

NASKAH PUBLIKASI (MANUSKRIP)

**HUBUNGAN KECEMASAN, STRES, DAN DEPRESI DENGAN KEPUASAN
HIDUP PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN
TIMUR**

***THE RELATIONSHIP OF ANXIETY, STRESS, AND DEPRESSION WITH LIFE
SATISFACTION IN STUDENTS AT MUHAMMADIYAH UNIVERSITY, EAST
KALIMANTAN***



**DISUSUN OLEH
ALFIF FIKRIANUR
1911102411082**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2022**

Naskah Publikasi (Manuskrip)

**Hubungan Kecemasan, Stres, dan Depresi dengan Kepuasan Hidup pada
Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**

***The Relationship of Anxiety, Stress, and Depression with Life Satisfaction in
Students at Muhammadiyah University, East Kalimantan***



**Disusun Oleh
Alfif Fikrianur
1911102411082**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN KECEMASAN, STRES, DAN DEPRESI DENGAN KEPUASAN
HIDUP PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN
TIMUR**

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH :

**ALFIF FIKRIANUR
1911102411082**

**Diseminarkan dan diujikan
Pada tanggal, 18 Januari 2023**

Penguji I


Ns. Dwi Rahman Fitriani, M. Kep
NIDN. 1119097601

Penguji II


Ns. Mukhripah Damaivanti., MNS
NIDN. 1110118003

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan


Ns. Siti Kholroh Muflilhatin, S. Pd., M. Kep
NIDN. 1115017703



HUBUNGAN KECEMASAN, STRES, DAN DEPRESI DENGAN KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

THE CORRELATION OF ANXIETY, STRESS, AND DEPRESSION WITH LIFE SATISFACTION IN EAST KALIMANTAN MUHAMMADIYAH UNIVERSITY STUDENTS

*Alfif Fikrianur¹, Reta Sukma Putri¹, Aqilah Rizkia¹, Mukhriyah Damaiyanti², Dwi Rahmah Fitriani²

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda

²Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda

*Corresponding Author: Alfif Fikrianur (fikrianur17@gmail.com)

ABSTRAK

Article History:

Submitted:
Received in
Revised:
Accepted:

Pendahuluan: Kepuasan hidup adalah kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya yang disertai dengan kegembiraan. Selain harus memiliki kesehatan fisik, seseorang haruslah memiliki kesehatan mental yang baik. Kecemasan, Stres, dan Depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang harus diperhatikan bagi remaja khususnya mahasiswa, karena hal ini dapat memberikan beban akademik sehingga mempengaruhi kepuasan hidup bagi mahasiswa.

Metode: Penelitian ini menerapkan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*, dengan menggunakan rumus *Isaac and Michael* didapatkan sebanyak 1.244 responden, dan pengambilan sampel dengan *Stratified Random Sampling*. Pengukuran kecemasan, stres, dan depresi menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale-21* (DASS-21) dan kepuasan hidup menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). Uji bivariat yang digunakan yaitu Uji Kendall's Tau C.

Hasil: Dari hasil penelitian menggunakan uji *Kendall's Tau C*, terdapat hubungan bermakna dari nilai τ antara Kecemasan (- 0,89), Stres (-0,063), Depresi (- 0,143), dengan nilai signifikansi $p \text{ value } 0,000 < 0,05$, maka didapatkan hubungan antara kecemasan, stres, dan depresi terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Kesimpulan: Kecemasan, Stres, dan Depresi berhubungan secara bermakna terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Saran aplikatif pada penelitian ini adalah meningkatkan ibadah kepada Tuhan Yang Maha Esa, menjaga kesehatan dengan berolahraga teratur, melakukan hobi yang sesuai dengan minat dan bakat, berfikir hal-hal yang menyenangkan dalam hidup, membicarakan perasaan dan keluhan kepada seseorang yang dapat dipercaya, dan melakukan konsultasi kepada psikolog atau dokter spesialis jiwa.

Kata kunci: Kecemasan; Stres; Depresi; Kepuasan Hidup

ABSTRACT

Introduction: Anxiety, stress and depression are mental health disorders that must be considered by teenagers, especially students, because this can cause academic burden and thus affect life satisfaction for students.



Methods: *This research applies a quantitative cross-sectional research design, using the Isaac and Michael formula to obtain 1,244 respondents, and sampling using Stratified Random Sampling. Anxiety, stress and depression were measured using the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) questionnaire and life satisfaction using the Satisfaction With Life Scale (SWLS). The bivariate test used is the Kendall's Tau C test.*

Result: *From the results of research using the Kendall's Tau C test, there is a significant relationship between the τ value between Anxiety (- 0.89), Stress (-0.063), Depression (- 0.143), with a significance value of p value $0.000 < 0.05$, so the relationship is obtained between anxiety, stress and depression on life satisfaction among students at the Muhammadiyah University of East Kalimantan.*

Conclusion: *Anxiety, stress and depression are significantly related to life satisfaction among students at Muhammadiyah University, East Kalimantan. Applicable suggestions in this research are increasing worship of God Almighty, maintaining health by exercising regularly, doing hobbies that suit your interests and talents, thinking about pleasant things in life, discussing feelings and complaints with someone you can trust, and doing consult a psychologist or mental specialist.*

Keywords: *Anxiety; Stress; Depression; Life Satisfaction*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental menurut *World Health Organization* dalam Rahmayani (2019) ialah seseorang yang dapat hidup normal, dapat bekerja dengan baik, dapat bersosialisasi serta dapat berpartisipasi dengan lingkungannya, dan sadar dengan keahliannya sendiri. Masalah kesehatan akan timbul jika kesejahteraan fisik, mental, dan sosial belum tercapai. Kesehatan fisik bukanlah satu-satunya masalah kesehatan yang ada di sekitar kita, tetapi ada yang namanya kesehatan psikologis yang juga menentukan kesejahteraan seseorang dan perlunya dua hal ini untuk menjadi perhatian masyarakat.

