

ADAPTASI ALAT UKUR *STUDENT-LIFE STRESS INVENTORY* (SLSI) PADA MAHASISWA

Fatikha Putri Lidya¹ dan Kintania Sura Hapsari²

ABSTRACT

This study examines the stress measurement tool felt by students with the criteria; undergraduate students, age range 18 years to 21 years, and students who attend regular morning classes, with a focus on measurement on; (1) perceived academic stress, (2) physical stress, (3) interpersonal relationship stress, and (4) perceived environmental pressure. The characteristics of stress felt by students are marked by various behaviors that can be felt by each respondent that are in accordance with the research criteria. So that data collection was carried out by distributing a questionnaire in a google form containing 40 favorable statements adapted from Edition 2020 (Arip, M., et al. 2020). The research respondents were 150 respondents and the results of the validity test showed that all variable statements submitted to respondents were valid because they were seen from the calculated r value $> r$ table (0.159). Then the results of the research reliability test were declared reliable because they had met the required value, namely Cronbach Alpha > 0.6 . In the instrument and data quality test per aspect, it was found that all variable statements submitted to respondents were valid and reliable, because the calculated r value $> r$ table (0.159) and the Cronbach Alpha value > 0.6 , so it can be concluded that all statements in the questionnaire can be said to be suitable as instruments for measuring research data.

Keywords: *Stress Measuring Instrument, Students*

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji tentang alat ukur stress yang dirasakan oleh mahasiswa dengan kriteria; mahasiswa sarjana S1, rentang usia 18 tahun hingga 21 tahun, dan mahasiswa yang mengikuti kelas reguler pagi, dengan fokus pengukuran pada; (1) stress akademik yang dirasakan, (2) stress fisik, (3) stress hubungan interpersonal, dan (4) tekanan lingkungan yang dirasakan. Ciri-ciri dari stress yang dirasakan oleh mahasiswa ditandai dengan berbagai perilaku yang bisa dirasakan oleh masing-masing responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Sehingga pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan angket dalam *google form* yang berisikan 40 pernyataan favourable yang diadaptasi dari Edition 2020 (Arip, M., dkk. 2020). Responden penelitian sebanyak 150 responden dan hasil uji validitas diketahui bahwa seluruh pernyataan variabel yang diajukan untuk responden adalah valid karena dilihat dari nilai r hitung $> r$ tabel (0,159). Kemudian hasil uji reliabilitas penelitian dinyatakan reliabel karena telah memenuhi nilai yang disyaratkan yaitu Cronbach Alpha $> 0,6$. Pada uji kualitas instrumen dan data per aspek diketahui bahwa seluruh pernyataan variabel yang diajukan untuk responden adalah valid dan reliabel, karena nilai r hitung $> r$ tabel (0,159) dan nilai Cronbach Alpha $> 0,6$ sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh pernyataan yang ada dalam kuesioner tersebut dapat dikatakan layak sebagai instrumen untuk mengukur data penelitian.

Kata Kunci: Alat Ukur Stress, Mahasiswa

¹² Universitas Mercu Buana Yogyakarta (fatikhaa.putrilidya@gmail.com)

1. PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia dibagi menjadi 4 tingkatan yang berbeda, yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan atas, dan pendidikan tinggi. Pada pendidikan dasar hingga pendidikan atas peserta didik disebut dengan siswa, dan pada pendidikan tinggi peserta didik disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan tinggi dengan pilihan program studi tertentu yang dituntut untuk mengaplikasikan ilmu dengan dunia kerja serta berkewajiban menyelesaikan tugas-tugas nya secara tepat waktu. Dengan begitu mahasiswa diharapkan akan lulus tepat pada waktunya. M. R. Jatikusumo (dalam Sari 2023). Secara umum, mahasiswa berada pada kisaran usia 18-21 tahun. Dimana pada rentang umur tersebut mahasiswa masuk pada tahapan perkembangan Dewasa awal (santrock, 2008). Pada tahap ini, mahasiswa akan menjalankan perjalanan untuk mengeksplorasi lebih jauh mengenai dirinya yang nantinya dihadapkan pada proses interaksi dengan individu lain maupun pertanggung jawaban nya dalam perspektif lingkungan Hurlock, E.B. (1980). Tanggung jawab yang dibebankan pada mahasiswa

