

Hubungan Stres Akademik dengan Kecenderungan Depresi Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Gadjah Mada pada Masa Transisi Pandemi COVID-19

The Correlation between Academic Stress and The Depression Symptoms in Nursing Students of Universitas Gadjah Mada during The Transition of COVID-19 Pandemic

Afna Hanung Azizah^{1*}, Sri Warsini², Kurnia Putri Yuliandari³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

²Departemen Keperawatan Jiwa dan Komunitas, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada

³Departemen Keperawatan Dasar dan Emergensi, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

Submitted: 26 Mei 2023

Revised: 14 Juli 2023

Accepted: 15 Juli 2023

ABSTRACT

Background: College students as a group who are experiencing the transition from adolescence to early adulthood, are at risk of experiencing stress problems, especially academic-related stress. This condition has been exacerbated by the COVID-19 pandemic which has changed the education system in Indonesia. Experiencing high academic stress without any effort to overcome it, can potentially lead to depressive disorders. Research on the correlation between academic stress and depression tendencies among nursing students during the transition of COVID-19 pandemic has never been conducted.

Objective: To determine the correlation between academic stress and depression on nursing students in School of Nursing, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing Universitas Gadjah Mada in post pandemic COVID-19.

Method: This study was an analytic observational study with a cross-sectional design. The research population was nursing students in School of Nursing, FK-KMK UGM. Data was collected in December 2022. The samples were 185 respondents obtained through stratified random sampling. This study used Academic Stress Scale questionnaire and The Patient Health Questionnaire 9 (PHQ-9) questionnaire. Data were analyzed using Spearman's correlative test.

Results: All nursing students in UGM experienced moderate academic stress in post pandemic COVID-19 and the majority of respondents (43,8%) showed a mild tendency to depression. The correlation test between academic stress and depression analysis showed a correlation coefficient (r) of 0,597 with a significant value of 0,000.

Conclusion: There is strong significant correlation with a positive direction between academic stress and depression in nursing students during post pandemic COVID-19.

Keywords: academic stress; COVID-19; depression; nursing students

ABSTRAK

Latar belakang: Mahasiswa sebagai kelompok usia yang mengalami transisi dari masa remaja ke dewasa awal, berisiko mengalami masalah stres, terutama yang bersumber dari proses akademik. Kondisi ini diperparah dengan adanya pandemi COVID-19 yang mengubah sistem pendidikan di Indonesia. Tingginya kondisi stres akademik yang dialami dan tanpa upaya untuk mengatasinya, akan berpotensi menimbulkan gangguan depresi. Penelitian mengenai hubungan stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan pada masa transisi pandemi COVID-19 belum pernah dilakukan sebelumnya.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan UGM pada masa transisi pandemi COVID-19.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu mahasiswa Ilmu Keperawatan UGM angkatan 2019, 2020, dan 2021. Jumlah sampel sebanyak 185 mahasiswa yang didapatkan melalui *stratified random sampling*. Kuesioner yang digunakan adalah Skala Stres Akademik dan *The Patient Health Questionnaire 9* (PHQ-9). Analisis data menggunakan uji korelatif Spearman.

Hasil: Pada masa transisi pandemi COVID-19, semua responden mengalami stres akademik pada tingkat sedang dan mayoritas responden (43,8%) menunjukkan kecenderungan depresi pada tingkat ringan. Hasil analisis uji korelasi antara stres akademik dengan kecenderungan depresi menunjukkan koefisien korelasi (r) 0,597 dengan nilai signifikansi 0,000.

Simpulan: Terdapat hubungan kuat dengan arah positif antara stres akademik dan kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan transisi pandemi COVID-19.