Kelompok usia muda banyak yang mengalami masalah psikologis (Saputri et al., 2019). Remaja dan dewasa yang masuk ke dalam kelompok usia muda lebih banyak yang menderita masalah psikologis seperti stres, depresi, dan kecemasan (Saputri et al., 2019). Pada usia muda tersebut terjadi masa transisi yang memicu perubahan perasaan dan tingkah laku dengan tanda gejala yang beragam yang di mana terjadi perubahan saat anak-anak menjadi remaja, dari saat remaja menjadi dewasa (Saputri et al., 2019). Pada saat remaja cukup banyak hal yang dialami oleh setiap individu, di mana pada kala ini setiap remaja menghadapi perkembangan dalam hal psikologis, biologis, kognitif, ataupun dalam sosio emosional. Oleh sebab itu, remaja perlu melaksanakan adaptasi pada banyak hal di komunitasnya yang beresiko dapat memberikan beban pada remaja tersebut (Pertwi et al., 2021). Penyebabnya adalah karena memiliki tanggung jawab yang berlipat ganda dibanding usia yang lain yaitu tanggung jawab pada pekerjaan, tanggung jawab dalam hal ekonomi, dan tanggung jawab kepada keluarga (Bunjamin, 2021).

Saat ini, perkiraan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia adalah sekitar 450 juta jiwa termasuk skizofrenia (WHO, 2017). Menurut perhitungan beban penyakit pada tahun 2017 (IHME, 2017), beberapa jenis gangguan jiwa yang

diprediksi dialami oleh penduduk di Indonesia diantaranya adalah gangguan depresi, cemas, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku, autis, gangguan perilaku makan, cacat intelektual, *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 6% atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan dan depresi (Depkes, 2014). Sedangkan menurut laporan InfoDatin (2019) terdapat 10 peringkat besar penyakit Mental Disorders di Indonesia, yang salah satunya adalah stres berada pada peringkat ke empat pada tahun 2017.

Mahasiswa merupakan sebuah kelompok analisis yang bertanggung jawab untuk mengembangkan keterampilan berpikir individu dan mahasiswa adalah kumpulan orang yang belajar di universitas (Bella & Ratna, 2019). Setiap mahasiswa seharusnya sudah mempunyai persiapan untuk mencari, mengeksplorasi, dan memperdalam minat ilmiahnya dengan membaca, mengamati, dan memilih bahan kajian serta mengungkapkannya dalam berbagai karya ilmiah (Bella & Ratna, 2019).

Menurut Santrock, 2008 (Musabiq & Karimah, 2018) secara global mahasiswa di Indonesia memiliki usia diantara 18 - 24 tahun dengan tingkat perkembangan pada tingkat dewasa muda. Orang yang sedang menempuh pendidikan di universitas atau institusi pendidikan sejenis lainnya yang berada dalam fase belajar disebut mahasiswa (Ramadhani & Amri, 2020). Penelitian yang dilakukan di Australia menunjukkan bahwa mahasiswa banyak mengalami beragam stressor yang bersifat psikologis dan sosial dan ini juga dapat meningkatkan risiko depresi dan gangguan kecemasan (Bukhari & Saba, 2017). Sebuah penelitian lain di Malaysia melaporkan bahwa kecemasan, stres, dan depresi memiliki efek samping yang sangat berbahaya dan merusak



pada kehidupan siswa dan dapat menyebabkan putus sekolah, peningkatan angka bunuh diri, masalah dalam hubungan interpersonal dan gangguan dalam bekerja secara efisien (Bukhari & Saba, 2017).

Stres merupakan kondisi yang diakibatkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkendali (Ambarwati et al., 2019). *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders* (DSM-5) mendefinisikan gangguan kecemasan sebagai perasaan takut berlebihan yang terjadi pada seseorang yang berdampak pada terganggunya kegiatan sehari-hari (*American Psychiatric Association*). Sedangkan, depresi dijelaskan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V* (2013) yang merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan munculnya kesedihan, perasaan hampa, perasaan sensitif, disertai dengan gejala somatic dan kognitif. Gejala-gejala tersebut dapat mempengaruhi fungsi dan kemampuan individu dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Association, 2022).

Menurut (Hurlock, 2009) bahwa tidak semua mahasiswa dapat memenuhi tugas perkembangannya dan ini menyebabkan mereka cenderung tidak puas dengan kehidupannya. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki kepuasan hidup rendah cenderung mengalami depresi, cemas, dan stres, serta penurunan performa akademik (Mahmoud et al., 2012; Malik et al., 2013). Hal yang sama juga didapatkan pada hasil penelitian Ashraf Islam et al (2018) yaitu tekanan psikologis mahasiswa berupa depresi, kecemasan, dan stress serta tingkat kepuasan hidup mereka.