berkaitan dengan dirinya sendiri dan orang lain. Mahasiswa dituntut harus mampu memunculkan motivasi dalam diri agar tugas-tugas perkuliahan dapat diselesaikan dengan baik, dan ketika tugas-tugas tersebut berkaitan dengan orang lain atau secara berkelompok, maka mahasiswa harus mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain dan menyesuaikan kondisi yang ada. Selain itu, mahasiswa juga membawa beban dan tuntutan harapan dari orang tua agar perkuliahan bisa selesai tepat waktu dengan nilai yang memuaskan.

Pada pelaksanaan tanggung jawab tersebut, seringkali tidak berjalan lancar dan diluar harapan. Permasalahan tersebut berkaitan erat dengan beban akademik yang ditanggung oleh mahasiswa. Dimana mahasiswa mengalami keadaan stres yang membuat tubuh mereka memberikan respon berupa sakit kepala, tidak nafsu makan dan lain-lain. Hamdi, I. (2016). Hal tersebut membuat mahasiswa merasa tidak nyaman dalam proses belajar yang disebabkan oleh permasalahan akademiknya seperti deadline tugas maupun kegiatan akademik yang lain. Alvin (2007). Selain itu, Tugas-tugas dengan waktu pengerjaan yang dibatasi

dapat membuat mahasiswa berada pada kondisi yang sama setiap harinya. Sehingga berpotensi dapat membuat mahasiswa merasakan tekanan yang berakibat pada munculnya distres (Murray, dkk 2002). Hal ini sejalan dengan pendapat dari Davidson (2001) yang menyatakan bahwa stres yang terjadi pada mahasiswa disebabkan karena posisi mahasiswa yang sedang ada pada zona monoton, bising, banyaknya tugas yang harus dikerjakan, keinginan yang imajinatif, kurangnya kejelasan, pengawasan yang kurang, situasi yang tidak aman, tidak dihargai, kesempatan yang tidak dilakukan dengan baik, kebingungan terhadap suatu aturan, waktu pengumpulan tugas dan lain-lain. Hal ini juga didukung pendapat dari Womble (dalam Mahmud 2016) yang menyatakan bahwa stres pada mahasiswa disebabkan karena adanya stressor yang berhubungan dengan pengelolaan waktu, gangguan tidur dan juga kegiatannya dalam lingkungan sosial.

Mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini adalah mahasiswa dengan studi S1, mahasiswa yang mengikuti kelas reguler pagi, dan mahasiswa dengan rentang usia 18 tahun hingga 21 tahun yang ada di Yogyakarta.

Kriteria tersebut sesuai dengan karakteristik subjek penelitian alat ukur SSI milik (Arip, dkk, 2015) yang berfokus pada stress yang dirasakan oleh mahasiswa. Stress dapat dikatakan sebagai sesuatu hal yang kita temui di kehidupan sehari-hari. Stress merupakan salah satu ciri adanya sebuah kehidupan di dalam diri seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat Seyle (dalam Ridner 2004). Seyle juga menyebutkan bahwa stres merupakan sebuah bentuk respon yang tidak tersirat dalam tubuh yang diakibatkan oleh adanya sebuah tekanan. Sedangkan menurut Mulhall (1996) menyebutkan bahwa stres adalah suatu respon dari stressor yang dihasilkan oleh tubuh. Sehingga stress diakibatkan karena adanya rangsangan yang berupa stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam.

