

KESEJAHTERAAN MAHASISWA : PERAN PENGHAYATAN STRES AKADEMIK BERDASARKAN PERBEDAAN JENIS KELAMIN

Winna Andini Handayani¹⁾, Chandra Yudistira Purnama²⁾, Nisa Ariandini³⁾

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Jenderal Achmad Yani

¹email: winna.andini@lecture.unjani.ac.id

²email : chandra.yudistira@lecture.unjani.ac.id

³email : dini.nisa10@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat Artikel :

Submit, 1 April 2023

Revisi, 20 April 2023

Diterima, 25 Agustus 2023

Publish, 15 September 2023

Kata Kunci :

Kesejahteraan Mahasiswa,
Stres Akademik,
Perbedaan Jenis Kelamin

ABSTRAK

Terdapat fenomena mengenai stres akademik pada mahasiswa karena adanya perubahan dalam proses perkuliahan selama dan paska pandemi. Perubahan dan hambatan yang dialami mahasiswa dimaknai sebagai stres akademik. Dari beberapa literatur ditemukan bahwa pemaknaan laki-laki dan perempuan akan stres akademik berbeda yang juga dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif non-eksperimental dengan jenis asosiatif-kausalitas. Jumlah sampel sebanyak 221 mahasiswa Fakultas Psikologi dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Student-Life Stress Inventory ($\alpha = 0.95$ dan validitas = 0.421-0.880) dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa (CSSWQ) ($\alpha = 0.92$ dan validitas = 0.24-0.71) melalui *google form*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif baik pada kelompok mahasiswa laki-laki maupun perempuan ($R^2 = 25,2\%$ dan $2,64\%$). Peran atau pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa laki-laki lebih besar dibandingkan pada mahasiswa perempuan. Selain itu, mahasiswa perempuan lebih merasakan stres akademik dibandingkan pada mahasiswa laki-laki.

This is an open access article under the CC BY-SA license



Corresponding Author:

Winna Andini Handayani

Universitas Jenderal Achmad Yani

email: winna.andini@lecture.unjani.ac.id

1. PENDAHULUAN

Virus corona (Covid-19) yang menyebar secara global sejak Desember 2019 berdampak pada bidang pendidikan. Kementerian Pendidikan dan Budaya (Kemendikbud) mengeluarkan keputusan mengenai pelaksanaan pembelajaran secara daring. Kebijakan pembelajaran daring dilakukan sebagai upaya untuk pencegahan penularan virus corona (covid-19). Maka berdasarkan hal tersebut, perguruan tinggi di Indonesia merubah sistem pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran daring. Perubahan pada proses pembelajaran membawa dampak negatif bagi pengajar maupun pelajar.

Pada saat pandemi Covid-19 beberapa masalah dialami oleh mahasiswa, salah satunya mahasiswa belum siap untuk melakukan pembelajaran daring yang dilakukan dari rumah (Anggraeni dkk., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gunadha dan Rahmayunita (2020) didapatkan bahwa selama pembelajaran daring mahasiswa mengalami beberapa kendala, seperti jaringan internet yang kurang mendukung, kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar dirumah sehingga mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi, mahasiswa kurang fokus dalam belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan dosen maupun mahasiswa lain.

Selain itu, hasil penelitian yang ditemukan oleh Nurmitasari dan Rosidah (2022), selama perkuliahan daring mahasiswa kurang secara aktif dalam mengikutinya, diantaranya tidak mengaktifkan kamera saat perkuliahan, lambat atau diam saat dosen bertanya, tidak bertanya ketika diberikan kesempatan, persiapan yang minim saat akan memulai perkuliahan, terlambat bergabung ke ruang *virtual*.

