

P-ISSN : 1979-3340
e-ISSN : 2685-7987

Jurnal Ilmiah Obsgin

Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan

HUBUNGAN ATRIBUT KERJA PERAWAT YANG BEKERJA SAMBIL MENEMPUH PENDIDIKAN

Febriyanti Sinaga¹, Idauli Simbolon²

Fakultas Ilmu Keperawatan ,Universitas Advent Indonesia

e-mail: [@gmail.com](mailto:)

Abstrak

Pekerjaan sebagai perawat dan mengambil kuliah secara bersamaan dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi perawat tersebut, seperti peluang karir yang lebih baik dan pengembangan kompetensi yang lebih besar. Namun, ini juga dapat mengakibatkan peningkatan tingkat stres yang signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat: 1) gambaran tingkat stress, depresi, dan kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah, 2) apakah ada perbedaan antara tingkat stress, depresi dan kecemasan perawat yang bekerja sambil menempuh pendidikan ahli jenjang . Penelitian ini menggunakan Quantitative descriptive correlational dengan pengumpulan data cross-sectional dengan dengan cara purposive sampling dimana sampel adalah perawat yang bekerja sambil kuliah dengan jumlah sampel adalah 34 orang. Penelitian ini menemukan bahwa tingkat kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah di fakultas ilmu keperawatan Universitas Advent Indonesia adalah ringan. Sementara untuk tingkat depresi dan stress berada dalam skala normal. Dengan demikian perawat yang bekerja sambil kuliah di fakultas ilmu keperawatan Universitas Advent Indonesia memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan tingkat stress dan depresi. Disarankan untuk peneliti selanjutnya mengkaji strategi coping perawat yang bekerja sambil kuliah secara kualitatif sehingga dapat digunakan oleh perawat-perawat berikutnya untuk tidak perlu takut melanjutkan perkuliahan saat bekerja.

Kata Kunci: Kerja, kuliah, perawat, stres

Abstract

Simultaneously working as a nurse and attending college can provide long-term benefits to the nurse, such as better career opportunities and greater competency development. However, it can also result in a significant increase in stress levels. This study aims to: 1) describe the levels of stress, depression, and anxiety of nurses who work while studying, 2) whether there is a difference between the levels of stress, depression and anxiety of nurses who work while studying. This study uses Quantitative descriptive correlational with cross-sectional data collection by purposive sampling where the sample is nurses who work while studying with a total sample of 34 people. This study found that the anxiety level of nurses who work while studying at the faculty of nursing science at Adventist University of Indonesia is mild. While the level of depression and stress is on the normal scale. Thus nurses who work while studying at the faculty of nursing science at Adventist University of Indonesia have a higher level of anxiety than the level of stress and depression. It is recommended that future researchers examine the coping strategies of nurses who work while studying qualitatively so that they can be used by future nurses not to be afraid to continue their studies while working.

Keywords: Nurse, Stress, study, work

PENDAHULUAN

Bekerja sebagai perawat dan kuliah secara bersamaan dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi perawat, seperti peluang karir yang lebih baik dan pengembangan keterampilan yang lebih baik. Namun, hal ini juga dapat menyebabkan peningkatan tingkat stres yang signifikan. Perawat yang bekerja sambil belajar seringkali

menghadapi beban kerja ganda, keterbatasan waktu, dan tuntutan kognitif yang tinggi. Selain itu, perawat yang bekerja dan belajar juga mungkin menghadapi konflik peran antara kewajiban profesional mereka sebagai perawat dan kewajiban akademis mereka sebagai mahasiswa. Mereka menghadapi jadwal yang padat, kurang istirahat dan banyak faktor lain yang dapat menyebabkan stres fisik dan mental.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, stress merupakan gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar. Menurut Santrock (2013), stres adalah respons seseorang terhadap situasi atau peristiwa stres yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Menurut Hawari (2002), stres adalah respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap tuntutan yang diberikan padanya. Misalnya saja bagaimana reaksi tubuh seseorang ketika orang yang bersangkutan terkena stres berlebihan. Anda dapat mengetahui seseorang menderita stres melalui perubahan fisik, psikologis, atau perilaku.