Stres akademik merupakan situasi dimana mahasiswa dihadapkan dengan tuntutan akademik yang dianggap sebagai penyebab sebuah gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Stres akademik merupakan sebuah respon yang dihasilkan dari perasaan frustrasi, konflik, dan tuntutan yang didapat. Perubahan maupun respon dari adanya stressor kecemasan yang dilihat dari bagaimana respon fisik, pengelolaan emosi, perilaku

,maupun daya kognitif pada masing-masing stressor (Yudha 2023). Stres yang dirasakan oleh mahasiswa dapat dilihat melalui perilaku yang dapat diukur. Alat ukur yang dapat melihat tinggi rendahnya stress pada mahasiswa di sebut alat ukur *student stress inventory* (SSI). Alat ukur tersebut merupakan salah satu alat ukur yang banyak digunakan dalam mengukur stres akademik pada mahasiswa di Indonesia. Berbagai penelitian terdahulu telah menggunakan SLSI serta membuktikan reliabilitas dan validitas yang dapat diterima. (Primadasa & Raihana, 2024). Hingga saat ini hanya ditemukan dua penelitian pengembangan SLSI di Indonesia dengan metode yang berbeda meskipun telah menjadi salah satu alat ukur stres akademik yang banyak digunakan.

Metode validasi alat ukur pada penelitian Putra (2015) menemukan hasil bahwa alat ukur SLSI memiliki model unidimensional. Praghlapati et al. (2021) yang mengalih bahasakan aitem dari bahasa Inggris menjadi bahasa Indonesia. Berbagai alat ukur stres akademik selain SLSI juga telah dikembangkan pada tingkat perkuliahan. Alat ukur tersebut seperti; *The Perception of Academic Stress Scale* (PASS).

Penelitian ini menggunakan SLSI oleh Gadzella (1994) dengan pertimbangan bahwa terdapat aspek yang sesuai dengan fokus penelitian yaitu perubahan dan tekanan akibat situasi yang tidak menentu. Selain itu, alat ukur ini memiliki aspek yang berhubungan dengan respon individu pada stresor akademik yang menjadi perhatian khusus selama pembelajaran online pandemi COVID-19. Berdasarkan fenomena dan teori yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk melakukan modifikasi dan validasi alat ukur SLSI milik Gadzella. Alat ukur modifikasi ini bertujuan untuk mengukur stres akademik mahasiswa yang sedang melakukan pembelajaran online saat pandemi COVID-19 sehingga menyesuaikan dengan situasi yang sedang terjadi.

Modifikasi alat ukur yang dipaparkan oleh Primadasa & Raihana (2024) dilakukan pada 230 responden mahasiswa yang sesuai dengan karakteristik, menghasilkan 2 faktor yang sesuai dengan aspek konstruk stress akademik. *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) adalah salah satu alat ukur yang banyak digunakan dalam mengukur stres akademik pada mahasiswa di Indonesia. Berbagai alat ukur stres akademik selain

SLSI juga telah dikembangkan pada tingkat perkuliahan. Alat ukur tersebut antara lain; The Perception of Academic Stress Scale (PASS) (Bedewy & Gabriel, 2015), The University Stress Scale (Stallman & Hurst, 2016), The Student Stress Inventory-Stress Manifestations (SSI-SM) (Simonelli-Muñoz et al., 2018). Hasil dari penelitian tersebut ada multidimensional yang memuat 2 faktor dengan 11 aitem telah memenuhi kriteria parameter sebagai berikut; CFI : 0.97 (>0.95), TLI: 0.97 (>0.95), SRMR: 0.40 (<0.08), dan RMSEA: 0.40 (<0.06). Sehingga alat ukur modifikasi SLSI ini dapat digunakan untuk mengukur stres akademik mahasiswa.

Hal tersebut yang membuat alat ukur *stress-life student inventory* menjadi menarik untuk diadaptasi. Alat ukur yang kami adaptasi bersumber dari (Arip, dkk, 2015). Seluruh aitem pernyataan disesuaikan dengan sumber aslinya dan data hasil penelitian dilakukan analisis validitas dan reliabilitas yang ada.

2. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan penelitian deskripsi kuantitatif yang bertujuan untuk menjelaskan situasi atau gambaran tingkat stres yang dialami oleh

mahasiswa terkait dengan stress fisik, stress hubungan interpersonal, serta tekanan lingkungan yang dirasakan pada subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa sarjana S1 dengan rentang umur 18-21 tahun dan merupakan mahasiswa yang mengikuti kelas reguler pagi, dengan sampel sebanyak 150 mahasiswa. pengambilan sampling pada penelitian ini menggunakan adaptasi Student Stress Inventory (SSI) Edition 2020 (Arip, M., dkk. 2020) dengan 40 item pertanyaan. Penelitian ini dilaksanakan mulai dari tanggal 23 November 2024. Beberapa prosedur yang dilakukan dalam proses adaptasi dan pengembangan alat ukur Student Stress Inventory (SSI) edition 2020 ini (1) dimulai dari tahapan forward translation oleh dua translator yang menjadikan alat ukur student stress inventory kedalam bahasa Indonesia. (2) melakukan tahapan sintesis dengan menggabungkan dua hasil terjemahan menjadi satu hasil dengan menggunakan bahasa Indonesia (3) tahapan back translation dari Bahasa Indonesia kembali ke Bahasa Asli oleh satu orang translator (4) tahapan pengumpulan data (5) tahapan pengeloaan data dengan menggunakan Software SPSS (6) Tahapan merespon

hasil analisis data (Beaton et al., 2000). Adaptasi alat ukur dimulai dengan penentuan konstruk psikologi seperti, pembuatan definisi operasional alat ukur yang telah dipilih, mencari aspek yang ada, dan indikator alat ukur yang dapat diamati melalui perilaku. Kemudian tahap selanjutnya adalah, peneliti membuat aitem pernyataan sebanyak 40 aitem yang mengacu pada aspek dan indikator perilaku alat ukur SSI milik (Arip, dkk, 2015). Validasi alat ukur dilakukan dengan menggunakan uji validitas dan reliabilitas. Pengambilan sampel responden menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling* dengan kriteria responden berupa mahasiswa S1 dengan rentang usia 18-21 tahun dan mengikuti kelas reguler pagi.

Alat ukur disebarakan secara *online* melalui Google Forms. Responden diminta untuk mengisi identitas pribadi berupa nama dan jenis kelamin serta karakteristik

demografi berupa status tempat tinggal dan domisili provinsi. Alat ukur adaptasi SSI mengacu pada teori stres akademik oleh (Arip, dkk, 2015) yang memiliki 4 aspek, yaitu (1) stress fisik, (2) stress hubungan interpersonal, (3) stress akademik, dan (4) tekanan lingkungan. Respon yang digunakan berbentuk skala Likert dengan 4 alternatif pilihan respon, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Tahap pertama yaitu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah data instrumen tersebut normal dan layak untuk dilakukan pengujian, kemudian peneliti melakukan uji kualitas instrumen dan data penelitian berupa uji validitas dan uji reliabilitas. Hasil analisis dilakukan pada aitem secara kuantitatif oleh peneliti sesuai rumus yang ada. Tahap kedua yaitu melakukan uji kualitas instrumen data per aspek berupa uji validitas dan uji reliabilitas.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Uji Kualitas Instrumen dan Data

1. Uji Validitas

Hal yang dilakukan sebelum menunjukkan bahwa semua indikator pernyataan layak dijadikan instrumen penelitian adalah melakukan uji sampel

besar sebanyak 150 responden. Tingkat signifikansi 5% jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka pernyataan tersebut valid. Sedangkan jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pernyataan tersebut tidak valid. Berikut ini adalah hasil uji validitas:

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas dari Item – Item Variabel Penelitian

Variabel	Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
Stres Akademik	SF1	0,789	0,159	Valid
	SF2	0,789	0,159	Valid
	SF3	0,764	0,159	Valid
	SF4	0,804	0,159	Valid
	SF5	0,850	0,159	Valid
	SF6	0,885	0,159	Valid
	SF7	0,840	0,159	Valid
	SF8	0,829	0,159	Valid
	SF9	0,776	0,159	Valid
	SF10	0,773	0,159	Valid
	SHI1	0,861	0,159	Valid
	SHI2	0,768	0,159	Valid

