



## Hubungan Stres dan Strategi Coping bagi Mahasiswa Fakultas Teknik di Masa Pandemi Covid-19

Didit Darmawan<sup>1,\*</sup>, Mohammad Djaelani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ekonomi, Manajemen, Universitas Sunan Giri Surabaya, Sidoarjo, Indonesia

<sup>2</sup> Fakultas Teknik, Teknik Sipil, Universitas Sunan Giri Surabaya, Sidoarjo, Indonesia

Email: <sup>1,\*</sup>dr.diditdarmawan@gmail.com, <sup>2</sup> bpk.mohammaddjaelani@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: dr.diditdarmawan@gmail.com

Submitted: 08/02/2022; Accepted: 25/02/2022; Published: 25/02/2022

**Abstrak**—Wabah virus corona 2019 (Covid-19) telah menjadi bencana global yang telah menyebar dengan cepat. Untuk menghentikan penyebaran penyakit, hampir setiap negara telah menerapkan langkah-langkah kesehatan masyarakat. Banyak perguruan tinggi telah beralih ke pengajaran daring demi keselamatan para akademis dan mahasiswa. Mahasiswa terjebak dalam kondisi pandemi dan harus menerima kenyataan tidak secara efektif menjalani perkuliahan. Mahasiswa dan dosen mengalami gangguan dalam sistem pendidikan. Hal ini tentu saja memunculkan stres. Oleh karena itu diperlukan strategi mengatasi untuk mengurangi stres diperlukan untuk mencegah efek berbahaya dari stres berkepanjangan. Tujuan dilakukannya studi ini untuk mengetahui hubungan antara stress dengan strategi coping. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif deskriptif dan korelasi dalam mengumpulkan informasi yang dibutuhkan. Peserta penelitian ini adalah 30 mahasiswa Fakultas Teknik yang akan berpartisipasi dan menjawab pertanyaan dalam wawancara virtual melalui zoom. Alat analisis adalah korelasi. Hasil penelitian ditemukan bahwa ada hubungan yang kuat antara stres akademik dan strategi coping.

**Kata Kunci:** Stres; Strategi Coping; Mahasiswa Fakultas Teknik

**Abstract**—The 2019 coronavirus (Covid-19) outbreak has become a global catastrophe that has spread rapidly. To stop the spread of the disease, almost every country has implemented public health measures. Many colleges have turned to online teaching for the safety of academics and students. Students are trapped in a pandemic condition and have to accept the fact that they are not effectively undergoing lectures. Students and lecturers experience disturbances in the education system. This of course creates stress. Therefore, coping strategies to reduce stress are needed to prevent the harmful effects of prolonged stress. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and coping strategies. This study uses a quantitative descriptive and correlation research methodology in collecting the required information. The participants of this research are 30 students of the Faculty of Engineering who will participate and answer questions in virtual interviews via zoom. The analytical tool is correlation. The results of the study found that there was a strong relationship between academic stress and coping strategies.

**Keywords:** Stress; Coping Strategies; Faculty of Engineering Students

### 1. PENDAHULUAN

Wabah virus corona 2019 (Covid-19) dari China telah menjadi bencana global yang telah menyebar dengan cepat. Untuk menghentikan penyebaran penyakit, hampir setiap negara telah menerapkan langkah-langkah kesehatan masyarakat. Banyak perguruan tinggi di seluruh dunia telah beralih ke pengajaran daring demi keselamatan para akademis dan mahasiswa. Saat ini ada masalah utama yang dihadapi mahasiswa dan dosen akibat pandemi Covid-19. Mahasiswa terjebak dalam kondisi pandemi dan harus menerima kenyataan tidak secara efektif menjalani perkuliahan. Mahasiswa dan dosen mengalami gangguan dalam sistem pendidikan. Hal ini tentu saja memunculkan stres.