Stres adalah proses emosional, kognitif, perilaku, dan fisiologis negatif yang terjadi pada orang ketika mereka mencoba beradaptasi atau mengatasi stres yang ada. Hal ini dapat mengganggu fungsi sehari-hari seseorang, menempatkan mereka pada risiko, atau memerlukan penyesuaian.

Menurut Hawari (dalam (Sudaryanti & Maulida, 2022)) Stres diartikan sebagai keadaan tubuh seseorang dalam situasi atau kondisi yang menimbulkan tekanan, perubahan perilaku, atau perubahan emosi yang tidak terkendali.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan reaksi biologis dan psikologis seseorang yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan hidup agar berhasil beradaptasi.

Menurut Ivanko (dalam Naufalia et al., 2022) stres kerja melibatkan kondisi internal dan eksternal yang mengarah pada situasi stres, dan siapa pun yang mengalami stres akan mengalami gejalanya.

Menurut Irza (dalam Sudaryanti & Maulida, 2022)) menyatakan bahwa stres kerja yang tinggi dapat menyebabkan terganggunya aktivitas kerja, menurunnya produktivitas, dan buruknya kinerja, sehingga mengakibatkan menurunnya kepuasan kerja, menurunnya gairah dan semangat, terhambatnya komunikasi, dan buruknya pengambilan keputusan, sehingga berujung pada menurunnya kreativitas dan inovasi, serta menurunnya produktivitas kerja.

Dari penjelasan di atas dapat kita simpulkan bahwa stres kerja merupakan reaksi adaptif, reaksi, dan adaptasi terhadap kondisi antara individu dengan lingkungan.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja, seperti karakteristik demografi individu (Gibson et al., 2002). Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor karakteristik seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, masa kerja (Wijono, 2006) dan status perkawinan (Rachmawati, 2008) mempengaruhi tingkat stres.

Seiring bertambahnya usia, kita menjadi lebih baik dalam mengambil keputusan, berpikir lebih rasional, menjadi lebih pintar, mengendalikan emosi, menjadi lebih toleran, dan lebih terbuka dalam menerima pandangan dan pendapat orang lain. Hal ini semakin terasa ketika seseorang berada dalam tekanan atau beban kerjanya meningkat dan dapat menimbulkan stres kerja. Stres kerja berhubungan dan berbanding terbalik dengan umur dan masa kerja sebagai perawat. Perawat yang lebih tua dan lebih berpengalaman mengalami lebih sedikit stres kerja (Erns, Franco, Messmer, & Gonzales, 2004).

Menurut Nizemito (1996, dalam Oktafiani 2009), senioritas atau sering disebut dengan “senioritas” atau masa kerja adalah masa dimana karyawan menyumbangkan tenaganya pada suatu perusahaan tertentu. Sejauh mana pekerja mampu mencapai hasil yang memuaskan dalam pekerjaan tergantung pada keterampilan, kemampuan, dan keterampilan khusus mereka untuk melakukan pekerjaan dengan sukses.

Jam kerja juga mempengaruhi perkembangan stres kerja. Orang dengan pengalaman kerja yang panjang cenderung lebih tahan terhadap tekanan di tempat kerja dibandingkan orang dengan pengalaman kerja yang pendek karena pengalaman kerjanya lebih sedikit (Kawatu, 2012, Manabung et al., 2018). Jam kerja bervariasi tergantung pada pengalaman karyawan dengan masalah di tempat kerja. Jam kerja, baik pendek maupun panjang, dapat menjadi sumber stres kerja bagi karyawan. Masa kerja yang panjang dapat memberikan dampak positif dan negatif terhadap angkatan kerja. Semakin lama Anda bekerja, maka semakin banyak pengalaman kerja yang Anda miliki, sehingga berdampak positif. Sebaliknya, semakin lama seseorang bekerja, maka rasa bosan yang dirasakan semakin negatif (Tulus M.A. 1992, Manabung dkk., 2018).

