

KORELASI STRES DAN MEKANISME KOPING SELAMA PEMBELAJARAN DARING DENGAN PERFORMA AKADEMIK MAHASISWA PRE-KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM MALANG

Asna Mufida Prajanti, Anggi Gilang Yudiansyah, Rizki Anisa *
Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang

ABSTRAK

Pendahuluan: Performa akademik selama pembelajaran daring dipengaruhi oleh stres dan mekanisme koping. Penelitian tentang stres dan mekanisme koping saat pembelajaran daring di FK UNISMA belum pernah dilakukan sehingga perlu diteliti.

Metode: Penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* pada 243 mahasiswa pre-klinik FK UNISMA dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Online Learning Perceived Stress Scale* untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner *Online Learning Brief Cope Scale* untuk mengukur mekanisme koping. Nilai blok digunakan sebagai performa akademik. Tingkat stres dibagi menjadi 3 yakni ringan (0-13), sedang (14-26), berat (27-40) sedangkan mekanisme koping dibagi menjadi 3 yakni rendah (<57), sedang (57-76), tinggi (>76). Analisis univariat dan bivariat dilakukan untuk menilai perbedaan dan hubungan antara stres dan mekanisme koping terhadap performa akademik dengan nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan.

Hasil: Tingkat stres mahasiswa keseluruhan adalah ringan (123), sedang (40), berat (80) sedangkan mekanisme kopingnya adalah rendah (71), sedang (45), tinggi (127). Didapatkan perbedaan yang signifikan pada uji komparasi antara tingkat stres dan mekanisme koping pada performa akademik mahasiswa pre-klinik FK UNISMA. Didapatkan korelasi negatif sangat tinggi ($r -0,809$, $p 0,000$) antara tingkat stres dengan performa akademik sedangkan untuk mekanisme koping korelasinya positif tinggi ($r 0,779$, $p 0,000$). Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara tingkat stres dan mekanisme koping dengan performa akademik mahasiswa pre-klinik FK UNISMA.

Kesimpulan: Stres dan mekanisme koping mahasiswa selama pembelajaran daring berkorelasi dengan performa akademik.

Kata kunci: *Online Learning Perceived Stress Scale, Online Learning Brief Cope Scale*

*Korespondensi:

Rizki Anisa,

Jl. MT. Haryono 193 Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65144

e-mail: rizky.anisa@unisma.ac.id. Telpon: (0341) 558959

ABSTRACT

Introduction: Academic performance during online learning are influenced by stress and coping mechanisms. Research on stress and coping mechanisms during online learning at FK UNISMA has never been done so it needs to be researched.

Method: Analytical descriptive research with a cross sectional approach on 243 pre-clinical students of FK UNISMA were conducted using the Online Learning Perceived Stress Scale questionnaire to measure stress levels and the Online Learning Brief Cope Scale questionnaire to measure coping mechanisms. Block scores are used as academic performance. Stress levels are divided into 3, namely mild (0-13), moderate (14-26), severe (27-40) while coping mechanisms are divided into 3 namely low (<57), moderate (57-76), high (>76). Univariate and bivariate analyzes were conducted to assess the differences and the relationship between stress and coping mechanisms on academic performance with $p < 0.05$ considered significant.

Result: The overall stress level of students were mild (123), moderate (40), severe (80) while the coping mechanisms were low (71), moderate (45), high (127). A significant difference were found in the comparative test between stress levels and coping mechanisms on the academic performance of pre-clinical students of FK UNISMA. There was a very high negative correlation ($r -0.809$, $p 0.000$) between stress level and academic performance, while for coping mechanisms the correlation was high positive ($r 0.779$, $p 0.000$). This shows that there are correlation between stress level and coping mechanisms on the academic performance of pre-clinical students of FK UNISMA.

Conclusion: Stress and coping mechanisms students during online learning are correlated with academic performance.

Keywords: *Online Learning Perceived Stress Scale, Online Learning Brief Cope Scale*

*Correspondence:

Rizki Anisa

Jl. MT. Haryono 193 Malang, East Java, Indonesia, 65144

e-mail: rizky.anisa@unisma.ac.id. Phone: (0341) 558959

PENDAHULUAN

Performa akademik mahasiswa pre-klinik FK UNISMA dinilai dengan nilai blok yang terdiri dari nilai ujian akhir blok, nilai ujian mingguan, nilai *pretest-posttest* praktikum, nilai portofolio, nilai ujian praktikum, nilai tugas blok, nilai OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*), dan nilai kehadiran blok. Performa akademik mahasiswa menurun dapat menyebabkan masa studi memanjang yang akan berpengaruh pada nilai akreditasi institusi, biaya pendidikan, dan *human development index* dari sebuah negara. Oleh sebab itu, dibutuhkan penelitian untuk memperbaiki performa akademik. Performa akademik dipengaruhi oleh proses pembelajaran. Adanya pandemi *corona virus disease* 2019 (Covid-19) yang terjadi di Indonesia menyebabkan perubahan proses pembelajaran menjadi daring. Pembelajaran daring adalah kegiatan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet sebagai metode penyampaian materi.¹

Pembelajaran daring dilakukan di FK UNISMA mempunyai masalah seperti pelaksanaan praktikum dan *clinical skill lab* (CSL) harus dilakukan melalui *zoom meeting* yang dinilai kurang efektif dan efisien dikarenakan terbatasnya alat dan bahan untuk praktik. Selain itu, penyampaian materi pembelajaran melalui *zoom meeting* dinilai kurang efektif karena banyak mahasiswa yang kurang memperhatikan dan cenderung mengabaikan karena kurangnya pengawasan dosen secara langsung dan juga banyak mahasiswa yang menonaktifkan kamera dan mikrofon sehingga dosen tidak mengetahui kondisi mahasiswa yang sebenarnya. Tugas blok yang diperoleh mahasiswa juga semakin banyak seperti pembuatan video CSL dan tugas lainnya. Untuk menyelesaikan masalah-masalah tersebut dibutuhkan analisis mengenai performa akademik terhadap stres dan mekanisme koping. Menurut hasil penelitian dari Dr. Christopher dan Gabriel (2017) stres dan mekanisme koping saat pembelajaran daring merupakan faktor yang dapat mempengaruhi performa akademik mahasiswa.²

