



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
ANGKATAN 2019 DAN 2020**

**Zahra Alaydrus<sup>1</sup>, Rebekah Malik<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

<sup>2</sup> Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

Email : [Zahraalaydrus23@gmail.com](mailto:Zahraalaydrus23@gmail.com)

**Keywords:**

Stress, Learning  
Achievement,  
Students

**ABSTRACT**

*Stress is a natural and important part of life, but when it is intense and prolonged it can be detrimental to health. In addition, it can interfere with daily activities, one of which is learning activities. This study aims to determine the prevalence of stress, depression and anxiety in students of the Faculty of Medicine, University of Tarumanagara class of 2019 and 2020 and to determine the relationship between academic achievement between students who experience stress, depression and anxiety and who do not experience stress, depression and anxiety at Tarumanagara University Class of 2019 and 2020. The method used in this study is a cross sectional design. The sample in this study were students of the Faculty of Medicine, University of Tarumanagara, class of 2019 and 2020 with a total sample of 200 respondents. Data collection was in the form of a questionnaire and the data obtained was analyzed using statistics with the chi-square test. The results showed that the prevalence of student stress levels in this study was 178 people (89%). The results of the chi-square analysis obtained a p value (0.120) which indicated that there was no relationship between stress levels and student achievement.*

**PENDAHULUAN**

Belajar di pendidikan kedokteran merupakan masa yang sulit, dengan banyaknya tekanan dan usaha. Efek stres tinggi dapat menyebabkan kelelahan, kurang tidur, penyalahgunaan zat, kecemasan dan kemarahan. Ketika seseorang mencapai suatu hal karena pekerjaan yang digelutinya, baik itu hasil dari bekerja, belajar atau melatih keterampilan di bidang tertentu. Sukses adalah hasil yang nyata dari perbaikan diri (Putri & Soedibyo, 2016).

Stres adalah suatu kondisi yang mempengaruhi pikiran dan tubuh karena perubahan dan keinginan dalam hidup (Donsu, 2017). Organisasi Kesehatan Dunia, menyebutkan bahwa 1,3 miliar anak muda di seluruh dunia, atau 19% dari populasi dunia (InfoDATIN KR, 2014). Menurut BKKBN (2013), jumlah anak muda di Indonesia sekarang 66 juta, atau 28,6% dari total penduduk Indonesia, menurut sensus 2010. Adapun menurut data riset kesehatan dasar, prevalensi stres pada remaja meningkat dari tahun ke tahun: Secara

keseluruhan (7,0%) penduduk di Indonesia berusia lebih dari 16 tahun menderita gangguan psiko-

emosional berupa stres, kecemasan, dan depresi (Donsu, 2017).

Di klinik psikiatri, gangguan kecemasan merupakan salah satu penyakit paling banyak terjadi. Gangguan ini berlangsung sebagian berkorelasi dengan biologis, faktor psikososial, termasuk kerentanan genetik yang berkorelasi dengan kondisi medis, stres dan trauma yang mengarah ke sindrom yang bermakna secara klinis (Elvira, 2017). Prevalensi Gangguan Kecemasan di Indonesia Berdasarkan Hasil Survei Kesehatan memiliki nilai tinggi (Balitbang Kemenkes RI, 2013).

Mahasiswa kedokteran berada pada banyak tekanan, dan stres serta prestasi akademik yang buruk dapat menjadi bagian dari kesulitan ini. Untuk mengatasi masalah ini, pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara stres dan kinerja akademik tampaknya penting. Menurut penelitian sebelumnya

di dapatkan bahwa usia dan jenis kelamin juga memprediksi kinerja akademik, dengan siswa wanita yang lebih berusia memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan satu kelompok lebih rentan terhadap kinerja akademik yang buruk (Khalid, Zhang, Wang, Ghaffari, & Pan, 2019).

