

Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI

Andini¹, Tirta Adikusuma Suparto², Dhika Dharmansyah³, Asih Purwandari Wahyoe Puspita⁴, Rafi Jachra Adam⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Keperawatan, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia
tirta.adikusuma.123@upi.edu

ABSTRAK

Stres adalah bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan manusia, Mahasiswa keperawatan menghadapi proses pembelajaran yang berat, yang mencakup kegiatan akademik, praktik klinik, observasi, pembuatan laporan, tugas kuliah, dan praktikum. Dukungan sosial keluarga berperan penting terhadap penanganan stres akademik pada mahasiswa Keperawatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Pada 177 mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mengukur tingkat dukungan sosial keluarga dan stres akademik. Uji korelasi Spearman digunakan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel. Studi menunjukkan bahwa 51,98% mahasiswa memiliki dukungan sosial keluarga yang sangat tinggi, dan 50,85% mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori rendah. Uji korelasi Spearman rank menunjukkan hasil signifikan dengan ($P < 0,001$) yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peran penting dan pengaruh positif dalam menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.

Kata Kunci: Dukungan Sosial Keluarga, Stres Akademik, Mahasiswa keperawatan

ABSTRACT

Stress is an unavoidable part of human life. Nursing students face a demanding learning process that includes academic activities, clinical practice, observation, report writing, coursework, and practicals. Family social support plays a crucial role in managing academic stress among nursing students. The purpose of this study is to examine the relationship between family social support and academic stress in nursing students. This research employs a descriptive quantitative method with a cross-sectional approach. The study involved 177 undergraduate nursing students from FPOK UPI. Data were collected using questionnaires that measured levels of family social support and academic stress. Spearman correlation tests were used to analyze the relationship between the two variables. The study found that 51.98% of students had very high family social support, and 50.85% of students experienced low levels of academic stress. The Spearman rank correlation test showed significant results ($P < 0.001$), indicating a negative relationship between family social support and academic stress. This study demonstrates that family social support plays an important and positive role in reducing the level of academic stress among undergraduate nursing students at the Indonesian University of Education, Bandung.

Keywords: Family Social Support, Academic Stress, Nursing Students

PENDAHULUAN

Stres merupakan salah satu komponen yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan sehari-hari. Setiap individu, termasuk mahasiswa, akan menghadapi berbagai bentuk stres, seperti stres psikologis, stres akademik, hingga stres dalam lingkungan kerja (Suparto et al., 2021). Salah satu bentuk stres yang sering terjadi pada mahasiswa adalah stres akademik. Delphiasti (2020) mendefinisikan stres akademik sebagai masalah umum di kalangan siswa dan mahasiswa yang disebabkan oleh meningkatnya tuntutan lingkungan akademik, seperti tugas dan ujian. Barseli et al., (2020) menambahkan bahwa stres akademik sering kali memunculkan berbagai gejala fisik, psikologis, dan perilaku, seperti kesulitan memahami materi, bolos, hingga kegagalan menyelesaikan tugas.

Stres akademik juga menjadi masalah yang signifikan dalam konteks global. Berdasarkan data dari WHO (dalam Ambarwati et al., 2019), sekitar 350 juta orang menderita stres secara global, dan 38%-71% di antaranya adalah siswa. Di Asia, persentase mahasiswa yang mengalami stres berkisar antara 9,6%-61,3%. Di Indonesia, selama pandemi, sekitar 55,1% mahasiswa melaporkan mengalami stres akibat pembelajaran jarak jauh (Fauziyyah et al., 2021). Stres akademik adalah masalah yang cukup serius di kalangan mahasiswa, dengan mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres sedang hingga tinggi. Faktor-faktor seperti tahun kelas, kemampuan adaptasi, dan persepsi subjektif memainkan peran penting dalam menentukan tingkat stres yang dialami (Dewi et al., 2020).

Mahasiswa keperawatan, seperti mahasiswa lainnya, menghadapi tekanan akademik yang berat, mulai dari tugas kuliah, praktik klinis, hingga penulisan laporan observasi. Studi pendahuluan oleh Suparto et al. (2021) di Universitas Pendidikan Indonesia menemukan bahwa 45,7% mahasiswa D-III Keperawatan mengalami stres sedang, 34,5% stres berat, dan 18,9% stres ringan. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan akademik menjadi salah satu penyebab utama stres di kalangan mahasiswa keperawatan.