Stres merupakan ketidaknyamanan pikiran dan tubuh yang dapat disebabkan oleh tuntutan-tuntutan dan perubahan dalam kehidupan manusia.³ Ketidakmampuan beradaptasi pada tuntutan-tuntutan selama menjalani pembelajaran daring dapat menimbulkan stres pada mahasiswa dan jika hal itu terjadi maka dapat menyebabkan penurunan performa akademik. Hal ini dibuktikan dengan penelitian di West Visayas State University bahwa stres berdampak negatif terhadap performa akademik mahasiswa selama menjalani pembelajaran daring.⁴

Mekanisme koping adalah cara yang dilakukan seseorang untuk mempertahankan kendali dalam situasi yang tidak nyaman maupun situasi yang menyebabkan stres.⁵ Adanya mekanisme koping ini diharapkan mahasiswa mampu beradaptasi dalam pembelajaran daring sehingga dapat meningkatkan performa akademiknya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di National University of Cordoba

menyatakan bahwa mekanisme koping berhubungan dengan performa akademik mahasiswa.⁶

METODE PENELITIAN

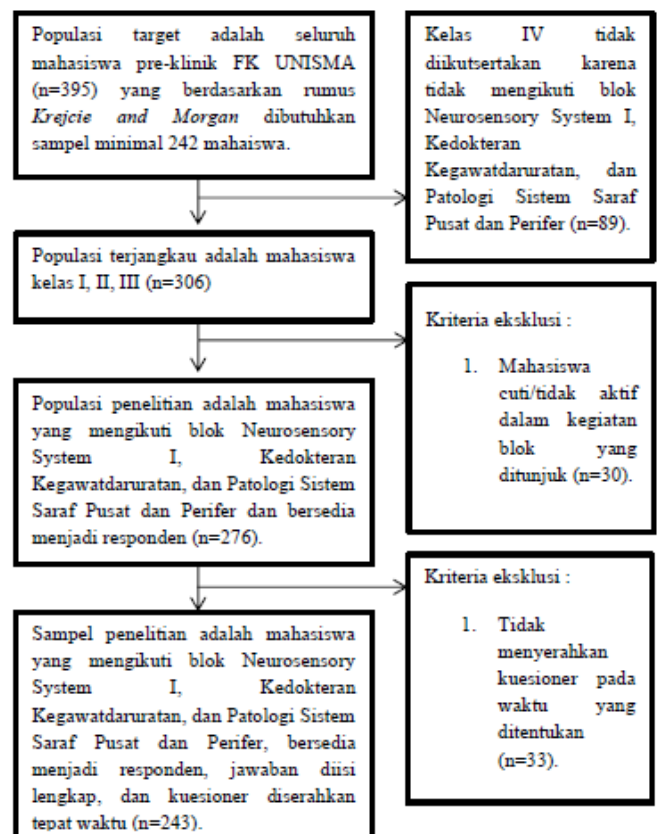
Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* menggunakan kuesioner *Online Learning Perceived Stress Scale* untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner *Online Learning Brief Cope Scale* untuk mengukur mekanisme koping.^{7,8} Penelitian dilakukan pada Maret-Juli 2021 secara *online*. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang No.018/LE.003/III/01/2021.

Sampel

Teknik sampling penelitian ini adalah *purposive sampling* dan didapatkan total sampel minimal menggunakan *Krejcie and Morgan* sebanyak 242 mahasiswa. Kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang bersedia menjadi responden, jawaban pertanyaan diisi lengkap, dan aktif mengikuti pembelajaran blok yang ditunjuk. Kriteria eksklusi yaitu mahasiswa cuti/tidak aktif dalam kegiatan blok dan tidak menyerahkan kuesioner pada waktu yang ditentukan.

Gambar 1: Diagram Alur Penentuan Sampel



Keterangan: Gambar 1 menjelaskan bagaimana diperoleh sampel penelitian sampai 243 mahasiswa.

Pengambilan Data Kuesioner

Pengambilan data untuk mahasiswa pre-klinik dilakukan saat menempuh blok *neurosensory I* untuk kelas I, blok kedokteran kegawatdaruratan untuk kelas II, dan blok Patologi Sistem Saraf Pusat dan Perifer untuk kelas III.

Pengambilan data kuesioner dilaksanakan dengan cara *online* dan mengisi kuesioner di *google form* selama 25 menit. Saat pengisian data, seluruh responden akan dipantau oleh peneliti melalui aplikasi *zoom meeting*. Pengambilan data kuesioner diawali dengan *informed consent* dan penjelasan mengenai tujuan kuesioner. Sebelum memulai pengisian kuesioner, apabila responden kurang paham dengan tata cara pengisian maka responden dapat bertanya langsung kepada peneliti.

Penilaian Tingkat Stres

Pengukuran tingkat stres diberikan kuesioner *Online Learning Perceived Stress Scale* yang diuji validitas dan reliabilitas terhadap 41 responden kelas IV. Uji validitas menggunakan *Product Moment Pearson Correlation* yang menghubungkan antara masing-masing skor pertanyaan dengan skor total yang didapatkan dari jawaban responden dan diperoleh hasil valid dengan nilai r hitung $> r$ tabel yaitu nilai r hitung $> 0,254$ untuk keseluruhan item pertanyaan. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* diperoleh hasil reliabel untuk semua item pertanyaan dengan nilai $0,742$.

Kuesioner *Online Learning Perceived Stress Scale* terdiri dari 10 pertanyaan. Respon dari tiap pertanyaan diukur dalam 5 tingkatan yaitu 0 (tidak pernah), 1 (hampir tidak pernah), 2 (kadang-kadang), 3 (hampir sering), 4 (sangat sering). Interpretasi dikategorikan menjadi 3 yaitu ringan (0-13), sedang (14-26), berat (27-40).

Penilaian Mekanisme Koping

Pengukuran mekanisme koping diberikan kuesioner *Online Learning Brief Cope Scale* yang diuji validitas dan reliabilitas terhadap 42 responden kelas IV. Uji validitas menggunakan *Product Moment Pearson Correlation* yang menghubungkan antara masing-masing skor pertanyaan dengan skor total yang didapatkan dari jawaban responden dan diperoleh hasil valid dengan nilai r hitung $> r$ tabel yaitu nilai r hitung $> 0,254$ untuk keseluruhan item pertanyaan. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* diperoleh hasil reliabel untuk semua item pertanyaan dengan nilai $0,887$.

