



Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa

Ira Ocktavia Siagian¹, Sok Linda¹, Stephanie Melia¹

¹ Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Immanuel Bandung, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
ira.ockta@gmail.com

Keywords:
Stress Level, Academic Achievement

ABSTRACT

Background: Stress can be experienced in every human being and has a negative impact. For students, stress can stem from a variety of stressors, such as the pressure to succeed academically or think about a future that is not yet on track, or family problems. Students are also exposed to social, physical, and academic life and may have an impact on their academic performance. Student academic achievement is measured using the Cumulative Grade Point Average (GPA).

Objective: This study aims to determine the relationship between stress levels and academic achievement of biology students. The research was conducted at the immanuel health institute from May to August 2024.

Method: The research method used is a correlational study. The population of this study is all students. The sample used in this study was 136 students who were taken by Simple Random Sampling. And the data analysis technique Using Rank Spearman Based on the results, it shows that from the results of the study, the frequency distribution based on gender is almost entirely from the respondents (87.5%) female, the frequency based on the study program is almost half of the respondents (39.7%) S1 Nursing and the frequency based on the estimate of almost half of the respondents (40.4%) in 2023, above obtained the distribution of student stress levels almost entirely from the respondents having stress levels light (79.4%), above this, the distribution of student academic achievement was obtained by half of the respondents moderately (50.0%).

Conclusion: Based on the results of the study, it is known that under 136 student respondents who have the results of the Spreeaman Rank test that has been carried out are corrected if the p-value is $0.118 \geq 0.05$, then H_a is accepted, which shows that there is no relationship between stress levels and student academic achievement at the Immanuel Institute of Health.

Pendahuluan

Prestasi akademik atau lebih sering disebut sebagai prestasi belajar adalah hasil yang diporeh siswa atau mahasiswa setelah melakukan aktivitas belajarnya yang dinyatakan dalam bentuk nilai angka atau huruf. Tinggi rendahnya hasil belajar siswa yang menunjukkan tingkat keberhasilan belajarnya, dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal) (*Trends*,2018). Prestasi belajar dapat diukur melalui nilai rata-rata semester mahasiswa, sedangkan bagi institusi, tentu saja prestasi dapat diukur melalui tingkat kelulusan hasil belajar yang didapatkan mahasiswa melalui upaya mereka selama terlibat dalam proses belajar mengajar di kampus yang akan menyebabkan terjadinya perubahan tingkat pengetahuan mahasiswa sesuai dengan kemampuannya masing-masing dan sejauh mana seorang mahasiswa atau institusi telah mencapai tujuan pendidikan jangka pendek atau jangka panjang, yang sesuai (Kartono , 2020).

Menurut Metriyana (2022) Dalam mencapai prestasi akademik, Tentu ada berbagai elemen yang memengaruhi mahasiswa yang berperan sebagai pendorong dan penguat untuk mencapai prestasi akademik optimal, sesuai dengan target dan harapan yang diinginkan. Prestasi akademik yang mencapai oleh mahasiswa di hasilkan didalam bentuk IPK ediksmester kolatif ataupun edik prestasi semester yang melakukan bentuk nilai hasil pembelajaran atau di bentuk prestasi semester biasanya terlihat atau ditungkan dalam bentuk nilai rapor atau dalam Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Mahasiswa yang memiliki ambisi tinggi tentunya sudah memiliki rencana atau rancangan dalam belajar sehingga mampu mencapai IPK yang diharapkan dan menyelesaikan masa studinya sesuai dengan target yang sudah dibuat tercakup di kalangan mahasiswa.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari segmen pencapaian akademik pada pendahuluan bersama BAAK IKI dari Institut Kesehatan Immanuel rata-rata IPK keseluruhan dari angkatan 2020 kelas Reguler sebanyak 96,83% IPK diatas 3,00, dan 4,12% indek prestasi 2,76 - 2,99. Sedangkan angkatan 2021 kelas Reguler mayoritas IPK sebanyak 95,57% Lebih dari 3,00, 4,33% mahasiswa memiliki IPK antara 2,76 - 2,99, sementara sisanya, yaitu 1,10%, memiliki IPK di bawah 2,76.