Stres sebagai hubungan antara seseorang dan lingkungan mereka yang mereka anggap melelahkan atau di luar sumber daya mereka, mengganggu kenyamanan mereka. Hal ini paling baik dipandang sebagai paradigma interpretatif antara stres dan reaksi psikologis individu. Stres adalah umum terjadi di kalangan mahasiswa di perguruan tinggi karena kebutuhan untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan psikososial dan mengatasi tuntutan akademik dan sosial dari status khusus mereka. Beberapa penyebab stres seperti tugas kuliah yang menumpuk, waktu pengerjaan yang singkat, materi yang berlebihan dan memberatkan, dan manajemen waktu (Beiter et al., 2015).

Studi dari Lazarus dan Folkman (1987) menggambarkan stres sebagai transaksi antara seseorang (termasuk beberapa sistem: kognitif, fisiologis, afektif, psikologis, dan neurologis) dan lingkungan mereka yang kompleks. Upaya mengatasi stres adalah proses evaluasi kognitif yang lebih spesifik yang menentukan apakah seseorang percaya bahwa mereka dapat secara efektif beradaptasi dengan tuntutan stressor atau perubahan (Issalillah, 2021). Stres adalah subjek utama dalam ilmu sosial, terutama dalam studi perilaku, dan di penelitian yang berfokus pada studi kehidupan (Karina, 2012). Keunikan stres dapat dilihat antara individu dan lingkungan di mana orang tersebut tinggal sehingga kurangnya atau kelebihan keterlibatan mereka, yang dapat membahayakan kesejahteraan mereka.

Studi dari Kwaah dan Essilfie (2017), beban kerja akademik yang tinggi menyebabkan rata-rata tertinggi di antara stres terkait akademik, menunjukkan bahwa pekerjaan akademik menyebabkan banyak stres bagi mahasiswa. Menurut Reddy et al. (2018), stres dianggap sebagai bagian dari kehidupan mahasiswa karena banyak harapan pribadi, keluarga, dan kontekstual. Stres ada di antara semua mahasiswa karena beban kerja mereka apalagi mahasiswa yang masih remaja lebih rentan terhadap stres akademik karena perubahan dalam kehidupan mereka baik secara pribadi maupun sosial.

Strategi mengatasi yang digunakan untuk meminimalkan tingkat stres adalah manajemen waktu yang efektif, meminta bantuan, penilaian ulang yang konstruktif, dan komitmen dalam kepentingan untuk merasa nyaman (Ahmadi



et al., 2018). Sebuah studi oleh Yusoff (2010) mengungkapkan bahwa lima strategi coping teratas yang sering digunakan siswa adalah agama, coping aktif, reinterpretasi positif, perencanaan, dan penggunaan dukungan instrumental. Strategi mengatasi untuk mengurangi stres diperlukan untuk mencegah efek berbahaya dari stres berkepanjangan (William et al., 2010). Strategi mengatasi adalah metode yang digunakan orang untuk menguasai, mengurangi, atau menghilangkan situasi yang tidak menyenangkan. Strategi mengatasi dapat dilihat sebagai negatif dan positif dan mungkin masalah-terfokus atau emosi-terfokus (Bond dan Bunce, 2000). Upaya mengatasi stres berarti mencoba mengelola atau mengatasi stres, dan mengatasinya tidak selalu menghasilkan kesuksesan meski demikian upaya mengatasi tidak selalu menyiratkan keberhasilan dalam berurusan dengan stressor (Mardikaningsih, 2021). Myers dan Rothblum (2005) juga mendefinisikan strategi mengatasi bagaimana seseorang bereaksi atau menanggapi stressor.

Stres memiliki dampak negatif pada kehidupan mahasiswa dan prestasi akademik. Gabre dan Kumar (2012) dan How et al. (2013) mengamati tingkat stres yang dihadapi oleh mahasiswa. Bidang teknik telah menjadi pilihan populer di kalangan siswa untuk melanjutkan di perguruan tinggi mereka. Seiring dengan fakta yang mendasari ini, para peneliti menganggapnya secara signifikan untuk menentukan stressor dan strategi mengatasi di antara mahasiswa Fakultas Teknik selama pandemi Covid-19. Dengan demikian, penelitian ini didasarkan pada fakta bahwa stres dapat memicu respons coping untuk mahasiswa Fakultas Teknik. Hasil penelitian ini mungkin berimplikasi pada kehidupan kampus mahasiswa Fakultas Teknik; memberikan informasi bermanfaat untuk layanan pengajaran dan konseling, dan pada akhirnya membantu mengoptimalkan potensi akademik kelompok siswa khusus ini, terutama di saat pandemi global.