Kuesioner *Online Learning Brief Cope Scale* terdiri dari 28 pertanyaan dengan 14 subskala. Respon dari tiap pertanyaan diukur dalam 4 tingkatan yaitu 1 (belum pernah), 2 (kadang-kadang), 3 (sering), 4 (sangat sering). Interpretasi dikategorikan menjadi 3 yaitu rendah (< 57), sedang (57-76), tinggi (> 76).

Penilaian Performa Akademik

Performa akademik dinilai menggunakan data sekunder berupa nilai blok pra-remedi yang didapatkan dari bagian akademik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang dengan mengikuti prosedur yang berlaku.

Teknik Analisis Data

Analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat merupakan statistika deskriptif yang memberikan informasi terhadap data penelitian. Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini berguna untuk menguji perbedaan dan korelasi antara tingkat stres dan mekanisme koping terhadap performa akademik berupa nilai blok. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini berupa uji beda *kruskal wallis* dan uji korelasi *spearman* dengan bantuan *software SPSS versi 24*.

HASIL DAN ANALISA DATA

Hasil Karakteristik Responden

Berdasarkan data didapatkan total sampel penelitian mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang pada kelas I berjumlah 76 sampel, kelas II berjumlah 78 sampel, dan kelas III berjumlah 89 sampel dengan total anggota sampel yaitu 243 sampel. Karakteristik mahasiswa digambarkan pada **Tabel 1**.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Persentase (%) (N=243)
Usia	
17-18	25 (10,29%)
19-20	144 (59,26%)
21-22	71 (29,22%)
≥ 23	3 (1,23%)
Jenis Kelamin	
Laki-Laki	70 (28,81%)
Perempuan	173 (71,19%)
Jumlah Uang Saku Selama Pandemi	
$< 1.000.000$	166 (68,31%)
1.000.000-1.500.000	40 (16,46%)
1.500.000-2.000.000	23 (9,47%)
$> 2.000.000$	14 (5,76%)
Ketersediaan Gadget	
Tersedia lengkap	232 (97,47%)
Tidak tersedia lengkap	11 (4,53%)
Dukungan dari Orang Tua	
Selalu	196 (80,66%)
Kadang-kadang	47 (19,34%)
Tidak pernah	0 (0%)

Keterangan: Karakteristik responden kelas I, kelas II, kelas III.

Pada **Tabel 1** menggambarkan karakteristik mahasiswa secara keseluruhan baik kelas I, kelas II, kelas III berdasarkan usia, jenis kelamin, jumlah uang saku bulanan selama pandemi, ketersediaan *gadget*, dan dukungan dari orang tua. Usia responden terbanyak yaitu pada usia 19-20 tahun berjumlah 144 mahasiswa (59,26%) dan usia responden paling sedikit yaitu pada usia ≥ 23 tahun berjumlah 3 mahasiswa (1,23%). Jenis kelamin didominasi oleh responden perempuan dengan total 173 mahasiswa (71,19%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 70

mahasiswa (28,81%). Jumlah uang saku yang didapatkan selama pandemi tertinggi yaitu <1.000.000 sebanyak 166 mahasiswa (68,31%) dan terendah yaitu >2.000.000 sebanyak 14 mahasiswa (5,76%). Hampir semua responden mempunyai ketersediaan *gadget* yang lengkap sebanyak 232 mahasiswa (97,47%) dan hanya 11 mahasiswa (4,53%) yang ketersediaan *gadget* masih kurang. Dukungan dari orang tua selalu didapatkan oleh responden sebanyak 196 mahasiswa (80,66%) dan dukungan dari orang tua yang kadang-kadang sebanyak 47 mahasiswa (19,34%).

Hasil Penyebab Stres pada Mahasiswa

Pada **Tabel 2** menunjukkan beberapa hal yang dapat menyebabkan stres. Penyebab stres terbanyak selama menjalani pembelajaran daring yaitu berasal

dari tugas pembelajaran sebanyak 76 mahasiswa (31,28%) dan paling sedikit disebabkan oleh tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya sebanyak 2 mahasiswa (0,82%).

Tabel 2 Penyebab Stres pada Mahasiswa

Judul	Persentase (%) (N=243)
Penyebab Stres	
Tugas Pembelajaran	76 (31,28%)
Bosan di Rumah Saja	40 (16,46%)
Proses Pembelajaran Online yang Mulai Melelahkan	67 (27,57%)
Tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang di sayangi	7 (2,88%)
Tidak dapat mengikuti pembelajaran online karena kuota yang terbatas	3 (1,23%)
Tidak dapat melaksanakan hobby seperti biasanya	2 (0,82%)
Tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat	37 (15,23%)
Penyebab lainnya	11 (4,53%)

Keterangan: Beberapa hal yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa saat pembelajaran daring.

Hasil Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan data yang disajikan pada **Tabel 3** dari keseluruhan responden didapatkan tingkat stres ringan tertinggi dialami perempuan sebanyak 87 mahasiswa (35,8%), tingkat stres sedang tertinggi dialami perempuan sebanyak 32 mahasiswa (13,2%),

tingkat stres berat tertinggi dialami perempuan sebanyak 56 mahasiswa (23%) sedangkan mekanisme koping rendah tertinggi dialami perempuan sebanyak 50 mahasiswa (20,6%), mekanisme koping sedang tertinggi dialami perempuan sebanyak 33 mahasiswa (13,6%), mekanisme koping tinggi tertinggi dialami perempuan sebanyak 92 mahasiswa (37,9%).

Tabel 3. Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	SR		SS		SB		MKR		MKS		MKT	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Laki-Laki	36	14,8%	8	3,3%	24	9,9%	21	8,6%	12	4,9%	35	14,4%
Perempuan	87	35,8%	32	13,2%	56	23%	50	20,6%	33	13,6%	92	37,9%

Keterangan: SR: Stres ringan, SS: Stres sedang, SB: Stres berat, MKR: Mekanisme koping rendah, MKS: Mekanisme koping sedang, MKT: Mekanisme koping tinggi. Tingkat stres dikategorikan menjadi 3 yakni ringan = (0-13), sedang = (14-26), berat = (27-40). Mekanisme koping dikategorikan menjadi 3 yakni rendah (<57), sedang (57-76), tinggi (>76).