Pada tahun 2022, Pemerintah mulai mencabut aturan PPKM karena kasus Covid-19 mulai menurun dan terkendali. Beberapa Perguruan Tinggi mulai memberlakukan perkuliahan luring atau tatap muka (*offline*). Perubahan dari perkuliahan daring ke luring bukanlah sesuatu yang mudah pula dijalani oleh para mahasiswa. Hal ini dikarenakan selama 2 tahun melakukan perkuliahan daring, mahasiswa telah menyesuaikan dengan situasi tersebut dan membentuk kebiasaan baru, baik itu bersifat positif maupun negatif. Hal positif misalnya mahasiswa terbiasa dan memiliki keterampilan dalam menggunakan *platform* yang menunjang perkuliahan daring seperti *gmeet*, *zoom*, *whatsapp*. Namun kebiasaan negatif misalnya kurang terbiasa untuk mempersiapkan diri dalam belajar karena mahasiswa dapat mengikuti perkuliahan dimana pun dan kapan pun, bahkan saat berkendara, tiduran atau jalan-jalan yang membuat kurang konsentrasi.

Transisi atau perubahan perkuliahan ini memiliki tuntutan yang berbeda dan tidak jarang menimbulkan hambatan yang dapat juga dihayati sebagai sumber tekanan bagi mahasiswa. Hal ini karena apabila mahasiswa kurang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik akan cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi pula. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Limbong dan Simbolon (2022), ditemukan sebanyak 21,6 % dari 1.411 mahasiswa yang cukup mengalami stres saat menghadapi transisi perkuliahan dari daring ke luring. Mahasiswa merasa kurang dapat berkonsentrasi dalam kelas, kurang mengerti yang diajarkan dosen, tidak yakin akan target pencapaian nilainya, beban biaya kuliah dan tugas-tugas yang banyak. Saat mahasiswa menghayati tugas sebagai sumber stres akademik, mahasiswa akan lebih merasakan afek negatif dibandingkan dengan afek positif (Sutalaksana dan Kusdiyati, 2020). Dapat dikatakan mahasiswa lebih merasa kurang senang dan bahagia saat menghayati situasi perkuliahan yang sedang dijalani merupakan tekanan atau sumber stres.

Menurut Dwyer dan Cummings (2001), stres yang dialami oleh mahasiswa dapat mempengaruhi kinerja akademiknya dan berdampak buruk pada kesehatan fisik dan psikologisnya. Selain itu, stres akademik dapat menyebabkan seseorang berespon secara emosional seperti perasaan cemas, merasa bersalah, sedih dan takut yang dapat berdampak pula pada penurunan kesejahteraan subjektif mereka (Yovita dan Asih, 2018). Penelitian lain menyebutkan bahwa stres akademik dan kecerdasan emosional secara bersama-sama berkontribusi terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa (Julika dan Setyawati, 2019). Dari beberapa penelitian tersebut dapat dikatakan adanya pengaruh atau peran stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa. Stres akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya jenis kelamin. Berdasarkan penelitian Rohmatillah dan Kholifah (2021) ditemukan bahwa terdapat perbedaan penghayatan

akan stres akademik pada perempuan dan laki-laki, dimana perempuan lebih mengalami stres akademik yang tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang menggunakan *literature review* oleh Irmayanti, Agustin dan Wasil (2022). Dari penelusuran menggunakan media massa (*berita online*), *google scholar*, *elsevier* dan buku ditemukan 5 artikel yang membahas mengenai kecemasan dengan faktor demografi pada masa pandemi Covid-19. Analisa pada 5 artikel tersebut ditemukan bahwa perempuan dua kali beresiko mengalami gangguan kejiwaan terkait stres dan kecemasan dibandingkan laki-laki (Irmayanti, Agustin dan Wasil, 2022). Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat dikatakan perbedaan jenis kelamin pun dapat membuat penghayatan yang berbeda mengenai stres serta dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya. Untuk itu, dalam artikel ini peneliti akan menguji pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif ditinjau dari perbedaan jenis kelamin pada mahasiswa.

2. METODE PENELITIAN

Desain

Metode penelitian yang akan digunakan untuk melakukan penelitian ini adalah kuantitatif asosiatif-kausalitas. Penelitian ini melihat pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif ditinjau dari perbedaan jenis kelamin pada mahasiswa.