Dengan angkatan 2022 kelas Reguler sebanyak 92.83% dengan IPK di atas 3,00, 5,89% mahasiswa memiliki IPK dalam rentang 2,76 - 2,99, sedangkan 1,28% sisanya memperoleh IPK lebih dari 2,76.

Sedangkan angkatan 2023 kelas Reguler sebanyak 96,1% indek prestasi diatas 3,00, dan 3,79% tingkat IPK 2,76 - 2,99, sementara 1,20% sisanya memperoleh nilai akademik di atas 2,76. Berdasarkan data yang tersedia, sebagian besar mahasiswa dari IKI angkatan 2023 telah mencapai prestasi akademik yang optimal, dengan 96,1% dari mereka mendapatkan IPK di atas 3,00. Meskipun begitu, mahasiswa telah berhasil mencapai tingkat prestasi akademik yang memadai dan memuaskan, yang menunjukkan bahwa salah satu elemen yang dapat memengaruhi hasil akademik adalah kondisi psikologis, termasuk di dalamnya kemampuan kognitif.

Kemampuan kognitif mahasiswa sangat krusial karena berhubungan dengan kapasitas mereka dalam mengolah informasi yang diterima, baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri sendiri, termasuk kepercayaan diri dan optimisme, serta sejauh mana mereka dapat membuat keputusan berdasarkan informasi yang tersedia. Hal ini kemudian dapat mendorong mahasiswa untuk bertindak dalam mencapai tujuan yang diinginkan. (Serya,2018).

Stres akademik merupakan tekanan untuk mencapai kegiatan akademik yang lebih baik, misalnya performa di dalam kelas, nilai ujian akhir, penyelesaian studi bahkan kehidupan pasca kampus. Mahasiswa umumnya memiliki tingkat stres sedang dikarenakan beban tugas yang berlebih, proyek kelompok, harapan dan tekanan orang tua, pola perubahan belajar, dan stres akademik kadang dapat memotivasi kita untuk tugas-tugas dan belajar dengan lebih baik lagi. Namun ketika tingkat stres akademik semakin tinggi maka akan menimbulkan efek sebaliknya (Yuk.P,2018).

Stres prestasi akademik pada mahasiswa yang tuntutan dari diri sendiri ataupun dari eksternal untuk mendapatkan nilai yang tidak cukup. Perubahan cara belajar serta banyaknya materi yang berbeda dari tingkat sekolah membuat beberapa mahasiswa mengalami stres dan dapatkan hasil yang lebih rendah dari perkiraan. Prevalensi stres akademik di kalangan mahasiswa Indonesia tercatat antara 36,7% dan 71,6% (Masyani, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara tingkat stres belajar dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dalam menyelesaikan tugas-tugas dan ujian selama semester pada mahasiswa. Dari penelitian yang dilakukan menggunakan kuesioner, ditemukan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu 62 orang (63,9%), dibandingkan dengan laki-laki. Tingkat stres sedang muncul sebagai hasil yang tertinggi, dengan 83 responden (83,6%), menunjukkan adanya tekanan stres dan respons terhadap perilaku mahasiswa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan BAAK Institut Kesehatan Immanuel, terdapat data 760 orang mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel ada 7 program studi, berdasarkan hasil wawancara dengan BAAK jumlah mahasiswa aktif di Institut Kesehatan Immanuel pada tahun akademik 2023-2024 ada 760 mahasiswa. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang mahasiswa angkatan 2020-2023 didapatkan mahasiswa mengatakan bahwa IPK tentang mengalami stres dengan proses pembelajaran karena beberapa hal seperti putus asa, membandingkan kemampuan dengan prestasi diri tidak sebaik teman sekelas, apalagi yang mengharuskan mahasiswa banyak melakukan kegiatan pembelajaran di kampus, dan sebagian dari ini disebabkan oleh faktor kesehatan fisik yang tidak baik selalu seperti gangguan pola tidur, mengalami tingkat stres. Selanjutnya, hasil yang menghadapi masalah serius, dalam keadaan bingung, dan mengalami stres pada mahasiswa. Dari penjelasan di atas, Peneliti tertarik untuk menyelidiki apakah ada "hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif* menggunakan *deskriptif correlation*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 760 orang Mahasiswa. Sampel pada penelitian ini 136 responden dengan teknik *propotional random sampling*. Penelitian ini dilakukan di Kampus Institut Kesehatan Immanuel Bandung dengan pengumpulan data menggunakan *google form*. Penelitian ini mulai dilakukan pada bulan Maret sampai Agustus 2024.