Hasil Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Responden Berdasarkan Blok

Berdasarkan data yang disajikan pada **Tabel 4** dari keseluruhan responden didapatkan tingkat stres ringan tertinggi pada blok 3 sebanyak 74,2%, tingkat stres sedang tertinggi pada blok 2 sebesar 20,5%, tingkat stres berat tertinggi pada blok 1 sebanyak

68,5% sedangkan mekanisme koping rendah tertinggi pada blok 1 sebesar 68,5%, mekanisme koping sedang tertinggi pada blok 3 sebesar 31,4%, mekanisme koping tinggi tertinggi pada blok 3 sebesar 65,2%.

Tabel 4. Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Responden Berdasarkan Blok

Blok	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)	Mekanisme Koping	Frekuensi	Persentase (%)
Blok 1	Ringan	15	19,7%	Rendah	52	68,5%
	Sedang	9	11,8%	Sedang	4	5,3%
	Berat	52	68,5%	Tinggi	20	26,3%
Blok 2	Ringan	42	53,8%	Rendah	16	20,5%
	Sedang	16	20,5%	Sedang	13	16,7%
	Berat	20	25,6%	Tinggi	49	62,9%
Blok 3	Ringan	66	74,2%	Rendah	3	3,3%
	Sedang	15	16,8%	Sedang	28	31,4%
	Berat	8	8,9%	Tinggi	58	65,2%

Keterangan: Tingkat stres dikategorikan menjadi 3 yakni ringan (0-13), sedang (14-26), berat (27-40). Mekanisme koping dikategorikan menjadi 3 yakni rendah (<57), sedang (57-76), tinggi (>76). Blok 1 (Neurosensory System I), Blok 2 (Kedokteran Kegawatdaruratan), Blok 3 (Patologi Sistem Saraf Pusat dan Perifer).

Hasil Performa Akademik Responden

Pada **Tabel 5** menunjukkan mahasiswa yang mendapat nilai A terbanyak yaitu blok 3 sebanyak 15%. Nilai B terbanyak yaitu blok 3 sebanyak 76%.

Nilai C terbanyak yaitu blok 1 sebanyak 46%. Nilai D terbanyak yaitu blok 1 sebanyak 21%. Nilai E terbanyak yaitu pada blok 1 sebanyak 1%.

Tabel 5. Performa Akademik Responden Berdasarkan Blok

Nilai	Blok 1		Blok 2		Blok 3	
	N	%	N	%	N	%
A	0	0%	0	0%	13	15%
B	24	32%	58	74%	68	76%
C	35	46%	17	22%	8	9%
D	16	21%	3	4%	0	0%
E	1	1%	0	0%	0	0%

Keterangan: Nilai A (≥ 80), nilai B (68-79,99), nilai C (58 -67,99), nilai D (46-57,99), Nilai E (0-45,99). Blok 1 (Neurosensory System I), Blok 2 (Kedokteran Kegawatdaruratan), Blok 3 (Patologi Sistem Saraf Pusat dan Perifer).

Hasil Perbedaan Tingkat Stres terhadap Performa Akademik pada Setiap Blok

Dilakukan uji komparasi menggunakan *Kruskal Wallis* untuk mengetahui beda signifikan tingkat stres terhadap performa akademik pada setiap blok. Pada **Tabel 6** didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$)

pada setiap blok yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat stres mahasiswa terhadap performa akademik mahasiswa pada setiap blok.

Tabel 6. Uji Kruskal Wallis Tingkat Stres Mahasiswa terhadap Performa Akademik pada Setiap Blok

Blok	Tingkat Stress	Nilai Blok					Total	Nilai p
		A	B	C	D	E		
		N	N	N	N	N		
1	R	0	15 (19,7%)	0	0	0	15 (19,7%)	0.000
	S	0	9 (11,8%)	0	0	0	9 (11,8%)	
	B	0	0	35 (46,1%)	16 (21,1%)	1 (1,3%)	52 (68,5%)	
2	R	0	42 (53,8%)	0	0	0	42 (53,8%)	0.000
	S	0	16 (20,5%)	0	0	0	16 (20,5%)	
	B	0	0	17 (21,8%)	3 (3,8%)	0	20 (25,6%)	
3	R	8 (9%)	58 (65,2%)	0	0	0	66 (74,2%)	0.000
	S	4 (4,5%)	9 (10,1%)	2 (2,2%)	0	0	15 (16,8%)	
	B	1 (1,1%)	1 (1,1%)	6 (6,7%)	0	0	8 (8,9%)	

Keterangan: Blok 1 (Neurosensory System I), Blok 2 (Kedokteran Kegawatdaruratan), Blok 3 (Patologi Sistem Saraf Pusat dan Perifer). R = Ringan, S = Sedang, B = Berat. Nilai p signifikan = $p < 0,05$, *Kruskal Wallis Test*.

Hasil Perbedaan Mekanisme Koping terhadap Performa Akademik pada Setiap Blok

Dilakukan uji komparasi menggunakan *Kruskal Wallis* untuk mengetahui beda signifikan mekanisme koping terhadap performa akademik pada

setiap blok. Pada **Tabel 7** didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) pada blok 1 dan 2, nilai $p = 0,044$ ($p < 0,05$) pada blok 3. Hal itu menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara mekanisme koping mahasiswa

terhadap performa akademik mahasiswa pada setiap blok.

Tabel 7. Uji Kruskal Wallis Mekanisme Koping Mahasiswa terhadap Performa Akademik pada Setiap Blok

Blok	Koping	Nilai Blok					Total	Nilai p
		A	B	C	D	E		
		N	N	N	N	N		
1	R	0	0	35 (46,1%)	16 (21,1%)	1 (1,3%)	52 (68,5%)	0.000
	S	0	4 (5,3%)	0	0	0	4 (5,3%)	
	T	0	20 (26,3%)	0	0	0	20 (26,3%)	
2	R	0	0	13 (16,7%)	3 (3,8%)	0	16 (20,5%)	0.000
	S	0	11 (14,1%)	2 (2,6%)	0	0	13 (16,7%)	
	T	0	47 (60,3%)	2 (2,6%)	0	0	49 (62,9%)	
3	R	0	1 (1,1%)	2 (2,2%)	0	0	3 (3,3%)	0.044
	S	2 (2,2%)	23 (25,8%)	3 (3,4%)	0	0	28 (31,4%)	
	T	11(12,4%)	44 (49,4%)	3 (3,4%)	0	0	58 (65,2%)	

Keterangan: Blok 1 (*Neurosensory System I*), Blok 2 (Kedokteran Kegawatdaruratan), Blok 3 (Patologi Sistem Saraf Pusat dan Perifer). R = Rendah, S = Sedang, T = Tinggi. Nilai p signifikan = $p < 0,05$, *Kruskal Wallis Test*.