Partisipan

Pengambilan data menggunakan *google form*. Teknik pengambilan sampel *cluster sampling* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani. Jumlah subyek sebanyak 221 mahasiswa.

Instrument

Stres Akademik

Stres akademik merupakan persepsi terhadap stressor akademik dan bagaimana reaksi terhadap stressor akademik yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif (Gadzella, 2005). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel stres akademik adalah memodifikasi kuesioner *Student-Life Stress Inventory* (SSI) yang disusun oleh Gadzella pada tahun 1994 dan sudah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Paragholapati dkk pada tahun 2021. Seluruh item dari kuesioner stres akademik dijawab dengan cara memilih salah satu dari lima pilihan jawaban yaitu dari Sangat Tidak Pernah (STP) sampai Sering (S).

Hasil uji reliabilitas *Student-Life Stress Inventory* (SSI) yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0.95$. Hasil uji validitas pada alat ukur *Student-Life Stress Inventory* (SSI) yang diuji menggunakan prosedur pengujian *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) adalah CFI = 0.094, RMSEA = 0.487.

Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa

Kesejahteraan subjektif mahasiswa merupakan penilaian terhadap keyakinan akan pencapaian akademis, kepuasan pencapaian akademis,

keterhubungan dengan institusi pendidikan, dan kebersyukuran terhadap pendidikan yang sedang dijalani dari kehidupan mahasiswa

(Renshaw & Bolognino, 2016). Alat ukur yang digunakan untuk variabel kesejahteraan subjektif adalah menggunakan *College Student Subjective Well-being Questionnaire – Revisi (CSSWQ-R)* yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Sari Zakiah Akmal dkk Tahun 2021. Hasil uji validitas pada *College Student Subjective Well-being Questionnaire (CSSWQ)* yang diuji menggunakan *Model Bifaktor* adalah CFI = 0.96 dan RMSEA = 0.06.

College Student Subjective Well-being Questionnaire (CSSWQ) memiliki reliabilitas yang baik yaitu $\alpha = 0.92$. CSSWQ memiliki hasil uji reliabilitas setiap aspeknya dengan menggunakan analisa *Composite Reliabilities (CR)* yaitu 0.92 pada *Academic Satisfaction* dan *School Connectedness*, 0.98 pada *College Gratitude*, dan 0.96 pada *Academic Efficacy*.

Analisa Data

Teknik analisis yang digunakan yaitu *independent simple t-test* untuk menguji perbedaan kesejahteraan subyektif dan penghayatan stres akademik berdasarkan jenis kelamin serta menggunakan uji *simple regression* untuk menguji pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subyektif. Olah data menggunakan *software* Jamovi 2.3.18. Selain itu, dalam penelitian ini dilakukan analisis deskriptif dengan menggunakan nilai rata-rata kelompok (*mean*) dari kelompok perempuan dan laki-laki norma ideal yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi yang memiliki 3 rentang nilai yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, peneliti akan memaparkan mengenai hasil dari skor rata-rata kelompok mahasiswa perempuan dan laki-laki mengenai stres akademik dan kesejahteraan subjektif, uji beda menggunakan perhitungan *t-test* variabel stres akademik dan kesejahteraan psikologis berdasarkan perbedaan jenis kelamin, serta uji pengaruh menggunakan perhitungan regresi.

Tabel 1. Hasil Rata-Rata Kelompok

Group		Mean	SD	SE
Stres Akademik	Perempuan	137.7	24.7	1.82
	Laki-Laki	119.5	32.3	5.17
CSSWQ	Perempuan	70.5	10.2	0.75
	Laki-Laki	73.3	10.8	1.73

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Berdasarkan tabel 1, dari perhitungan rata-rata kelompok dapat disimpulkan bahwa Perempuan (*mean* = 137.7) lebih merasakan stres akademik dibandingkan Laki-laki (*mean* = 119.5). Hal ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rokhmattillah dan Kholifah (2021), Erkasap (2022),

Kessler dkk. (2009). Bagi mahasiswa perempuan situasi akademik membuat mereka merasa tertekan. Mereka merasa kurang yakin dalam mengerjakan tugas dan merasakan tekanan pada saat pembelajaran. Penghayatan akan tekanan akademik ini dimunculkan melalui respon berupa fisik seperti kelelahan, mudah pusing atau sakit pada bagian pundak. Selain itu, merasa khawatir tidak dapat menyesuaikan dengan pembelajaran dan tidak yakin akan dapat mencapai target yang dimiliki.