Kepuasan hidup merupakan suatu kondisi yang meliputi kepuasan individu terhadap hidupnya saat ini dan terbagi menjadi dua jenis yaitu kepuasan hidup secara umum dan kepuasan pribadi seperti cinta, pernikahan, persahabatan, dan lainnya (Nisfiannor, Rostiana, & Puspasari, 2004). Asih, Yuliadi, dan Karyanta (2015) menyebutkan bahwa kepuasan hidup dipengaruhi oleh faktor internal seperti karakteristik individu dan faktor eksternal yaitu dari lingkungan. Dalam (Sintiawati, 2017) Menurut Diener, Emmons, Larsen, dan Griffin kepuasan hidup terkait dengan pencapaian kebutuhan, tujuan dan keinginan seseorang. Apabila kesenjangan antara harapan dengan pencapaian kebutuhan, tujuan, dan keinginan seseorang itu mengecil, maka dapat dikatakan bahwa tingkat kepuasan hidup seseorang tersebut relatif tinggi (Frey & Stutzer, 2001) dalam (Sumargi Maria Agnes, 2018). Dengan demikian, tingkat kepuasan hidup seseorang seringkali dipengaruhi oleh penilaiannya terhadap hidup. Semakin seseorang tersebut berpikir positif mengenai hidupnya,

semakin tinggi tingkat kepuasan hidupnya. Sebaliknya, semakin ia berpikir negatif mengenai hidupnya, maka semakin rendah pula tingkat kepuasan hidupnya (Novianti & Alfiasari, 2017).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi karakteristik responden di Universitas muhammadiyah seperti, Jenis kelamin, usia, program studi, semester, tempat tinggal, pendidikan terakhir kepala keluarga, pekerjaan kepala keluarga, dan pendapatan kepala keluarga. Selain itu mengidentifikasi kecemasan, stres, dan depresi pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan uji etik di Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Samarinda dengan nomor SURAT PERSETUJUAN KELAYAKAN ETIK NO.205/KEPFK-FK/XII/2022.

Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan Desember 2022 di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT). Adapun jumlah sampel penelitian yaitu 1.244 responden yang dihitung menggunakan rumus Isaac and Michael (1981) dengan teknik pengambilan sampel *Stratified Random Sampling*. Untuk mengukur variabel independen menggunakan Instrumen kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale-21* (DASS-21) yang dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond (1995), dan sudah di uji validitas serta diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Paul Arjanto (2022) dengan hasil cronbach alpha berkisar = 0,84 sampai 0,85 dan koefisien spearman brown = 0,83 sampai 0,85. Sedangkan untuk mengukur variabel dependen, menggunakan kuesioner *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), kuesioner ini dikembangkan oleh Ed Diener (1985) dan sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Natanael dan Novanto (2021) dengan nilai cronbach alpha di atas 0,7 berkisar antara 0,57 sampai 0,73 dan untuk hasil uji reliabilitas nilai cronbach alpha sebesar 0,84. Analisis data menggunakan uji korelasi *Kendall's Tau*.

Dalam menentukan sampel peneliti memiliki kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, sebagai berikut ini:

- a. Kriteria inklusi
 - 1) Bersedia menjadi responden
 - 2) Mahasiswa aktif tahun 2022/2023 di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
- b. Kriteria eksklusi
 - 1) Tidak bersedia untuk berkontribusi menjadi responden



- 2) Tidak terdaftar sebagai mahasiswa aktif tahun 2022/2023 di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
- 3) Mahasiswa program studi profesi ners

S1	242	19,5
S2	32	2,6
S3	2	0,2
Lainnya	79	6,4
Pekerjaan Kepala Keluarga		
PNS	232	18,6
Guru/Dosen	46	3,7
TNI/POLRI	72	5,8
Karyawan Swasta	286	23,0
Wiraswasta	432	34,7
Lainnya	176	14,1
Pendapatan Kepala Keluarga		
<1.000.000	128	10,3
1.000.000 – 2.999.000	424	34,1
3.000.000 – 4.999.000	453	36,4
>5.000.000	223	17,9
Lainnya	16	1,3

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	(%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	782	62,9
Laki-laki	462	37,1
Usia		
<18	9	0,7
18	207	16,6
19	328	26,4
20	302	24,3
21	269	21,6
>21	129	10,4
Program Studi		
S1 Farmasi	95	7,6
S1 Hubungan Internasional	47	3,8
S1 Hukum	89	7,2
S1 Keperawatan	97	7,8
D3 Keperawatan	53	4,3
D3 Kesehatan Lingkungan	12	1,0
S1 Kesehatan Lingkungan	38	3,1
S1 Kesehatan Masyarakat	123	9,9
S1 Manajemen	278	22,3
S2 Manajemen	8	0,6
S1 Pendidikan Bahasa Inggris	34	2,7
S1 Pendidikan Olahraga	28	2,3
S1 Psikologi	115	9,2
S1 Teknik Geologi	8	0,6
S1 Teknik Informatika	116	9,3
S1 Teknik Mesin	47	3,8
S1 Teknik Sipil	56	4,5
Semester		
1	385	30,9
3	328	26,4
5	277	22,3
7	254	20,4
Tempat Tinggal		
Sendiri	90	7,2
Orang Tua	476	38,3
Wali	75	6,0
Kost/Asrama	603	48,5
Pendidikan Terakhir Kepala Keluarga		
Tidak Sekolah	18	1,4
SD	124	10,0
SMP	125	10,0
SMA	622	50,0

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel di atas tentang distribusi frekuensi karakteristik responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur berjenis kelamin perempuan sebanyak 782 responden (62,9%), sebagian besar berusia 19 tahun sebanyak 328 responden (26,4%), sebagian besar berasal dari program studi manajemen sebanyak 278 responden (22,3%), sebagian besar dari semester 1 sebanyak 385 responden (30,9%), sebagian besar tinggal di kost/asrama sebanyak 603 responden (48,5%), sebagian besar dari kepala keluarga dengan pendidikan terakhir tamat SMA atau Sekolah Menengah Atas sebanyak 622 responden (50,0%), sebagian besar pekerjaan kepala keluarga adalah wiraswasta sebanyak 432 responden (34,7%), dan sebagian besar pendapatan kepala keluarga berkisar antara 3.000.000 – 4.999.000 sebanyak 453 responden (36,4%).