Hasil Korelasi Tingkat Stres dan Mekanisme Koping terhadap Performa Akademik

Pada **Tabel 8** menunjukkan hasil uji korelasi *Spearman* antara tingkat stres dan mekanisme koping dengan performa akademik mahasiswa dari semua responden (tanpa membedakan jenis blok). Pada tingkat stres dengan performa akademik didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya korelasi signifikan antara tingkat stres dengan performa akademik mahasiswa. Nilai r sebesar 0,809 yang artinya berkorelasi sangat tinggi dan nilai r bernilai negatif yang menunjukkan hubungan tidak searah yakni semakin tinggi tingkat stres maka semakin

rendah performa akademik mahasiswa dan sebaliknya sedangkan untuk mekanisme koping dengan performa akademik didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya korelasi signifikan antara mekanisme koping dengan performa akademik mahasiswa. Nilai r sebesar 0,779 yang menunjukkan adanya korelasi yang tinggi dan nilai r bernilai positif yang menunjukkan adanya hubungan yang searah yakni semakin tinggi mekanisme koping maka semakin tinggi performa akademik mahasiswa dan sebaliknya.

Tabel 8. Uji Korelasi Spearman Tingkat Stres dan Mekanisme Koping terhadap Performa Akademik pada Semua Responden

Variabel	Nilai p	Nilai r
TS → PA	0,000	-0,809**
MK → PA	0,000	0,779**

Keterangan: TS= Tingkat stres, MK = Mekanisme Koping, PA = Performa Akademik. Nilai p signifikan ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi (r) = 0,81-1 (Sangat tinggi), 0,61-0,8 (Tinggi), 0,41-0,6 (Sedang), 0,21-0,4 (Rendah), 0-0,2 (Sangat rendah)

PEMBAHASAN

Peran Karakteristik Responden pada Hasil Riset

Berdasarkan hasil pada penelitian ini karakteristik responden distribusi usia mahasiswa yaitu 17-18, 19-20, 21-22, dan ≥ 23 tahun didominasi oleh responden yang berusia 19-20 tahun dan paling sedikit responden yang berusia ≥ 23 tahun. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa keseluruhan responden berada pada masa dewasa awal. Pada masa dewasa awal individu telah mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Pada masa dewasa awal manusia mulai menerima dan mempunyai tanggung jawab yang berat, serta pada masa ini juga hubungan intim mulai berkembang dan berlaku.⁹ Saat memasuki usia dewasa seseorang lebih bisa mengendalikan emosi dan stres daripada saat masih kanak-kanak maupun usia lanjut. Saat dewasa individu semakin memperlihatkan kematangan jiwa, semakin bijaksana, dan semakin dapat mentoleransi terhadap pandangan yang

berbeda.¹⁰ Oleh sebab itu pada masa dewasa awal seharusnya mahasiswa mempunyai rasa tanggung jawab yang baik guna menunjang pencapaian performa akademik yang bagus.

Karakteristik jenis kelamin didominasi oleh perempuan dengan total 173 responden dan sisanya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 70 responden. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor internal yang diduga akan mempengaruhi hasil kuesioner tingkat stres dan mekanisme koping. Jenis kelamin mempengaruhi tingkat stres dimana perempuan mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi daripada laki-laki karena perempuan mudah cemas, sering mempunyai perasaan bersalah, sering mengalami gangguan tidur dan gangguan makan.¹¹ Sejalan dengan hasil pada penelitian ini, mahasiswa yang mengalami stres baik stres ringan, stres sedang, dan stres berat didominasi oleh mahasiswa berjenis kelamin perempuan dengan stres ringan sebanyak 87

mahasiswa, stres sedang sebanyak 32 mahasiswa, dan stres berat sebanyak 56 mahasiswa. Sedangkan untuk mekanisme koping, menunjukkan adanya perbedaan jenis kelamin mempengaruhi hasil strategi koping yang digunakan peserta didik dimana peserta didik perempuan mempunyai strategi koping lebih tinggi daripada laki-laki dikarenakan perbedaan dalam pengalihan pikiran terhadap situasi yang membuat stres.¹² Hal ini sejalan dengan penelitian ini dimana mekanisme koping baik rendah, sedang, tinggi didominasi oleh perempuan dengan mekanisme koping rendah sebanyak 50 mahasiswa, mekanisme koping sedang sebanyak 33 mahasiswa, dan mekanisme koping tinggi sebanyak 92 mahasiswa.

Karakteristik responden berupa jumlah uang saku selama menjalani pembelajaran daring mayoritas jumlah uang saku bulanan yang diterima mahasiswa yaitu <Rp1.000.000 sebanyak 166 mahasiswa dan hanya 14 mahasiswa yang mempunyai jumlah uang saku >Rp2.000.000. Menurut peneliti, keuangan merupakan salah satu faktor yang terdampak karena adanya pandemi covid-19. Kondisi finansial yang buruk dapat menyebabkan stres akademik bagi mahasiswa.¹³ Sedangkan kondisi finansial yang sejahtera dapat mencegah stres karena dapat melakukan apapun yang diinginkan untuk menghindari stres tersebut.¹⁴ Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam hal keuangan dan uang saku mereka berkurang bahkan tidak ada selama pandemi ini dikarenakan saat orang tua mencari nafkah terhalang oleh jalan-jalan yang ditutup, tempat bekerja tidak beroperasi, orang tua tidak bisa lagi bekerja karena sakit.¹⁵ Uang saku sebelum adanya pandemi covid-19 digunakan untuk berbagai kebutuhan seperti transportasi, kebutuhan tugas kuliah, konsumsi sehari-hari, namun saat menjalani pembelajaran daring mahasiswa belajar dari rumah dan kebutuhan tersebut tidak diperlukan sehingga orang tua mengurangi jumlah uang saku yang diberikan kepada anaknya.¹⁶