Analisa Univariat

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisis deksriptif, yang bertujuan untuk menjelaskan atau medeskripsikan setiap variable penelitian yang secara umum analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase untuk setiap variable (Notoatmodjo, 2012) dalam (Via, 2021).

Analisa Bivariat

Analisa Bivariat adalah analisis yang bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara variable independen dan variable dependen. Uji statistic yang digunakan adalah uji *Spearman Rank* yaitu analisis yang digunakan untuk melihat arah atau hubungan dari kedua variable yang akan di teliti, Spearman rank bekerja dengan data ordinal atau berkerja dengan data

ordinal atau berjenjang. (Unggul & Barat, 2019).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Prodi Dan Angkatan Pada Mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	17	12,5
Perempuan	119	87,5
Total	136	100,0
Prodi		
S1 Keperawatan	54	39,7
S1 Gizi	17	12,5
S1 Kesehatan Masyarakat	9	6,6
D3 Keperawatan	27	19,9
D3 Kependidikan	10	7,4
D3 MPRS	12	8,8
Profesi Nurse	7	5,1
Total	136	100,0
Angkatan		
2020	10	7,4
2021	24	17,6
2022	47	34,6
2023	55	40,4
Total	136	100,0

Berdasarkan Tabel 1 ini, menunjukkan bahwa hasil penelitian menghasilkan distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin hampir seluruhnya dari responden (87,5%) perempuan, frekuensi berdasarkan program studi hampir setengah dari responden (39,7%) S1 Keperawatan dan frekuensi berdasarkan angkatan hampir setengah dari responden (40,4%) 2023.

Tabel 2. Tingkat Stres mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel

Tingkat Stres	n	%
Normal	12	8,8
Ringan	108	79,4
Sedang	15	11,0
Berat	1	0,7
Total	136	100,0

Berdasarkan table 2 Pada bagian tersebut, dapat dilihat distribusi tingkat stres mahasiswa hampir seluruhnya dari partisipan memiliki tingkat stres ringan (79,4%).

Tabel 3. Prestasi Akademik mahasiswa semester genap 2023-2024 di Institut Kesehatan Immanuel

Prestasi Akademik	n	%
Kurang	7	5
Cukup	65	50,0
Baik	64	46,0
Total	136	100,0

Berdasarkan tabel 3 diatas ini diperoleh distribusi prestasi akademik mahasiswa setengahnya dari responden cukup (50,0%).

Tabel 4. Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel.

Tingkat Stres	Prestasi Akademik								P-Value
	Kurang		Cukup		Baik		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Normal	1	0,7%	7	2,5%	4	5,6%	12	8,8%	
Ringan	5	3,6%	51	37,5%	52	38,3%	108	79,4%	0,118%
Sedang	0	0,0%	6	4,2%	8	6,8%	14	11,0%	
Berat	1	0,7%	0	0,0%	0	0,0%	1	0,7%	
Total	7	5%	65	50,0%	64	46,0%	136	100,0%	

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan hasil evaluasi terkait keterkaitan antara stres dan prestasi akademik di kalangan mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel. Hasil Berdasarkan hasil uji Spearman Rank yang sudah dilakukan dilihat koreksi bila p-value 0,118 > 0,05 maka Ha diterima, yang menunjukkan bahwa menunjukan tidak terdapat hubungan yang bermakna.