Selain itu, mahasiswa berjenis kelamin Laki-laki (*mean* = 73.3) lebih tinggi skor rata-rata kelompok berkaitan kesejahteraan subjektif dibandingkan pada mahasiswa berjenis kelamin Perempuan (*mean* = 70.5). Hal ini menandakan bahwa mahasiswa laki-laki lebih merasa yakin akan pencapaian akademis, memiliki kepuasan akan pencapaian akademis, merasa terhubung dengan institusi pendidikan dan kebersyukuran terhadap pendidikan yang sedang dijalani dibandingkan mahasiswa perempuan.

Tabel 2. Hasil Uji Beda (T-test)

Independent Samples T-Test				
	Statistic	df	p	Mean difference
CSSWQ	1.56	219	0.119	-2.85
Stres Akademik	3.95 ^a	219	< .001	18.24

^a Levene's test is significant ($p < .05$), suggesting a violation of the assumption of equal variances

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Berdasarkan perhitungan uji beda menggunakan *t-test* (tabel 2.) didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa Laki-laki dan Perempuan mengenai penghayatan akan stres akademik (*p-value* < .001), tetapi tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa Laki-laki dan Perempuan mengenai kesejahteraan subjektif mereka mengenai kehidupan akademik mereka. Hal ini dikarenakan perbedaan skor rata-rata kelompok antara Laki-laki dan Perempuan tidak berbeda secara signifikan. Dapat diartikan pula bahwa baik Laki-laki ataupun mahasiswa Perempuan memiliki penghayatan mengenai kesejahteraan subjektif yang cenderung sama mengenai perkuliahan dan kegiatan akademik yang dijalani.

Dilihat dari perbedaan skor pada setiap dimensi dari kesejahteraan subjektif maka dimensi *academic satisfaction* memiliki skor yang signifikan berbeda antara mahasiswa Laki-laki dan Perempuan. Artinya kepuasan akademik pada Laki-laki lebih tinggi skornya dibandingkan pada Perempuan. Saat perempuan merasakan adanya hambatan pada penyelesaian masalah atau hambatan akademiknya,

mereka akan cenderung menghayati stres dan merasa kurang puas.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Kelompok Perempuan

Model Fit Measures		
Model	R	R ²
1	0.163	0.0264

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Model Coefficients - CSSWQ			
Predictor	Estimate	t	p
Intercept	79.7398	18.68	<.001
Stres Akademik	-0.0674	-2.21	0.028

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Berdasarkan tabel 3., besar pengaruh stress akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada kelompok perempuan sebesar 2,64% (p -value = 0.028). Hal ini menandakan terdapat pengaruh penghayatan mahasiswa mengenai tekanan akademik terhadap kesejahteraan subjektifnya yaitu sebesar 2,64%, dengan arah negatif (β atau $estimate$ sebesar -0.0674). Semakin menghayati stres maka akan semakin kurang merasa sejahtera, sebaliknya semakin tidak merasakan stres maka akan merasakan kesejahteraan. Akan tetapi, pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada kelompok mahasiswa perempuan dapat dikatakan tergolong kecil. Nampaknya, hal yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada mahasiswa perempuan tidak hanya ditentukan oleh penghayatannya akan stres. Artinya tidak selalu saat mahasiswa perempuan merasakan stres berarti ia kurang merasa sejahtera atau bahagia. Terdapat 97,36% faktor lain yang mempengaruhi mahasiswa perempuan dapat merasakan kesejahteraan. Adanya kesempatan untuk lebih sering berinteraksi dengan teman dapat pula membuat mahasiswa perempuan merasakan kesejahteraan meskipun ditengah beban tugas, kekhawatiran dan ketidakyakinan akan pencapaian akademik yang baik.