Manfaat yang diharapkan dari studi ini adalah menambah literatur saat ini dengan secara obyektif mengevaluasi dampak pandemi Covid-19 pada stres yang dilaporkan mahasiswa Fakultas Teknik selama puncak pandemi. Ini juga harus memberikan saran kepada pembuat kebijakan tentang bagaimana mengurangi dampak stres pada mahasiswa selama krisis.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif deskriptif dan korelasi dalam mengumpulkan informasi yang dibutuhkan. Metode ini digunakan karena peneliti ingin memberikan pembahasan tentang hubungan stres akademik dan strategi coping di antara mahasiswa Fakultas Teknik selama pandemi Covid-19 tahun akademik 2020-2021 di salah satu perguruan tinggi di Kota Surabaya. Semua kumpulan data yang dikumpulkan berfokus pada stres akademik dan strategi coping penanggulangan di kalangan mahasiswa Fakultas Teknik. Kontribusi utama dari penelitian ini adalah untuk menarik rekomendasi yang akan membantu mahasiswa dalam mengurangi dampak stres selama situasi seperti itu.

Para responden adalah mahasiswa yang mengambil Fakultas Teknik di tingkat semester yang berbeda. Para mahasiswa sengaja dipilih untuk berpartisipasi dalam survei ini untuk memastikan bahwa hanya mahasiswa Fakultas Teknik yang digunakan sebagai peserta studi. Peneliti menggunakan metode purposive sampling untuk menentukan peserta penelitian. Peserta penelitian ini adalah 30 mahasiswa Fakultas Teknik yang akan berpartisipasi dan menjawab pertanyaan dalam wawancara virtual melalui zoom. Alat analisis adalah korelasi. Angket dan wawancara berfokus pada stres para mahasiswa selama pandemi COVID-19 dan strategi coping yang diadopsi oleh mahasiswa. Peserta ditanya tentang cara mereka mengatasi stres mereka selama pandemi Covid-19.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden pada penelitian ini dijelaskan sebagai berikut. Profil responden adalah dua responden berusia 18 tahun. Responden yang berusia 19 tahun ada tujuh orang. Ada 12 responden berusia 20 tahun, dan sembilan responden berusia lebih dari 20 tahun. Dalam hal gender, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 19 orang, sementara 11 orang adalah pria. Lokasi rumah, ada 21 responden tinggal di daerah perkotaan, dan sembilan sisanya berasal dari daerah di luar kota.

Hubungan antara kualitas hubungan kerja dan kepuasan kerja ditemukan hubungan linier yang signifikan dan positif antara kedua variabel, yang menyiratkan bahwa peningkatan kualitas kehidupan kerja menghasilkan peningkatan kepuasan kerja. Selain itu, hubungan antara kualitas kehidupan kerja dan integritas menunjukkan hubungan linier yang tidak signifikan dan positif antara kedua variabel. Begitu pun dengan hubungan kepuasan kerja dan integritas yang tidak ditemukan hubungan yang signifikan. Dengan demikian, hubungan yang perlu diperhatikan adalah antara kualitas kehidupan kerja dan kepuasan kerja. Cara paling umum untuk meningkatkan kualitas kerja dan kehidupan adalah keterlibatan akuntan. Keterlibatan mereka mencakup berbagai metode sistematis bagi karyawan untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan dan hubungan mereka dengan pekerjaan, tugas, dalam keorganisasian. Dengan bekerja keras untuk melibatkan mereka dalam pengambilan keputusan secara manajerial, mereka akan merasa bertanggung jawab dan memunculkan rasa memiliki. Ini memunculkan rasa puas pada diri mereka. Selain itu, KAP harus memberikan fasilitas pengembangan kompetensi untuk memecahkan masalah dalam organisasinya sehingga akuntan merasa termotivasi untuk meningkatkan kinerja mereka dalam organisasi.