	SHI3	0,854	0,159	Valid
	SHI4	0,881	0,159	Valid
	SHI5	0,784	0,159	Valid
	SHI6	0,840	0,159	Valid
	SHI7	0,885	0,159	Valid
	SHI8	0,861	0,159	Valid
	SHI9	0,842	0,159	Valid
	SHI10	0,835	0,159	Valid
	SA1	0,705	0,159	Valid
	SA2	0,788	0,159	Valid
	SA3	0,849	0,159	Valid
	SA4	0,871	0,159	Valid
	SA5	0,898	0,159	Valid
	SA6	0,907	0,159	Valid
	SA7	0,878	0,159	Valid
	SA8	0,854	0,159	Valid

	SA9	0,881	0,159	Valid
	SA10	0,886	0,159	Valid
	TL1	0,837	0,159	Valid
	TL2	0,853	0,159	Valid
	TL3	0,873	0,159	Valid
	TL4	0,859	0,159	Valid
	TL5	0,917	0,159	Valid
	TL6	0,921	0,159	Valid
	TL7	0,929	0,159	Valid
	TL8	0,929	0,159	Valid
	TL9	0,874	0,159	Valid
	TL10	0,884	0,159	Valid

Sumber : Output SPSS Terlampir

Berdasarkan hasil uji validitas dapat diketahui bahwa seluruh pernyataan variabel yang diajukan untuk responden adalah valid karena dilihat dari nilai r hitung $>$ r tabel (0,159) sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh pernyataan

yang ada dalam kuesioner tersebut dapat dikatakan layak sebagai instrumen untuk mengukur data penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Hal yang dilakukan setelah menunjukkan bahwa semua variabel pernyataan layak dijadikan instrumen penelitian. Pernyataan dapat di katakan reliabel jika nilai Cronbach's Alpha $> 0,6$. Berikut ini adalah hasil uji reliabel

Tabel 4.3
Hasil Uji Reliabilitas Item – Item Variabel Penelitian

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Stres Akademik	0.991	Reliabel

Berdasarkan tabel 4.3 hasil uji reliabilitas dapat diketahui bahwa semua variabel dalam pernyataan dinyatakan reliabel karena telah memenuhi nilai yang disyaratkan yaitu dengan nilai Cronbach Alpha $> 0,6$.

B. Uji Kualitas Instrumen dan Data Per Aspek

1. Uji Validitas

Hal yang dilakukan sebelum menunjukkan bahwa semua indikator

pernyataan layak dijadikan instrumen penelitian adalah melakukan uji sampel besar sebanyak 150 responden. Tingkat signifikansi 5% jika r hitung $>$ r tabel maka pernyataan tersebut valid. Sedangkan jika r hitung $<$ r tabel maka pernyataan tersebut tidak valid. Berikut ini adalah hasil uji validitas:

Tabel 4.2

Hasil Uji Validitas dari Item – Item Variabel Penelitian

Variabel	Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
Stres Fisik	SF1	0,789	0,159	Valid

	SF2	0,789	0,159	Valid
	SF3	0,764	0,159	Valid
	SF4	0,804	0,159	Valid
	SF5	0,850	0,159	Valid
	SF6	0,885	0,159	Valid
	SF7	0,840	0,159	Valid
	SF8	0,829	0,159	Valid
	SF9	0,776	0,159	Valid
	SF10	0,773	0,159	Valid
Stres Hubungan Interpersonal	SHI1	0,861	0,159	Valid
	SHI2	0,768	0,159	Valid
	SHI3	0,854	0,159	Valid
	SHI4	0,881	0,159	Valid
	SHI5	0,784	0,159	Valid
	SHI6	0,840	0,159	Valid
	SHI7	0,885	0,159	Valid

	SHI8	0,861	0,159	Valid
	SHI9	0,842	0,159	Valid
	SHI10	0,835	0,159	Valid
Stres Akademik	SA1	0,705	0,159	Valid
	SA2	0,788	0,159	Valid
	SA3	0,849	0,159	Valid
	SA4	0,871	0,159	Valid
	SA5	0,898	0,159	Valid
	SA6	0,907	0,159	Valid
	SA7	0,878	0,159	Valid
	SA8	0,854	0,159	Valid
	SA9	0,881	0,159	Valid
	SA10	0,886	0,159	Valid
Tekanan Lingkungan	TL1	0,837	0,159	Valid
	TL2	0,853	0,159	Valid
	TL3	0,873	0,159	Valid