Dukungan sosial, khususnya dari keluarga, dianggap memiliki peran penting dalam mengurangi stres akademik. Dukungan ini dapat memberikan rasa tenang, meningkatkan kepercayaan diri, dan membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik (Huda, 2019 ; Muthoharoh & Oktaviani, 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut hubungan antara dukungan sosial keluarga dan stres akademik pada mahasiswa keperawatan. Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan utama yang menjadi fokus penelitian ini adalah: *Bagaimana hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI?*

Penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan wawasan tentang peran dukungan sosial keluarga dalam mengurangi stres akademik. Dengan pemahaman ini, pihak universitas dan keluarga dapat bekerja sama dalam menciptakan lingkungan yang mendukung untuk mahasiswa, khususnya mahasiswa keperawatan yang menghadapi tekanan akademik yang berat. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa.

Dukungan sosial merupakan aspek fundamental dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup individu. Norma et al., (2021) mendefinisikan dukungan sosial sebagai berbagai bentuk perhatian, kepedulian, penghargaan, kenyamanan, dan pertolongan yang diberikan oleh individu atau kelompok. Dukungan sosial memainkan peran signifikan karena manusia memiliki kebutuhan sosial yang mendasar untuk membangun hubungan emosional dan menerima umpan balik, yang pada akhirnya berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kebahagiaan individu (Norma et al., 2021).

Stres yang dirasakan seseorang terbukti berperan sebagai penghubung dalam hubungan antara dukungan dari keluarga dan orang terdekat dengan suasana hati positif, kecemasan, dan depresi. Artinya, ketika seseorang mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat, tingkat stres yang dirasakan berkurang, sehingga suasana hati menjadi lebih baik,

serta rasa cemas dan depresi berkurang (Acoba, 2024). Selain itu, dukungan ini sering kali berasal dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, teman, dan rekan kerja, yang terlibat dalam interaksi sehari-hari (Saputri & Sugiharto, 2020). Dengan berbagai bentuk seperti dukungan informatif, penilaian, emosional, dan instrumental (Fauziyyah et al., 2021), dukungan sosial menjadi faktor penting dalam meningkatkan resiliensi terhadap stres, khususnya pada mahasiswa.

Di sisi lain, stres akademik merupakan fenomena yang banyak dialami mahasiswa akibat tekanan tanggung jawab akademik yang melebihi kemampuan individu (Pascoe et al., 2020). Stres ini muncul dari ekspektasi akademik yang tinggi, tekanan dari lingkungan, hingga tuntutan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu (Barseli et al., 2020). Faktor-faktor seperti adaptasi proses belajar, kurangnya motivasi akademik, dan koping yang tidak adekuat menjadi pemicu utama yang memperburuk tingkat stres akademik mahasiswa (Muthoharoh & Oktaviani, 2022).

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peran strategis dalam mengurangi dampak stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik serta bagaimana interaksi keduanya dapat memengaruhi kesejahteraan mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial keluarga dan stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI yang berjumlah 315 orang. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* dengan bantuan rumus Slovin. Dari perhitungan tersebut, diperoleh sampel sebanyak 176 mahasiswa, yang kemudian didistribusikan secara proporsional berdasarkan jumlah populasi dari masing-masing angkatan: 34 mahasiswa dari angkatan 2020, 34 mahasiswa dari angkatan 2021, 42 mahasiswa dari angkatan 2022, dan 67 mahasiswa dari angkatan 2023. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan skala Likert yang dirancang untuk mengukur dua variabel utama. Kuesioner dukungan sosial keluarga dan stres akademik mengacu pada instrumen yang dikembangkan oleh Zimet et al. (1988), dengan koefisien alpha reliabilitas sebesar 0,87 dan 0,81, yang menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Kedua variabel dinilai reliabelnya dengan nilai Cronbach alpha variabel X sejumlah 0,98 dan variabel Y memiliki nilai Cronbach alpa sejumlah 0,722 yang melebihi kriteria pengujian reliabilitas yakni 0,06 sehingga dapat dipercaya untuk pengujian berulang dengan data yang sama.

