

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA ALIH JENJANG PRODI SARJANA KEPERAWATAN INSTITUT IMMANUEL DALAM PROSES PEMBELAJARAN DARING

Claudia Patricia¹, Reynaldi Tresnadjaja², Widyadari³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Immanuel Bandung,
Jl. Raya Kopo N0 161, Situseur, Bandung
Email: reynaldi.t@gmail.com

Abstrak

Stres akademik merupakan stres yang timbul akibat tuntutan dari instansi pendidikan tempat mahasiswa menempuh pendidikan. Stres akademik perlu dikelola dengan baik agar tidak menjadi hambatan bagi mahasiswa selama menjalani proses perkuliahan, untuk mengatasi stres yang muncul maka diperlukan adanya strategi koping. Strategi koping adalah suatu aksi yang disengaja dan direncanakan untuk mengatasi ketegangan di lingkungan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan dalam proses pembelajaran daring. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2022 dengan desain *cross sectional*, melibatkan 66 partisipan yang merupakan perwakilan dari tiap kelas alih jenjang. Variabel stres akademik akan dinilai menggunakan kuesioner *Perception Of Academic Stress Scale* (PASS), sedangkan untuk variabel strategi koping menggunakan kuesioner *Way Of Coping* (WOC). Pada penelitian ini ditemukan data bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik ringan (62,1%). Untuk strategi koping, sebagian besar mahasiswa alih jenjang menggunakan *emotional focus coping* (63,6%). Pada penelitian ini juga ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan strategi koping dengan nilai *p-value* 0,000. Untuk mengatasi stres akademik yang muncul akibat proses perkuliahan daring sangat diperlukan strategi koping yang tepat agar tidak menyebabkan stres yang berkepanjangan hingga depresi bagi mahasiswa.

Kata kunci: Stres Akademik, Strategi Koping, Mahasiswa Alih Jenjang Keperawatan

Abstract

Academic stress is stress that arises due to the demands of the educational institution where students study. Academic stress needs to be managed properly so that it does not become an obstacle for students during the lecture process, to overcome the stress that arises, a coping strategy is needed. Coping strategy is a deliberate and planned action to address tensions in the environment. The purpose of the study was to determine the relationship between academic stress and coping strategies for students transferring the undergraduate level of nursing in the online learning process. This research was conducted in 2022 with a *cross-sectional* design, involving 66 participants who were representatives of each class. The academic stress variable will be assessed using the *Perception Of Academic Stress Scale* (PASS) questionnaire, while the coping strategy variable uses the *Way Of Coping* (WOC) questionnaire. In this study, data were found that most students experienced mild academic stress (62.1%). For coping strategies, most students instead of levels use *emotional focus coping* (63.6%). In this study, a significant relationship was also found between academic stress and coping strategies with a *p-value of* 0.000. To overcome academic stress that arises due to the online study process, appropriate coping strategies are needed so as not to cause prolonged stress to depression for students.

Keywords: Academic stress, Coping strategy, transferring the undergraduate level of nursing

Pendahuluan

Di masa pandemi dari covid-19 saat ini sangat membawa perubahan yang besar pada sebagian besar golongan masyarakat, hal ini juga memberikan pengaruh besar pada dunia pendidikan. Karena adanya peraturan dari pemerintah untuk membatasi kegiatan diluar rumah atau sering disebut *social distancing* demi menurunkan angka kejadian kasus covid-19, maka menteri pendidikan Indonesia menerapkan sistem pembelajaran daring untuk menggantikan proses mengajar tatap muka yang selama ini dilakukan. Perubahan tersebut menimbulkan stres tersendiri bagi para mahasiswa.