PEMBAHASAN

Tingkat Stres Mahasiswa Di Institut Kesehatan Immanuel

Berdasarkan hasil penelitian di diketahui bahwa 136 responden yang memiliki pengetahuan tingkat stres mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel hampir seluruhnya dari responden tingkat stres ringan 79,4% tingkat stres pada usia ini tidak berdampak secara signifikan pada tingkat stres karena seiring bertambahnya usia dan kedewasaan, individu biasanya mengembangkan kemampuan coping yang lebih baik untuk mengatasi masalah, baik dalam hal pencapaian akademik maupun masalah pribadi yang disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Sumber stres pada

remaja laki-laki dan perempuan umumnya serupa, namun dampak dari beban tersebut berbeda antara kedua jenis kelamin. Remaja perempuan cenderung lebih sensitif terhadap lingkungan mereka, dan hal ini berkorelasi dengan prestasi akademik yang lebih tinggi. Namun, remaja perempuan juga mengalami stres psikologis seperti kecemasan, ketidaknyamanan, sakit punggung dan sakit kepala, sedangkan remaja laki-laki lebih cenderung mengatasi stres dengan merokok secara lebih sering. Menurut Listiara (2017) Menurut referensi yang ada, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin besar beban psikologis yang mereka hadapi. Dengan demikian, individu yang telah lama menjalani studi pendidikan cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang baru memulai pendidikan.

Secara teoritis, stres dapat dianggap sebagai ketidakmampuan dalam menangani berbagai masalah, namun seiring dengan bertambahnya kedewasaan, kemampuan coping individu juga meningkat, seperti yang tercermin dalam status mereka.

Prestasi Akademik Mahasiswa Di Institut Kesehatan Immanuel

Menurut Sobur (2016) Prestasi akademik merupakan tingkat pencapaian tertinggi seseorang setelah melakukan upaya belajar yang maksimal. Dalam konteks pendidikan, prestasi akademik diukur berdasarkan hasil evaluasi peserta didik, yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor setelah proses belajar, dinilai menggunakan alat evaluasi seperti tes atau instrumen yang relevan. Dengan demikian, prestasi akademik merupakan hasil penilaian terhadap usaha belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, huruf, atau deskripsi yang menggambarkan pencapaian setiap individu selama periode tertentu.

Untuk mencapai hasil akademik yang diinginkan, penting untuk mempertimbangkan berbagai faktor yang mempengaruhi hasil akademik, seperti: faktor yang ada dalam diri mahasiswa (faktor internal) dan faktor yang berasal dari luar mahasiswa (faktor eksternal). Unsur-unsur yang berasal dari dalam diri mahasiswa bersifat biologis, sedangkan unsur-unsur yang berasal dari luar mencakup faktor-faktor seperti keluarga, sekolah, masyarakat, dan lain-lain. Keberhasilan akademik individu dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup usia, IQ, motivasi, kondisi kesehatan, dan pengalaman sebelumnya. Di sisi lain, faktor eksternal meliputi fasilitas dan infrastruktur, pendidikan, lingkungan belajar, kurikulum, metode pengajaran, dan alat bantu akademik. Untuk mencapai hasil akademik yang diharapkan, perlu memperhatikan berbagai elemen yang memengaruhi prestasi akademik mahasiswa.

Stres pada mahasiswa adalah hal yang normal, namun apabila stres tersebut masuk dalam kategori stres sedang atau tinggi, maka dapat mengakibatkan menurunnya nilai akademik berdasarkan hasil penelitian dari mengalami stres yang berarti bahwa lebih dari sebagian mahasiswa memiliki tingkat stres ringan, dimana tingkat stres ringan merupakan stres yang terjadi ketika seseorang merasa yakin bahwa dia memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi tertentu, meskipun dia harus bekerja keras, sehingga pada tingkatan stres ini dapat memengaruhi kesehatan seseorang.

Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian di diketahui bahwa 136 responden mahasiswa yang memiliki hasil uji *Spearman Rank* yang sudah dilakukan dilihat koreksi bila *p-value* 0,118 > 0,05 maka *H_a* diterima, yang menunjukkan bahwa menunjukkan tidak terdapat hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa secara umum, hasil menunjukkan bahwa perempuan sering menghadapi stres berat dengan indeks prestasi yang sangat rendah. Dalam hal ini, dapat dijelaskan bahwa stres bersifat subjektif berdasarkan perspektif individu. Dengan kata lain, masalah yang dihadapi seseorang tidak selalu dianggap sebagai masalah oleh orang lain.

Menurut Muhibin (2019) Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) adalah hasil atau indikator dari proses akademik yang mencerminkan penguasaan siswa terhadap materi yang telah diajarkan, mencakup aspek pengetahuan, pemahaman, penerapan,

analisis, sintesis, dan evaluasi yang dapat diukur. Prestasi akademik menggambarkan penguasaan pengetahuan dan keterampilan dalam mata pelajaran yang dibuktikan melalui hasil ujian. Untuk memperoleh nilai yang baik, mahasiswa akan berusaha meningkatkan pencapaian akademik mereka. Prestasi belajar adalah indikator keberhasilan individu, yang menggambarkan hasil optimal yang diperoleh setelah melakukan upaya dalam proses belajar.

Menurut Gadzella (2018) Stressor adalah penyebab yang dipersepsi oleh individu atau kelompok yang dapat menekan keseimbangan diri mereka. Ada tiga faktor utama yang menyebabkan stres, yaitu:

- 1) Lingkungan, yang mencakup berbagai tuntutan penyesuaian diri dalam kehidupan seperti cuaca, kebisingan, kepadatan, tekanan waktu, standar pencapaian, serta ancaman terhadap rasa aman dan harga diri.
- 2) Fisiologis, yang mencakup perubahan kondisi tubuh selama masa remaja seperti menstruasi, kehamilan, menopause/andropause, proses penuaan, cedera, kekurangan gizi, kurang tidur, serta beban fisik pada tubuh.
- 3) Pemikiran, yang berhubungan dengan cara kita berpikir dan mengolah informasi.

Melihat potensi sumber stressor yang disebutkan, setiap individu berisiko mengalami stres. Namun, ada kelompok orang yang lebih rentan terhadap stres, sementara kelompok lainnya memiliki ketahanan yang lebih baik terhadap stres. Di kalangan mahasiswa, beberapa sumber stres yang umum meliputi tuntutan untuk berhasil, masalah keuangan, hubungan interpersonal, manajemen waktu, dan perubahan nilai-nilai. Dapat disimpulkan bahwa stres dapat dialami oleh siapa saja; stres yang terjadi sesekali dalam hidup bisa dianggap sebagai ‘bumbu’ dalam dinamika kehidupan. Namun, jika stres terjadi secara sering dengan fluktuasi yang signifikan, hal tersebut perlu mendapat perhatian dan penanganan yang lebih serius.

Stres akademik merujuk pada tekanan yang muncul akibat faktor-faktor akademik. Stressor akademik adalah stres yang dialami mahasiswa yang berasal dari proses belajar atau aspek terkait kegiatan akademik, seperti: tekanan untuk menyelesaikan studi dengan cepat, waktu belajar yang panjang, praktik menyontek, beban tugas yang berat, nilai yang kurang memuaskan, keputusan tentang pemilihan jurusan atau karier, serta kecemasan ujian dan strategi pengelolaan stres. (Gadzella 2018).

Untuk penitian pembuatan tingkat stres dengan prestasi akademik, hal ini mencerminkan hasil yang luar biasa: jumlah stres sebanding dengan hasil IPK semester tersebut, artinya meskipun belajarnya sulit, banyak latihan membuat siswa banyak berpikir, tapi Sulitnya mata kuliah tersebut membuat mahasiswa harus bekerja lebih keras untuk mendapatkan hasil IPK yang baik pula.