Kata kunci: COVID-19; kecenderungan depresi; mahasiswa ilmu keperawatan; stres akademik

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang akan dihadapkan pada berbagai perubahan, mulai dari perubahan fisik, mental, kognitif, hingga sosio-emosional. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN),¹ rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Remaja sebagai sosok dengan ketidakstabilan dan ketidakseimbangan emosional menyebabkan mereka rentan mengalami masalah kesehatan mental. Mahasiswa sebagai kelompok yang mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa awal termasuk ke dalam populasi yang berisiko tersebut.²

Penelitian oleh American College Health Association menemukan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres yang berhubungan dengan proses akademik atau sering disebut dengan stres akademik. Stres akademik merupakan stres yang bersumber dari adanya tekanan dan tuntutan dalam kegiatan akademik. Studi Andiarna & Kusumawati³ melibatkan 285 mahasiswa dari perguruan tinggi yang tersebar di pulau Jawa menemukan bahwa lebih dari 90% responden atau sekitar 272 responden memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.

Beberapa bentuk stresor yang dilaporkan adalah beban tugas yang berlebih, peer pressure, keterampilan sosial yang buruk, waktu pembelajaran yang terlalu lama, kecemasan dalam menghadapi ujian, dan materi pembelajaran yang sulit.⁴ Selain itu, situasi seperti lingkungan belajar yang terlalu berisik, sumber daya dan fasilitas yang kurang memadai, terlalu luasnya materi pembelajaran, dan sistem penilaian semester juga dilaporkan telah menjadi stresor bagi mahasiswa.⁴

Kondisi ini kemudian semakin diperparah dengan adanya pandemi *Coronavirus Disease-2019* (COVID-19) yang mengubah sistem pendidikan di Indonesia menjadi pembelajaran jarak jauh atau daring.⁵ Pelaksanaan metode daring dalam proses pembelajaran yang cepat dan tiba-tiba ini menimbulkan masalah baru bagi mahasiswa. Mahasiswa harus beradaptasi dengan kondisi yang serba terbatas, seperti keterbatasan interaksi sosial, keterbatasan dalam akses materi, dan kesulitan akses jaringan internet.⁶ Hal ini didukung oleh penelitian Budiastuti⁷ yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kejadian depresi dengan kualitas pembelajaran daring selama pandemi, dengan gejala beragam yang

ditunjukkan oleh mahasiswa, dari level ringan hingga berat.

Kegagalan mahasiswa untuk memenuhi adanya tuntutan akademik, dapat menjadi pemicu timbulnya gejala depresi. Hal ini sesuai dengan studi Grubic *et al.*⁸ yang menyatakan bahwa mahasiswa mengalami peningkatan tekanan akademik dan penurunan motivasi terhadap studi pada masa pandemi. Selain itu, penelitian Thomas⁹ juga menemukan bahwa sebanyak 82% mahasiswa mengalami penurunan kondisi kesehatan mental karena pelaksanaan pembelajaran daring, keterbatasan interaksi sosial, dan kehilangan rutinitas. Gejala depresi bisa muncul dalam berbagai perilaku, seperti enggan berinteraksi dengan orang lain, tidak bersemangat di sekolah atau universitas, menangis sepanjang waktu, menjadi sangat sensitif dan mudah marah.¹⁰ Pada mahasiswa, kecenderungan perilaku depresi ini dapat menghambat dan merugikan karena menurunkan produktivitas dan kinerja akademik.

Program Studi Ilmu Keperawatan merupakan salah satu program studi yang dianggap memiliki tuntutan akademik cukup besar karena berkaitan dengan pelayanan kesehatan dan pemberian asuhan keperawatan kepada klien.¹¹ Mahasiswa keperawatan dituntut untuk menguasai materi pembelajaran yang luas disertai dengan praktik klinis. Kondisi ini mengakibatkan mahasiswa mengeluhkan kesulitan tidur, merasa rendah diri dan tidak berguna, nafsu makan terganggu, kesulitan berkonsentrasi, disertai keluhan sakit kepala selama menjalani proses perkuliahan.