Tabel 4. Hasil Uji Regresi Kelompok Laki-laki

Model Fit Measures		
Model	R	R ²
1	0.502	0.252

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Model Coefficients - CSSWQ			
Predictor	Estimate	t	p
Intercept	93.386	15.85	<.001
Stres Akademik	-0.168	-3.53	0.001

Sumber : Olahan Jamovi 2.3.18

Berdasarkan tabel 4., besar pengaruh stress akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada kelompok laki-laki sebesar 25,2% (p -value <.001). Hal ini menandakan terdapat pengaruh penghayatan mahasiswa mengenai tekanan akademik terhadap kesejahteraan subjektifnya yaitu sebesar 25,2%, dengan arah negatif (β atau $estimate$ sebesar -0.168). Semakin menghayati stres maka akan semakin kurang merasa sejahtera, sebaliknya semakin tidak merasakan stres maka akan merasakan kesejahteraan. Pada mahasiswa laki-laki dapat dikatakan pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif tergolong cukup. Hal ini menandakan bahwa penghayatan akan stres akademik pada mahasiswa laki-laki cukup mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya sebagai mahasiswa.

Saat mahasiswa laki-laki merasakan tekanan yang bersumber dari kehidupan akademiknya, seperti hambatan dalam mengerjakan tugas, kesulitan memahami materi, dan sebagainya maka mereka akan cenderung merasa kurang yakin dan puas akan pencapaiannya sebagai mahasiswa serta kurang bersyukur atas pencapaiannya. Sebaliknya, saat mahasiswa laki-laki tidak menghayati hambatan atau masalah dalam kehidupan akademiknya sebagai sumber stres maka mereka akan cenderung merasa yakin dan puas akan pencapaian sebagai mahasiswa serta bersyukur atas pencapaiannya. Meskipun faktor stres akademik memiliki cukup pengaruh pada perbedaan tingkat kesejahteraan subjektif pada mahasiswa laki-laki, tetapi masih terdapat sekitar 74,8 % faktor lainnya.

Berdasarkan tabel 3 dan 4., dapat disimpulkan bahwa peran atau pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa memiliki perbedaan. Pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa laki-laki lebih besar (25,2%) dibandingkan pada mahasiswa perempuan (2,64%). Hal ini menandakan perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi penghayatan akan stres akademik dan perbedaan akan penghayatan akan stres akademik dapat pula mempengaruhi penilaian mahasiswa akan kesejahteraan subjektifnya sebagai mahasiswa.

Pada mahasiswa laki-laki mereka lebih merasa bahagia karena mereka tidak merasakan bahwa kehidupan akademiknya merupakan sesuatu yang menekan (sumber stres). Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ruhmadi, dkk (2014) bahwa laki-laki cenderung lebih santai dalam menghadapi sumber stres yang berasal dari kegiatan akademik. Sementara perempuan dalam menghadapi stres lebih berorientasi pada tugas, sehingga mereka lebih memperhatikan dan fokus pada pencapaian akademiknya. Di sisi lain, mahasiswa perempuan masih dapat merasakan kesejahteraan meskipun merasakan stres dalam kehidupan akademiknya. Hal ini salah satunya karena mahasiswa perempuan masih memiliki tingkat kebersyukuran mengenai

kehidupannya sebagai mahasiswa ($mean = 20.3$, paling tinggi). Rendah atau tingginya stres akademik pada mahasiswa perempuan, mereka tetap memiliki kebersyukuran (*college gratitude*). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Haryanto dan Kertamuda (2016), mengatakan bahwa mayoritas mahasiswa di Indonesia memaknai rasa syukur dalam bentuk penerimaan dan ketika mereka mengalami tekanan yang tinggi mahasiswa akan tetap menerima sesuatu yang dimiliki dan dijalani.