Stres dapat diartikan sebagai ancaman yang dialami oleh tubuh kita sebagai salah satu bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitar berdampak secara fisik dan juga emosional sehingga dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif bagi individu yang mengalaminya (Behere SP, 2011). Mahasiswa di dunia juga merasakan stres pada masa perkuliahan hal ini didukung oleh penelitian Szlavitz (2011, dalam Agustiniingsih 2019) yang menemukan data sebesar 38-71%. Di Indonesia, angka kejadian stres pada mahasiswa berada pada rentang 36,7-71,6% (NIMH, 2016 dalam Putra et al 2017).

Stres yang paling sering dialami oleh mahasiswa, terutama jurusan keperawatan adalah stres akademik. Stres akademik merupakan persepsi subyektif, menimbulkan respon fisik atau perilaku dan respon emosional dari mahasiswa akibat tuntutan akademik pada masa perkuliahan (Yunalia et al, 2021).

Demi mengatasi stres yang muncul, maka mahasiswa perlu menerapkan strategi koping yang baik dan tepat. Strategi koping juga dapat dikatakan sebagai sebuah cara atau sikap dari individu (dalam hal ini mahasiswa

keperawatan) untuk dapat mengatasi stres yang muncul dan harus dihadapi dengan disertai adanya perubahan kognitif maupun perilaku hingga menemukan titik aman dalam dirinya (Fitriasari, 2020).

Ada dua jenis strategi koping yang secara tidak langsung atau tanpa disadari digunakan oleh mahasiswa, yakni *problem focused coping* dan *emotion focused coping* (Lazarus dan Folkman, 1984, dalam Nasir dan Muhit, 2011). Tingkat keberhasilan dari pemilihan koping yang ada tentu dipengaruhi oleh banyak faktor, yakni faktor internal maupun faktor eksternal mahasiswa yang mendukung kesuksesan proses perkuliahan.

Berdasarkan data yang ditemukan, penelitian ini dirasa perlu dilakukan karena peneliti ingin melihat seberapa besar tingkat stres yang sedang dihadapi oleh mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel. Peneliti juga ingin melihat jenis strategi koping yang dominan digunakan oleh mahasiswa alih jenjang demi mengatasi stres yang muncul. Karena hal inilah peneliti melakukan penelitian dengan judul Hubungan Stres Akademik dengan Strategi Koping Mahasiswa Alih Jenjang Prodi Sarjana Keperawatan Institut Kesehatan Immanuel dalam Proses Pembelajaran Daring di Rumah Sakit Santo Vincentius Singkawang.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Immanuel dalam proses pembelajaran daring dengan melibatkan 66 responden dari setiap kelas alih jenjang. Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner untuk

setiap variabel. Kuesioner untuk menilai stres akademik peneliti menggunakan *Perception Of Academic Stress Scale* (PASS). Kuesioner ini berupa skala linker yang memiliki pertanyaan *favorable* dan *unfavorable* dengan jumlah pertanyaan 16 item dan terbagi dalam tiga aspek yang akan diukur yakni ekspektasi akademik, tuntutan perkuliahan dan ujian, serta persepsi diri akademik mahasiswa (Bedewy dan Gabriel, 2015 dalam Affani, 2021). Kuesioner ini sudah pernah dilakukan uji validitas dengan nilai sebesar 0,282-0,718 dengan r tabel = 0,220.

Kuesioner untuk strategi koping peneliti menggunakan *Ways of Coping*

oleh Lazarus & Folkman (Folkman, 2010 dalam Gunawan 2018) yang nantinya akan membantu peneliti dalam mengkategorikan strategi koping mahasiswa menjadi dua jenis strategi koping yakni *Problem Focus Coping* dan *Emotion Focused Coping*. Kuesioner pernah digunakan sebelumnya oleh penelitian Ramadhanti (2019) dan mendapatkan nilai uji signifikan berdasarkan t -value >1,96 sehingga dapat dikatakan bahwa kuesioner ini sudah valid. Sedangkan nilai reliabilitas untuk instrumen ini adalah α cronbach 0,872.

Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 1
Distribusi Data Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin	Laki Laki	26,9
	Perempuan	73,1
	Total	100

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa sebagian besar responden yang terlibat pada penelitian ini adalah

perempuan dengan presentase sebesar 73,1% (48 orang) dari total partisipan yakni 66 orang.

2. Analisa Univariat

a. Stres Akademik

Tabel 2
Distribusi Data Stres Akademik

Stres Akademik	n	%
Rendah	41	62,1
Tinggi	25	37,9
Total	66	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa alih jenjang prodi sarjana

keperawatan Institut Kesehatan Immanuel mengalami stres akademik rendah yakni 62,1% (41 orang).

Tabel 3
Distribusi Aspek Aspek Stres Akademik

Aspek Stres Akademik	n	%
Ekspektasi Akademik	844	63,94
Tuntutan Perkuliahan dan Ujian	1757	66,55

Persepsi Diri Akademik Mahasiswa

914

69,24

Berdasarkan data tabel diatas, dapat terlihat bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel bila dilihat dari tiga aspek sebagian besar muncul di

persepsi diri akademik mahasiswa yakni 69,24%, sedangkan untuk aspek tuntutan perkuliahan dan ujian sekitar 66,55%, dan aspek ekspektasi akademik berjumlah 63,94%.

b. Strategi Koping

Tabel 4
Distribusi Data Strategi Koping

Strategi Koping	n	%
Problem Focus Coping	24	36,4
Emotional Focus Coping	42	63,6
Total	66	100

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan

Immanuel menggunakan strategi koping *Emotional Focus Coping* yakni 63,6% (42 orang).

Tabel 5
Distribusi Aspek Strategi Koping

Dimensi	Aspek	n	%
<i>Problem Coping</i>	<i>Planful Problem Solving</i>	1269	80,74
	<i>Confrontative Coping</i>	959	60,54
	<i>Seeking Social Support</i>	1103	69,63
<i>Emotional Coping</i>	<i>Distancing</i>	1159	73,17
	<i>Self Control</i>	1247	67,48
	<i>Escape/Avoidance</i>	1655	78,36
	<i>Accepting Responsibilities</i>	908	85,98
	<i>Positive Reappraisal</i>	1150	62,23

Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel menggunakan strategi koping untuk dimensi *problem focus coping* sebagian besar ada di aspek *planful problem solving* yakni 80,74%, sedangkan

sebagian kecil terdapat pada aspek *confrontative coping* 60,65%.

Untuk dimensi *emotional focus coping*, sebagian besar mahasiswa menggunakan aspek *accepting responsibilities* yakni 85,98%. Dari data pada tabel diatas juga menunjukkan sebagian kecil mahasiswa menggunakan aspek *self control* yaitu 67,48%.

3. Analisa Bivariat

Tabel 6
Data Tabulasi Silang Stres Akademik*Strategi Koping

Stres Akademik	Strategi Koping				Total	P-value
	EFC		PFC			
	n	%	n	%		
Rendah	40	97,6	1	2,4	41	0,000

Tinggi	2	8	23	92	25
Total	42		24		66

Pada hasil uji *chi square* yang sudah dilakukan oleh peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS, didapatkan hasil nilai *p-value* 0,000 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara stres akademik dan strategi koping mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel dalam proses pembelajaran daring. Hal ini bisa disimpulkan bahwa hipotesis H1 dapat diterima karena ada hubungan antara dua variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan data pada tabel 4.1 mengenai karakteristik responden, ditemukan data bahwa sebagian besar mahasiswa alih jenjang yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yakni 48 orang (73,1%). Hal ini sama dengan data yang ditemukan oleh Angelica (2021) bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan yang mengalami stres akademik ada perempuan (67,5%). Penelitian dari Fatimah (2021) juga menyatakan hal yang bahwa perempuan lebih rentan mengalami stres jika dibandingkan dengan laki-laki.

