



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi *Covid-19*

Khofifah Kurniati & Hamidah*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Berbagai tantangan yang dihadapi mahasiswa baru saat masa peralihan dari SMA ke Perguruan Tinggi. Hal tersebut terjadi karena penyesuaian diri terhadap 2 hal secara bersamaan yaitu ketika masuk kedalam dunia kampus dan juga perubahan akibat pandemi covid-19. Penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan dapat membuat seseorang rentan mengalami stres. Sudah terdapat berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami tingkatan stres lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berasal dari jurusan non medis. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh penyesuaian diri terhadap stres mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi. Metode penelitian menggunakan metode survei, yang melibatkan 200 mahasiswa baru fakultas kedokteran. Skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *The Student Adaptation to College Questionnaire* dan *Kessler Psychological Distress*. Data dianalisis dengan menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap stres pada mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi sebesar 35,9%.

Kata kunci: *covid-19, kedokteran, mahasiswa baru, penyesuaian diri, stress*

ABSTRACT

Various challenges faced by new students during the transition from high school to tertiary education. This happened because of adjusting to 2 things simultaneously, namely when entering the world of campus and also changes due to pandemic. Adjusting to various changes can make a person vulnerable to stress. There have been various studies showing that medical students experience higher levels of stress than students who come from non-medical majors. The research objective was to determine the effect of adjustment on the stress of new medical faculty students during the pandemic. Research method used a survey, which involved 200 new medical students. Scale used as a data collection tool in this study was *The Student Adaptation to College Questionnaire* and *Kessler Psychological Distress*. Data analyzed using simple linear regression. The results showed that self-adjustment had a positive and significant effect on stress in new medical faculty students during pandemic by 35.9%.

Keywords: *adjustment, covid-19, medical, new students, stress*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2021, Vol. 1(1), 649-655

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: hamidah@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>),

sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 ini merupakan musibah yang memilukan bagi seluruh dunia, virus ini membawa dampak yang begitu besar pada setiap aspek kehidupan manusia, tanpa terkecuali aspek pendidikan. Di Indonesia saat ini banyak sekolah dan perguruan tinggi yang terpaksa ditutup untuk mengurangi angka penularan Covid-19. Penggunaan metode *daring* dalam aktivitas belajar mengajar baik level siswa hingga mahasiswa, hal ini dilakukan untuk pencegahan perkembangan maupun penularan Covid-19 sesuai dengan surat edaran Kemendikbud (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020). Metode belajar secara *daring* pun mulai dilakukan yang membuat mahasiswa harus beradaptasi dengan kondisi seperti itu. Konsekuensinya pengenalan konsep mengenai pelajaran tidak dapat berjalan se-efektif pembelajaran tatap muka ditambah lagi pembelajar yang kebingungan menghadapi metode *daring* dan tumpukan tugas yang membuat pembelajar semakin mengalami kecemasan dimasa Covid-19 ini.

Salah satu hal yang mempengaruhi hasil belajar yaitu kecemasan dikarenakan kecemasan cenderung menghasilkan distorsi persepsi yang dapat mengganggu individu dalam proses belajar. adapun cara kerjanya yaitu dengan menurunkan daya ingat dan pemusatan perhatian. Selain itu kecemasan yang berkepanjangan dapat menimbulkan stres yang tentunya dapat mengganggu kegiatan dalam kehidupan sehari-hari (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020). Situasi krisis seperti ini tentu sulit dilakukan oleh para pelajar khususnya mahasiswa tahun ajaran pertama dan angkatan Covid-19.

Menurut penelitian yang dilakukan Zubir (2012) awal mula meniti pendidikan di perguruan tinggi, seorang mahasiswa akan dihadapkan dengan perubahan dalam hidupnya dikarenakan terdapat perbedaan terkait kurikulum dan sistem pembelajaran di SMA dan Universitas (Maulina & Sari, 2018). Hasil dari penelitian Nur (2015) menunjukkan terdapat 60% mahasiswa baru di Universitas Padjajaran merasa belum mampu menyesuaikan diri dengan aspek akademik dengan baik dikarenakan belum mampu menyesuaikan dengan sistem pembelajaran di dunia perkuliahan (Maulina & Sari, 2018).

