

PENGARUH FAKTOR DUKUNGAN KELUARGA, FAKTOR DUKUNGAN SOSIAL DAN FAKTOR DUKUNGAN LINGKUNGAN TERHADAP STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Liana Saputri¹, Rahajeng Win Martani², Rusdi³

¹ Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan

² Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan

³ Rumah Sakit Umum Daerah Kraton Kabupaten Pekalongan

lianasaputri2510@gmail.com (085725259369)

Info Artikel

Menerima: 24 September 2024

Direvisi: 07 Oktober 2024

Diterima: 18 Oktober 2024

Kata kunci:

Stres, Mahasiswa, Dukungan Keluarga

Abstract

Stress is a physical and emotional reaction that arises when someone experiences pressure, worry or difficulty in dealing with certain situations. Students who experience stress when working on their final project or thesis can have an impact on changing sleep patterns, decreased appetite and so on. However, the attention and support from the closest person can increase the enthusiasm in doing the final project again. The purpose of this study was conducted to determine the factors that cause stress in final year students in doing their final project. This research is a quantitative study that uses a correlation analysis method with a cross sectional research design. The results of the research conducted are variable Y and X_1 $0,044 < 0,05$ is there a significant influence. Variable Y with X_2 $0,220 > 0,05$ is that there is no significant effect, variable Y with X_3 $0,006 < 0,05$ is that there is a significant effect. The Pearson correlation value on variable X_1 has a value of $-0,191$, variable X_2 has value of $=0,117$ and variable X_3 has a Pearson correlation value of $-0,257$. The Pearson correlation value on variables X_1 , 2 , 3 and variable Y is negative, which means that the Pearson correlation value is unidirectional.

Keyword: Stress, Students

PENDAHULUAN

Stres termasuk dalam fenomena yang tak terhindarkan dalam kehidupan modern dan mempengaruhi individu diberbagai aspek kehidupan. Stres adalah respon tubuh yang sifatnya spesifik terhadap setiap tuntutan atasnya. Menurut Looker stress merupakan suatu keadaan yang dialami manusia ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan mengatasinya (Daawi & Nisa, 2021) .

Prevalensi kejadian stres menurut WHO tergolong cukup tinggi. Yaitu dialami oleh lebih dari 350 juta penduduk di dunia (Ambarwati et al., 2019). Menurut Jeong, E.J. di Indonesia sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stress. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stress akut (stress berat) 1-3%. Sementara itu prevalensi mahasiswa yang mengalami

stress di dapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3%. Sementara itu, prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7-71,6%. Pemicu stres pada mahasiswa di dunia dan di Indonesia terdiri dari berbagai faktor seperti fase adaptasi, fase transisi, regulasi diri yang kurang baik, serta tekanan baik dari keluarga maupun lingkungan (Bayantari et al., 2022).

Stress sudah menjadi bagian dari kehidupan mahasiswa (Aji, 2020). Bahkan di perguruan tinggi, berubahnya status dari siswa menjadi mahasiswa di Indonesia dipandang lebih dari siswa, sehingga tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih besar. Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi diuntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Namun, syarat kelulusan mahasiswa untuk menyelesaikan studinya bisa dikatakan cukup sulit, salah satu syarat yang harus dicapai yaitu SKS yang telah ditentukan oleh setiap universitas dan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi (Rahman et al., 2022).

Skripsi merupakan salah satu tipe karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa yang bersumber pada riset yang penuh dengan ketentuan, serta syarat salah satu untuk mendapat gelar sarjana. Tugas akhir tersebut merupakan bukti kemampuan akademik individu yang telah melakukan penelitian dengan masalah Pendidikan sesuai dengan bidangnya masing-masing (Rahman et al., 2022).

Dalam teori keperawatan Roy stress dapat diatasi dengan adanya adaptasi koping yang adaptif sehingga mampu beradaptasi dengan faktor-faktor yang menimbulkan stress/stressor. Adaptasi koping merupakan respon pertahanan individu terhadap suatu masalah, apakah berespon positif atau maladaptif. Dalam hal ini aplikasi teori keperawatan sangat dibutuhkan untuk dapat menggambarkan proses adaptasi mahasiswa semester akhir terhadap stress (Ulfa Muzliyat, 2019).