Perempuan dikatakan lebih mudah mengalami stres dikarenakan ketidakstabilan emosi ketika dihadapkan pada masalah dalam hidup. Sifat perempuan yang lebih dominan menggunakan emosi dari pada logika dikatakan menjadi salah satu pemicu timbulnya stres. Selain itu, seperti yang banyak diketahui oleh masyarakat bahwa peminat dari jurusan keperawatan sebagian besar adalah perempuan sehingga sangat memungkinkan bila responden yang banyak terlibat dalam penelitian ini adalah perempuan.

Stres Akademik

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar mahasiswa alih jenjang Institut Kesehatan Immanuel mengalami stres pada tingkat sedang, yakni 71,6% (48 orang). Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2020) tentang tingkat stres mahasiswa keperawatan yang menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami stres pada tingkat normal-ringan yakni 43,6%. Penelitian Angelica (2021) juga memaparkan hasil yang sama yakni sebagian besar dari mahasiswa keperawatan mengalami stres normal-ringan (70,6%).

Pembelajaran daring dinilai memberikan stres tersendiri bagi mahasiswa khususnya keperawatan, adanya stimulus stres diharapkan tidak memberikan dampak positif bagi mahasiswa untuk semakin maju dan berkembang dalam bidang ilmu keperawatan.

Bedewy dan Gabriel (2015) membagi stres akademik menjadi 3 aspek umum yang dapat diteliti, pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik pada aspek persepsi diri akademik mahasiswa yakni 69,24%. Persepsi diri akademik mahasiswa sendiri berkaitan dengan pandangan mahasiswa terhadap tuntutan perkuliahan dan kesulitan ujian yang mereka hadapi. Hasil penelitian ini diperkuat oleh penelitian Ramadhanti (2019) yang menyatakan bahwa faktor stres mahasiswa dari bidang akademik diantaranya jadwal kuliah yang tidak tepat waktu (98,2%), jarak waktu pemberian dan pengumpulan tugas yang mendesak (76,1), serta jadwal perkuliahan yang padat (75,2%).

Strategi Koping

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan data

bahwa sebagian besar mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel menggunakan strategi koping yang berorientasi pada emosi atau *emotional focus coping* yakni 63,6%. Hasil ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Angelica et.al (2021) dan Aris et.al (2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan menggunakan *emotional focus coping* yakni 45,9% dan 58,2%.

Emotional focus coping sendiri merupakan suatu usaha untuk mengatasi stres dengan cara mengatur respon yang bersifat emosional yang muncul akibat stres (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Ramadhanti 2019). *Emotional focus coping* lebih sering digunakan oleh individu yang merasa tidak mampu mengubah situasi yang menekan dan hanya mampu menerima situasi serta mengendalikan reaksi emosional akibat stres (Putri, 2015).

Namun pada pengaplikasian dalam mengatasi stres yang muncul, kedua jenis strategi koping ini memiliki dampak baik bagi individu. Kedua strategi koping ini dapat terjadi secara otomatis dan akan berkembang menjadi pola tertentu pada setiap individu sehingga diharapkan apapun jenis yang digunakan akan tetap efektif dalam menyelesaikan stres.

Pada penelitian ini juga ditemukan data untuk strategi koping dimensi *problem focus coping*, aspek yang banyak digunakan adalah *planful problem solving* yakni 80,74%. Sedangkan untuk dimensi *emotional focus coping*, aspek yang sering digunakan adalah *acceptingresponsibilities* yakni 85,98%. *Planful problem solving* merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara hati hati dan bertahap. Sedangkan *accepting responsibilities* adalah sebuah usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri terhadap permasalahan yang sedang dihadapi dan mencoba menerimanya sehingga diharapkan dapat

menciptakan suasana yang lebih baik (Lazarus Folkman, 2014).

