

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran: Tinjauan Pustaka

Qurratul Aini Nirwan¹, Soraya Rahmanisa², Suryani Agustina Daulay³,
Ratna Dewi Puspita Sari⁴

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

²Departemen Biokimia, Biomedik, dan Fisiologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

³Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

⁴Departemen Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan,
Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Mahasiswa merupakan seseorang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa kedokteran merupakan mahasiswa yang membutuhkan dedikasi serta tekanan yang tinggi dalam mencapai akhir studi. Mahasiswa kedokteran sangat rentan mengalami stres akademik. Stres merupakan keadaan mengancam pada individu. Stresor merupakan sumber dari stres. Stres akademik merupakan keadaan saat mahasiswa menghadapi tekanan akademik berupa kegiatan pembelajaran yang intens. Stresor yang dapat mengakibatkan stres akademik meliputi ujian, pratikum, tugas, serta tuntutan waktu yang harus dilakukan dalam waktu yang singkat. Stres akademik akan berdampak pada Kesehatan mental yang akan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa. Stres yang diinduksi oleh tekanan psikologis akan menyebabkan perubahan pada tubuh. Hal tersebut menghasilkan dua respon yaitu respon lambat dan respon cepat. Respon tersebut berhubungan dengan 2 sistem tubuh yaitu *sympathetic adrenomedullary system* dan *hypothalamic pituitary adrenal*. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa kedokteran adalah *self efficacy*, *hardiness*, optimisme, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dan dukungan sosial. *Self efficacy* yang tinggi akan membantu mahasiswa dalam mengatasi stres, sedangkan *hardiness* akan memperkuat ketahanan mahasiswa dalam menghadapi tekanan. Optimisme dan motivasi berprestasi akan berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk bangkit saat menghadapi kegagalan dan fokus dengan tujuam. Pada aspek prokrastinasi akan memperburuk stres dikarenakan penundaan penyelesaian tugas. Pada aspek dukungan sosial keluarga, teman, dan institusi akan membantu dalam mengurangi stres dengan memberikan rasa aman serta menyeimbangkan emosi mahasiswa.

Kata Kunci: *Hardiness*, mahasiswa kedokteran, motivasi berprestasi, optimisme, prokrastinasi, *self efficacy*, stres akademik,

Factors Affecting Academic Stress in Medical Students : Literature Review

Abstract

A student is an individual who studies at a higher education institution. A medical student is a student who requires dedication and undergoes significant pressure to complete their studies. Medical students are highly vulnerable to academic stress. Stress is a threatening state experienced by an individual, while a stressor is the source of stress. Academic stress occurs when students face academic pressure, such as intensive learning activities. Stressors that can contribute to academic stress include exams, practical sessions, assignments, and time constraints that must be managed within a short period. Academic stress impacts mental health, which in turn affects students' academic performance. Stress induced by psychological pressure causes changes in the body, resulting in two types of responses: slow and fast responses. These responses are linked to two physiological systems: the sympathetic adrenomedullary system and the hypothalamic-pituitary-adrenal HPA axis. Several factors influence academic stress in medical students, including self-efficacy, hardiness, optimism, achievement motivation, procrastination, and social support. High self-efficacy helps students manage stress, while hardiness strengthens their resilience in facing pressure. Optimism and achievement motivation contribute to students' ability to recover from failure and stay focused on their goals. Conversely, procrastination worsens stress due to delays in completing tasks. Social support from family, friends, and institutions plays a crucial role in reducing stress by providing a sense of security and emotional balance for students.

Keywords: Academic stress, achievement motivation, hardiness, medical students, optimism, procrastination, self-efficacy

Korespondensi: Qurratul Aini Nirwan, Kec. Rajabasa, Bandar Lampung, hp 082178526699, e-mail: aininirwan1@gmail.com

Pendahuluan

Mahasiswa merupakan seseorang yang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Hal ini

bertujuan untuk mengembangkan kemampuan serta membentuk kepribadian dalam memajukan bangsa negara¹. Mahasiswa

diharapkan belajar dengan cepat berdasarkan ilmu pengetahuan dan teknologi terkini². Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu mahasiswa yang memiliki tekanan serta membutuhkan dedikasi yang tinggi untuk menyelesaikan pendidikannya³. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa kedokteran seperti kuliah pengantar, kuliah panel, ujian blok, *Objective Structured Clinical Examination* OSCE, dan ujian akhir semester⁴. Hal tersebut yang akan menginduksi stres pada mahasiswa kedokteran⁵.