Oleh karena itu, berdasarkan kajian tingkat di atas peneliti ingin melakukan penelitian untuk menguji mengkaji tingkat stres perawat yang bekerja sambil berkuliah dengan tujuan untuk melihat: 1) gambaran tingkat stress, depresi, dan kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah, 2) apakah ada perbedaan antara tingkat stress, depresi dan kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah. Manfaat praktis penelitian ini bagi penulis adalah untuk mengimplementasikan teori dan ilmu penelitian yang didapat selama dalam perkuliahan dan mengimplementasikannya dalam penelitian ini khususnya evaluasi stress, depresi dan kecemasan. Bagi responden, memberikan kesempatan untuk mengekspresikan tekanan-tekanan yang dialami selama bekerja sambil kuliah. Penelitian

ini juga bermanfaat Bagi bidang pendidikan keperawatan sebagai standar dalam mengambil keputusan ataupun strategi untuk mengurangi stress khusus bagi mahasiswa keperawatan yang sambil bekerja.

BAHAN DAN METODE

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia dengan kriteria inklusi: bekerja di Indonesia, bersedia untuk berpartisipasi untuk mengisi kuesioner yang diberikan. Pemilihan sampel dilakukan dengan cara sensus. Menurut Arikunto (2012: 104), jika jumlah populasi kurang dari 100 orang maka yang digunakan adalah seluruh besar sampel, tetapi jika jumlah populasi lebih dari 100 orang maka besarnya 10-15% atau 20-25 dari besar sampel.%.populasi.Karena penelitian ini tidak melibatkan lebih dari 100 orang, maka penulis menargetkan 100% populasi mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia dan mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner yaitu 34 responden.. Pengumpulan data dilakukan pada pada bulan Desember 2023 setelah mendapatkan izin etik dari komite etik Universitas Advent Indonesia dengan no352/KEPK-FIK.UNAI/EC/XI/23 . Instrumen yang digunakan adalah DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scale21), yaitu alat pengukuran subjektif untuk mengukur keadaan emosi negatif seperti depresi, kecemasan, dan stres.Pengukuran dibagi menjadi lima kategori: 1=normal, 2=ringan, 3=sedang, 4=parah, dan 5=sangat parah. DASS 21 merupakan alat ukur yang valid untuk mengukur stress mahasiswa dengan hasil konsistensi internal yang sangat baik untuk semua skala, dengan koefisien Cronbach alpha berkisar 0,85 (Arjanto, 2022).

HASIL

Ada 34 responden yang bersedia untuk mengisi kuesioner yang disediakan dalam bentuk google form dan linknya dibagikan melalui WA group. Berikut ini adalah gambaran data demografi responden. Data demografi mencakup jenis kelamin, usia, pendidikan, jam kerja, jabatan, lama bekerja, area bekerja, hubungan kerja, beban kerja, Berikut ini merupakan tabel distribusi responden berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 4.1. Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Demografi	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – laki	6	17.6
Perempuan	28	82.4
Usia		
25 – 44 Tahun	26	76.5
44 – 60 Tahun	8	23.5
Pendidikan		
D3	18	53.0
S1	19	47.0
Jam kerja/hari		
1 – 8 Jam	22	64.7

9 – 12 Jam	8	23.5
------------	---	------

> 12 Jam	4	11.8
----------	---	------

Jabatan

Staff Nurse	22	64.7
-------------	----	------

Incharge Nurse	3	8.8
----------------	---	-----

Head Nurse	1	2.9
------------	---	-----

Lainnya	8	23.5
---------	---	------

Lama Kerja

1 – 5 Tahun	6	17.6
-------------	---	------

>5 Tahun	28	82.4
----------	----	------

Area Kerja

Rawat Jalan	5	14.7
-------------	---	------

Rawat Inap	10	29.4
------------	----	------

ICU	1	2.9
-----	---	-----

Unit Gawat Darurat	3	8.8
--------------------	---	-----

Lain-lain	15	44.1
-----------	----	------

Berdasarkan tabel di atas bahwa sebagian besar responden adalah perempuan (82.4%) sementara Laki-laki hanya (17.6). Berdasarkan tabel tersebut didapati bahwa sebagian besar usia responden adalah antara 25-44 tahun (76.5 %) dan 23.5 % usia 40-66 tahun. Berdasarkan pendidikan, ada 53 % yang pendidikan D3 yaitu yang sedang melanjutkan pendidikan ke S1, dan 47 % yang tingkat pendidikannya S1 yaitu mereka yang melanjutkan pendidikan ke S2. Untuk jam kerja/hari sebagian besar perawat bekerja 1-8 jam/hari (64,7%). Ditemukan juga bahwa sebagian besar dari responden bekerja sebagai staf keperawatan 64.7%. Untuk lamanya kerja, mayoritas responden sudah bekerja di atas 5 tahun (82.4%). Untuk area kerja, 14,7% responden bekerja di rawat jalan, 29.4 di rawat inap, 2.9% di ICU, 8.8% di ER, dan 44.1% selain yang disebutkan sebelumnya.