Analisa Univariat

Tabel 2. Analisis univariat variabel independen Kecemasan

Kecemasan	F	%
Normal	653	52,5
Ringan	309	24,8
Sedang	246	19,8
Berat	36	2,9

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 1244 responden sebagian besar mahasiswa yang mengalami kecemasan Normal yakni sebanyak 653 mahasiswa (52,5) responden.

Tabel 3. Analisis univariat variabel independen Stres

Stres	F	%
-------	---	---



Stres Normal	993	79,8
Ringan	172	13,8
Sedang	74	5,9
Berat	5	0,4

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 1244 responden sebagian besar angka stres pada mahasiswa adalah normal sebanyak 993 orang (79,8%).

Tabel 4. Analisis univariat variabel independen Depresi

Depresi	F	%
Normal	742	59,6
Ringan	279	22,4
Sedang	198	15,9
Berat	24	1,9
Sangat Berat	1	0,1

(Sumber: Data Primer, 2022)

Analisa Bivariat

Tabel 6. Analisis bivariat variabel independen kecemasan, stres, depresi dengan variabel dependen kepuasan hidup

Variabel		Kepuasan Hidup												Total	Nilai p	Nilai τ	
		Sangat Tidak Puas		Tidak Puas		Kurang Puas		Cukup Puas		Puas		Sangat Puas					
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				
Kecemasan	Normal	15	2,3	132	20,2	172	26,3	165	25,3	129	19,8	40	6,1	653	100,0	0,000	-0,89
	Ringan	10	3,2	78	25,2	94	30,4	77	24,9	43	13,9	7	2,3	309	100,0		
	Sedang	13	5,3	65	26,4	59	24,0	49	19,9	45	18,3	15	6,1	246	100,0		
	Berat	8	22,2	9	25,0	9	25,0	4	11,1	3	8,3	3	8,3	36	100,0		
Stres	Normal	20	2,0	220	22,2	271	27,3	247	24,9	184	18,5	51	5,1	993	100,0	0,001	0,063
	Ringan	10	5,8	48	27,9	46	26,7	35	20,3	27	15,7	6	3,5	172	100,0		
	Sedang	15	20,3	14	18,9	17	23,0	13	17,6	8	10,8	7	9,5	74	100,0		
	Berat	1	20,0	2	40,0	0	0,0	0	0,0	1	20,0	1	20,0	5	100,0		
Depresi	Normal	19	2,6	137	18,5	186	25,1	202	27,2	151	20,4	47	6,3	742	100,0	0,000	0,143
	Ringan	3	1,1	77	27,6	94	33,7	54	19,4	44	15,8	7	2,5	279	100,0		
	Sedang	14	7,1	65	32,8	48	24,2	39	19,7	25	12,6	7	3,5	198	100,0		
	Berat	10	41,7	4	16,7	6	25,0	0	0,0	0	0,0	4	16,7	24	100,0		
	Sangat Berat	0	0,0	1	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	100,0		
Total		46	3,7	284	22,8	334	26,8	295	23,7	220	17,7	65	5,2	1244	100,0		

Nilai signifikansi $\alpha \leq 0,05$

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 1244 responden, sebanyak 172 mahasiswa (26,3%) mengalami kecemasan dalam kategori normal dengan kepuasan hidup kurang puas. Pada stres, sebanyak 271 mahasiswa (27,3%) dengan kategori stres normal dengan

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 1244 responden sebagian besar memiliki kategori depresi normal sebanyak 742 orang (59,6%) responden.

Tabel 5. Analisis univariat variabel dependen kepuasan hidup

Kategori	F	%
Sangat Tidak Puas	46	3,7
Tidak Puas	284	22,8
Kurang Puas	334	26,8
Cukup Puas	295	23,7
Puas	220	17,7
Sangat Puas	65	5,2

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 1244 responden sebagian besar memiliki kepuasan hidup dengan kategori kurang puas sebanyak 334 orang (26,8%) responden, cukup puas sebanyak 295 orang (23,7%) responden, tidak puas sebanyak 284 orang.

kepuasan hidup cukup puas. Sedangkan pada depresi, sebanyak 202 mahasiswa (27,2%) mengalami depresi pada kategori normal dengan kepuasan hidup cukup puas.

Sedangkan untuk nilai signifikansi dari hasil uji analisis *kendall's tau c* bahwa nilai p value



pada kecemasan -0,89, stres -0,063, dan depresi -0,143 atau dapat dikatakan bahwa nilai $p \leq 0,05$.

Karakteristik Responden

Tabel 1 menjelaskan mayoritas dikategorikan pada usia 18 - 25 tahun. Sejalan dengan pendapat Hurlock, 2009 bahwa mahasiswa yang berumur 18 hingga 25 tahun berada pada tahap perkembangan dewasa awal dan memiliki tugas perkembangan yang perlu dicapai dan dipersiapkan, seperti memegang tanggung jawab sebagai bagian diri masyarakat, mulai bekerja mencari pemasukan, serta menemukan kelompok sosial yang sesuai dengan diri.