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa data mengenai dukungan sosial keluarga diperoleh peneliti melalui kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Sementara itu, data terkait stres akademik dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner skala Likert yang telah terstandar dan divalidasi sebelumnya, sehingga tidak memerlukan uji validitas dan reliabilitas tambahan. Analisis deskriptif menggambarkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang tinggi, terutama dalam aspek dukungan emosional dan instrumental. Di sisi lain, mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang rendah, dengan faktor stres yang dominan berasal dari beban tugas dan ekspektasi akademik. Hubungan negatif yang ditemukan antara kedua variabel menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga berperan penting dalam menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan.

Tabel 1
Hasil Distribusi Karakteristik Responden

Data Responden	Frekuensi	Persentase
Umur		
18 tahun	15	8,5%
19 tahun	48	27,1%
20 tahun	53	29,9%
21 tahun	36	20,3%
22 tahun	22	12,4%
23 tahun	2	1,1%
24 tahun	1	0,6%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	30	16,9%
Perempuan	147	83,1%
Angkatan		
2020	35	19,8%
2021	34	19,2%
2022	42	23,7%
2023	66	37,3%
Tempat tinggal saat ini		
Rumah	99	55,9%
Kos	78	44,1%
Total	177	100%

Sumber : Data Primer Peneliti Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas informan berusia 20 tahun (53 orang, 29,9%) dan berjenis kelamin perempuan (147 orang, 83,1%), karena mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FPOK UPI sebagian besar adalah perempuan. Sebagian besar informan tinggal di rumah pribadi (99 orang, 55,9%).

Analisis Univariat

- a) Tingkat Dukungan Sosial Keluarga dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat dukungan Sosial Keluarga dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan FPOK UPI Tahun 2024

Variabel	Frekuensi	Persentase
Dukungan Sosial Keluarga		
Sangat Tinggi	92	51,98%
Tinggi	35	19,77%
Rendah	50	28,25%
Sangat Rendah	0	0%
Total	177	100%
Stres Akademik		
Sangat Rendah	10	5,85%
Rendah	92	50,85%
Tinggi	0	0
Sangat Tinggi	75	44,07%

antara stress akademik dengan hubungan sosial keluarga akademik pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia.

1. Tingkat Dukungan Keluarga Pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia

Hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa (51,98% atau 92 orang) memiliki dukungan sosial keluarga sangat tinggi, sementara 19,77% (35 orang) berada dalam kategori tinggi, dan 28,25% (50 orang) dalam kategori rendah. Tingkat dukungan sosial yang tinggi dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, seperti pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan keluarga (Anadita & Desilia, 2021).

Menurut Delphiasti (2020), kurangnya perhatian dan komunikasi dari orang tua dapat berdampak negatif pada perkembangan remaja. Peneliti berasumsi bahwa rendahnya dukungan keluarga disebabkan oleh ketidakpedulian orang tua terhadap kebutuhan remaja. Sebaliknya, mahasiswa yang tinggal bersama orang tua (51,98% atau 92 orang) cenderung mendapat bimbingan dan pengawasan yang baik, sebagaimana dijelaskan oleh Ernawati, L., & Rusmawati (2015) serta Muthoharoh & Oktaviani (2022), yang menyatakan bahwa kesejahteraan remaja merupakan tanggung jawab orang tua. Dengan demikian, peran orang tua sebagai pembimbing dan pemberi contoh menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan remaja.

2. Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia

Hasil Tabel 2 menunjukkan mayoritas mahasiswa (50,85% atau 92 orang) mengalami stres akademik rendah, namun 44,07% (75 orang) berada dalam kategori sangat tinggi, sehingga perlu diperhatikan faktor-faktor penyebabnya. Salah satu penyebab utama adalah pengerjaan skripsi dan tugas akhir, yang sering memicu stres tinggi akibat kesulitan literatur, metodologi, revisi dosen, dan kemampuan menulis yang terbatas (Ramanda & Sagita, 2020; Ramadhan & Oktariani, 2022).