Hubungan Stres Akademik dengan strategi koping mahasiswa alih jenjang prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel dalam proses pembelajaran online

Berdasarkan data pada tabel 4.6 ditemukan data bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengalami stres akademik pada tingkat sedang yakni 48 orang. Bila dibagi berdasarkan strategi koping yang digunakan maka mahasiswa yang mengalami stres sedang dan menggunakan strategi koping *emotional focus coping* berjumlah 31 orang, sedangkan yang menggunakan *problem focus coping* berjumlah 15 dan mahasiswa yang mampu menggunakan kedua strategi koping ketika menghadapi stres akademik berjumlah 2 orang.

Pada hasil uji *chi-square* untuk mencari hubungan pada kedua variabel ditemukan bahwa stres akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan strategi koping mahasiswa yang sedang menjadi proses pembelajaran daring dengan nilai *p-value* 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima pada penelitian ini. Penelitian ini sejalan dengan Fitriarsari (2020) yang menyatakan adanya keterkaitan antara stres akademik yang dialami mahasiswa dengan strategi koping yang mereka gunakan.

Strategi koping sangat dibutuhkan oleh setiap individu untuk mengatasi stres yang mereka alami, semakin efektif strategi koping yang digunakan maka akan memberikan pengaruh yang baik terhadap kehidupan mahasiswa. Sebaliknya bila dalam menghadapi stres mahasiswa memilih koping yang salah (koping *maladaptive*) maka akan menyebabkan banyak kerugian baginya atau bahkan akan berimbas pada lingkungan disekitar mahasiswa itu berada.

Menurut Fortinash dan Worret (2012) mengatakan dalam pengaplikasian strategi koping untuk mengatasi stres yang muncul dapat

dipengaruhi oleh beberapa hal seperti jenis stresor, respon individu terhadap stres dan tingkat stres. Yunalia (2021) berpendapat bahwa semakin baik kecerdasan emosional seseorang maka tingkat stres akademik yang dialami akan semakin rendah (34,9%).

Pada dasarnya, ketika individu mengalami stres maka tubuh akan selalu berespon dan akan selalu berusaha mencari jalan untuk mengatasinya dengan memilih strategi koping yang dianggap paling tepat. Kedua strategi koping baik *problem focus coping* maupun *emotional focus coping* sama-sama bisa diaplikasikan untuk menyelesaikan masalah yang berlangsung, perlu menjadi perhatian adalah individu harus paham strategi koping yang sedang digunakan, sehingga bila dirasa koping saat ini kurang memberikan dampak positif maka mahasiswa dapat menambah atau malah mengkombinasikan kedua strategi koping yang ada demi mencapai hasil yang baik.

Simpulan

1. Stres akademik yang dialami mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel selama proses pembelajaran daring sebagian besar mengalami stres rendah yakni 41 orang (62,1%) dan stres tinggi 25 orang (37,9%)
2. Strategi koping mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel dalam menghadapi stres akademik selama proses pembelajaran daring sebagian besar menggunakan *emotional focus coping* yaitu 42 orang (63,6%), sebagian kecil mahasiswa menggunakan *problem focus coping* yakni 24 orang (36,4%)
3. Hubungan stres akademik dan strategi koping mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel dalam proses pembelajaran daring terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan strategi koping mahasiswa alih jenjang

prodi sarjana keperawatan Institut Kesehatan Immanuel selama proses pembelajaran daring dengan *p-value* 0,000.

Saran

1. Bagi institusi
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan evaluasi bagi institusi dalam metode pengajaran daring yang sudah atau sedang berlangsung saat ini agar kedepannya diharapkan dapat meminimalisir stres akademik yang dialami mahasiswa.
2. Bagi penelitian keperawatan
Peneliti berharap hasil penelitian yang sudah didapatkan saat ini menjadi data awal bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut mengenai stres akademik mahasiswa dan strategi koping yang digunakan untuk mengatasi masalah yang muncul.