Karakteristik mahasiswa berupa ketersediaan *gadget* mayoritas responden mempunyai ketersediaan *gadget* yang lengkap sebanyak 232 mahasiswa dan sisanya sebanyak 11 mahasiswa tidak mempunyai ketersediaan *gadget* yang lengkap. Menurut peneliti, ketersediaan *gadget* yang lengkap seperti laptop, *handphone*, tablet sangat penting guna menunjang proses pembelajaran daring. Jika mahasiswa tidak mempunyai *gadget* lengkap maka mahasiswa tersebut akan kesulitan untuk mengakses materi selama pembelajaran daring dan hal itu dapat membuat mahasiswa stres maupun frustrasi. Ketersediaan *gadget* yang lengkap ini juga memungkinkan mahasiswa untuk mengakses beragam aplikasi baik aplikasi pembelajaran maupun non pembelajaran. Kelengkapan *gadget* sangat bermanfaat dalam proses belajar meliputi *gadget* sebagai sumber pembelajaran bagi mahasiswa, kemudahan dalam mencari materi tambahan secara individu, dapat mempermudah menyelesaikan tugas yang diberikan, *gadget* juga dapat

digunakan sebagai perekam suara dan video saat dosen sedang mengajar.¹⁷

Karakteristik mahasiswa berupa dukungan dari orang tua selama menjalani pembelajaran daring mayoritas selalu mendapat dukungan orang tua sebanyak 196 mahasiswa, dan sisanya mendapat dukungan orang tua kadang-kadang sebanyak 47 mahasiswa. Menurut peneliti, dukungan orang tua diduga sangatlah penting dalam pencapaian performa akademik yang diinginkan mahasiswa. Dukungan dan peran orang tua sangatlah penting dalam proses pembelajaran daring yang berbeda dengan proses pembelajaran secara konvensional karena orang tua harus memerankan dua peran sekaligus yaitu sebagai fasilitator dimana orang tua ketika di rumah yang menyediakan sarana dan prasarana kepada anak, dan sebagai motivator yang memberikan semangat dan motivasi guna memperoleh prestasi yang baik dan meminimalisir timbulnya stres pada anak.¹⁸ Peran dan dukungan orang tua lainnya yaitu untuk mengawasi anaknya dan memberikan edukasi kepada anaknya supaya tidak keluar rumah untuk hal-hal yang kurang penting sehingga tidak mengganggu proses belajar daring dan supaya tidak menularkan maupun tertular oleh virus corona.¹⁹

Penyebab Stres pada Responden

Penyebab stres selama pembelajaran daring mayoritas stres yang dialami responden disebabkan oleh tugas pembelajaran sebanyak 31,28% dan paling sedikit disebabkan oleh tidak dapat melaksanakan *hobby* seperti biasanya sebesar 0,82%. Menurut peneliti, penyebab stres ini merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran daring. Penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19 ini didominasi oleh tugas perkuliahan.²⁰ Di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang selama daring untuk komponen pembelajaran setiap blok sebenarnya sama dengan saat pembelajaran tatap muka termasuk tugas-tugas perkuliahan seperti laporan praktikum, reporting tutorial, tugas pleno, tugas makalah, dan tugas-tugas lain sesuai blok yang ditempuh. Namun, tugas perkuliahan di FK UNISMA selama pembelajaran daring menjadi sedikit lebih banyak dikarenakan adanya OSCE dalam bentuk pembuatan video secara individu maupun kelompok dan juga OSCE secara langsung oleh dosen penguji sedangkan pada saat pembelajaran tatap muka hanya ada OSCE secara langsung oleh dosen penguji. Hal ini juga bisa menambah daftar tugas yang harus dikerjakan mahasiswa dan bisa menyebabkan stres.

Pada penelitian ini tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa pre-klinik setiap blok menunjukkan hasil yang berbeda. Hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi yaitu meliputi usia, jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sekitar, kondisi finansial, dukungan orang tua dan orang terdekat.²¹ Selain itu, perbedaan tingkat stres dan mekanisme koping antar kelas di Fakultas

Kedokteran Universitas Islam Malang juga dapat disebabkan oleh jenis blok yang dijalani, tingkat kesulitan blok, kepadatan jadwal tiap blok, banyaknya tugas yang diberikan, dan mudah atau susah setiap ujian yang dilakukan, materi yang harus dipelajari dan dikuasai dari setiap blok, dan juga proses adaptasi mahasiswa pada setiap blok yang dijalani selama pembelajaran daring. Proses adaptasi sangat penting bagi mahasiswa untuk mengatasi perubahan yang terjadi saat perkuliahan daring dilakukan.²² Pada penelitian ini adaptasi yang paling baik yaitu kelas III yang menjalani blok patologi sistem saraf pusat dan perifer. Hal ini bisa terjadi karena mahasiswa kelas III sudah mendapat ilmu dasar tentang sistem saraf di blok *neurosensory system I* dan juga adaptasi mahasiswa yang semakin baik dikarenakan sudah 3 tahun belajar menggunakan sistem blok di FK Unisma.

Peran Tingkat Stres terhadap Performa Akademik

Tingkat stres terhadap performa akademik mahasiswa berbeda pada setiap blok. Menurut peneliti semakin mahasiswa mengalami stres berat maka semakin sulit untuk mendapatkan performa akademik yang bagus sedangkan semakin mahasiswa mengalami stres ringan maka semakin mudah untuk mendapatkan performa akademik yang bagus. Sejalan dengan penelitian ini dimana pada blok yang paling banyak mengalami stres berat jumlah yang mendapatkan nilai A sebanyak 0 mahasiswa sedangkan pada blok yang mayoritas mengalami stres ringan jumlah yang mendapatkan nilai A sebanyak 8 mahasiswa. Semakin tinggi stres maka berdampak pada susahnyanya mencapai hasil belajar yang diinginkan karena stres membawa dampak negatif pada kognitif.²³ Gejala kognitif ini dapat menyebabkan mahasiswa mengalami gangguan konsentrasi, hilangnya motivasi, sering lupa, adanya hambatan dalam memecahkan masalah, susah untuk mengambil keputusan.²⁴ Fungsi kognitif pada manusia dikendalikan oleh ganglia basalis. Ganglia basalis adalah area yang mengandung substantia griseus di procencephalon. Pada procencephalon terdapat 2 struktur yaitu diencephalon dan telencephalon. Di telencephalon terdapat hemisphere cerebri sinistra dan dextra. Hemisphere cerebri terdiri dari area yang dominan substantia griseus dan bertanggung jawab terhadap gerakan volunteer, kebiasaan, gerakan bola mata, kognitif dan emosi. Ganglia basalis memiliki sel neuron dimana nucleusnya mengandung neurotransmitter dopaminergik. Pada saat mahasiswa mengalami stres maka neurotransmitter dopaminergik akan meningkat sejalan dengan peningkatan kadar hormon kortisol.²⁵

