dan Akibat Stres, Depresi Dan Kecemasan Serta Penanggulangannya. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu Dan Budaya Islam*, 3(1), 123–138. <https://doi.org/10.36670/alamin.v1i1.6>
- Kassymova, K., Kosherbayeva, N., Sangilbayev, S., & Schachl, H. (2018). Stress management techniques for students. *Proceedings of the International Conference*

- on the Theory and Practice of Personality Formation in Modern Society (ICTPPFMS 2018), 198, 47–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/ictppfms-18.2018.10>
- Kountul, Y. P. D., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. C. (2018). Hubungan Jenis Kelamin Dan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS*, 7(5).
- Misigo, B. L. (2015). Gender Difference In The Perceived Level Of Stress And Coping Strategies Among University Students In Kenya: A Case Of Public Universities. *International Academic Journal of Social Sciences and Education*, 1(3), 44–52. www.iajournals.org
- Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 5(2), 296–302. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15224>
- Pathmanathan, V. V., & Husada, M. S. (2013). Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012 / 2013 Overview of Stress Level Among the Students in Medical Faculty of North Sumatera University Odd Semester Academic Year 2012 /20. *E-Journal FK USU*, 1(1), 1–4.
- Putri, P. K., Risnawati, E., & Avati, P. (2022). Stres Akademik Mahasiswa Semester Awal Dan Mahasiswa Semester Akhir: Studi Komparatif Dalam Situasi Pembelajaran Daring. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 20(2), 8–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.47007/jpsi.v20i2.232>
- Rahmawati, W. K. (2015). Keefektifan Peer Support untuk Meningkatkan Self Discipline Siswa SMP. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(1), 15–21. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Rosyidah, I., Efendi, A. R., Arfah, M. A., Jasman, P. A., & Pratami, N. (2020). Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa program studi ilmu keperawatan fakultas keperawatan unhas. *Jurnal ABDI (Sosial, Budaya Dan Sains)*, 2(1), 33–39.
- Sagita, D. D., & Rhamadona, W. (2021). Perbedaan Stres Akademik antara Mahasiswa Tahun Awal dan Mahasiswa Tahun Akhir. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 4(1), 47–54. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio>
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 95–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jpu67>
- Simorangkir, S. J. V. (2016). Perbedaan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Preklinik Di Fakultas Kedokteran UHKBPB Medan. <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/3903>
- Tabroni, I., Nauli, F. A., & Arneliwati. (2021). Gambaran Tingkat Stres Dan Stresor Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 149–164.
- Tasalim, R., & Cahyani, A.R. Stres akademik dan penanganannya. Guepedia, 2021.
- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Nazriati, E. (2015). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *Jurnal Ilmu Kedokteran (Journal of Medical Science)*, 9(2), 107–113.

- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(02), 235–239. <https://doi.org/https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.84>
- Zahara, M., Martina, M., & Alfiandi, R. (2022). Hubungan regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa universitas syiah kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(1), 55–63. <http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/20658>
- Zuhri, S., & Amalia, D. (2022). Ketidakadilan Gender Dan Budaya Patriarki Di Kehidupan Masyarakat Indonesia. *Murabbi*, 5(1), 17–41.