Belajar lebih banyak berkaitan dengan aktivitas mental, yaitu faktor psikologis memainkan peran penting dalam proses pembelajaran dan hasilnya. Di keadaan stabil maupun normal, emosi benar-benar membantu orang belajar, tetapi emosi begitu kuat sehingga orang tersebut kehilangan kendali alami, karena ketakutan, kemarahan, stres, frustrasi, atau kegembiraan yang intens mengajarkan segalanya. Saat ini kesadaran masyarakat akan pemeriksaan kesehatan masih kurang. Survei kesehatan menunjukkan dua faktor kunci di sini, kesehatan fisik dan mental, termasuk stres pada remaja yang tidak terdiagnosis.

Penyebab stres siswa sangat beragam, seperti pekerjaan rumah, ujian, ujian, mata kuliah yang gagal, ujian. Tidak ada yang namanya pendidikan rendah, apalagi pendidikan rendah. Oleh karena itu, saya ingin melakukan penelitian ini karena hendak mengetahui hubungan antara variabel bebas dan terikat yaitu tingkat stres mahasiswa dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2019 dan 2020.

## METODE

### Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional* dimana subjek tes hanya diamati satu kali dan pengukuran dilakukan pada waktu yang bersamaan.

### Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

### Populasi dan Sampel.

Populasi target pada penelitian ini adalah mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara. Cara pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling* yaitu Setelah hitung jumlah subyek dalam populasi, setiap subyek diberi nomor dan akan dipilih secara random. Peneliti memperoleh sampel sebanyak 200 responden yang terdiri dari mahasiswa angkatan 2019 dan 2020.

### Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan data sekunder dan data primer.

### Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan dan analisis data menggunakan analisis *chi-square*.

## HASIL

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2019 dan 2020. Dari penelitian didapatkan bahwa responden berusia 18-20 tahun sebanyak 178 orang (89%), 21-22 tahun sebanyak 22 orang (37,88%). Sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 142 orang (71%) dan responden laki-laki sebanyak 58 orang (29%). Nilai *mean* usia responden sebesar 19,50 dengan standar deviasi sebesar 0,857. Sedangkan nilai median dari usia responden adalah 19 tahun dengan usia minimal responden 18 tahun serta maksimal 22 tahun. (Tabel 1)

**Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Angkatan**

Karakteristik	Frekuensi (n=200)	Presen tase (%)	Me an ±SD	Median (Min; Max)
<b>Usia</b>			19, 50 ± 0,857	19 (18; 22)
18-20 tahun	178	89		
21-22 tahun	22	11		
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	58	29		
Perempuan	142	71		
<b>Angkatan</b>				
2019	18	9		
2020	182	91		

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 yang memiliki tingkat stres normal-ringan sebanyak 95 orang (47,5%), serta tingkat stres sedang-berat sebanyak 105 orang

(52,5%). Nilai *mean* tingkat stres responden sebesar 21,67 dengan standar deviasi sebesar 5,141. Sedangkan nilai median dari tingkat stres responden adalah 22 dengan tingkat stres minimal 7 dan maksimal 40. (Tabel 2)

**Tabel 2. Tingkat Stres Mahasiswa**

Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase (%)	Mean ±SD	Media n (Min; Max)
Normal-Ringan	95	47,5	21,67 ± 5,141	22 (7; 40)
Sedang-Berat	105	52,5		

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui bahwa mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 yang memiliki indeks prestasi > 2,75 sebanyak 183 orang (91,5%) dan yang memiliki indeks prestasi ≤ 2,75 sebanyak 17 orang (8,5%). Nilai *mean* prestasi belajar responden sebesar 3,187 dengan standar deviasi sebesar 0,377. Sedangkan nilai median dari prestasi belajar responden adalah 3,195 dengan tingkat prestasi belajar minimal 0 dan maksimal 4. (Tabel 3)