Stres adalah keadaan yang bersifat mengancam pada individu. Stres diinduksi oleh ketidakmampuan individu terhadap menyelesaikan masalah serta tuntutan lingkungan sehingga menghasilkan sebuah reaksi yaitu reaksi tidak nyaman, cemas, emosi negatif dan gelisah⁶. Hal berupa kejadian personal atau lingkungan penyebab stres disebut stresor⁷. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa stres merupakan reaksi tubuh individu saat mengalami tekanan, ancaman, atau perubahan dari dalam tubuh atau luar tubuh. Hal ini akan bersifat nyata dan tidak nyata⁸.

Stres akademik merupakan tekanan terhadap mahasiswa yang mengenai ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan akademik⁹. Hal ini diakibatkan oleh pengaruh proses belajar atau perkuliahan di kampus¹⁰. Hal tersebut akan diikuti dengan ketidakmampuan mahasiswa dalam mengelola waktu dalam menghadapi kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan. Mahasiswa kedokteran cenderung menyelesaikan kegiatan-kegiatan tersebut dalam satu hari⁴.

Stres yang berulang akan memberikan dampak pada kesehatan mental. Keadaan tersebut akan meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres-pasca trauma¹¹. Berdasarkan data RISKESDAS 2023 Negara Indonesia memiliki prevalensi masalah kesehatan mental pada penduduk berusia ≥ 15 tahun berjumlah 630.827 penduduk¹². Mahasiswa kedokteran rentan merasakan stres diakibatkan dinamika akademik seperti tanggal pengumpulan tugas, tugas yang banyak, praktik yang beruntun, menghadapi dosen yang sulit, memperoleh

hasil ujian yang tidak memuaskan, tidak lulus pada mata kuliah, dan tugar akhir skripsi¹³.

Stres yang diinduksi oleh tekanan psikologis akan menyebabkan perubahan dalam tubuh. Hal ini akan menimbulkan dampak pada masa waktu yang pendek dan panjang¹⁴. Respon tersebut berhubungan dengan 2 sistem tubuh yaitu *sympathetic adrenomedullary system* dan *hypothalamic pituitary adrenal*. Pada *sympathetic adrenomedullary system* terjadi peningkatan epinefrin dan norepinefrin. Pada peningkatan hormon tersebut terjadi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, denyut jantung, produksi keringat, dan penyempitan pembuluh darah¹⁵. Pada *hypothalamic pituitary adrenal Corticotrophin Releasing hormone* CRH yang akan mensekresikan *Adrenocorticotropic Hormone* ACTH untuk menstimulasikan adrenal korteks menghasilkan glukokortikoid. Glukokortikoid ini berperan dalam membantu tubuh individu untuk mengembalikan keadaan setelah stres¹⁶.

Pada penelitian yang diadakan pada King Khalid University terdapat 58,34% mengalami stres sedang¹⁷. Pada penelitian yang diadakan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2017, mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang, lalu diikuti dengan mahasiswa mengalami stres berat dan stres ringan¹⁰. Berdasarkan pemaparan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa kedokteran.

Isi

Menurut Bandura, efikasi diri adalah kepercayaan seseorang pada kemampuannya untuk mendapatkan hasil dalam tingkatan kinerja yang mempengaruhi peristiwa atau menghasilkan sesuatu pada kehidupan mereka¹⁸. Pada penelitian yang dilakukan di Universitas Malahayati ditemukan semakin tinggi efikasi diri mahasiswa maka akan semakin rendah stres akademiknya. Hal tersebut diikuti dengan semakin rendah efikasi diri mahasiswa maka akan semakin tinggi stres akademik yang dimilikinya¹⁹. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang ditemukan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran umum Universitas Islam Sultan Agung Semarang²⁰.

Hardiness adalah sebuah kepribadian mengenai perasaan komitmen dibandingkan keterasingan, kendali daripada ketidakberdayaan, dan mempersepsikan masalah sebagai tantangan dibandingkan ancaman²¹. *Hardiness* memiliki tujuan untuk mengurangi pengaruh kejadian-kejadian hidup yang mencekam dengan meningkatkan strategi penyesuaian, antara lain dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungannya untuk dijadikan tameng, motivasi, dan dukungan dalam menghadapi masalah ketegangan yang dihadapi untuk menuju kesuksesan²². Pada penelitian yang dilakukan di Mahasiswa Kedokteran Universitas X Program Studi Pendidikan Dokter PSPD di Kota Bandung terdapat korelasi cukup kuat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik yang dihadapi dan sebaliknya²³.