Ketika mahasiswa mengalami stres maka tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan zat kimia yaitu hormon dalam aliran darah. Pengeluaran hormon stres diawali dengan sekresi CRF (*Corticotrophin Releasing Factor*) dari hipotalamus ke aliran darah dan menuju kelenjar pituitary kemudian merangsang pelepasan ACTH (*Adenocorticotrophin Hormone*). ACTH (*Adenocorticotrophin Hormone*) akan merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan

hormon kortisol. Hormon kortisol akan beredar dalam aliran darah dan akan berperan sebagai mekanisme koping. Jika stresor yang didapat hipotalamus semakin kuat, maka CRF yang akan disekresi semakin banyak sehingga rangsangan yang didapat kelenjar pituitary akan meningkat kemudian sekresi hormon kortisol akan meningkat. Jika kondisi emosional kembali stabil dari stres maka akan terjadi penghambatan dari sekresi CRF dan siklus ini terus berulang jika tubuh mengalami stres.²⁶ Manifestasi klinis dari stres dibedakan menjadi empat yaitu dari aspek fisik, emosi, kognitif, dan perilaku. Aspek fisik meliputi peningkatan detak jantung, adanya gangguan tidur, pusing, ketegangan otot, demam, kelelahan. Aspek emosi meliputi mudah marah, mudah sensitif atau tersinggung, merasa tidak berdaya, mudah frustrasi. Aspek kognitif meliputi adanya kebingungan, sering lupa, gangguan memori, sulit konsentrasi, mudah khawatir dan panik. Aspek perilaku meliputi cenderung untuk menyendiri, hilangnya keinginan untuk bersosialisasi, rasa malas, dan sering menghindari orang lain.²⁷ Manifestasi klinis tersebut jika dialami mahasiswa dapat mengganggu proses belajar mahasiswa sehingga mempengaruhi hasil performa akademiknya.

Peran Mekanisme Koping terhadap Performa Akademik

Mekanisme koping terhadap performa akademik mahasiswa berbeda pada setiap blok. Menurut peneliti tinggi rendahnya mekanisme koping dipengaruhi oleh masing-masing individu tersebut dalam mengendalikan tuntutan-tuntutan yang menimbulkan stres. Semakin tinggi mekanisme koping maka semakin tinggi prestasi akademik yang didapatkan dan semakin rendah mekanisme koping maka semakin rendah prestasi akademik yang didapatkan. Sejalan dengan hasil penelitian ini, pada blok yang mayoritas mahasiswa mempunyai mekanisme koping tinggi jumlah yang mendapatkan nilai A sebanyak 11 mahasiswa sedangkan pada blok yang mayoritas mahasiswa mempunyai mekanisme koping rendah jumlah yang mendapatkan nilai A sebanyak 0 mahasiswa. Semakin adaptif dan semakin tinggi mekanisme koping seorang mahasiswa maka semakin baik prestasi akademik yang dimilikinya.²⁸

Dalam sistem pembelajaran daring di Fakultas Kedokteran UNISMA mahasiswa dituntut untuk mampu menyelesaikan setiap tugas, ujian, dan kegiatan blok yang lain. Semua hal itu membutuhkan penyelesaian secara nyata. Mekanisme koping seperti itu disebut perilaku berorientasi pada tugas (*Task Oriented Reaction*). Perilaku berorientasi pada tugas mencakup pemecahan masalah secara langsung, penggunaan kemampuan kognitif untuk menghadapi stres, menyelesaikan konflik yang ada, dan memenuhi kebutuhan sehari-hari. Perilaku berorientasi pada tugas mengharuskan mahasiswa secara realistis untuk menghadapi stresor.²⁹ Perilaku berorientasi pada tugas ini dibedakan menjadi 3 yaitu konfrontasi (kegiatan untuk menyelesaikan masalah dan mengubah keadaan

secara agresif), isolasi (mahasiswa menarik diri dari lingkungan atau dari masalah), kompromi (mahasiswa dapat mengubah keadaan yang terjadi secara hati-hati, memohon bantuan dari orang terdekat).³⁰

Korelasi Tingkat Stres dan Mekanisme Koping dengan Performa Akademik

Pada penelitian ini menunjukkan hasil adanya korelasi antara tingkat stres dengan performa akademik. Menurut peneliti adanya korelasi antara stres dan performa akademik dipengaruhi oleh banyak faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internal seperti usia, jenis kelamin sedangkan faktor eksternal seperti dukungan orang tua, lingkungan sekitar, dan kondisi keuangan selama menjalani pembelajaran daring. Selama menjalani pembelajaran daring mahasiswa mengalami tuntutan akademik yang cukup tinggi dan dituntut untuk mampu beradaptasi, hal ini dapat mengakibatkan stres sehingga berdampak pada prestasi akademik.³¹

Pada penelitian ini menunjukkan adanya korelasi antara mekanisme koping dengan performa akademik. Menurut peneliti adanya korelasi antara mekanisme koping dengan performa akademik dipengaruhi oleh individu yang mampu mengendalikan stres dan menyesuaikan diri terhadap permasalahan-permasalahan yang terjadi sehingga berdampak pada performa akademik mahasiswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyebutkan bahwa adanya hubungan antara mekanisme koping dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru.³² Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara mekanisme koping dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.³³ Penelitian lain yang mendukung yaitu menyatakan bahwa mekanisme koping stres berhubungan dengan prestasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat.³⁴

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu saat proses pengambilan data primer jumlah sampel yang mengisi kuesioner hanya sesuai jumlah minimum. Peneliti menyarankan untuk penelitian berikutnya jika menggunakan kuesioner yang sama hendaknya semua sampel yang mengikuti kegiatan blok yang ditunjuk untuk mengisi kuesioner supaya data yang diperoleh semakin lengkap.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat stres dan mekanisme koping berpengaruh terhadap performa akademik dan berkorelasi sangat tinggi dan tinggi.

SARAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disarankan untuk:

1. Melakukan penelitian lanjutan untuk menilai peran stres dan mekanisme koping pada pembelajaran tatap muka.
2. Melakukan penelitian lanjutan terkait dengan karakteristik kepribadian mahasiswa atau

melakukan evaluasi kondisi psikologis mahasiswa sebelum masuk dan pada saat menjalani proses pembelajaran daring.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada IOM Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang yang telah mendanai penelitian ini, tim kelompok penelitian, dan dr. Rahma Triliana, M.Kes, Ph.D sebagai *peer reviewer*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mustofa, M. I., Chodzirin, M., & Sayekti, L. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology*, 1(2), 152-15
2. 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-TOJDE*, 8(3), 120-123.
3. Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
4. Oducado, R. M., & Estoque, H. V. (2021). Online Learning in Nursing Education during the COVID-19 Pandemic: Stress, Satisfaction, and Academic Performance. *Journal Of Nursing Practice*, 4(2), 149-150.
5. Videbeck. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa* . Jakarta: EGC.
6. Trucchia, S. M., Marcela, Lucchese, Julio, Enders, Ruth, A., et al. (2013). Relationship between Academic Performance, Psychological Well-Being, Coping Strategies in Medical Student. *Revista de la Facultad de Ciencias Medicas*. 149-151.
7. Kwok, J. (2016). A Study of The Perceived Stress Level of University Student in Hongkong. *International Journal of Psychological Studies*, 8(2), 95-96.
8. Putri, M. C. (2012). Hubungan Antara Coping dan Psychological Distress pada Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*. 36- 37.
9. Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 36-37.
10. Nasrani, L., & Purnawati, S. (2016). Perbedaan Tingkat Stres antara Laki-laki dan Perempuan pada Peserta Yoga di Kota Denpasar. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. 3-4.
11. Nasrani, L., & Purnawati, S. (2016). Perbedaan Tingkat Stres antara Laki-laki dan Perempuan pada Peserta Yoga di Kota Denpasar. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. 3-4.
12. Adasi, G. S., Amponsah, K. D., & Mohammed, S. M. (2020). Gender Differences in Stressors and Coping Strategies Among Teacher Education

- Student at University of Ghana. *Journal of Education and Learning*, 9(2), 123-124.
13. Muslim, M. (2020). Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Manajemen Bisnis, Institut Bisnis Nusantara*, 23(2), 194-195.
 14. Putri, T. M. (2018). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Financial Stress Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta . *Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. 3-4.
 15. Ulfa, Z. D., & Mikdar, U. Z. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Belajar, Interaksi Sosial dan Kesehatan bagi Mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya. *Jossae (Journal of Sport Science and Education)*, 5(2), 124-138.
 16. Andini, A., Hendi, A., Jeannifer, Maharani, I., Ruku, K. S., Purba, T. A., et al. (2021). Pengaruh Pandemi Covid-19 terhadap Pengeluaran Bulanan Mahasiswa di Jakarta . *Jurnal FEB Unmul*, 18(2), 314-315.
 17. Mubin, M. F., Basthom, Y., & PH, L. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stres Mahasiswa selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* , 3(2), 206-207.
 18. Khalimah, S. N. (2020). Peran Orang Tua dalam Pembelajaran Daring di MI Darul Ulum Pedurungan Kota Semarang. *Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Salatiga*. 8-9.
 19. Cahyati, N., & Kusumah, R. (2020). Peran Orang Tua Dalam Menerapkan Pembelajaran Di Rumah saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi*, 4(1), 154-155.
 20. Rosiyanti, H., & Muthmainnah, R. N. (2018). Penggunaan Gadget sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar pada Mata Kuliah Matematika Dasar. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Matematika*, 4(1), pp: 29-20.
 21. Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(2), 191-192.
 22. Radesty, D. H. (2020). Pentingnya Adaptasi Mahasiswa dalam Perkuliahan di Tengah Masa Pandemi Covid-19. *Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat*. 3-5.
 23. Najmi, F. A., Ichlas, I., & Noneng, E. (2016). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani Angkatan 2016. *Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani*.
 24. Astri, K. (2012). Manajemen Stres dan Kesepian dengan Multicomponent Cognitive Behavioral Group Therapy (MCBG) pada Lansia. *Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*. 3-4.
 25. Kalanjati. (2021). *Belajar Praktis Neuroanatomi*. Surabaya: **Sintesa Book-Indonesia**. 8-10.
 26. Lisdiana. (2012). Regulasi Kortisol pada Kondisi Stres dan Addiction. *Biosantifika Berkala Ilmiah Biologi*, 4(1), 9-10.
 27. Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya pada Mahasiswa. *InSight Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 76-77.
 28. Jaliil, I. ‘., Dewi, Y. I., & Wahyuni, S. (2020). Mekanisme Koping dan Prestasi Belajar Mahasiswa yang Ikut dan Tidak Ikut Organisasi . *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(1), 2-3.
 29. Mushoffa, M. (2017). Sumber Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta dalam Pembelajaran Klinik. *Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*. 12-13.
 30. Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 102-103.
 31. Affani, A. R. (2021). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring selama Pandemi Covid-19. *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*. 13-14.
 32. Simarmata, G. E., Lestari, D. R., & Setiawan, H. (2015). Mekanisme Koping dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Sistem Pembelajaran Blok Angkatan 2013. *DK*, 3(1), 31-32.
 33. Fumasa, A. N. (2017). Hubungan Mekanisme Koping dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Malaysia Tahap Akademik Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas . *Fakultas Kedokteran Universitas Andalas* .
 34. Rachmah, D. N. (2013). Hubungan Self Efficacy, Coping Stress dan Prestasi Akademik . *Jurnal Ecopsy Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat*, 1(1), 12-13.