**Tabel 3. Prestasi Belajar Mahasiswa**

Prestasi Belajar	Frekuensi	Presentase (%)	Mean ±SD	Media n (Min; Max)
> 2,75	183	91,5	3,187 ± 0,377	3,195 (0; 4)
≤ 2,75	17	8,5		

**Tabel 4. Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanegara**

Prestasi Belajar	Tingkat Stres		P Value
	Normal-Ringan	Sedang-Berat	
> 2,75	90 (94,74%)	93 (88,57%)	0,120
≤ 2,75	5 (5,26%)	12 (11,43%)	

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui bahwa mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 dari 90 orang yang mengalami tingkat stres normal-ringan seluruhnya (94,74%) memiliki prestasi belajar > 2,75. Mahasiswa yang mengalami stres normal-ringan sebanyak 5 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar ≤ 2,75. Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 93 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar > 2,75. Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 12 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar ≤ 2,75. Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan nilai *p* 0,120 yang artinya tidak adanya hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara.

Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara dengan responden sebanyak 200 mahasiswa berasal dari angkatan 2019 18 orang (9%) dan angkatan 2020 sebanyak 182 orang (91%). Mayoritas berusia 18-20 tahun sebanyak 178 orang (89%), sedangkan responden yang berusia 21-22 tahun sebanyak 22

orang (11%). Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan nilai *mean* sebesar 19,50 dengan standar deviasi sebesar 0,857. Sedangkan nilai median dari usia responden adalah 19 tahun dengan usia minimal responden 18 tahun dan maksimal 22 tahun. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 142 orang (71%) dan laki-laki sebanyak 58 orang (29%). Hampir seluruh responden memiliki prestasi belajar > 2,75 sebanyak 183 orang (91,5%) dan yang memiliki indeks prestasi ≤ 2,75 sebanyak 17 orang (8,5%).

#### Tingkat Stres Responden

Mayoritas responden mengalami tingkat stres normal-ringan sebanyak 95 orang (47,5%), dan tingkat stres sedang-berat sebanyak 105 orang (52,5%). Nilai *mean* tingkat stres responden sebesar 21,67 dengan standar deviasi sebesar 5,141. Sedangkan nilai median dari tingkat stres responden adalah 22 dengan tingkat stres minimal 7 dan maksimal 40.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Sohail (2013) melalui jurnal penelitiannya yang berjudul “*Stress and Academic Performance Among Medical Students*” diperoleh hasil bahwa terdapat beragam sumber stres. Sohail juga mengungkapkan bahwa tingkat stres dalam diri mahasiswa kedokteran tergolong tinggi.

Mahasiswa kedokteran mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dibanding mahasiswa jurusan selain kedokteran (Aamir, Aziz, Husnain, Syed, & Imad, 2017). Tingginya stres yang dirasakan oleh mahasiswa kedokteran dikarenakan oleh beberapa *stressor* seperti masalah psikososial, tekanan akademik, kurangnya waktu dan fasilitas liburan, kekhawatiran terhadap masa depan, kondisi hidup, frekuensi ujian akademik, perasaan kesepian serta masalah finansial, serta dapat juga dikarenakan kualitas makanan (Swaminathan, Viswanathan, Gnanadurai, Ayyavoo, & Manickam, 1970).

Stres yang dialami oleh setiap orang dapat menyebabkan perubahan epigenetik yang terjadi melalui metilasi DNA dan regulasi RNA yang dapat menimbulkan efek jangka panjang bagi tubuh. Adapun efek dari stres yang dapat terjadi salah satunya adanya perubahan struktural dan fungsional di otak dan membuat orang lebih rentan terhadap depresi (Ding & Dai, 2019). Stres sangat berpengaruh bagi tubuh penderita baik secara fisik dan mental. Stres psikologis dapat mengubah keadaan internal seseorang. Ketika seseorang mengalami stres akut, tubuh akan melakukan respon fisiologis adaptif, salah satunya hiperaktifitas aksis HPA yang dapat menimbulkan penyakit fisik bagi tubuh (Jurueña, 2014).