Hurlock (1999) melihat bahwa realitas yang dihadapi remaja menuju dewasa awal lebih kompleks dari pada sekedar membangun relasi karena dalam tahap ini terjadi perubahan nilai, kreativitas, dan penyesuaian diri terhadap pola hidup baru. Proses pemenuhan tugas perkembangan memang kerap kali menemukan masalah yang dapat memicu terjadinya stres (Musabiq & Karimah, 2018). Beberapa dampak stres pada fisik menurut Bressert (2016) diantaranya yaitu demam, pusing, tegang otot, dan gangguan tidur bahkan rasa lelah yang disertai dengan kurangnya energi. Aspek emosi dari stres sendiri yaitu frustrasi, pemarah, mudah sensitif dan merasa tidak berdaya sedangkan pada aspek perilaku yaitu hilangnya minat untuk melakukan sosialisasi dengan orang lain, kecenderungan untuk menyendiri, keinginan untuk menghindari orang lain, dan timbulnya perasaan malas (Musabiq & Karimah, 2018).

Stres pada mahasiswa ini cenderung lebih banyak terjadi pada mahasiswa kedokteran, penelitian Suganda (2014) menyebutkan bahwa mahasiswa kedokteran Universitas California ditemukan 51 % yang mengalami stres. Penelitian lainnya yang dilakukan di *Zianudin Medical University* yakni terjadi penurunan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran pada tahun pertama, kedua, ketiga, hingga keempat. hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran di tahun pertama sangat tinggi yang menunjukkan lebih dari 50% populasi mahasiswa kedokteran mengalami stres (Musabiq & Karimah, 2018).

Sistem dalam mahasiswa kedokteran yang berbeda setiap waktu, praktikum, *skill lab*, *tutor*, teknik belajar secara mandiri, itu semua sudah tercakup dalam sistem blok terdiri dari 28 blok yang wajib dilalui yang didalamnya terdapat beberapa topik materi. Dalam satu semester, mahasiswa mengikuti dua hingga empat blok.

Dalam setiap kegiatan pembelajaran pada mahasiswa kedokteran terdapat salah satu mata kuliah yaitu keterampilan medis, yang mengharuskan mahasiswa melakukan interaksi dengan pasien namun di situasi pandemi ini membuat ketidaknyamanan dalam belajar bagi mahasiswa kedokteran. Kondisi seperti ini yang membuat khas di masa pandemi covid-19. Segala rincian pembelajaran mahasiswa baru fakultas kedokteran membutuhkan efisiensi waktu dan energi dalam belajar. Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri dari beberapa hal tersebut dapat menimbulkan tekanan mental atau stres (Mustikawati & Putri, 2018).

Stres yang terjadi terus-menerus dapat menjadi sebuah ancaman karena dapat menyebabkan gangguan lain seperti depresi, kecemasan, dan disfungsi sosial serta dapat berujung pada tindakan bunuh diri. Mahasiswa yang mengalami stres yang terindikasi depresi atau bahkan lebih parah lagi sangat membutuhkan penanganan dan perhatian yang serius karena dapat membawa efek yang buruk pada kondisi belajar bahkan prestasi atau pencapaian mahasiswa di perguruan tinggi (Legiran, Zalili, & Bellinawati, 2015).

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh penyesuaian diri terhadap stres mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi Covid-19.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tipe survei, Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan disebarikan secara daring melalui media *Google Forms*. Kuesioner dibagi menjadi data demografis, *The Student Adaptation to College Questionnaire* untuk mengukur penyesuaian diri, dan *Kessler Psychological Distress* untuk mengukur stres. Validitas dari alat ukur menggunakan *professional judgement*. Pengukuran reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Analisis data yang digunakan adalah regresi linier sederhana dengan menggunakan *software IBM SPSS Statistic 22 For Windows*. Analisis data digunakan dengan tujuan untuk melihat pengaruh penyesuaian diri terhadap stres mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi covid-19.