4. KESIMPULAN

Peran atau pengaruh stres akademik terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa laki-laki lebih besar dibandingkan pada mahasiswa perempuan.

Pada mahasiswa perempuan faktor lain yang memungkinkan mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya yaitu berkaitan dengan kebersyukuran dan tersedianya kesempatan untuk berinteraksi dengan teman.

Terdapat perbedaan penghayatan akan stres akademik pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Mahasiswa perempuan lebih menghayati bahwa kehidupan akademiknya merupakan sesuatu yang menekan dan menjadi sumber stres dibandingkan pada mahasiswa laki-laki.

5. REFERENSI

- Akmal, S. Z., Kumalasari, D., & Grasiawaty, N (2021). *Indonesian adaptation of the Revised College Student Subjective Wellbeing Questionnaire*.
- Anggraeni, A. W., Angelina, D., & Dwijayanti, M. (2020). *Tanggapan Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Di Masa Karantina Covid-19. UNEJ e-Proceeding*, 627-638.
- Dwyer, A. L., & Cummings, A. L. (2001). *Stress, self-efficacy, social support, and coping strategies in university students. Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 35(3).
- Erkasap, A., Akşit, M., & Çoşkun, A. (2020). *Investigation results of the anxiety impact of COVID-19 pandemic on individuals: A case from Turkey. International Journal of Research in Business and Social Science*, 9(3), 80-84.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). *An analysis of the categories in the student-life stress inventory. American journal of psychological research*, 1(1), 1-10.
- Gunadha, R., & Rahmayunita, H. (2020). *Kuliah Online saat Corona Picu Ketimpangan Akses Bagi Mahasiswa Miskin*.
- Haryanto, H. C., & Kertamuda, F. E. (2016). *Syukur sebagai sebuah pemaknaan. Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 18(2), 109-118.
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). *Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>.
- Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Chatterji, S., Lee, S., Ormel, J., ... Wang, P. S. (2009). *The global burden of mental disorders: an update from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 18(1), 23-33.
- Nur Irmayanti, Agustin, A., & Wasil, M. (2022). *Kecemasan di Masa Pandemi Covid-19 Ditinjau dari Gender. Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(2), 146-158.
- Nurmitasari, N., & Rosidah, A. (2022). *Kebiasaan Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring. MAJU: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 9(2).
- Pragholapati, A., Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., & Sulastri, A. (2021). *Indonesian adaptation of the Student-Life Stress Inventory: Psychometric properties and factor structure. Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*.
<https://doi.org/10.36089/nu.v12i3.380>.
- Renshaw, T. L., & Bolognino, S. J. (2016). *The College Student Subjective Wellbeing Questionnaire: A brief, multidimensional measure of undergraduate's covitality. Journal of Happiness Studies*, 17(2), 463-484.
- Renshaw, T. L. (2018). *Psychometrics of the revised college student subjective wellbeing questionnaire. Canadian Journal of School Psychology*, 33(2), 136-149.
- Rohmatillah, W., & Kholifah, N. (2021). *Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa Sekolah from Home. Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8(1), 38-52.
<https://doi.org/10.35891/jip.v8i1.2648>.
- Ruhmadi, E., Suwartika, I., & Nurdin, A. (2014). *Analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stress akademik mahasiswa reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Jurnal Keperawatan Soedirman*, 9(3), 173-189.
- Simbolon, I., & Limbong, A. (2022). *Tingkat Stres Mahasiswa Pada Pembelajaran Luring Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Informasi Dan Teknologi*, 4(4), 7-10.
<https://doi.org/10.37034/jidt.v4i4.239>.
- Sutalaksana, D. A., & Kusdiyati, S. (2021). *Hubungan Stres Akademik dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Yovita, M., & Asih, S. R. (2018). *The effects of academic stress and optimism on subjective well-being among first-year undergraduates. Diversity in unity: Perspectives from psychology and behavioral sciences*