Daftar Pustaka

- Affani, Ahmad Riza (2021) Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Agustiningsih, Nia. (2019). Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. [Internet], pp 242-243 Available from <<http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk>> [Accessed Februari 2022]
- Altıok, Hatice Öner, Üstün, Besti, The Stress Sources of Nursing Students, Istanbul, Turkey, [Internet], 2013, pp : 760-766, Available from <<http://search.proquest.com/docview/1350964356?accountid=31324>> [Accessed Februari 2022].

- Angelica, H., & Tambunan, E. H. (2021). Stres Dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 28-34. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.508>
- Aris, Yuni, Rika Sarfika, Ira Erwina (2018). Stress pada Mahasiswa Keperawatan dan Strategi Koping yang Digunakan. *Jurnal Keperawatan Vol 14*, 81-91. <https://doi.org/10.25077/njk.14.2.81-91.2018>
- B, H., & Hamzah, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Behere SP, Yadav R, Behere PB (2011). A comparative study of stress among students of medicine, engineering, and nursing. *Indian J Psychol Med*. 2011 Jul;33(2):145-8. doi:
- Boyd, Ann. (2012). *psychiatric Nursing Contemporary Practice*. USA : Aptara, Inc.
- Craven, R. F., & Hirnle, C. J. (2009). *Fundamentals of nursing: Human health and function* (6th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins
- Fatimah, Putri Luluk (2021), Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Malang. <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/75642>.
- Fitriasari, Andikawati and Septianingrum, Yurike and Budury, Syiddatul and Khamida, . (2020) Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 12 (4). pp. 985-992. ISSN 2549-8118
- Fortinash & Holoday, W. (2012). *Psychiatric Mental Health Nursing*. USA : Mosby, Inc., an Affiliate of Elseiver Inc.
- Galbraith, N, & Brown, K (2011), 'Assessing intervention effectiveness for reducing stress in student nurses: quantitative systematic review', *Journal Of Advanced Nursing*, [Nursing], 2011, pp: 709-721, Available from <Consumer Health Complete - EBSCOhost, EBSCOhost>, [Accessed November 8, 2021].
- Gibbons, Chris Martin Dempster & Marianne Moutray (2008), Stress and eustress in nursing students, [Internet], pp : 282-290, Available from <Consumer Health Complete - EBSCOhost>, [Accessed November 8, 2021]
- Hamdan-Mansour, A, Puskar, K, & Bandak, A (2009), 'Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy on Depressive Symptomatology, Stress and Coping Strategies among Jordanian University Students', *Issues In Mental Health Nursing*, [Internet], pp : 188-196, Available from <Consumer Health Complete - EBSCOhost, EBSCOhost>, [Accessed November 10, 2021].