Para akuntan harus menghasilkan kinerja berkualitas. Ini juga harus ditunjang oleh kompetensi, pengalaman dan pengetahuan. Harapan yang ada agar kepercayaan publik muncul dari pemeriksaan yang berkualitas. Nilai



integritas harus dimiliki oleh akuntan dalam bentuk kepatuhan tanpa tawar terhadap kode etik dan moral. Selain itu memboikot segala bentuk penipuan dan pemalsuan. Akuntan memiliki tanggung jawab agar memberi nilai tambah laporan keuangan perusahaan. Dengan demikian klien mendapatkan nilai berupa informasi keuangan yang terpercaya.

**Tabel 1.** Hasil Uji Korelasi

	Model	Stres	Strategi Coping
Stres	Pearson Correlation	1	0,632
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	30	30
Strategi Coping	Pearson Correlation	0,632	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	30

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan uji korelasi sederhana didapatkan korelasi sederhana ( $r$ ) didapat korelasi antara stres dengan strategi coping ( $r$ ) adalah 0,632. Hasil ini membuktikan bahwa ada hubungan yang kuat antara stres kerja dan strategi coping. Sedangkan arah hubungan adalah positif karena nilai  $r$  positif, berarti semakin tinggi stres maka semakin memerlukan beragam strategi coping.

Berikut adalah hasil wawancara dengan mahasiswa dimana ditemukan penyebab stres yang dialami mahasiswa. Koneksi internet yang tidak stabil adalah sumber stres mahasiswa. Mereka menyatakan bahwa mereka stres sebagai akibat dari koneksi internet atau WIFI yang tidak stabil. Ini mengakibatkan keterlambatan dalam mengirimkan tugas mereka. Ketersediaan internet yang tidak dapat diprediksi sebagai salah satu kendala paling signifikan yang dialami responden saat mempraktikkan pembelajaran jarak jauh. Provider tidak memberikan jaminan berbagai paket internet akan menjaga hal kecepatan dan stabilitas. Bagi sebagian orang, mungkin menghadirkan kesulitan untuk membeli perangkat pembelajaran fasilitatif untuk dengan cepat mendengarkan kelas online dan segera menyerahkan tugas dalam sistem online.

Masalah lain adalah isolasi karena protokol kesehatan. Hal ini mempengaruhi proses belajar mereka selama di rumah. Mereka menganggap rumah atau kantor tidak dapat berfungsi sebagai lingkungan belajar dibandingkan dengan kampus karena semua kegiatan mungkin menjadi tidak teratur. Lingkungan belajar yang buruk merugikan mahasiswa untuk berpartisipasi dalam pembelajaran jarak jauh dengan nyaman. Migrasi mendadak ke pembelajaran jarak jauh di tengah krisis kesehatan telah mengabaikan lingkungan belajar yang tidak kondusif, yang mempengaruhi kinerja mahasiswa. Sudah jelas bahwa menghabiskan lebih banyak waktu di rumah tidak selalu menyiratkan lebih banyak waktu untuk pekerjaan akademis. Beberapa mahasiswa tidak bisa berkonsentrasi karena mereka terus-menerus terkena konflik di antara anggota keluarga. Selain itu, mahasiswa telah menyatakan kesulitan jadwal belajar jarak jauh yang bertentangan dengan tugas rumah mereka. Jenis gangguan ini umum terjadi dalam pembelajaran jarak jauh karena siswa diminta untuk membantu tugas-tugas rumah tangga. Masalah ini mungkin berdampak pada prestasi akademik mahasiswa. Ada juga mahasiswa merasa stres dengan kebisingan di lingkungan. Lebih baik belajar di lingkungan yang tenang, tetapi ini sangat sulit bagi mereka untuk dicapai. Mahasiswa belajar dalam kondisi yang tidak menguntungkan, seperti yang tidak nyaman, berisik, atau penuh gangguan, akan memiliki waktu yang jauh lebih sulit memproses informasi dan terlibat.