Partisipan

Kriteria pada penelitian ini yaitu mahasiswa/i baru fakultas kedokteran dan sedang menjalani perkuliahan di masa pandemi covid-19. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *snowball sampling*. *Snowball sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang awal mula jumlahnya kecil, kemudian sampel ini disuruh memilih rekannya untuk dijadikan sampel dan begitu seterusnya, sehingga jumlah sampel makin lama makin banyak. Ibarat bola salju yang bergerak menggelinding (Sugiyono, 2018). Jumlah partisipan yang terkumpul pada penelitian ini adalah 200 partisipan. Partisipan diminta untuk mencermati pernyataan persetujuan dalam pengambilan data sebelum mengisi kuesioner penelitian ini dan memberikan pernyataan setuju atau tidak untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Partisipan dari penelitian ini lebih banyak perempuan yaitu sebesar 82%. Sedangkan, untuk kategori universitas yang mendominasi yaitu universitas negeri yaitu sebanyak 90,5% dan untuk sebaran asal universitas responden beragam, hasil tertinggi berada pada Universitas Airlangga dengan presentase 20%.

Pengukuran

Pengukuran pada penelitian ini menggunakan skala Baker & Siryk yaitu *The Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) untuk mengukur penyesuaian diri. Skala SACQ berjumlah 67 aitem dalam bahasa Indonesia. Skala ini memiliki empat kategori pilihan jawaban 1 sangat tidak sesuai sampai 4 sangat sesuai. Skala SACQ memiliki koefisien *Cronbach's alpha* yang dilakukan per subskala, untuk subskala *academic adjustment* memiliki nilai *Cronbach alpha* $\alpha = 0,806$, subskala *social adjustment* memiliki nilai *Cronbach alpha* $\alpha = 0,822$, subskala *personal-emotional adjustment* memiliki nilai *Cronbach alpha* $\alpha = 0,816$, dan subskala *institutional attachment* memiliki nilai *Cronbach alpha* $\alpha = 0,791$. Variabel stres diukur dengan menggunakan skala *Kessler Psychological Distress* (K-10) milik Kessler yang berjumlah 10 aitem dalam bahasa Indonesia. Skala ini menggunakan skala likert skor 1 untuk jawaban tidak pernah sampai 5 untuk jawaban selalu. Reliabilitas alat ukur *Kessler Psychological Distress* yaitu *coefficient* $\alpha = 0,869$. Validitas pada kedua alat ukur menggunakan *professional judgement* peneliti sebelumnya yakni Rahayu & Arianti (2020) dan Fatimah (2019).

Skor didapatkan dengan cara dijumlahkan. Uji asumsi yang dilakukan yaitu uji normalitas residual, uji linearitas, uji homokedastisitas, dan uji korelasi. Data yang diperoleh berdistribusi normal dengan nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,2. Data memiliki hubungan yang linier dengan nilai *linearity* sebesar 0,0 dan *deviation from linearity* sebesar 0,252. Selain itu, data tidak memiliki gejala heterokedastisitas. Kedua variabel memiliki korelasi dengan nilai uji *product moment pearson* sebesar 0,0.

Analisis Data

Uji regresi linier sederhana dilakukan menggunakan *software IBM SPSS Statistic 22 for Windows*. Peneliti juga melakukan uji komparasi mean berdasarkan data demografis yang didapatkan dari masing-masing partisipan.

HASIL PENELITIAN

Hasil dari uji analisis deskriptif menunjukkan jumlah partisipan sebanyak 200 menghasilkan skor terendah (*Min*) pada variabel penyesuaian diri sebesar 114 dan variabel stres sebesar 15,0. Skor tertinggi (*Max*) pada variabel penyesuaian diri memiliki nilai sebesar 247 dan variabel stres sebesar 48,0. Nilai rata-rata (*Mean*) pada variabel penyesuaian diri sebesar 183,93 dan pada variabel stres sebesar 28,000. Berdasarkan data yang didapatkan, penyesuaian diri 43 mahasiswa atau 21,5% berada pada kategori tinggi, 154 mahasiswa atau 77,0% berada pada kategori sedang dan terdapat 3 mahasiswa atau 1,5% berada pada kategori rendah. Pada variabel stres didapatkan 87 mahasiswa atau 43,5% berada pada stres berat, 39 mahasiswa atau 19,5% berada pada stres sedang, dan 49 mahasiswa atau 24,5% berada pada kategori stres yang rendah.