- Herna Angelica, Evelyn Hemme Tambunan (2021), Stress dan Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Dari Di Masa Pandemi Covid-19, [Internet], pp 28-30 Available from <jurnal.ulmedan.ac.id – Google Scholar>, [Accessed, November 1, 2021]
- Hidayat, A. Aziz Alimul (2006), Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia; Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan, Salemba Medika, Jakarta.
- Hidayat, A.A.. (2014). Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data. Jakarta : Salemba Medika
- Jimenez, C, Navia-Osorio, P, & Diaz (2010), 'Stress and health in novice and experienced nursing students', Journal Of Advanced Nursing, 66, 2, [Internet], pp. 442-455, Available <Consumer Health Complete - EBSCOhost, EBSCOhost>, [Accessed November 8, 2021].
- Labrague Leodoro Jabien (2013), Stress Stressors, and Stress Responses of Student Nurses in a Government Nursing School, [Internet], Available from <<http://www.hsj.gr/volume7/issue4/748.pdf>> [Accessed October 5, 2013].
- Kadapatti, M. G., & Vijayalaxmi, A. H. M. (2012). Stressor of Academic Stress- A Study on Pre-University Students. Indian Journal . Sci. Res, 3(1), 171–175.
- Komisi Etik Penelitian Kesehatan (2017), Pedoman Nasional Etik Penelitian Kesehatan [Internet] Available from <http://www.litbang.kemkes.go.id> [Accessed Dec 2, 2021]
- Kozier Dkk, (2010) Buku Ajar Fundamental Keperawatan ; Konsep, Proses & Praktik Vol 1, EGC, Jakarta.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2011). Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, & praktik (edisi 7, volume 2). Jakarta: EGC
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (2014). *Stress Appraisal & Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Mirzaei, T, Oskouie, F, & Rafii, F (2012) 'Nursing students' time management, reducing stress and gaining satisfaction: a grounded theory study', Nursing & Health Sciences, 14, 1, [Internet] 2012, pp. 46-51, Available <Consumer Health Complete - EBSCOhost, EBSCOhost>, [Accessed November 10, 2021].
- Murwani, Arita. 2008. Pengantar Konsep Dasar Keperawatan. Yogyakarta: Fitramaya
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). Dasar-dasar keperawatan jiwa: Pengantar dan teori. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam, (2003) Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan, Salemba Medika, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter and Perry (2009), Fundamental Of Nursing Buku 2 Edisi 7, Salemba Medika, Jakarta.
- Prawesti, Dwi Aknes. (2015). Hubungan Tingkat Stress Akademik dengan Strategi Koping yang Digunakan Oleh Mahasiswa Tahun Ketiga Program Studi Ilmu Keperawatan

- Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
- Putra, Winadi Yoyanda Dwi, Titis Hadiani, Widodo Sarjana AS. (2017). Perbedaan Tingkat Stres Dan Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Yang Berasa Dari Semarang Dan Non Semarang, [Internet], Available from <Google Scholar>, [Accessed Juni, 2022].
- Ramadhanti, I. F., Hidayati, N. O., & Rafiyah, I. (2019). Gambaran Stressor dan Strategi Koping pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(2). <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.16635>
- Robotham, David (2008), Stress among higher education students: towards a research agenda, [Internet], Available from <EBSCOhost>, [Accessed November 10, 2021].
- Seaward, Brian Luke. 2013. *Managing Stress: Principles and Strategies for Health and Well-Being*. Burlington: Jones and Bartlett Learning.
- Setiawaty, Endang (2013), *Stres Dikalangan Mahasiswa Keperawatan dan Mekanisme Koping dalam Penyusunan Skripsi di Usahid Surakarta*, [Internet], Available from <<http://pasca.uns.ac.id/?p=3603>> [Accessed November 4, 2021].
- Setiadi (2007), *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Singh, N., & Kohli, C. (2015). Stress reaction and coping strategies among nursing students in Delhi. *Asian J. Nursing Education and Research*,
- Sunyoto, D. (2012). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Oktariani, I. S., Sofah, R., & Putri, R. M. (2021). Tingkat Stress Akademik Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring pada Periode Pandemi Covid-19. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/10.46637/jlis.v1i1.3>
- Umam, Khoirul (2021). *Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan Dengan Stres Akademik Selama Masa Pandemi Covid-19 (Studi di STIKes Ngudia Husada Madura)*. Undergraduate thesis, STIKes Ngudia Husada Madura. <http://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/1085>
- Yamashita, K, Saito, M, & Takao, T (2012), 'Stress and coping styles in Japanese nursing students', *International Journal Of Nursing Practice*, [Internet], pp. 489-496, Available from <Consumer Health Complete - EBSCOhost, EBSCOhost>, [Accessed November 15, 2021].
- Yesil, P., Oztunc, G., & Esklmez, Z. (2015). Personal characteristics and styles of coping with stress of nursing students of a university in turkey. *Journal of Nursing Education and Practice*,
- Yunalia E.M, Jayani Indah, Suharto I.P.S, Susilowati Septi (2021). Kecerdasan Emosional Dan Mekanisme Koping Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.4.2021.869-878>
- Wijayaningsih, K. S. (2014). *Psikologi keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media