Stresor dari lingkup akademik adalah tidak ada diskusi tatap muka, tugas menumpuk, dosen tidak beradaptasi dengan teknologi, dan dosen kurang merespon langsung pertanyaan mahasiswa. Karena pergeseran sistem pendidikan dari kelas tatap muka ke pembelajaran jarak jauh modular, responden menyatakan bahwa sulit untuk belajar dengan mode ini. Cara belajar ini baru bagi mereka. Cara belajar ini mirip dengan belajar mandiri dan sulit dipahami. Tidak ada diskusi fisik interaktif, jadi semua bergantung pada diri sendiri dan sulit bagi mereka karena mereka tidak terbiasa.

Konten pembelajaran yang tidak jelas juga menjadi bermasalah. Menurut mereka, ini bukan berasal dari mode pengiriman tetapi dari konten itu sendiri. Meskipun dosen meluncurkan kelas online, sebagian besar dari mereka terus menggunakan sumber belajar di kampus. Misalnya, siswa diberi silabus dan modul. Namun, beberapa instruksi dalam materi ini tidak jelas dan tidak dapat dicapai untuk pengaturan pembelajaran online. Ini mungkin juga berasal dari kurangnya pengalaman dosen dalam pembelajaran jarak jauh sehingga memberi mereka waktu yang sulit menghasilkan bahan tambahan yang sesuai yang dirancang khusus untuk platform pengajaran online.

Beban akademik yang tinggi secara sistematis menyebabkan kendala waktu pada siswa, terutama dalam menyelesaikan tugas atau kegiatan akademik tertentu. Hal ini lebih lanjut dikacaukan oleh penilaian pendidikan yang kompleks, yang secara konseptual mengacu pada struktur penilaian tertentu sebagai media obyektif untuk mengukur kinerja mahasiswa. Kinerja mahasiswa umumnya dinilai melalui berbagai teknik evaluasi seperti kuis terus menerus, presentasi tes, dan laporan. Ini sebagai sumber stres bagi mahasiswa yang signifikan.

Para mahasiswa menyatakan kegiatan pelajaran yang berlebihan. Mahasiswa mengeluh tentang banyak tugas yang harus diselesaikan dengan kepadatan waktu yang ada. Selain itu, beban akademik yang tinggi secara sistematis menyebabkan kendala waktu pada mahasiswa, terutama dalam menyelesaikan tugas atau kegiatan akademik tertentu.

Strategi coping yang diadopsi oleh mahasiswa terdiri dari strategi mengatasi berorientasi tugas dan strategi mengatasi berorientasi emosi. Strategi penanganan berorientasi tugas melibatkan mengambil tindakan langsung untuk mengubah situasi itu sendiri untuk mengurangi jumlah stres yang ditimbulkannya. Ini dicontohkan seperti menggunakan dua jaringan yang berbeda untuk menggandakan data jika terjadi koneksi internet yang tidak stabil,



memperhatikan manajemen waktu, belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan menemukan cara lain untuk menghubungi dosen.

Strategi penanganan berorientasi emosi berfokus pada emosi yang merugikan membahas reaksi emosional negatif terhadap stres seperti kecemasan, ketakutan, kesedihan, dan kemarahan. Ketika stressor adalah sesuatu yang tidak dapat diubah, jenis koping ini mungkin membantu. Ini dilakukan dengan kesadaran diri, motivasi diri, dan menenangkan diri. Responden menyatakan bahwa salah satu cara untuk mengatasi stresnya adalah dengan menyadari situasinya. Pada akhirnya harus disadari bahwa segala sesuatunya tidak selalu berjalan dengan baik. Memotivasi dirinya sendiri adalah mengakui bahwa ini ada kenyataan yang sebenarnya memang muncul stres di tengah pandemi. Motivasi sangat penting untuk keberhasilan akademik. Prestasi akademik yang lebih tinggi mengikuti motivasi yang lebih tinggi. Akibatnya, motivasi cenderung memiliki hubungan yang kuat dengan kinerja akademik. Menenangkan diri adalah cara yang efektif untuk mengatasi stres selama pandemi ini. Mahasiswa yang meluangkan waktu untuk merenung dan menenangkan diri secara teratur menunjukkan perubahan dalam respons stres mereka, membantu mereka pulih lebih cepat dari pengalaman stres dan mengalami lebih sedikit stres dari tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari mereka.