Hasil dari analisis korelasi dengan *product moment pearson* menunjukkan adanya korelasi antara variabel penyesuaian diri dan stres pada mahasiswa baru fakultas kedokteran ($r(200)=0,599; p<0,001$). Uji komparasi *mean* berdasarkan data demografis terdiri dari jenis kelamin, kategori universitas dan asal universitas. Hasil dari uji komparasi *mean* berdasarkan jenis kelamin menggunakan *independent sample t-test* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel penyesuaian diri perempuan ($M=184,21; SD=21,69$) memiliki skor lebih tinggi dibandingkan

laki-laki ($M=182,65;SD=27,48$) dan terdapat perbedaan pada variabel stres perempuan ($M=27,8;SD=7,0$) sedangkan laki-laki ($M=28,48;SD=8,39$). Uji komparasi pada kategori universitas menggunakan *independent sample t-test* menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara universitas negeri dan swasta pada variabel stres ($M=28,21;SD=7,27$) untuk universitas negeri dan ($M=26,0;SD=7,81$) untuk universitas swasta. Sedangkan pada variabel penyesuaian diri juga tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($M=183,07;SD=22,83$) untuk universitas negeri dan ($M=192,05;SD=21,37$) untuk universitas swasta. Uji komparasi rata-rata berdasarkan asal universitas menggunakan *one-way ANOVA*, menunjukkan tidak terdapatnya perbedaan pada variabel penyesuaian diri ($F(19,180)=1,58;p>0,001$) dan terdapat perbedaan rata-rata pada variabel stres ($F(19,180)=2,11;p>0,001$). Analisis regresi menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan dari penyesuaian diri terhadap stres ($R^2=0,359;F(1,198)=110,96;p<0,001$). Penyesuaian diri secara signifikan berpengaruh pada stres ($B=0,599;p<0,001$).

DISKUSI

Hasil penelitian uji analisis regresi linier sederhana, penyesuaian diri memiliki pengaruh terhadap stres. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian-penelitian yang ada sebelumnya. Pada penelitian yang dilakukan di *Zianudin Medical University* yakni terjadi penurunan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran pada tahun pertama hingga keempat sebesar 73%, 66%, 49% hingga 47% hal ini menggambarkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran di tahun pertama sangat tinggi yang menunjukkan lebih dari 50% populasi mahasiswa kedokteran mengalami stres. Hasil Pada penelitian (Maulina & Sari, 2018) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negative signifikan antara tingkat penyesuaian diri dengan stres mahasiswa FK UISU. Dijabarkan bahwa semakin baik tingkat penyesuaian diri mahasiswa maka semakin rendah stres yang dialami dan sebaliknya mahasiswa yang kurang mampu menyesuaikan diri rentan mengalami stres. Hal ini juga sejalan dengan pendapat (Christyanti, Mustami'ah, & Sulistiani, 2010) bahwa apabila seseorang mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya berarti seseorang itu juga mampu membuat selaras kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan sehingga tidak rentan mengalami stres.

Pada mahasiswa tahun pertama di perkuliahan memang kerap kali memiliki masalah dengan penyesuaian diri, ditambah lagi saat ini seluruh dunia khususnya Indonesia masih terus beradaptasi dengan kondisi pandemi Covid-19. Menurut penelitian (Hasanah, Ludiana, Immawati, & PH, 2020) pengenalan konsep mengenai pelajaran tidak bisa berjalan dengan efektif seperti halnya pembelajaran tatap muka. Situasi krisis seperti ini tentu sulit dilakukan oleh para pelajar khususnya mahasiswa tahun ajaran pertama angkatan COVID-19, yang juga mengalami masa transisi dari siswa menjadi mahasiswa. Tentu masalah penyesuaian diri pada saat ini tidak dapat dihindari. Seperti yang dikatakan pada penelitian (Rahayu & Arianti, 2020) mengenai penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama menunjukkan skor dimensi penyesuaian akademik sedang 70,04% dan tinggi 14,98% sementara itu pada dimensi penyesuaian sosial skor yang tergolong sedang 76,21% dan tinggi 14,10% selanjutnya pada dimensi penyesuaian personal-emosional yang memiliki skor sedang sebanyak 69,60% dan skor tinggi sebanyak 14,98% mahasiswa. Kemudian pada dimensi keempat penyesuaian kelekatan institusional skor sedang sebanyak 63,44% mahasiswa dan pada skor tinggi sebanyak 17,18% mahasiswa.