Beberapa penelitian telah dilakukan mengenai gambaran stres akademik dan depresi pada mahasiswa. Akan tetapi, belum terdapat penelitian yang menjelaskan hubungan antara stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan khususnya pada masa transisi pandemi. Di masa pandemi, mahasiswa merasakan pengalaman kuliah daring secara penuh. Namun, di masa transisi pandemi mereka mulai harus terbiasa dengan metode bauran (*blended learning*), yaitu sudah mulai ada kegiatan luring yang menyebabkan mereka harus beradaptasi dengan keadaan yang ada. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat stres akademik dengan kecenderungan perilaku depresi pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Gadjah Mada di masa transisi pandemi COVID-19.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di Gedung Ismangoen, Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK), FK-KMK UGM pada bulan Desember 2022.

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif PSIK UGM angkatan 2019, 2020, dan 2021. Sebanyak 185 mahasiswa terpilih menjadi responden menggunakan teknik *probability sampling* jenis *stratified random sampling* serta sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah mahasiswa aktif PSIK UGM yang pernah mengikuti kegiatan akademik secara daring minimal satu semester dan bersedia

menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*. Sementara kriteria eksklusi, yaitu mahasiswa yang pernah terdiagnosis depresi, mendapatkan layanan psikologis, ataupun mendapatkan pengobatan terkait gangguan depresi.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner karakteristik responden, Skala Stres Akademik milik Nugraheni¹², dan *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) versi Bahasa Indonesia yang diadaptasi dari Dian.¹³ Skala Stres Akademik terdiri dari 30 unit pernyataan favorable untuk mengetahui seberapa sering mahasiswa mengalami gejala stres akademik dengan lima pilihan jawaban, yaitu selalu (5), sering (4), kadang-kadang (3), jarang (2), tidak pernah (1). Uji validitas kuesioner Skala Stres Akademik menggunakan uji validitas isi melalui *professional judgement* dan uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* didapatkan hasil $\alpha=0,922$.¹² Sementara PHQ-9 terdiri dari 9 unit pertanyaan yang mengukur gejala depresi selama 2 minggu terakhir dengan 4 pilihan jawaban, yaitu hampir setiap hari (3), lebih dari separuh waktu yang dimaksud (2), beberapa hari (1), tidak pernah (0). Uji validitas kriteria kuesioner PHQ-9 versi Bahasa Indonesia didapatkan hasil $r=0,527$ dan reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar $\alpha=0,885$.¹³

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung dalam bentuk Google Form kepada responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sebelumnya, peneliti sudah berkoordinasi dengan masing-masing ketua angkatan untuk membuat kontrak pertemuan waktu dan tempat pelaksanaan. Sementara, pada angkatan 2019, peneliti melakukan pengumpulan data secara *hybrid* yaitu secara *offline* ketika pelaksanaan remedial OSCA dan secara *online* melalui WhatsApp karena sudah tidak ada lagi kegiatan akademik setelahnya.

Analisis data yang dilakukan adalah analisis *univariat* dan *bivariat*. Analisis univariat untuk mengetahui gambaran karakteristik responden, gambaran tingkat stres akademik, dan gambaran kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan UGM yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase. Analisis *bivariat* untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa ilmu keperawatan UGM. Analisis dimulai dengan uji normalitas Kolmogorov Smirnov karena jumlah sampel lebih dari 50. Hasil uji normalitas data stres akademik menunjukkan nilai signifikansi 0,003. Sementara hasil uji normalitas data kecenderungan depresi menunjukkan nilai signifikansi 0,000 yang berarti kedua data tidak terdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis *bivariat* dilanjutkan dengan uji korelasi Spearman, karena kedua data tidak terdistribusi normal.

Pengambilan data dilakukan setelah mendapatkan izin kelayakan etik dari Komisi Etik FK-KMK dengan nomor KE/FK/1519/EC/2022 dan mendapatkan izin penelitian di PSIK UGM dengan nomor 3427/UN1/FKKMK.2/IK/PT/2022.