#### 4. KESIMPULAN

Dari analisis sederhana ditemukan bahwa ada hubungan yang kuat antara stres akademik dan strategi coping. Studi ini terutama diberikan untuk menentukan penyebab stres dan strategi mengatasi stres mahasiswa Fakultas Teknik selama pandemi Covid-19. Hal ini dijawab dengan melakukan wawancara virtual. Berdasarkan temuan di atas, para peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa prodi Fakultas Teknik memiliki berbagai stres yang berkontribusi terhadap stres mereka selama pandemi Covid-19. Stres lingkungan, yang dikategorikan sebagai (1) koneksi internet yang tidak stabil, (2) kegiatan dan masalah keluarga, dan (3) isolasi karena protokol kesehatan, dinyatakan oleh responden sebagai salah satu stres mereka. Hasilnya juga menunjukkan bahwa stres akademik seperti tidak ada diskusi tatap muka, banyak tugas, dan kurangnya respon langsung dari dosen telah berkontribusi terhadap stres siswa. Temuan juga ada mengenai strategi penanggulangan yang diadopsi oleh mahasiswa, yang mencakup strategi penanggulangan berorientasi tugas secara khusus (1) menggunakan dua jaringan yang berbeda untuk menggandakan data jika terjadi koneksi internet yang tidak stabil (2) mengamati manajemen waktu (3) belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan (4) menemukan cara lain untuk menghubungi instruktur dan strategi koping berorientasi emosi khususnya (1) kesadaran diri (2) motivasi diri (3) menenangkan diri. Secara kolektif, pandemi Covid-19 telah memberikan kontribusi beban bagi kehidupan mahasiswa. Pergeseran model pembelajaran tradisional ke sistem pembelajaran yang fleksibel dan pembatasan kesehatan mendadak dengan lingkungan adalah sumber stres yang signifikan bagi mahasiswa. Pengajaran dan pembelajaran telah menjadi lebih menantang karena mahasiswa memiliki pengalaman yang berbeda pada stres mereka dan mengatasi kesulitan tersebut. Hal ini menegaskan bahwa lingkungan memainkan peran penting dalam prestasi akademik mahasiswa, khususnya di masa pandemi ini. Pandemi (lingkungan) membawa tantangan yang merupakan stres bagi mahasiswa. Mahasiswa Fakultas Teknik, ketika dihadapkan dengan tantangan, mengakui bahwa situasinya membuat stres dan mempengaruhi mereka secara negatif dan kemudian mengadopsi strategi koping untuk melawan stres. Mahasiswa harus membuat jadwal yang akan memungkinkan mereka untuk mengelola tugas kuliah mereka dan kegiatan lainnya lebih efektif. Mereka memiliki sesuatu untuk diantisipasi setiap hari. Ini sebagai langkah pencegahan dan menerima stres akademis lebih mudah.

#### REFERENCES

- Abouserie, R. (1994). Sources and levels of stress in relation to locus of control and self esteem in university students. *Educational psychology*, 14(3), 323-330.
- Ahmadi, F., Khodaryarifard, M., Zandi, S., Khorrami-Markani, A., Ghobari-Bonab, B., Sabzevari, M., & Ahmadi, N. (2018). Religion, culture and illness: A sociological study on religious coping in Iran. *Mental Health, Religion & Culture*, 21(7), 721-736.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90-96.
- Bond, F. W., & Bunce, D. (2000). Mediators of Change in Emotion-Focused and Problem-Focused Worksite Stress Management Interventions. *Journal of occupational health psychology*, 5(1), 156.
- Darmawan, D. (2003). *Teori Pengambilan Keputusan*. Universitas Atmajaya, Yogyakarta.
- Darmawan, D. (2015). Hubungan Stres Kerja dan Kinerja Dosen, *Jurnal Ilmiah Manajemen Pendidikan Indonesia*, 2(1), 1-7.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as A Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466.
- Gabre, H., & Kumar, G. (2012). The Effects of Perceived Stress and Facebook on Accounting Students' Academic Performance. *Accounting and Finance Research*, 1(2), 87-100.
- How, Z. J., Shinde, J. S., & Willems, J. (2013). Academic Stress in Accounting Students: An Empirical Study. *Asian Journal of Accounting and Governance*, 4, 1-10.
- Issalillah, F. & Jahroni. (2020). Kontribusi Kecerdasan Emosional dan Spiritual terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pada Matakuliah Pendidikan Agama, *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Pendidikan Indonesia*, 7(1), 42-48.
- Issalillah, F. & S. Wahyuni. (2021). Analisis Hubungan Stres Kerja dan Kinerja Karyawan, *Jurnal Ilmu Manajemen*, 1(1), 1-8.