Teori Roy Adaptation Model (RAM) merupakan suatu proses adaptasi individu maupun kelompok yang dihasilkan dari sebuah pemikiran dan perasaan yang terintegritas, adaptasi ini terintegritas dari interaksi manusia dan lingkungan. RAM memandang manusia sebagai suatu sistem adaptif yang berproses dan memiliki hubungan adaptasi yang diciptakan dari adanya stimulus, dan koping. Sistem adaptasi yang dimaksud dalam teori RAM menggambarkan adanya hubungan yang saling berkaitan satu sama lainnya dalam tingkat adaptasi yang dilakukan dalam kehidupan seseorang yang terdiri dari tiga tingkatan yaitu: tingkat terpadu, terkompensasi dan terkompromikan.

Sistem adaptasi yang pada akhirnya menstimuli seseorang untuk mencari jalan keluarnya (Lilis Lestar & Ramadhaniyanti, 2015)

Tingkat adaptasi seseorang sebagai sistem adaptasi dipengaruhi oleh perkembangan individu itu sendiri, dan penggunaan mekanisme koping. Penggunaan mekanisme koping yang maksimal mengembangkan tingkat adaptasi seseorang dan meningkatkan rentang adaptasi seseorang dan meningkatkan rentang stimulus agar dapat berespon secara pasif (Pardede, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan didapatkan hasil bahwa beberapa mahasiswa mengalami stress pada saat mengerjakan tugas akhir atau skripsi yang berdampak pada pola tidur yang berubah, nafsu makan yang menurun dan lain sebagainya. Namun, adanya perhatian dan dukungan dari orang terdekat dapat meningkatkan semangat dalam mengerjakan tugas akhir kembali.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stress dan faktor – faktor penyebab stress mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi tugas akhir.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang menggunakan metode analisis korelasi dengan desain penelitian cross sectional dimana studi yang menganalisis data dari suatu populasi pada satu titik waktu atau pengukuran dilakukan pada satu waktu yang sama (Wang, 2020).

Subjek penelitian yang di observasi adalah faktor yang berhubungan dengan stress pada mahasiswa tingkat akhir dan yang akan diteliti adalah faktor yang berhubungan dengan stress pada mahasiswa tingkat akhir di salah satu universitas di Kota Pekalongan. Populasi yang ditetapkan pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif tingkat akhir yang sedang mengambil tugas akhir di salah satu Universitas di kota Pekalongan yang berjumlah 1.253 mahasiswa.

Metode pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Teknik *Nonprobability Sampling* dengan rancangan kuota sampling. Teknik kuota sampling adalah metode memilih sampel yang mempunyai ciri-ciri tertentu dalam jumlah atau kuota yang diinginkan (Nurdin, Dr.drs. Ismail Nurdin & hartati, Dra. Sri Hartati, 2023).

Dikarenakan dalam penelitian ini menggunakan Teknik *kuota sampling* maka pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang berjumlah 112 mahasiswa.

Dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat stress mahasiswa menggunakan kuesioner *stress perceived stress scale* (PSS-10). Kuesioner ini terdiri dari enam pertanyaan negative dan empat pertanyaan positif. Setiap pertanyaan diberikan skor dari 0-4. Tingkat stress akan diketahui setelah menjumlahkan semua skor dari sepuluh pertanyaan yang didapat, jika total skor berada di rentang 0-13 dianggap stress ringan, 14-26 akan dianggap stress sedang, sedangkan 27-40 dianggap sebagai stress berat (Program State of New Hampshire Employee Assistance, 2020).

Kuesioner dukungan keluarga dari (Maramis & Patabang, 2019) terdiri dari 16 pertanyaan dimana pilihan jawabannya yaitu TP = tidak pernah, KK = kadang – kadang, S = sering, SL = selalu. Yang menggunakan skala ordinal dimana jumlah skor dikategorikan apabila total skor 41 – 64 = mendukung dan 16 – 40 = kurang mendukung. Pada skala dukungan sosial ini terdapat tujuh alternatif jawaban yaitu 1(sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (agak tidak sesuai), 4 (netral), 5 (agak sesuai), 6 (sesuai), 7 (sangat sesuai). Pemberian skor dalam setiap item bergerak dari angka 1 sampai dengan 7. Skor maksimal dari skala ini sebesar 84 dan skor minimal sebesar 12 (Latifah, 2022).