HASIL

Data karakteristik responden ditampilkan pada Tabel 1. Dari Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (90,8%), berusia 21 tahun (34,6%) dengan usia termuda 18 tahun dan usia tertua 23 tahun. Mayoritas responden bertempat tinggal di rumah sendiri (46,5 %), sedangkan sisanya bertempat tinggal di kos, rumah teman/keluarga, dan asrama. Selain itu, lebih dari setengah dari total responden memiliki jumlah uang saku per bulan < 1 juta.

Tabel 1. Distribusi karakteristik mahasiswa ilmu keperawatan UGM tahun 2022 (n=185)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Mean
Usia (tahun)			20,33
Jenis Kelamin			
Laki-laki	17	9,2	
Perempuan	168	90,8	
Angkatan			
2019	67	36,2	
2020	56	30,3	
2021	62	33,5	
Tempat tinggal			
Rumah sendiri	86	46,5	
Rumah keluarga/teman	8	4,3	
Asrama	8	4,3	
Kos	83	44,9	
Uang saku (per bulan)			
< 1 juta	100	54,1	
1 - 1,5 juta	67	36,2	
> 1,5 juta	18	9,7	

Gambaran suasana akademik yang dialami responden ditampilkan pada Tabel 2. Hal yang termasuk dalam suasana akademik adalah sumber motivasi, dukungan sosial, dan lingkungan belajar. Sumber motivasi responden didominasi oleh diri sendiri (79,5%). Selanjutnya, lebih dari separuh responden memiliki dukungan sosial dari keluarga dan teman. Sebagian besar (80%) responden menyatakan bahwa lingkungan belajar yang disenangi adalah di rumah/tempat tinggal, kemudian kampus/perpustakaan, kafe, dan terakhir taman.

Dari Tabel 3 diketahui bahwa tipe belajar yang paling banyak dilakukan responden adalah tipe visual (40,5%) dan yang paling sedikit adalah audio (4,9%) serta visual kinestetik (4,9%). Selama pelaksanaan pembelajaran daring, sebagian besar responden menyatakan tidak kesulitan dalam mendapatkan akses internet. Akan tetapi, lebih dari separuh responden merasa pemahamannya terganggu akibat pembelajaran daring.

Selain itu, pada Tabel 4 didapatkan data terkait stresor akademik yang dirasakan responden selama menjalani perkuliahan. Mayoritas responden (64,3%) memilih manajemen waktu sebagai stresor akademik selama menjalani kegiatan perkuliahan. Sementara stresor yang paling sedikit dirasakan adalah stresor yang berhubungan dengan dosen (8,6%).

Tabel 2. Gambaran suasana akademik yang dialami responden tahun 2022 (n>185)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sumber motivasi		
Diri sendiri	147	79,5
Keluarga	115	62,2
Teman	90	48,6
Artis favorit	3	1,6
Pacar	2	1,1
Video inspirasi	1	0,5
Masa depan	1	0,5
Sumber dukungan sosial		
Keluarga	151	81,6
Teman	128	69,2
Pacar	2	1,1
Lingkungan belajar		
Tempat tinggal	148	80
Kampus/perpustakaan	93	50,3
Kafe	27	14,6
Taman	4	2,2

Tabel 3. Gambaran tipe belajar dan proses pembelajaran responden tahun 2022 (n=185)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tipe belajar		
Visual	75	40,5
Kinestetik	24	13
Audio	9	4,9
Visual dan kinestetik	9	4,9
Audio dan visual	52	28,1
Ketiganya	16	8,6
Kesulitan akses internet selama pembelajaran daring		
Ya	35	18,9
Tidak	150	81,1
Pembelajaran daring mengganggu pemahaman materi		
Ya	116	62,7
Tidak	69	37,2

Tabel 4. Stresor akademik responden tahun 2022 (n=185)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Stresor akademik yang dirasakan:		
Manajemen waktu	119	64,3
Ujian	66	35,7
Materi pembelajaran	62	33,5
Pencapaian akademik	60	32,4
Tugas	55	29,7
Teman sebaya	51	27,6
Dosen	16	8,6

Stres akademik responden diukur dengan 30 unit pernyataan menggunakan skala Likert 1-5 sehingga nilai total akan berada pada rentang 30-150. Dari hasil analisis data, didapatkan nilai tengah stres akademik responden adalah 92. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat stres akademik responden “sedang” karena nilainya tepat berada di tengah-tengah rentang

nilai minimum dan maksimum.