- Issalillah, F. & R. K. Khayru. (2021). Stres dan Kelompok Referensi, Apakah Memengaruhi Motivasi Berprestasi Mahasiswa? *Studi Ilmu Sosial Indonesia*, 1(1), 13-28.
- Karina, A., T. Baskoro K. & D. Darmawan. (2012). *Pengantar Psikologi*, Addar Press, Jakarta.
- Kwaah, C. Y., & Essilfie, G. (2017). Stress and coping strategies among distance education students at the University of Cape Coast, Ghana. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 18(3), 120-134.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional Theory and Research on Emotions and Coping. *European Journal of personality*, 1(3), 141-169.
- Mardikaningsih, R., & A. R. Putra. (2021). Minat Berwirausaha Mahasiswa Ditinjau dari Konsep Diri, *Jurnal Pendidikan, Sosial, Budaya*, 7(3), 173-178.
- Mardikaningsih, R. & D. Darmawan. (2021). Peran Kompetensi Pedagogik Guru dan Lingkungan Belajar untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa, *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Pendidikan Indonesia*, 8(1), 33-39.
- Mardikaningsih, R. & N.S. Wisnujati. (2021). Apakah Stres Kerja dan Kinerja Karyawan Memiliki Hubungan yang Signifikan? *Jurnal Manajemen, Bisnis, dan Kewirausahaan*, 1(1), 53-65.
- Myers, A. M., & Rothblum, E. D. (2005). Coping With Prejudice and Discrimination Based on Weight. *The Psychology of Prejudice and Discrimination: Disability, Religion, Physique, and Other Traits*, 4, 112-134.
- Obbarius, N., Fischer, F., Liegl, G., Obbarius, A., & Rose, M. (2021). A Modified Version of the Transactional Stress Concept According to Lazarus and Folkman Was Confirmed in a Psychosomatic Inpatient Sample. *Frontiers in psychology*, 12, 1-12.
- Price, R. A., & Bijl-Brouwer, M. V. D. (2020). What Motivates Our Design Students During Covid-19? *Journal of Design, Business & Society*, 7(2), 233-249.
- Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). Academic Stress and Its Sources Among University Students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531-537.
- Sutarjo, M., D. Darmawan & Yuni Indah Sari. (2007). *Evaluasi Pendidikan. Spektrum Nusa Press*, Jakarta.
- Ujiyanto & D. Darmawan. (2003). Rasionalitas Mahasiswa dalam Memilih Partai Politik: Studi terhadap Faktor yang Dipertimbangkan Mahasiswa Kota Surabaya dalam Memilih Partai Politik, *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial dan Humaniora*, 7(1), 43-54.
- Williams, E. S., Konrad, T. R., Scheckler, W. E., Pathman, D. E., Linzer, M., McMurray, J. E., & Schwartz, M. (2010). Understanding Physicians' Intentions to Withdraw from Practice: The Role of Job Satisfaction, Job Stress, Mental and Physical Health. *Health Care Management Review*, 35(2), 105-115.
- Yusoff, M. S. B. (2010). Stress, Stressors and Coping Strategies among Secondary School Students in A Malaysian Government Secondary School: Initial Findings. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 11(2), 143-157.