Penelitian ini meneliti hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik di kalangan mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel. Berdasarkan perhitungan yang dilakukan, diperoleh nilai p -Value sebesar $p=0,118 > \alpha=0,05$, dan hasil uji alternatif Kolmogorov menunjukkan nilai $p=0,118$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan prestasi akademik mahasiswa semester ganjil tahun akademik 2023-2024. Dalam penelitian ini, **tingkat stres** tidak menunjukkan hubungan statistik yang signifikan dengan hasil prestasi akademik, kemungkinan disebabkan oleh strategi coping aktif yang diterapkan oleh mahasiswa. Dengan coping aktif, mahasiswa merencanakan dan membuat keputusan yang konstruktif untuk mengatasi stres. Dalam hal ini, mahasiswa dengan prestasi akademik yang baik lebih proaktif, melakukan manajemen waktu belajar secara efisien, berdiskusi dengan rekan, atau bertanya kepada dosen ketika menghadapi materi yang sulit dipahami. Meskipun mahasiswa mengalami tingkat stres yang tinggi, penerapan strategi coping yang efektif, seperti coping aktif, dapat menghasilkan prestasi belajar yang baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara tingkat stres dengan prestasi akademik Mahasiswa di Institut Kesehatan Immanuel. Semakin tinggi skor tingkat stres maka semakin rendah nilai prestasi akademiknya, sebaliknya semakin rendah skor tingkat stres maka semakin tinggi nilai prestasi akademiknya.

Berdasarkan hasil perhitungan, koefisien determinasi yang diperoleh pada penelitian ini adalah tidak ada hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa, dapat disimpulkan bahwa :

1. Hampir setengah dari responden mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel mengalami tingkat stres ringan.
2. Prestasi akademik mahasiswa semester ganjil akademik tahun 2023-2024 di Institut Kesehatan Immanuel sebagian besar cukup.
3. Tidak terdapat keterkaitan yang signifikan antara

tingkat stres dan prestasi akademik mahasiswa semester ganjil tahun akademik 2023-2024. meningkatkan prestasi akademik dengan mengelola stres secara efektif dan mempelajari cara-cara untuk mengendalikan tingkat stres.

Daftar Pustaka

- Trend, Kanisius. 2018. Mengurangi stres pada Remaja. Gramedia ; Jakarta.
- Kavtono, 2020. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap stres dengan Prestasi Akademik pada Remaja di Wilayah Desa Kunden, Kecamatan Bulu, Kabupaten Sukoharjo. http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilaku_merokok_avin.pdf. Diakses 23 maret 2022
- Serya, M. M. S. P., Rahmatika, A., & Oktaria, D. (2018). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik pada Mahasiswa Kedokteran Prelinik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 6(2), 109–117.
- Yok.P. Husaini. (2018). *Manajemen-teori, praktik dan riset pendidikan*. Bumi aksara: Jakarta.
- Masyani, 2020. Badan pusat statistik Indonesia. <https://www.bps.go.id/>.
- Gaol NTL. Teori Stres ; Stimulus, Respon, dan Transaksional. 2016;24(1):1-11.
- Listiara, E. R. N. (2017). Kelelahan Emosional Dan Strategi Coping Pada Wanita Single Parent (Studi Kasus Single Parent Di Kabupaten Paser). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(3).
- Sobur,S(2016), Dampak Kesehatan dan Ekonomi tingkat stress Di Indonesia
- Mohibin, (2019). link: <http://repository.stikeshangtuahsby-library.ac.id/335/1/Studi%20Perilaku%20merokok%20Pada%20Remaja%20Di%20Kelurahan%20Ketintang%20Ko.pdf>
- Gadzella, A.M. (2018). *Data dan situasi rokok Indonesia terbaru*. (2011, 28 Desember). http://www.infodokterku.com/index.php?option=com_content&view=article&id=143: data-dan-situasi-stress-cigarette-indonesia-terbaru&catid=40: data&Itemid=54.