Tabel 5. Gambaran stres akademik responden tahun 2022 (n=185)

Variabel	Median (Min - Max)
Skor Total Stres Akademik	92 (42-135)
Domain	
Kegiatan belajar mengajar (n=17)	51 (24-72)
Evaluasi belajar mengajar (n=13)	41 (18-65)

Hasil analisis data mengenai tingkat kecenderungan depresi dapat dilihat pada Tabel 6. Berdasarkan analisis data tersebut, didapatkan hasil bahwa secara umum responden memiliki nilai median 6, sehingga dapat disimpulkan bahwa kecenderungan depresi yang dimiliki responden berada dalam rentang “ringan/*mild depression*”.

Tabel 6. Gambaran kecenderungan depresi responden tahun 2022 (n=185)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Median (Min - Max)
Skor total kecenderungan depresi			6 (0-22)
Tingkatan kecenderungan depresi			
<i>Minimal depression</i> (1-4)	56	30,3	
<i>Mild depression</i> (5-9)	81	43,8	
<i>Moderate depression</i> (10-14)	34	18,4	
<i>Moderately severe depression</i> (15-19)	12	6,5	
<i>Severe depression</i> (> 20)	2	1,1	

Analisis *bivariat* dilakukan menggunakan Uji Korelasi Spearman dengan hasil analisis ditampilkan pada Tabel 7.

Tabel 7. Hubungan stres akademik dengan kecenderungan depresi responden (n=185)

Variabel	Kecenderungan Depresi	
	Koefisien Korelasi (r)	p-value
Stres akademik	0,597	0,000

Koefisien korelasi (r) sebesar 0,597 menunjukkan arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi kuat. Hasil analisis uji korelasi didapatkan nilai signifikansi 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$). Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa keperawatan UGM.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan UGM memiliki tingkat stres akademik level sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian Agustingsih¹⁴ dan Hamzah¹⁵ terhadap mahasiswa keperawatan yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami stres akademik pada tingkat sedang, selama menjalani perkuliahan. Pada dasarnya, kondisi stres akademik pada rentang normal dan ringan dapat membantu mahasiswa meningkatkan motivasi belajar. Namun, jika sudah berada pada tingkat sedang sampai dengan berat, stres ini dapat mengganggu proses akademik mahasiswa.¹⁵ Mahasiswa yang mengalami stres akademik level sedang akan sulit berkonsentrasi, mudah kelelahan, terjadi gangguan pola makan, serta pola tidur, nyeri, sakit kepala, dan mudah sakit yang

akhirnya dapat memengaruhi kinerja akademik.¹⁶ Selain itu, manifestasi lain yang biasanya muncul adalah timbulnya perasaan negatif dan emosi yang tidak menyenangkan, diikuti dengan kepercayaan diri yang rendah, seperti perasaan gelisah berlebihan, takut, mudah marah, serta merasa tidak memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan akademik.¹⁷

Mayoritas (43,8%) responden pada penelitian ini memiliki kecenderungan depresi pada rentang ringan atau *mild depression*. Tingkat depresi ringan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya tingkat pendidikan dan pemahaman mahasiswa yang lebih baik dalam manajemen koping yang adaptif.¹¹ Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lameky & Pugesehan¹⁸ yang menunjukkan bahwa sebagian besar (48,9%) mahasiswa keperawatan mengalami kecenderungan depresi ringan. Persentase ini lebih tinggi dari studi Kusuma *et al.*⁹ pada 235 mahasiswa keperawatan ITEKES Bali yang menunjukkan 107 mahasiswa (45,5%) memiliki gejala depresi ringan. Perbedaan hasil penelitian ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perbedaan dalam penerapan kurikulum, sistem pembelajaran, dan sistem penilaian pada tiap universitas.¹⁹