Pengolahan data dianalisis dengan menggunakan uji pearson korelasi product moment. Adapun ketentuan terhadap penerimaan dan penolakan apabila nilai $p < \alpha$, artinya ada hubungan antara variabel independent dengan variabel dependent, sebaliknya apa bila nilai $p > \alpha$, artinya tidak ada hubungan antara variable independent dengan variable dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari penelitian yang telah dilaksanakan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir pada 15 program studi diperoleh frekuensi data paling banyak pada program studi manajemen 31 orang (27,7%), akuntansi sebanyak 18 orang (16,1%), ilmu hukum sebanyak 15 orang (13,4%), dan farmasi S1 sebanyak 10 orang (8,9%). Sedangkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 81 orang (72,3%).

Berdasarkan uji normalitas menggunakan uji kolmogrov-smirnov diketahui nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* variabel tingkat stress $0,035 > 0,05$. Variabel dukungan keluarga $0,200 > 0,05$. Variabel dukungan sosial $0,033 > 0,05$. Variabel dukungan lingkungan $0,006 < 0,05$. Maka dapat di simpulkan variabel Y, X_1 dan X_2 nilai residual berdistribusi normal, sedangkan variabel X_3 nilai residual tidak berdistribudi normal.

Tabel 2. Distribusi Data Variabel Tingkat Stress, Dukungan Keluarga, Dukungan Sosial, Dukungan Lingkungan (n=112)

Variabel	Mean	Mode	Std.(D)	Minimum	Maximum
Tingkat stress	17,11	17	3,960	4	27
Dukungan keluarga	48,29	58	9,903	20	64
Dukungan sosial	57,53	48	13,133	19	84
Dukungan lingkungan	47,21	48	6,817	26	64

Dari tabel diatas menganalisi empat variabel yaitu tingkat stress, dukungan keluarga, dukungan sosial dan dukungan lingkungan. Pada variabel tingkat stress individu dalam sampel penelitian memiliki nilai rata-rata 17,11 dengan tingkatan stress yang paling banyak muncul 17 dan memiliki standar deviasi sebesar 3,960. Variabel dukungan keluarga memiliki nilai rata-rata 48,29 dan standar deviasi 9,903. nilai terendahnya adalah 20 dan nilai tertinggiya 64. Variabel dukungan sosial memiliki nilai rata – rata 57,53 dan angka yang paling banyak muncul adalah di tingkat 48 . standar deviasi pada variabel dukungan sosial adalah 13,133. variabel dukungan lingkungan mempunyai rata-rata sebesar 47,21 dengan nilai yang paling banyak muncul 48. Standar deviasi sebesar 6,817.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa setiap variabel memiliki distribusi nilai yang berdeda-beda. Tingkat stress memiliki rata-rata yang paling rendah dibandingkan dengan variabel dukungan.

Tabel 3. Analisis korelasi *Pearson Product Moment*

		Tingkat Stress	D.keluarga	D.sosial	D.lingkungan
Tingkat Stress	Pearson Correlation	1	-.191*	-.117	-.257**
	Sig. (2-tailed)		.044	.220	.006
	N	112	112	112	112

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

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

Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut diketahui nilai Sig. (2-tailed) pada variabel tingkat stress dengan dukungan keluarga $0,044 < 0,05$ adalah terdapat pengaruh yang signifikan. Variabel tingkat stress dengan dukungan sosial $0,220 > 0,05$ adalah tidak ada pengaruh yang signifikan. Variabel tingkat stress dengan dukungan lingkungan $0,006 < 0,05$ adalah terdapat pengaruh yang signifikan.

Nilai pearson korelasi pada variabel dukungan keluarga memiliki nilai $-0,191$ dan variabel dukungan sosial memiliki nilai $-0,117$ yang artinya derajat hubungan sangat lemah. Sedangkan variabel dukungan lingkungan memiliki nilai pearson korelasi $-0,257$ yang artinya derajat hubungan lemah.

Nilai pearson korelasi bernilai negatif mengindikasikan bahwa jika variabel dukungan keluarga, dukungan sosial dan dukungan lingkungan meningkat maka Variabel tingkat stress akan menurun. Jadi, pearson korelasi ini menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel tidak searah.

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh faktor dukungan keluarga, faktor dukungan sosial dan faktor dukungan lingkungan terhadap stress pada mahasiswa tingkat akhir , pada 112 responden yang diuji menggunakan uji korelasi *product moment* diperoleh nilai $p = 0,044$ untuk variabel dukungan keluarga, $p = 0,220$ untuk variabel dukungan sosial dengan tingkat kemaknaan (signifikan) $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan $p < \alpha$, artinya ada pengaruh antara dukungan keluarga dengan tingkat stress, dan dukungan sosial dengan tingkat stress. Untuk dukungan sosial $p = 0,006$ dengan tingkat kemaknaan (signifikan)

$\alpha=0,05$. Hal ini menunjukkan nilai $p<\alpha$, artinya ada pengaruh antara dukungan lingkungan terhadap stress pada mahasiswa tingkat akhir.