Berdasarkan penelitian tersebut terdapat 3 hal yang mempengaruhi *hardiness* yaitu *challenge*, *control*, dan *commitment*. Pada aspek *challenge* terdapat korelasi yang rendah. Hal ini dikarenakan individu yang berada dalam tantangan *challenge* akan rendah dalam komitmen dan pengendalian akan disibukan dengan hal-hal yang baru sehingga individu tidak peduli dengan keadaan sekitar. Individu akan memiliki sikap belajar terus menerus dan sering melakukan aktifitas berisiko. Pada aspek *control* terdapat hubungan yang sangat kuat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi aspek *control* yang dimiliki individu maka semakin rendah stres akademik yang dimiliki. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengendalian diri individu dalam memanfaatkan pengalaman masa lalu memiliki hubungan dengan stres akademik. Sedangkan pada aspek *commitment*, terdapat korelasi rendah, signifikan, dan negatif tidak searah. Individu yang memiliki komitmen tinggi akan rendah dalam tantangan dan pengendalian diri susah keluar atau sudah terjerat dengan hal disekitarnya. Hal ini akan menyulitkan individu merefleksikan pengalaman yang dimilikinya sehingga membuat dirinya hanya memiliki sedikit atau

tidak memiliki sifat individualitas. Individu tersebut akan sangat mudah jatuh saat keadaan di sekitarnya mengalami perubahan. Hal ini akan membuat mahasiswa dengan komitmen yang tinggi akan memiliki stres akademik yang sangat tinggi pula²³.

Optimisme merupakan pandangan menyeluruh yang baik, hal ini memberikan makna bagi diri dan cara individu dalam mencapai tujuan yang dimilikinya. Pada umumnya individu yang memiliki sifat optimisme akan menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang lalu, tidak takut kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit kembali jika gagal²⁴.

Motivasi berprestasi adalah faktor yang bersifat mendorong untuk meraih dan mencapai sesuatu yang diinginkan agar meraih kesuksesan. Motivasi merupakan sejumlah rangkaian usaha dalam menyediakan kondisi-kondisi tertentu sehingga individu memiliki keinginan untuk melakukan sesuatu, saat individu memiliki motivasi maka akan memiliki kegigihan dan semangat saat melakukan aktivitasnya²⁵. Mahasiswa yang memiliki manajemen stres yang baik akan meningkatkan motivasi belajar sehingga prestasi akademik mejadi lebih baik. Pada penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa menghasilkan koefisien korelasi -0,423 yang artinya adalah terdapat hubungan negatif yang cukup antara tingkat stres dengan tingkat motivasi belajar. Hal tersebut menyimpulkan bahwa semakin berat tingkat stres yang dialami, maka semakin rendah tingkat motivasi belajar yang dimiliki²⁶.

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda memulai kegiatan dan berhubungan dengan akademik. Hal ini terjadi diakibatkan oleh individu merasa tidak perlu menyelesaikan hal tersebut segera. Hubungan prokratinasi dengan stres akademik adalah hubungan *bidirectional*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa prokratinasi akan meningkatkan stres akademik atau stres akademik dapat menyebabkan prokratinasi. Hal ini akan membuat dampak negatif kepada mahasiswa²⁷.

Pada penelitian yang dilakukan kepada 40 responden mahasiswa, ditemukan kriteria

koefisien korelasi rendah. Pada penelitian tersebut ditemukan bahwa perilaku prokrastinasi yang meningkat terjadi pada mahasiswa yang sedang mengalami stres akademik²⁸. Hal ini setara dengan penelitian yang dilakukan oleh Bella Khansa Puspita & Dewi Kumalasari pada tahun 2022 yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran. Penelitian tersebut menemukan hubungan antara prokrastinasi dengan stres akademik. Mahasiswa program Studi Pendidikan Dokter melaporkan bahwa kasus tingkat stres akademik lebih tinggi dibandingkan tingkat prokrastinasi mereka²⁷. Dukungan sosial akan membantu individu dalam merubah persepsi pada keadaan yang menimbulkan terjadinya stres pada individu yang berperan. Dukungan sosial berasal dari keluarga, teman, dan institusi²⁹.