Selain itu, kurikulum yang tidak terstruktur dan perubahan menuju Kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) juga menjadi faktor stres, seperti ketidakjelasan informasi, jadwal kuliah, dan beban tugas yang berat, yang berdampak pada pola tidur, pola makan, serta kecemasan mahasiswa (Nesimnasi, 2024).

Dari segi jenis kelamin, perempuan (83,1% atau 147 orang) lebih dominan mengalami stres, karena cenderung lebih emosional dan sensitif dibanding laki-laki (Barseli et al., 2020). Usia juga berpengaruh, dengan stres akademik sedang banyak terjadi pada usia 20 tahun (29,9% atau 53 orang), yang ditandai oleh emosi belum stabil dan kurang matang menghadapi masalah (Delphiasti, 2020).

Untuk mengatasi stres akademik, layanan konseling, khususnya berbasis teknik Emotion Focused Coping, terbukti efektif membantu mahasiswa mengelola stres melalui teknik relaksasi, manajemen waktu, dan keterampilan belajar (Husniah & Fauzi, 2023).

3. Hubungan antara Stres Akademik dengan Hubungan Sosial Keluarga Akademik Pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia

Kajian ini meneliti hubungan antara dukungan sosial keluarga dan stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI. Hasil uji korelasi product moment menunjukkan hubungan negatif signifikan antara kedua variabel ($r = -0,812$, $p = 0,000$), yang berarti semakin tinggi dukungan sosial keluarga, semakin rendah stres akademik mahasiswa.

Temuan ini mendukung teori *buffering effect* Cohen & Wills (1985), yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak negatif stres dengan memberikan rasa aman dan bantuan nyata. Sebaliknya, mahasiswa dengan hubungan keluarga yang kurang harmonis cenderung mengalami kecemasan, depresi, atau gangguan psikologis lainnya. Faktor-faktor seperti tingkat pendidikan orang tua, kestabilan ekonomi keluarga, serta gaya pengasuhan yang

diterapkan juga memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan mental mahasiswa (Xu et al., 2023).

Mahasiswa dapat memperoleh dukungan sosial dari teman, keluarga dan *significant others*. Namun hasil penelitian oleh Christanti et al. (2024) sebaliknya menunjukkan bahwa dari ketiga sumber dukungan sosial, hanya dukungan sosial dari keluarga saja yang memberi pengaruh secara signifikan terhadap kualitas hidup individu. Dukungan sosial dalam bentuk informatif berperan penting dalam menurunkan stres akademik. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi lebih cenderung mencari dan memanfaatkan dukungan sosial, yang membantu mereka menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik. Dukungan keluarga tidak hanya memberikan stabilitas emosional, tetapi juga bantuan finansial dan motivasi, sementara teman dan dosen membantu melalui interaksi sosial dan bimbingan akademik (Ullah et al., 2023).

Selain itu, dukungan emosional berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi beban kerja akademik. Ambarwati et al. (2019) menemukan bahwa perhatian, empati, dan dorongan dari keluarga dapat memberikan rasa nyaman dan stabilitas emosional pada mahasiswa.

Dukungan praktis, seperti bantuan finansial, juga berdampak pada stres akademik. Mahasiswa yang mendapat bantuan biaya pendidikan lebih mudah mengakses sumber belajar dan fokus pada akademik tanpa beban finansial. Pascoe et al. (2020) & Rumbrar et. al (2022) serta Pratiwi & Suparto (2021) menyatakan bahwa dukungan finansial dapat mengurangi stres akademik dengan membantu mahasiswa memenuhi kebutuhan pendidikan mereka.

KESIMPULAN

Berlandaskan hasil temuan kajian dan hasil pengujian pada pembahasan yang sudah dilaksanakan di Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Jadi, dapat disimpulkan:

1. Dukungan sosial keluarga pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Hasil sebagaimana besar dalam kategori “Sangat Tinggi” sejumlah 92 orang (51,98%) mahasiswa.
2. Tingkat stres akademik pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Hasil sebagaimana besar dalam kategori “Rendah” sebanyak 92 orang (50,85%).
3. Terdapat hubungan antara stres akademik dengan hubungan sosial keluarga pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.