Lebih lanjut dalam penelitian (Christyanti, Mustami'ah, & Sulistiani, 2010) juga disebutkan bahwa kondisi lingkungan perguruan tinggi juga mempengaruhi penyesuaian diri. Selain itu kepuasan seseorang terhadap lingkungan atau aktivitas kuliah secara umum dan kepuasan terhadap aktivitas

kuliah secara khusus mempengaruhi keputusan seseorang untuk bertahan dan melanjutkan studi. Dalam penelitian (Maulina & Sari, 2018) menunjukkan tingkat stres mahasiswa baru fakultas kedokteran akibat masalah penyesuaian diri berada pada 41% untuk kategori tinggi dan 59% untuk kategori rendah. Dapat dilihat bahwa antara tingkat stres rendah dan tinggi memiliki perbedaan yang cukup tipis.

Menurut penelitian (Santrock, 2005 dalam Fatimah, 2019) salah satu faktor penyebab stres yaitu faktor lingkungan dimana ketika beban yang ditanggung individu yang merasa tidak mampu untuk menghadapinya akan lebih terasa berat dan juga sulit. Lingkungan yang tidak memberi *support* keinginan individu akan menjadikannya merasa sulit. Beban terlalu berat yang terjadi pada saat ini merupakan *burnout* yaitu perasaan tidak berdaya dan tidak punya harapan karena beban yang sangat berat di lingkungan individu. Jika dikaitkan dengan penelitian di masa pandemi Covid-19 ini individu yang mengalami tentu ada yang merasakan kesulitan saat melakukan perkuliahan *online* karena lingkungan yang tidak mendukung. Menurut Holroyd dan Lazarus menyatakan bahwa kognitif memiliki peran yang signifikan dalam reaksi stres dan biasanya dikonsepsikan dalam dua proses interaksi, yaitu *appraisal* dan *coping* (Holroyd & Lazarus, 1982 dalam Lazarus & Folkman, 1984). *Appraisal* menentukan apakah kondisi dianggap *stressful* dan perubahan kognitif *appraisal* seseorang dapat mereduksi stres. Maka dari itu apabila individu merasa bahwa kondisi sebagai sesuatu yang *stressful* maka coping tidak begitu dibutuhkan. Situasi yang dirasakan *stressful* juga dapat diminimalisir melalui *coping skills* yang efektif (Lazarus & Folkman, 1984). Terkait dengan temuan penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa baru fakultas kedokteran paling banyak mengalami stres berat yakni sekitar 43,5% diperkirakan ada hubungannya dengan kognitif dan faktor lingkungan yang dialami mahasiswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis statistik yang sudah dilakukan pada penelitian, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri memiliki pengaruh yang signifikan positif terhadap stres mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemi Covid-19.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terima kasih kepada Allah SWT, keluarga dan seluruh teman-teman yang tidak henti-hentinya mendukung dan memberikan semangat selama penelitian ini berlangsung hingga selesai. Serta, terima kasih kepada peneliti terdahulu yang sudah memberikan saya alat ukur dan izin untuk menggunakannya sehingga memudahkan proses dalam penelitian.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Khofifah Kurniati dan Hamidah tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Christyanti, D., Mustami'ah, D., & Sulistiani, W. (2010). Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *INSAN Vol.12 Nomor 3*, 153-158.
- Fatimah, M. (2019). Efektivitas Teknik Self Talk Untuk Menurunkan Stres Remaja. *Skripsi: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, 20-28.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). GAMBARAN PSIKOLOGIS MAHASISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN SELAMA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa Vol.8 Nomor 3*, 299-304.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Legiran, A., Zalili, M., & Bellinawati, N. (2015). Faktor Resiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Volume 2, No.2 April 2015*, 197-202.
- Maulina, B., & Sari, D. R. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling Volume 4 Nomor 1 Juni 2018*, 1-5.
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). DESCRIPTION OF STRESS AND ITS IMPACT ON STUDENTS. *Universitas Indonesia Insight, Volume 20 No. 2 Agustus 2018*, 75-82.
- Mustikawati, I. F., & Putri, P. M. (2018). Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Herb-medicine journal Vol 1 No.2*, 122-125.
- Rahayu, M. N., & Arianti, R. (2020). PENYESUAIAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI PERGURUAN TINGGI: STUDI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UKSW. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi Vol.4. No.2*, 73-84.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Cetakan Ke-27)*. Bandung : Alfabeta.