Pada penelitian (Fajriawan et al., 2022) penelitian yang dilakukan ini tidak sejalan karna pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan hasilnya tidak ada pengaruh pada dukungan keluarga dan dukungan lingkungan tempat belajar dengan tingkat stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, sedangkan pada penelitian ini terdapat pengaruh pada dukungan keluarga dan dukungan lingkungan terhadap stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir.

Sedangkan pada penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Daawi & Nisa, 2021) bahwa faktor dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir.

Diketahui bahwa dari 16 soal pada kuesioner dukungan keluarga dengan jawaban paling banyak adalah pada salah satu soal yang masuk ke dalam tema dukungan emosional yaitu “keluarga saya selalu mendoakan saya ketika saya menghadapi ujian”. Sedangkan dua pertanyaan lainnya memiliki tema yang sama dengan tema dukungan instrumental yaitu “keluarga saya mengusahakan semua dana yang saya butuh kan dalam penyusunan skripsi saya” , “keluarga saya memfasilitasi kendaraan (motor,mobil,dll) dalam mempermudah saya melakukan penelitian”. Tiga hal tersebut kemungkinan menjadi pengaruh terbesar dalam faktor dukungan keluarga karena dukungan keluarga dalam bentuk doa, dana dan fasilitas kendaraan memiankan peran yang sangat penting dalam mengurangi tingkat stress pada mahasiswa.

Faktor – faktor tersebut tidak hanya membantu mengatasi tekanan finansial saja tetapi juga memberikan dukungan secara emosional dan spiritual yang sangat signifikan, sehingga meningkatkan kesejahteraan keseluruhan dan kemampuan mahasiswa untuk mengatasi tentang akademik mereka. Mahasiswa yang merasa di dukung secara finansialnya dan diberikan dukungan kesejahteraan emosional akan mengurangi kecemasan dan tekanan sehingga stress pada mahasiswa bisa menurun.

Pada kuesioner dukungan sosial dari 12 pertanyaan dengan jawaban netral paling banyak adalah tentang “dapat membicarakan masalah dengan keluarga” dan “dapat membicarakan masalah dengan teman”. Hal ini bisa saja menjadi salah satu faktor kenapa variabel ini tidak ada pengaruh, karena meskipun individu membicarakan masalah

dengan keluarga ataupun teman, kualitas dukungan yang diterima tidak efektif sehingga tidak berpengaruh terhadap stress.

Tingkat stress seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan untuk membicarakan masalah, tetapi juga faktor- faktor eksternal lainnya seperti beban kerja, kondisi kesehatan, kondisi finansial dan lain-lain. Jadi, meskipun seseorang dapat membicarakan masalah mereka, stress mereka mungkin tetap tinggi jika faktor eksternal lainnya tidak mendukung.

Konteks dan situasi dimana masalah dibicarakan juga berperan penting. Misalnya, jika masalah dibicarakan dalam situasi yang tidak kondusif atau pada waktu yang tidak tepat bisa jadi tidak membantu mengurangi stress juga. Meskipun ada kemampuan untuk membicarakan masalah dengan keluarga atau teman, hal ini tidak selalu berkontribusi signifikan dalam mengurangi stress.

Pada dukungan sosial dari 16 pertanyaan kuesioner dukungan lingkungan pertanyaan tentang “ perpustakaan kampus maupun umum menyediakan berbagai buku dan referensi yang di perlukan” mendapatkan 71,4% pada point setuju yang berarti ketersediaan referensi dapat mempermudah mahasiswa untuk mengakses informasi yang dibutuhkan merupakan salah satu bagian penting dari dukungan lingkungan yang dapat mengurangi stress mahasiswa.

Akses yang mudah ke sumber daya akademik, lingkungan belajar yang kondusif, serta dukungan untuk penelitian adalah beberapa cara dimana perpustakaan dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Dukungan lingkungan ini memungkinkan mahasiswa untuk fokus lebih baik pada studi mereka, meningkatkan produktivitas dan mengurangi tingkat stress secara keseluruhan.