Pada penelitian yang dilakukan di Universitas Udayana, ditemukan bahwa dalam menurunkan tingkat stres akademik diperlukan dukungan sosial dari keluarga. Keluarga akan dapat membantu dukungan sosial melalui barang atau materi, fasilitas, informasi, saran, pengetahuan, perhatian, penghargaan, dan merupakan bagian dari kelompok³⁰. Dukungan sosial akan memberikan dampak dengan meningkatkan aspek positif kondisi psikologis mahasiswa. Dukungan sosial akan membantu individu memiliki kontak sosial yang positif dengan orang lain. Hal tersebut bertujuan untuk menyeimbangkan kondisi emosi dan mengurangi *burnout*. *Burnout* terjadi saat mahasiswa mengalami tekanan yang menyebabkan stres dan berakhir *burnout*³¹. Berdasarkan Sarafino & Smith, dukungan sosial yang ada pada *burn out* akan menghasilkan *buffering effect*. *Buffering effect* adalah manfaat dari dukungan sosial yang akan memberikan sebuah manfaat ketika mahasiswa memiliki tekanan yang tinggi. Pada keadaan tekanan yang rendah maka dukungan sosial yang rendah tidak terlalu berdampak⁹.

Ringkasan

Mahasiswa merupakan seseorang yang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Sebagai mahasiswa kedokteran, membutuhkan dedikasi serta dan tekanan yang tinggi dalam menyelesaikan proses pembelajaran. Hal

tersebut akan menginduksi stres. Stres adalah keadaan yang bersifat mengancam bagi mahasiswa. Sumber stres disebut stresor. Stres akan menginduksi sebuah respon seperti reaksi tidak nyaman, cemas, emosi negatif, dan gelisah. Mahasiswa kedokteran rentan mengalami stres yang diakibatkan oleh stresor akademik. Stres akademik merupakan tuntutan saat mahasiswa memiliki tekanan akibat ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan akademik.

Stres akademik dapat dipengaruhi faktor-faktor tersebut yaitu efikasi diri, *hardiness*, *optimism*, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dan dukungan sosial. Pada faktor efikasi diri, *hardiness*, *optimism*, motivasi belajar, dan dukungan sosial akan menurunkan tingkat stres akademik. Pada aspek prokrastinasi, ditemukan bahwa peningkatan prokrastinasi akan meningkatkan tingkat stres yang dialami mahasiswa.

Simpulan

Mahasiswa kedokteran merupakan mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik yang tinggi. Hal tersebut berdampak dalam meningkatkan stress akibat tuntutan seperti kuliah, pratikum, tutorial, dan lainnya. Stress akademik dipengaruhi oleh berbagai macam faktor yaitu efikasi diri, *hardiness*, *optimism*, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dan dukungan sosial. Efikasi diri dan *hardiness* yang tinggi akan membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan. Pada prokrastinasi akan memperburuk stress akademik dengan cara melalui penundaan tugas. Pada faktor dukungan sosial dari keluarga, teman, dan institusi berperan sangat penting dalam menurunkan stres akademik sehingga dapat mencegah *burnout*. Pendekatan secara *holistic* berupa penguatan kepercayaan diri, pengembangan sifat optimis, dan pemanfaatan dukungan sosial akan membantu mahasiswa kedokteran dapat mengelola stress akademik sehingga terjaganya kesehatan mental dan terjadinya peningkatan prestasi akademik.