Hasil penelitian ini mayoritas responden berusia 19 - 20 tahun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purba & Djaling, 2019) yaitu dari hasil penelitian didapatkan usia 19-20 tahun merupakan proporsi tertinggi yaitu berjumlah 282 orang (55,8%). Adapun penelitian lain (Novianti & Alfiasari, 2017) didapatkan karakteristik responden dengan persentase terbesar yaitu sebanyak 71,6% berusia 19 tahun.

Hasil penelitian menunjukkan dari 1.244 responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 62,9% sedangkan laki – laki sebanyak 37,1%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purba & Djaling, 2019) yaitu dari hasil penelitian didapatkan jumlah kelompok responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibanding kelompok laki-laki yaitu sebanyak 69,5%. Menurut (Nolen-Hoeksema & Ahrens, 2002) Salah satu zat kimia yang diproduksi oleh tubuh seperti hormon progesteron dan hormon estrogen pada perempuan menjadi salah satu faktor secara biologis sehingga berdampak pada ketidakstabilan suasana hati.

Hasil penelitian ini sebagian besar responden dari program studi S1 Manajemen yaitu sebanyak 22,3%. Hasil tersebut sejalan dengan data Statistik Pendidikan Tinggi tahun 2020, dari 10 Program Studi dengan jumlah mahasiswa terbanyak, program studi Manajemen merupakan program studi dengan jumlah mahasiswa terbanyak pada jenjang sarjana dan magister (Kemendikbud, 2020). Selain itu, Bayram dan Bilgel dimana mahasiswa yang belajar ilmu sosial dan politik memiliki skor depresi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa ilmu dasar, teknik serta kedokteran (Bayram & Bilgel, 2008).

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden merupakan mahasiswa semester 1 sebanyak 30,9%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Bistolen & Setianingrum, 2019) bahwa masa studi atau tingkat semester memiliki hubungan terhadap masalah - masalah yang sering dialami oleh mahasiswa, dengan semakin tingginya masa studi atau tingkat semester maka

semakin lebih tinggi mahasiswa mengalami kecemasan, stress, depresi, tertekan. Sehingga mahasiswa perlu penyesuaian diri terhadap lingkungan dari masa SMA ke masa perkuliahan yang harus lebih aktif dan inisiatif sendiri dalam menjalani kegiatan sehari – hari.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas tempat tinggal responden tinggal di Kost/Asrama sebanyak 48,5%. Sejalan dengan penelitian (Anissa et al., 2018) bahwa sebagian besar mahasiswa merupakan berdomisili dari luar kota sehingga sebagian besar mahasiswa tinggal di kos/asrama/kontrakan. Seseorang yang bertempat tinggal di kontrakan/kos merupakan komunitas yang rentan terhadap pergaulan bebas karena kebebasan mereka untuk melakukan apapun di tempat kontrakan/kos termasuk cara belajar mereka dalam mempersiapkan ujian. Tempat tinggal dapat mempengaruhi fokus belajar untuk mempersiapkan diri menghadapi ujian.

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas pendidikan terakhir kepala keluarga adalah SMA yaitu sebanyak 50%. Sesuai Studi yang dilakukan oleh Zhao and Guo (dalam Andriani et al., 2021) telah menemukan bahwa tingkat pendidikan orang tua yang rendah dikaitkan dengan hasil kesehatan mental mahasiswa, tingkat pendidikan orang tua adalah faktor esensial yang erat kaitannya dengan kehangatan dan keluarga yang berfungsi dengan baik. Orang tua yang berpendidikan tinggi, rata-rata menghabiskan lebih banyak waktu dalam keterlibatan sebagai orang tua yang menunjukkan keterampilan komunikasi yang lebih kuat, dan memberikan hubungan orang tua dan anak yang lebih sehat dalam keluarga daripada orang tua yang kurang berpendidikan. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang tinggi lebih cenderung menginvestasikan lebih banyak waktu dalam meningkatkan interaksi sosial anak dan komunikasi mereka di antara anggota keluarga, yang berdampak besar dalam mengatasi masalah kesehatan mental.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pekerjaan kepala keluarga responden adalah wiraswasta yaitu sebanyak 34,7%. Sejalan dengan penelitian (Susila et al., 2020) menyebutkan bahwa bekerja sebagai pegawai kantor kurang banyak tantangan dan risiko, sedangkan sektor kewirausahaan memiliki tantangan dan risiko menjadi situasi yang harus selalu dihadapi setiap saat. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Apriani Y.G.D, 2020) menunjukkan bahwa banyak orang tua responden yang bekerja sebagai wiraswasta, di mana penghasilan wiraswasta terkadang tidak menentu dan dapat disimpulkan bahwa jenis pekerjaan akan mempengaruhi jumlah penghasilan seseorang (Septyari et al., 2022).



Hasil penelitian ini sebagian besar pendapatan kepala keluarga responde berada direntang Rp 3.000.000 – Rp 4.999.000 yaitu sebanyak 36,4% responden. Hal ini sejalan dengan penetapan Upah Minimum Regional Provinsi Kalimantan Timur yang ditetapkan oleh Gubernur Kalimantan Timur yang tercantum dalam Surat Keputusan Gubernur, bahwa upah minimum Provinsi Kalimantan Timur sebesar Rp 3.137.675,60 per bulan (PPID, 2018). Berdasarkan penelitian (Surya Dewi et al., 2019) mahasiswa dengan pendapatan orang tua yang rendah lebih berisiko mengalami masalah psikologis karena memiliki penilaian diri yang rendah atau cenderung melihat dirinya kekurangan. Atau individu tersebut merasa ditolak dan terasingkan karena menganggap dirinya berbeda dari teman-teman lain yang kondisi finansial nya lebih baik dari dirinya.