Peneliti berasumsi jika dukungan keluarga mendukung dan dukungan lingkungannya juga mendukung, hal tersebut juga tidak selamanya berdampak pada tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun tugas akhir karena masih ada faktor lain yang turut mempengaruhi.

Adapun keterbatasan pada penelitian ini yaitu pengalaman peneliti masih sangat kurang karena baru pertama kali melakukan penelitian, Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan melalui link secara online sehingga kebenaran data tergantung pada kejujuran responden dalam mengisi kuesioner yang diberikan, Kurangnya minat responden untuk mengisi kuesioner yang dibagi sehingga

menjadikan target yang di tentukan oleh peneliti blm terpenuhi selama beberapa hari, dan pada akhirnya peneliti harus mencari pengganti untuk memenuhi kuota bagi setiap fakultas yang di tuju.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pada variabel dukungan keluarga dan dukungan lingkungan terhadap stress pada mahasiswa tingkat akhir. Nilai pearson korelasi pada variabel $X_{1,2,3}$ dan variabel Y bernilai negatif yang artiya nilai pearson korelasi tersebut tak searah. Saran bagi peneliti selanjutnya supaya lebih memperhatikan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan tugas akhir, selain variable dukungan keluarga, dukungan sosial dan dukungan lingkungan seperti : faktor pengalaman baru, kurang tersedianya referesi ataupun faktor kesulitan menemui dosen pembimbing.

TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh responden yang telah meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Partisipasi anda dalam mengisi kuesioner ini sangat membantu proses penyelesaian tugas akhir peneliti.

KEPUSTAKAAN

- Aji, A. G. H. S. (2020). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas.
- 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>
- Bayantari, N. M., Indonesiani, S. H., & Apsari, P. I. B. (2022). Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 6(3), 609–618. <https://doi.org/10.23887/jipp.v6i3.51175>
- Daawi, M. M., & Nisa, W. I. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap tingkat Stres dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi. *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 67–75. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v1i1.556>
- Fajriawan, R., Pranatha, A., & Puspanegara, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Stikes Kuningan Dalam Menyusun Skripsi. *Journal of Nursing Practice and Education*, 3(01), 42–50. <https://doi.org/10.34305/jnp.e.v3i01.572>
- Latifah, A. U. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada

- Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di UIN Walisongo Semarang. *Journal of Economic Perspectives*, 2(1), 1–4.
<http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm%0Ahttp://files/171/Cardon> - 2008 - Coaching d'équipe.pdf%0Ahttp://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysia-n-palm-oil-industry/%0Ahttps://doi.org/10.1080/23322039.2017
- Lilis Lestar, & Ramadhaniyanti. (2015). *Buku Falsafah dan Teori Keperawatan*.
- Maramis, T. Y., & Patabang, T. P. (2019). Tingkat Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Skripsi di STIK Stella Maris Makassar. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
<http://repository.stikstellamarismks.ac.id/656/>
- Nurdin, Dr.drs. Ismail Nurdin, M. S., & hartati, Dra. Sri Hartati, M. S. (2023). Metodologi Penelitian Sosial Dasar. In *Metodologi Penelitian Sosial Dasar*.
<https://doi.org/10.11594/ubpress9786232967496>
- Pardede, J. A. (2018). Teori Dan Model Adaptasi Sister Calista Roy : Pendekatan Keperawatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, November 2018, 18.
https://www.researchgate.net/profile/Jek-Amidos/publication/347208243_Teori_Dan_Model_Adaptasi_Sister_Calista_Roy_Pendekatan_Keperawatan/links/5fdce78a45851553a0cde803/Teori-Dan-Model-Adaptasi-Sister-Calista-Roy-Pendekatan-Keperawatan.pdf
- Program State of New Hampshire Employee Assistance. (2020). Perceived Stress Scale Score Cut Off. C, 2.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Ulfa Muzliyati. (2019). Hubungan Stres Terhadap Proses Adaptasi (Teori Callista Roy) Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas Ii Pontianak. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 1(1).
<https://doi.org/10.26418/tjnpe.v1i1.35014>
- Wang, X. (2020). Studi Cross-Sectional Kekuatan, Kelemahan, dan Rekomendasi. *Dari Departemen Ilmu Kesehatan Kuantitatif (Dr Wang), Lerner Research Institute, Cleveland Clinic, Cleveland, OH; Dan Departemen Kedokteran Pernapasan (Dr Cheng), Rumah Sakit Zhongnan, Universitas Wuhan, Wuhan, Tiongkok*.