	TL4	0,859	0,159	Valid
	TL5	0,917	0,159	Valid
	TL6	0,921	0,159	Valid
	TL7	0,929	0,159	Valid
	TL8	0,929	0,159	Valid
	TL9	0,874	0,159	Valid
	TL10	0,884	0,159	Valid

Sumber : Output SPSS Terlampir

Berdasarkan hasil uji validitas dapat diketahui bahwa seluruh pernyataan variabel yang diajukan untuk responden adalah valid karena dilihat dari nilai r hitung $>$ r tabel (0,159) sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh pernyataan yang ada dalam kuesioner tersebut dapat dikatakan layak sebagai instrumen untuk mengukur data penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Hal yang dilakukan setelah menunjukkan bahwa semua variabel pernyataan layak dijadikan instrumen penelitian. Pernyataan dapat di katakan reliabel jika nilai Cronbach's Alpha $>$ 0,6. Berikut ini adalah hasil uji reliabel:

Tabel 4.3

Hasil Uji Reliabilitas Item – Item Variabel Penelitian

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
Stres Fisik	0.938	Reliabel
Stres Hubungan Interpersonal	0.954	Reliabel
Stres Akademik	0.959	Reliabel

Tekanan Lingkungan	0.969	Reliabel
--------------------	-------	----------

Berdasarkan tabel 4.3 hasil uji reliabilitas dapat diketahui bahwa semua variabel dalam pernyataan dinyatakan reliabel karena telah memenuhi nilai yang disyaratkan yaitu dengan nilai Cronbach Alpha > 0,6.

4. KESIMPULAN

Dalam penelitian ini membuktikan bahwa student-Life Stress Inventory (SLSI) versi Indonesia mampu untuk mengukur tingkat stress pada mahasiswa. Hal tersebut dibuktikan dengan uji validitas dan reabilitas, dimana dalam pengujian validitas tersebut dinyatakan bahwa indikator dalam penelitian ini valid

dengan nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel sebesar (0,159). Sedangkan hasil pengujian reabilitas menunjukkan skor Cronbach Alpha yang lebih besar dari 0,6. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa alat ukur dalam penelitian ini reliabel.

Dengan begitu skala SLSI dapat dikatakan instrument yang sesuai dalam mengevaluasi stress akademik mahasiswa, yang berkaitan dengan faktor eksternal (misal: Pandemi Covid 19). Adaptasi dalam pengukuran ini mampu memberikan peranan yang penting dalam kaitannya dengan pemahaman maupun penanganan stress pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin. (2007). *Mengatasi stres belajar*. Elex Media Komputindo.
- Arip, M., Kamaruzaman, D., Roslan, A., Ahmad, A. (2015). Development, Validity and Reliability of Student Stress Inventory (SSI). *The Social Sciences*, 10 (7), 1631-1638.
- Arip, M., Kamaruzaman, D., Roslan, A., Ahmad, A. (2020). *Student Stress Inventory (SSI) - Edition 2020*. Sultan Idris Education University.
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the Process of Cross-Cultural Adaptation of Self-Report Measures. *Spine*, 25(24), 3186 - 3191.
- Davidson, J. (2001). *Manajemen waktu*. Andi.
- Hamdi, I. (2016, Juni 2). Mahasiswa UI bunuh diri: Bukan soal nilai, ini yang terjadi. *Tempo*.

- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed., Istiwidayanti, Penerj.). Erlangga.
- Murray, M., Evens, B., & Willing, C. (2002). *Health psychology*. Sage Publications.
- Primadasa, A., & Raihana, PA. (2024). Modifikasi dan Validasi Student-Life Stress Inventory pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Online COVID-19. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* Vol 2 No. 1
- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: Concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 45(5), 536–545.
- Riza, M., & Uyun, Z. (2016). Studi deskriptif mengenai pola stres pada mahasiswa praktikum. *Jurnal Indigenous*, 1(2).
- Sugiarti, A. M., & Karimah, I. (2018). Description of stress and its impact on students. *InSight*, 20(2).