### **Prestasi Belajar Responden**

Hampir seluruh responden memiliki indeks prestasi  $> 2,75$  sebanyak 183 orang (91,5%) dan yang memiliki indeks prestasi  $\leq 2,75$  sebanyak 17 orang (8,5%). Nilai *mean* prestasi belajar responden sebesar 3,187 dengan standar deviasi sebesar 0,377. Sedangkan nilai median dari prestasi belajar responden adalah 3,195 dengan tingkat prestasi belajar minimal 0 dan maksimal 4.

Prestasi akademik merupakan hasil dari belajar yang didapat dari kegiatan pembelajaran di Sekolah dan Universitas yang bersifat kognitif yang ditentukan oleh evaluasi belajar. Pada Universitas, prestasi akademik diukur melalui indeks prestasi yang diperoleh setiap akhir semester. Indeks prestasi ini menjadi indikator keberhasilan belajar seorang mahasiswa dalam satu semester (Hashim, Salim, Sulaiman, Haris, & Hussin, 2016; Kötter, Wagner, Brüheim, & Voltmer, 2017).

Kötter, Wagner, Brüheim, & Voltmer (2017) dalam penelitiannya, menghasilkan temuan bahwa mahasiswa perempuan memiliki nilai prestasi akademik lebih baik dibanding pada mahasiswa laki-laki. Selanjutnya mahasiswa kedokteran dengan umur yang lebih tua diketahui memiliki sejumlah

masalah dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran dengan umur yang lebih muda. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa Kedokteran dengan umur yang lebih tua memiliki sejumlah masalah finansial dan kurangnya integrasi sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hashim, Salim, Sulaiman, Haris dan Hussin,<sup>16</sup> dalam meningkatkan IPK perlu dilakukan beberapa usaha yaitu selalu mendekati diri dengan sang pencipta, bekerja keras, fokus dengan potensi dirinya sendiri, lakukan belajar kelompok, dan berdiskusi serta meminta pertolongan pada teman atau orang yang lebih berpengalaman.

### **Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 dari 90 orang yang mengalami tingkat stres normal-ringan memperoleh persentase 94,74% dengan prestasi belajar  $> 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres normal-ringan sebanyak 5 orang dimana mahasiswa tersebut memiliki prestasi belajar  $\leq 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 93 orang dengan prestasi belajar  $> 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 12 orang dengan prestasi belajar  $\leq 2,75$ . Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan nilai  $p$  0,120 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Hal tersebut searah pada penelitian yang dijalankan oleh Alotaibi, Alosaimi, Alajlan, & Abdulrahman (2020) yang menunjukkan bahwa stres tidak menunjukkan hubungan yang signifikan pada prestasi akademik mahasiswa Kedokteran. Sedangkan penelitian yang didapatkan oleh Sohail (2013) diketahui jika tingkat stres yang lebih tinggi dihubungkan dengan performa akademik yang buruk. Kötter, Wagner, Brüheim, & Voltmer (2017) dalam jurnalnya yang berjudul “*Perceived Medical School stress of undergraduate medical students predicts academic performance: an observational study*” mengungkapkan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran yang diukur menggunakan *perceived medical school stress instrument* (PMSS) terbukti sebagai predikat yang signifikan dalam mempengaruhi terlambat lulus dan kinerja mahasiswa kedokteran. Selain tingkat stres, faktor usia dan jenis kelamin juga memprediksi kinerja akademik.

Peningkatan hormon kortisol sering terjadi pada seseorang yang mengalami depresi berat. Prestasi akademik sangat penting dan berpengaruh terhadap kesuksesan mahasiswa di masa yang akan datang. Ini sangat penting karena prestasi akademik menjadi salah satu harapan orang tua.