Kecemasan Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Dari 1.244 responden sebagian besar mengalami kecemasan normal sebanyak 653 mahasiswa (52,5%) responden, kecemasan ringan sebanyak 309 mahasiswa (24,8%) responden, kecemasan sedang sebanyak 246 mahasiswa (19,8%) responden, kecemasan berat sebanyak 36 mahasiswa (2,9%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian Cao, dkk (2020) yang menunjukkan bahwa persentase mahasiswa yang memiliki kecemasan tingkat rendah jauh lebih besar daripada yang memiliki kecemasan pada tingkat sedang dan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan adalah hal umum yang akan dialami setiap orang, hanya saja kecemasan dalam taraf yang lebih berat tidak akan dialami oleh banyak orang. (Christianto et al., 2020). Berdasarkan penelitian Lepp, A., dkk pada tahun 2014 dalam (Qolbi, 2020) didapatkan hasil mengenai hubungan performa akademik, menyatakan bahwa penilaian kepuasan hidup dipengaruhi oleh keberhasilan dan kegagalan dalam kehidupan yang penting. Bagi mahasiswa, akademik merupakan hal penting sehingga kecemasan dan kesusahan yang terjadi pada mahasiswa akan berdampak negatif bagi kepuasan hidupnya.

Stres Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Dari 1.244 responden sebagian besar angka stres pada mahasiswa adalah normal sebanyak 993 orang (79,8%), ringan sebanyak 172 orang (13,8%), sedang sebanyak 74 orang (5,9%), berat 5 orang (4%), dan sangat berat tidak ada. Stres merupakan reaksi tubuh yang disebabkan oleh adanya desakan dari eksternal individu yang melebihi kemampuan diri sendiri dalam mengelola masalah dan pemecahan masalah (M. Hasanah,

2019). Hal tersebut dikarenakan pada masa dewasa awal umumnya mahasiswa rentan untuk mengalami stres yang disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah berasal dari diri mahasiswa itu sendiri yang masih belum bisa mengatasi dan memahami masalah dengan baik, sedangkan faktor eksternal adalah berasal dari luar diri mahasiswa seperti beban perkuliahan serta masalah yang lain (Ambarwati et al., 2019). Rentang yang baik untuk tingkat stres adalah pada stres ringan dan sedang (Septyari et al., 2022). Ciri-ciri yang dimiliki pada kategori stres ringan sampai stres sedang adalah dapat mudah marah, mudah tersinggung, tidak sabaran, dan mudah mengalami kecemasan. Tubuh masih dapat mengimbangi stres yang terjadi pada tingkat tersebut. Tetapi, saat seseorang mengalami stres berat, tubuh berisiko untuk menimbulkan akibat yang lebih parah seperti depresi, keputusan bahwa hidup ini tidak memiliki manfaat (Septyari et al., 2022).

Mahasiswa yang mengalami stres dapat mempengaruhi kepuasan hidupnya. Mencapai kepuasan hidup ialah dambaan sari setiap orang termasuk mahasiswa. Pada penelitian yang dilakukan di Pakistan menunjukkan bahwa stres adalah salah satu prediktor negatif untuk kepuasan hidup mahasiswa. Oleh karena itu mahasiswa yang mengalami stres dalam hidupnya akan memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah, sedangkan yang sedikit mengalami stres memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih baik (Bukhari & Saba, 2017).

Depresi Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Dari 1.244 responden sebagian besar memiliki kategori depresi normal sebanyak 742 orang (59,6%) responden, kategori depresi ringan sebanyak 279 orang (22,4%) responden, kategori depresi berat sebanyak 24 orang (1,9%) responden, dan kategori depresi sangat berat sebanyak 1 orang (0,1%) responden. Menurut Hasanah et al., 2020 Mahasiswa adalah kelompok khusus individu yang bertahan dalam periode transisi kritis di mana mereka berada dalam masa peralihan dari masa remaja sampai dewasa dan dapat menjadi salah satu momen yang paling menyebabkan stres dalam kehidupan seseorang. Depresi, terutama pada masa dewasa awal, dapat menyebabkan efek besar dalam keberhasilan akademik, hubungan masa depan, pekerjaan, dan mungkin menyebabkan penyalahgunaan alkohol dan zat.

Mahasiswa yang memiliki kategori depresi normal ataupun ringan tidak selamanya mengalami kepuasan hidup yang puas. Banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup mahasiswa seperti, tuntutan tugas perkembangan sesuai usia baik pemenuhan



harapan orang tua, lingkungan sekitar, ataupun diri sendiri. Selain itu, tuntutan akademik menjadi salah satu alasan mengapa kepuasan hidup terganggu, seperti persaingan antar rekan kuliah dan harus tinggal jauh dari orang tua.