Daftar Pustaka

1. Choirunisa LN, Marheni A. Perbedaan motivasi berprestasi dan dukungan sosial teman sebaya antara mahasiswa perantau

- dan non-perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *J Psikol Udayana*. 2019;6(1):21–30.
2. Tantra MA, Irawaty E. Hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014. *Tarumanagara Med J*. 2019;1(2):367–72.
 3. Amana DR, Wilson W, Hermawati E. Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan tingkat depresi pada mahasiswa tahun kedua Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *J Cerebellum*. 2021 Jul 1;6(4):94–9.
 4. Prabamurti GA. Analisis faktor-faktor pemicu level stres akademik mahasiswa kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. *e-J Medika Progr Stud Pendidik Dokter*. 2019;1(2).
 5. Cahyanti MO, Winangun, Wanadiatri H, Aini DQ. Hubungan stres akademik dengan kejadian irritable bowel syndrome pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar angkatan 2018-2019. *Pros Musyawarah Nasional Asosiasi Fakultas Kedokteran Swasta Indonesia*. 2022 Nov;370–81.
 6. Tri R, Harjuna B, Magistarina E. Tingkat stres akademik mahasiswa selama daring di masa pandemi. *J Pendidik Tambusai*. 2021;5(3):10791–10789.
 7. Widjaja S, Cahyono A. Stress analytics of medical students at Faculty of Medicine University of Surabaya. *J Pendidik Kedokteran Indones*. 2022 Sep 5;11(3):319–25.
 8. Mileniawan IA, Wibowo P. Dampak stres terhadap kesehatan fisiologis narapidana di lembaga pemasyarakatan. *Innovative J Soc Sci Res*. 2022;2(1):160–8.
 9. Sarafino EP, Smith TQ. *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. 7th ed. US; 2017.
 10. Dwina Rahmayani R, Gusya Liza R, Afrainin Syah N. Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor pada mahasiswa kedokteran tahun pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017. *J Kesehat Andalas [Internet]*. 2019;8(1):103–11. Available from: <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
 11. Putra MA. Analisis dampak stres kronis pada kesejahteraan mental. *Literacy Notes*. 2023;1:1–8.
 12. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Laporan Nasional Riskesdas 2023*. Jakarta; 2023.
 13. Hussein R, Sauma E, Endrinaldi E, Afriwardi A, Vitresia H. Hubungan tingkat stres dan sleep hygiene dengan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran. *J Ilmu Kesehat Indones*. 2023 Sep 19;4(3):166–72.
 14. Taylor SE. *Health psychology*. New York: McGraw-Hill Education; 2015.
 15. Sherwood L. *Fisiologi manusia: Dari sel ke sistem*. 8th ed. Jakarta: EGC; 2016.
 16. Atmadja WB. *Fisiologi tidur*. Maranatha J Med Health. 2013;1(2):147871.
 17. Aziz F, Khan MF. Association of academic stress, acne symptoms and other physical symptoms in medical students of King Khalid University. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jul 1;19(14):1–7.
 18. Fernandes F, Ananda Y, Rahmili FT. Efikasi diri dan stres akademik pada mahasiswa tahun awal di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *JIK J Ilmu Kesehat*. 2023 Oct 31;7(2):226.
 19. Avianti D, Setiawati OR, Lutfianawati D, Putri AM. Hubungan efikasi diri dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *PSYCHE J Psikol*. 2021;3(1):2655–6936.
 20. Pratama TS, Suprihatin T. Hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Pros Konstelasi Ilm Mahasiswa Unissula KIMU Klaster Humanoira*. 2022.
 21. Saputra IMRA, Suarya LMKS. Peran stres akademik dan hardiness terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama. *J Psikol Udayana*. 2019;6(1):31–43.
 22. Kurnia A, Ramadhani A. Pengaruh hardiness dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa. *J Ilmiah Psikol*. 2021;9(3):657–66.

23. Ramadhan MI, Aslamawati Y. Hubungan hardiness dengan stres akademik: Studi pada mahasiswa kedokteran Universitas X Program Studi Profesi Dokter (PSPD) di Kota Bandung. *Schema J Psychol Res.* 2022 Dec 14;43–8.
24. Kumala ID, Nasir M, Salma. Optimisme dan hardiness pada dokter muda di Rumah Sakit Umum Daerah Zainoel Abidin (RSUZA) Banda Aceh. *Psikoislamedia J Psikol.* 2019;4(1):48–56.
25. Afdhal Y, Suryadi, Soefijanto TA. Pengaruh motivasi berprestasi dan stres terhadap prestasi akademik mahasiswa tahap akademik kelas internasional Program Studi Pendidikan dan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. *J Improvement.* 2020 Dec;7(2).
26. Mahardhika DM, Dewi SR, Arsana IWE. Hubungan antara stres dengan motivasi belajar pada mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Med J.* 2023;3(2):254–60.
27. Puspita BKP, Kumalasari D. Prokrastinasi dan stres akademik mahasiswa. *J Penelitian Psikol.* 2022 Oct 31;13(2):79–87.
28. Safira RA. Hubungan stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Indones J Bus Innov.* 2023;1(1).
29. Audina M. Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik. *J Penelitian Perawat Prof [Internet].* 2023;5(3). Available from: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
30. Wistarini NNIP, Marheni A. Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *J Psikol Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan.* 2019;164–73.
31. Redityani NLP, Susilawati LKPA. Peran resiliensi dan dukungan sosial terhadap burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *J Psikol Udayana.* 2021 Apr 30;8(1):86.