Stres yang dialami secara terus menerus dapat mengganggu kinerja dan menyebabkan

masalah kesehatan. Hal ini dapat disebabkan karena memikirkan sesuatu yang harus dilakukan dalam keadaan tertentu. Ketika hal tersebut menjadi beban pikiran yang terus-menerus maka akan menimbulkan tekanan psikologis dalam diri seseorang yang akhirnya menyebabkan stres. Hubungannya dengan prestasi akademik, siswa yang melaporkan tingkat stres yang tinggi cenderung memiliki nilai lebih rendah. Pada mahasiswa kedokteran sangat rentan terhadap stres karena sering mengalami gangguan tidur.

### **Pengaruh Stres terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa**

Mahasiswa kedokteran mengalami banyak tekanan yang dapat memicu timbulnya stres. Hal ini dibuktikan melalui hasil penelitian bahwa 52,5% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 dan 2020 mengalami tingkat stres sedang-berat. Stres yang dialami mahasiswa secara terus menerus tentunya akan menurunkan prestasi akademiknya bila tidak segera diatasi.

Dalam belajar, didapatkan banyak yang berkaitan dengan aktivitas mental dibandingkan fisik. Dengan kata lain, psikologis memainkan peran penting didalam proses dari belajar serta hasil yang didapatkan. Dalam kondisi psikologis yang stabil dan normal, seseorang akan lebih mudah menyelesaikan setiap kegiatan dan tugas akademiknya. Berbeda jika seseorang berada dalam tekanan dan depresi, maka seseorang dapat kehilangan kendali alaminya sehingga akan sangat sulit untuk menyelesaikan masalah akademik yang akan berpengaruh terhadap hasil akademiknya.

Menurut Laili (2020) nilai IPK sebagai hasil pembelajaran berpengaruh oleh beberapa faktor seperti motivasi, minat, kemampuan kognitif, kemampuan *time management*, dukungan keluarga, dosen, suasana pembelajaran, kondisi soal, dan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap perubahan kondisi pembelajaran. Selanjutnya Giusti et al. (2021) mengungkapkan terdapat korelasi yang signifikan terhadap derajat beratnya depresi terhadap prestasi belajar mahasiswa secara menyeluruh.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu oleh Sohail (2013) menyatakan bahwa adanya hubungan berpengaruh antara tingkat stres dan prestasi akademik. Tingkat stres yang tinggi berkaitan dengan kinerja akademik yang buruk. Namun, berbeda dengan penelitian Alotaibi et al. (2020) yang dipublikasikan dalam jurnalnya yang berjudul "*The Relationship Between Sleep Quality, Stress, and Academic Performance among Medical Students.*" Dalam penelitiannya, Alotaibi, Alosaimi, Alajlan, dan Bin Abdurahman menemukan hubungan berpengaruh antara kualitas dari tidur yang buruk dan meningkatnya stres pada mahasiswa kedokteran, namun hasil penelitiannya tidak

menemukan hubungan statistik yang signifikan antara stres dengan prestasi akademik.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis statistik untuk menguji hipotesis yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa, berdasarkan hasil penelitian, dari 200 responden yang terdiri dari mahasiswa angkatan 2019 dan 2020, penelitian di dominasi oleh responden dengan jenis kelamin perempuan yakni sebanyak 142 orang (71%) dan didominasi oleh responden yang berusia 18-20 tahun yakni sebanyak 178 orang (89%). Tingkat stres mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 105 orang (52,5%) memiliki tingkat stres sedang-berat dan 95 orang (47,5%) memiliki tingkat stres normal-ringan. Penelitian didominasi oleh mahasiswa dengan indeks prestasi  $>2,75$  yakni sebanyak 183 orang (91,5%) dan mahasiswa dengan indeks prestasi  $\leq 2,75$  sebanyak 17 orang (8,5%).