Hubungan Kecemasan, Stres, Depresi Dengan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Dari hasil penelitian ini terdapat hubungan antara Kecemasan, Stres, Depresi dengan Kepuasan Hidup dengan nilai signifikansi p value 0,000 untuk kecemasan dan depresi, dan 0,001 untuk p value stres ($p \text{ value} < 0,05$), maka hubungan yang didapatkan adalah kategori lemah dan bersifat negatif dengan nilai koefisien korelasi antara Kecemasan (- 0,89), Stres (-0,063), Depresi (- 0,143). Hal ini sejalan dengan penelitian (Qamar et al., 2021) tekanan psikologis seperti kecemasan, stress, dan depresi memiliki hubungan negatif yang signifikan ($r = 0,40 \text{ } p < 0,05$) dengan kepuasan hidup. Artinya, semakin tinggi tekanan psikologis mahasiswa maka semakin rendah kepuasan hidupnya atau semakin rendah tekanan psikologisnya, maka semakin tinggi kepuasan hidupnya. Hasil yang sama didapat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ooi et al., 2022) hasil korelasi Pearson's Product Moment yang menguji kekuatan korelasi antar variabel stres, kecemasan, dan depresi didapatkan hasil signifikansi $r \geq 0,60$ berkorelasi negatif yang lemah dengan kepuasan hidup. Hasil penelitian juga menunjukkan depresi pada 9,9% responden dengan nilai koefisien negatif dengan kepuasan hidup.

KESIMPULAN

Dari hasil pengumpulan data ini terdapat hubungan bermakna dengan nilai signifikansi p value 0,000 untuk kecemasan dan depresi, dan 0,001 untuk p value stres ($p \text{ value} < 0,05$), maka hubungan yang didapatkan adalah kategori lemah dan bersifat negatif dengan nilai koefisien korelasi antara Kecemasan (- 0,89), Stres (-0,063), Depresi (- 0,143). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara kecemasan, stres, dan depresi kepuasan hidup pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Manfaat aplikatif dari penelitian ini adalah dapat meningkatkan pengetahuan khususnya pada mahasiswa untuk dapat mengenal dan mengatasi masalah kesehatan mental, dapat memberikan informasi baru tentang macam-macam masalah kesehatan mental, dan dapat membantu mahasiswa untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan mental.

SARAN

Bagi mahasiswa yang sedang menjalani perkuliahan akademik, diharapkan bisa menyampaikan kendala yang dihadapi saat perkuliahan baik ke orang terdekat atau dosen. agar bisa berdiskusi terkait permasalahan kesehatan mental sehingga tidak menimbulkan rasa cemas. Mahasiswa diharapkan dapat bertukar pikir dengan rekan mahasiswa yang lain agar bisa saling bantu memberikan solusi terhadap permasalahan yang dialami. mahasiswa dapat membentuk organisasi atau UKM yang berfokus pada kepedulian terhadap kesehatan mental, yang kemudian nantinya dapat bekerja sama dengan mahasiswa program studi Psikologi, Dosen Psikologi, dan mahasiswa dari berbagai program studi yang memiliki ketertarikan serta kepedulian pada kesehatan mental.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup pada mahasiswa. Serta diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan evaluasi jika terdapat kekurangan pada penelitian ini.

Kemudian, terdapat beberapa saran aplikatif yang dapat dilakukan yaitu meningkatkan ibadah kepada Tuhan Yang Maha Esa, menjaga kesehatan dengan berolahraga teratur, melakukan hobi yang sesuai dengan minat dan bakat, berfikir hal-hal yang menyenangkan dalam hidup, membicarakan perasaan dan keluhan kepada seseorang yang dapat dipercaya, mengikuti seminar-seminar yang berkaitan dengan kesehatan mental, dapat menjadi bahan pertimbangan juga bagi universitas untuk dapat giat dalam memberikan informasi serta cara mengatasi kesehatan mental, dan jika sudah melakukan hal-hal tersebut keluhan tidak membaik maka perlu melakukan konsultasi kepada psikolog atau dokter spesialis jiwa untuk penanganan lebih lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan dosen penguji karena telah membantu dengan memberikan arahan untuk kelancaran penyelesaian tugas akhir ini. Peneliti juga tidak lupa ingin mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan seperjuangan yang sudah saling membantu dalam menyelesaikan tugas ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Stuart, G. W. (2012). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Elsevier Mosby. <https://doi.org/10.2307/3462918>.
- Sturgeon, R., & Morrissette, P. J. (2010). A Qualitative Analysis of Suicide Ideation among Manitoban Farmers. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 44(2), 191–207.