REFERENSI

- Acoba, E. F. (2024). *Social support and mental health: the mediating role of perceived stress*. *Frontiers in Psychology*, 15(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Ambarwati, P. ., Pinilih, S. ., & Astuti, R. . (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Anadita, & Desilia. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychology Review*, 1(1), 38–45. <https://doi.org/10.31603/bpsr.4867>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stres Akademik Akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 5(2), 95–99. <http://jurnal.penaindonesia.com/index.php/jpgi/article/view/354>
- Christanti, D., Prasetyo, E., & Tedjawidjaja, D. (2024). *The Student's Quality of Life: an Overview of Roles of Social Support of Family, Friend, and Significant Others* *Kualitas Hidup Mahasiswa: Tinjauan dari Peran Sukungan Sosial Keluarga, Teman, dan Significant Others*. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1)(April), 59–72. <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/index%0AThe>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). *Stress, Social Support, and The Buffering Hypothesis*.

- Psychological Bulletin*, 2(98), 310–357. <https://doi.org/10.1037/00332909.98.2.310>
- Delphiasti, N. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir akan Skripsi dengan Aktivitas Fisik pada Mahasiswa/i Fisioterapi Reguler Universitas Muhammadiyah Surakarta di Masa COVID-19. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Dewi, D. K., Meylana, E. H., Widiyanti, F. P., & Safitri, R. I. (2020). *The Profile of Perceived Academic Stress in Higher Education*. 491(Ijcah), 165–169. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201201.028>
- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). Dukungan Sosial Orang Tua dan Stres Akademik. *Jurnal Empati*, 4(4), 26–31. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/1354>
- Fauziyyah, R., Awinda, R. ., & Besral, B. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Huda, A. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sistem Full Da School SMA 1 Besuki. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Husniah, W. O., & Fauzi, M. I. (2023). Teknik Emotion Focused Coping Untuk Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Melalui Konseling Individual. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (Jpdk)*, 5, 438–442.
- Muthoharoh, S., & Oktaviani, S. . (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan*, 28–36.
- Nesimnasi, F. N. (2024). Stress Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Manado yang Mengikuti Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) Tahun 2020. 5(3), 263–270.
- Norma, Widiyanti, E., & Hartiningsih, S. . (2021). Faktor Penyebab, Tingkat Stres dan Dampak Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Sistem Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 4(11), 625–634. <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1656>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). *The impact of stress on students in secondary school and higher education*. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Pratiwi, I. ., & Laksmiwati, H. (2018). Pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres. *Jurnal Ilmiah UNESA*. <https://core.ac.uk/download/pdf/230625736.pdf>
- Ramadhan, & Oktariani, O. (2022). Gambaran tingkat stress akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. *Gambaran Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi*, 4(10), 1–8. <https://ojs.hr-institut.id/index.php/JEB>
- Ramanda, P., & Sagita, D. . (2020). Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal KOPASTA*, 2(Stres Akademik, Tesis, Pamdemic Covid-19), 94.
- Rumbrar, D., & Soetjningsih, C. . (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Papua Program PKP3N Di Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(3), 446–451. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i3.40878>
- Saputri, K., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). *Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019*. 4. <https://doi.org/10.21043/konseling.v3i2.6010>
- Suparto, T. ., Puspita, A., Sulastri, A., & Praghlapati, A. (2021). Kecerdasan Emosional dan

- Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan pada Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871*, 12, 239–249. <https://doi.org/10.36089/nu.v12i4.581>
- Ullah, M. S., Akhter, S., Aziz, M. A., & Islam, M. (2023). *Social support: mediating the emotional intelligence-academic stress link*. *Frontiers in Psychology*, 14(September). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1218636>
- Xu, H., Shen, X., & Wang, T. (2023). *The Influence of Family Factors on the Mental Health of College Students was Analyzed Combined with Literature and Cases*. *International Journal of Education and Humanities*, 6(1), 12–15. <https://doi.org/10.54097/ijeh.v6i1.2939>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2