Hasil analisis *chi-square* didapatkan nilai  $p$  (0,120) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar Mahasiswa. Sebanyak 90 orang yang mengalami tingkat stres normal-ringan seluruhnya (94,74%) memiliki prestasi belajar  $> 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres normal-ringan sebanyak 5 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar  $\leq 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 93 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar  $> 2,75$ . Mahasiswa yang mengalami stres sedang-berat sebanyak 12 orang dimana seluruhnya memiliki prestasi belajar  $\leq 2,75$ .

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aamir, I. S., Aziz, H. W., Husnain, M. A. S., Syed, A. M. J., & Imad, U. D. (2017). Stress Level Comparison of Medical and Nonmedical Students: A Cross Sectional Study Done at Various Professional Colleges in Karachi, Pakistan. *Acta Psychopathologica*, 3(02), 1–6.
- Alotaibi, A. D., Alosaimi, F. M., Alajlan, A. A., & Abdurahman, K. A. Bin. (2020). The Relationship Between Sleep Quality, Stress, and Academic Performance among Medical Students. *Journal of Family & Community Medicine*, 27(1), 23.
- Balitbang Kemenkes RI. (2013). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013*. Jakarta.
- BKKBN. (2013). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Tahun 2013. Retrieved January 22, 2022, from BKKBN website: [https://www.bkkbn.go.id/storage/files/1/LAKIP\\_BKKBN/LAKIP\\_BKKBN\\_2013.pdf](https://www.bkkbn.go.id/storage/files/1/LAKIP_BKKBN/LAKIP_BKKBN_2013.pdf)
- Ding, Y., & Dai, J. (2019). Advance in Stress for

- Depressive Disorder. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, 1180, 147–178.
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Elvira, S. D. (2017). *Buku Ajar Psikiatri*. Jakarta: FKUI.
- Giusti, L., Mammarella, S., Salza, A., Del Vecchio, S., Ussorio, D., Casacchia, M., & Roncone, R. (2021). Predictors of Academic Performance during the Covid-19 Outbreak: Impact of Distance Education on Mental Health, Social Cognition and Memory Abilities in an Italian University Student Sample. *BMC Psychology*, 9(1), 1–17.
- Hashim, H., Salim, N. A., Sulaiman, A. A., Haris, H. C. M., & Hussin, H. (2016). An Effective Approach to Improve Students' Grade Point Average. *2016 IEEE 8th International Conference on Engineering Education (ICEED)*, 76–79. IEEE.
- InfoDATIN KR. (2014). Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Juruena, M. F. (2014). Early-Life Stress and HPA Axis Trigger Recurrent Adulthood Depression. *Epilepsy & Behavior*, 38, 148–159.
- Khalid, A., Zhang, Q., Wang, W., Ghaffari, A. S., & Pan, F. (2019). The Relationship Between Procrastination, Perceived Stress, Saliva Alpha-Amylase Level and Parenting Styles in Chinese First Year Medical Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 489–498.
- Kötter, T., Wagner, J., Brüheim, L., & Voltmer, E. (2017). Perceived Medical School Stress of Undergraduate Medical Students Predicts Academic Performance: An Observational Study. *BMC Medical Education*, 17(1), 1–6.
- Laili, N. (2020). Aspek Psikologi Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 dengan Capaian Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Vokasi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(2), 7–16.
- Putri, I. A., & Soediby, S. (2016). Tingkat Depresi Peserta Program Pendidikan Dokter Spesialis Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM dan Faktor-Faktor Terkait. *Sari Pediatri*, 13(1), 70–78.
- Sohail, N. (2013). Stress and Academic Performance among Medical Students. *J Coll Physicians Surg Pak*, 23(1), 67–71.
- Swaminathan, A., Viswanathan, S., Gnanadurai, T., Ayyavoo, S., & Manickam, T. (1970). Perceived Stress and Sources of Stress among First-Year Medical Undergraduate Students in a Private Medical College Tamil Nadu. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 6(1), 9–14.