- Susanti, H., & Nujanah, N. (2018). Komunikasi Verbal Abuse Orang Tua pada Remaja. *Jurnal Niara*, 10(2), 139–151. <https://doi.org/10.31849/niara.v10i2.3797>.
Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andriani, J. A., Romadhon, Y. A., Herawati, E., & Candrasari, A. (2021). Pengaruh Bentuk Keluarga dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi Remaja di Era Pandemi Covid-19. *The 13th University Research Colloquium*, 57(9), 1092–1098.
- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *Medisains*, 16(2), 67. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2522>
- Apriani Y.G.D, P. S. F. M. D. (2020). Hubungan Penghasilan Orang Tua Dengan Motivasi. *Medika Usada*, 3, 55–60.
- Ashraful Islam, M., Yun Low, W., Ting Tong, W., Wan Yuen, C. C., & Abdullah, A. (2018). Factors Associated with Depression among University Students in Malaysia: A Cross-sectional Study. *KnE Life Sciences*, 4(4), 415. <https://doi.org/10.18502/kls.v4i4.2302>
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(8), 667–672. <https://doi.org/10.1007/s00127-008-0345-x>
- Bistolen, J., & Setianingrum, M. E. (2019). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Subjective Well Being Pada Mahasiswa Baru Di Etnis Timur (Ikmasti) Di Salatiga. *Jurnal Basicedu*, 4(1), 103–109. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i1.284>
- Bukhari, S. R., & Saba, F. (2017). Depression, anxiety and stress as negative predictors of life satisfaction in university students. In *Rawal Medical Journal* (Vol. 42, Issue 2, pp. 255–257).
- Bunyamin, A. (2021). Mengelola Stres Dengan Pendekatan Islami Dan Psikologis. *Idaarah: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(1), 145. <https://doi.org/10.24252/idaarah.v5i1.20971>
- Christianto, L. P., Kristiana, R., Franzius, D. N., Santoso, D., Winsen, & Ardani, A. (2020). Kecemasan mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Jurnal Selaras*, 3(1), 67–82.
- Hasanah, M. (2019). Stres dan solusinya dalam perspektif psikologi dan islam. *Jurnal Ummul Qura*, XIII(1), 104–116.
- Hasanah, U., Fitri, N. L., Supardi, S., & PH, L. (2020). Depression Among College Students Due to the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 421. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.4.2020.421-424>
- Hidayat, A. (2019). Teknik Sampling Dalam Penelitian (Penjelasan Lengkap Serta Jenisnya). In *Statistikian.Com*.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- IHME. (2017). *Global Burden of Disease Study 2017*.
- InfoDatin. (2019). Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia. In *Riskesmas Tahun 2018* (Ed.), *InfoDATIN*. InfoDATIN. <https://doi.org/10.32529/beej.v3i1.1541>
- Kemendikbud. (2020). Statistik Pendidikan Tinggi (Higher Education Statistic) 2020. *PDDikti Kemendikbud*, 81–85.
- Mahmoud, J. S. R., Staten, R., Hall, L. A., & Lennie, T. A. (2012). The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. *Issues in Mental Health Nursing*, 33(3), 149–156. <https://doi.org/10.3109/01612840.2011.632708>
- Malik, M., Nordin, N., Zakaria, A., & Sirun, N. (2013). An Exploratory Study on the Relationship between Life Satisfaction and Academic Performance Among Undergraduate Students of UiTM, Shah Alam. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 90, 334–339. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.099>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Nolen-Hoeksema, S., & Ahrens, C. (2002). Age differences and similarities in the correlates of depressive symptoms. *Psychology and Aging*, 17(1), 116–124. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.17.1.116>
- Novianti, D. S., & Alfiasari, A. (2017). Kepuasan Hidup Mahasiswa Tingkat Pertama: Kaitannya dengan Karakter Mahasiswa dan Gaya Pengasuhan Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 10(1), 13–23. <https://doi.org/10.24156/jikk.2017.10.1.13>
- Ooi, P. B., Khor, K. S., Tan, C. C., & Ong, D. L. T. (2022). Depression, anxiety, stress, and



- satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
- Pertiwi, S. T., Moeliono, M. F., & Kendhawati, L. (2021). Depresi, Kecemasan, dan Stres Remaja selama Pandemi Covid-19. *JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, 6(2), 72. <https://doi.org/10.36722/sh.v6i2.497>
- PPID. (2018). *Salinan Keputusan Gubernur Kalimantan Timur*. PPID.
- Purba, D. E., & Djaling, K. W. (2019). Efek Mediasi Makna Hidup Pada Hubungan Antara Grit Dan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6, 135–149. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-233>
- Qamar, T., Chethiyar, S. D. M., & Equatora, M. A. (2021). Psychological stressors and life satisfaction among university students during the Second Wave of covid-19: Moderating role of resilience. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 2(2), 136–154. <https://doi.org/10.21580/jagc.2021.2.2.9321>
- Qolbi, F. H. (2020). Masa Emerging Adulthood pada Mahasiswa: Kecemasan akan Masa Depan, Kesejahteraan Subjektif, dan Religiusitas Islam. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 17(1), 44. <https://doi.org/10.18860/psi.v17i1.8821>
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8.i1.p103-111.2019>
- Ramadhani, H., & Amri. (2020). Pengaruh Kepribadian Tipe D Terhadap Kepuasan Hidup Yang Dimediasi Oleh Dukungan Sosial Pada Mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Manajemen TERAKREDITASI PERINGKAT*, 4(3), 430–444.
- Saputri, R. O., Prabowo, A., & Wijayanti. (2019). Pengaruh Terapi Menulis ekspresif Terhadap Penurunan Stress Pada Remaja. *Jurnal Diii Keperawatan Its Pku*.
- Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi pada Masa Pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.403>
- Sintiawati, A. (2017). Hubungan Dukungan Sosial dan Kepuasan Hidup pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan di Yogyakarta. In *Universitas Islam Indonesia*.
- Sumargi Maria Agnes, R. O. Y. (2018). *Universitas katolik widya mandala surabaya 2009*. 3–4.
- Surya Dewi, N. M. B. R., Subrata, I. M., Kardiwinata, M. P., & Ekawati, N. K. (2019). Tingkat Depresi Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2019. *Archive of Community Health*, 6(2), 1. <https://doi.org/10.24843/ach.2019.v06.i02.p01>
- Susila, L. N., Haryanti, S. S., & Saryanti, E. (2020). Pelatihan Bisnis Online Guna Membangun Jiwa Wirausaha Generasi Muda. *Wasana Nyata*, 4(1), 29–32. <https://doi.org/10.36587/wasananyata.v4i1.580>