Untuk distribusi responden berdasarkan hubungan kerja dapat dilihat pada tabel 4.2, berdasarkan beban kerja dapat dilihat pada tabel 4.3

Tabel 4.2 Data Demografi Responden Berdasarkan Hubungan Kerja

Hubungan Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tidak Baik	2	5.9
Baik	12	35.3

Sangat Baik	20	58.8
Total	34	100.0

Berdasarkan tabel diatas lebih dari setengah (58.8%) responden memiliki hubungan yang sangat baik di lingkungan kerja.

Tabel 4.3 Data Demografi Responden Berdasarkan Beban Kerja

Beban Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	4	11.8
Sedang	21	61.8
Berat	9	26.5
Total	34	100.0

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa lebih dari setengah (61.8%) responden memiliki beban kerja sedang.

Untuk analisis deskriptif tingkat depresi, kecemasan, dan stress berdasarkan DASS 21 dapat dilihat pada tabel 4.4, tabel 4.5 dan tabel 4.6.

Tabel 4.4 Data Demografi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	27	79.4
Ringan	4	11.8
Sedang	2	5.9
Berat	1	2.9
Total	34	100.0

Berdasarkan analisis di atas bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan yang bekerja sambil kuliah memiliki tingkat depresi yang normal yaitu sebanyak 27 orang (79.4%), ada 4 orang (11.8%) yang mengalami depresi ringan, 2 orang (5.9%) yang mengalami depresi sedang, dan hanya satu orang yang mengalami depresi berat).

Tabel 4.5 Data Demografi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
-------------------	-----------	----------------

Normal	16	47.1
Ringan	8	23.5
Sedang	3	8.8
Berat	3	8.8
Sangat Berat	4	11.8
Total	34	100.0

Berdasarkan analisis diatas, ada 16 orang mahasiswa (47.1) yang memiliki kecemasan normal. Ada 8 yang mengalami kecemasan ringan (23.5), 3 orang untuk kecemasan sedang begitupun dengan kecemasan berat masing-masing 8,8 % dan ada 4 orang yang mengalami kecemasan sangat berat (11.8%).

Tabel 4.6 Data Demografi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	24	70.6
Ringan	3	8.8
Sedang	4	11.8

Berat	2	5.9
Sangat Berat	1	2.9
Total	34	100.0

Berdasarkan analisa diatas maka mayoritas mahasiswa yang bekerja sambil kuliah memiliki tingkat stress yang normal (24 orang atau 70.6%). Ada 3 orang yang stress ringan, 4 orang stress sedang, 2 orang stress berat dan hanya satu orang yang stress sangat berat.

Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Untuk Rata-rata Depresi, Cemas, dan Stress

Skala	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Depresi	34	1	4	1.32	70.6
Cemas	34	1	5	2.15	8.8
Stres	34	1	5	1.62	11.8
Total	34				100.0

Berdasarkan tabel 4.7 diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat stres dan depresi. Rata-rata tingkat

kecemasan adalah ringan dengan mean 2.15 (pada skala 1-5) sementara untuk depresi dengan mean 1.32 dan stress dengan mean 1.62 berada pada skala normal.

Untuk melihat apakah ada hubungan tingkat stress dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan stress, maka analisis korelasi bivariat dilakukan dan hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.8 berikut ini

Tabel 4.8 Uji Korelasi Korelasi Bivariat Pearson

		Correlations												
		Depresi	Stress	Kelelahan										
Kelelahan	Person Correlation	1	.877	.897	.905	.785	.814	.837	.888	.845	.899	.907	.926	.936
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Lelah	Person Correlation	.877	1	.899	.905	.776	.807	.839	.891	.848	.905	.913	.932	.942
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.897	.899	1	.905	.819	.849	.889	.901	.873	.911	.919	.938	.948
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.905	.905	.905	1	.779	.800	.839	.891	.848	.905	.913	.932	.942
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.785	.776	.819	.807	1	.779	.807	.839	.891	.848	.905	.913	.932
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.814	.807	.849	.839	.819	1	.779	.807	.839	.891	.848	.905	.913
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.837	.839	.889	.848	.839	.839	1	.779	.807	.839	.891	.848	.905
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.888	.891	.901	.873	.849	.849	.849	1	.779	.807	.839	.891	.848
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.845	.848	.905	.913	.932	.942	.942	.942	1	.779	.807	.839	.891
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Kelelahan	Person Correlation	.899	.905	.913	.913	.932	.942	.942	.942	.942	1	.779	.807	.839
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas ditemukan bahwa hanya faktor jumlah jam kerja yang berhubungan dengan tingkat stres dengan nilai signifikansi 0.00 (<0.05) dan jumlah jam kerja juga berhubungan dengan tingkat depresi dengan nilai signifikansi 0.03 (<0.05). Sementara faktor-faktor lainnya tidak signifikan terhadap depresi, cemas, maupun stress.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis diatas ditemukan bahwa kebanyakan perawat yang bekerja sambil kuliah memiliki tingkat stress, depresi, dan cemas dalam skala normal. Berdasarkan rata-rata tingkat kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah adalah ringan sementara untuk tingkat depresi dan stress perawat sambil bekerja dalam skala normal.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dimana mahasiswa bekerja sebagian besar yaitu 56,52 % berada pada kategori stres berat dan ditemukan perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang dengan nilai signifikansi 0,006 (Hamadi, Wiyono, & Wahidyanti, 2018). Demikian pula penelitian yang sebelumnya di mana 14 (56,0%) mahasiswa reguler stres tingkat rendah dan 21 mahasiswa (84,0%) ekstensi stres tingkat rendah. Nilai probabilitas perbedaan tingkat stres mahasiswa reguler dengan mahasiswa ekstensi sebesar 0,032. Simpulan dari penelitian ini yaitu terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa reguler dengan mahasiswa ekstensi dalam proses belajar di Program Studi Ilmu Keperawatan FK UNSRAT Manado (Bingku, **Bidjuni, Wowiling, 2014**)

Merupakan suatu hal yang baik menemukan bahwa mahasiswa perawat di Universitas Advent Indonesia memiliki tingkat stress yang normal dan ringan seperti yang diungkapkan pada penelitian sebelumnya sebelumnya bahwa kebanyakan mahasiswa keperawatan di Universitas Advent Indonesia memiliki tingkat stress normal, dan hanya sebagian kecil yang mengalami stress yang ringan, sedang, parah dan sangat parah meskipun dalam pembelajaran online dalam suasana COVID_19 (Angelica & Tambunan, 2021).

KESIMPULAN

Tingkat kecemasan perawat yang bekerja sambil kuliah di fakultas ilmu keperawatan Universitas Advent Indonesia adalah ringan. Sementara untuk tingkat depresi dan stress berada dalam skala normal. Perawat yang bekerja sambil kuliah di fakultas ilmu keperawatan Universitas Advent Indonesia memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan tingkat stress dan depresi. Ditemukan hanya faktor jumlah jam kerja yang berhubungan secara signifikan dengan tingkat depresi dan stress. Sementara tidak ada hubungan yang signifikan dengan faktor-faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelica, H. &. Tambunan, E.H (2021). Stres dan Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*,7(1), 28-34. Retrieved from <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.508>
- Arjanto, P. (2022). Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perceptual*, 60-80.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Taktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bingku, T. A., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). PERBEDAAN TINGKAT STRES MAHASISWA REGULER DENGAN MAHASISWA EKSTENSI DALAM PROSES BELAJAR DI PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNSRAT MANADO. *JURNAL KEPERAWATAN*, 2(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v2i2.5227>
- Hamadi, Wiyono, J., & Wahidyanti, R. H. (2018). PERBEDAAN TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA DI UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI MALANG FAKULTAS EKONOMI JURUSAN MANAJEMEN ANGKATAN 2013 . *Nursing News*, 369-378.