Selain itu, persentase gejala depresi pada penelitian ini diketahui meningkat jika dibandingkan dengan penelitian Wea *et al.*²⁰ yang menunjukkan sebanyak 25,6% mahasiswa Keperawatan STIKES Santu Paulus Ruteng mengalami gejala depresi ringan. Peningkatan angka ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya pandemi COVID-19 yang berpotensi memberi dampak negatif pada kondisi mental mahasiswa.²¹ Hal ini didukung oleh penelitian Thomas⁹ yang menyatakan bahwa 82% mahasiswa mengalami penurunan kondisi kesehatan mental karena pelaksanaan pembelajaran daring, keterbatasan interaksi sosial, dan kehilangan rutinitas.

Pada penelitian ini terbukti terdapat hubungan signifikan antara stres akademik terhadap kecenderungan depresi dengan tingkat korelasi yang kuat dan arah positif yang dialami mahasiswa keperawatan pada transisi pandemi COVID-19. Hal ini sejalan dengan penelitian Zhang *et al.*²² yang menyatakan adanya hubungan positif antara stres akademik dan gejala depresi, yang menunjukkan bahwa stres akademik merupakan faktor yang dapat memengaruhi gejala depresi pada mahasiswa. Jamil²³ turut menyatakan bahwa stres yang berkepanjangan dan tidak tertangani merupakan salah satu faktor pencetus terjadinya depresi dengan menginduksi respons inflamasi pada manusia. Pada keadaan stres, tubuh akan melepaskan *sitokin* yang dapat menyebabkan penurunan produksi *dopamin* pada sel otak, kondisi inilah yang dapat memicu terjadinya depresi.²⁴ Oleh karena itu, perhatian harus mulai diberikan pada permasalahan stres akademik mahasiswa, mengingat kondisi ini dapat mengarah pada kejadian depresi yang menjadi faktor risiko tertinggi perilaku bunuh diri.²⁵

Keterbatasan penelitian ini yaitu pada pengambilan data secara daring, peneliti tidak dapat secara langsung mengamati responden sehingga dapat menyebabkan adanya kemungkinan bias selama pengisian kuesioner. Selain itu, peneliti juga kesulitan untuk membuat kontrak waktu pengambilan data karena pada rentang waktu penelitian sudah tidak banyak kegiatan

akademik yang dilakukan responden, sehingga peneliti perlu beberapa kali hadir dan menghabiskan waktu yang cukup lama.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada masa transisi pandemi COVID-19, mayoritas mahasiswa keperawatan UGM memiliki stres akademik tingkat sedang dan kecenderungan depresi ringan atau *mild depression*. Terdapat hubungan signifikan yang kuat dan arah positif antara stres akademik dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa Ilmu Keperawatan UGM.

Selain itu, melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan pada bidang keperawatan mengenai adanya fenomena stres akademik dan kecenderungan depresi mahasiswa di masa transisi pandemi. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut mengenai program atau strategi efektif yang dapat diterapkan untuk menangani fenomena tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa keperawatan angkatan 2019, 2020, dan 2021 yang telah bersedia menjadi responden dan membantu jalannya penelitian hingga berakhir sukses dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Diananda A. Psikologi Remaja dan Permasalahannya. ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam. 2019; 1(1): 116-133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>.
2. Salsabhilla A, Panjaitan RU. Dukungan Sosial dan Hubungannya dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau. Jurnal Keperawatan Jiwa. 2019; 7(1): 107. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>.
3. Andiarna F, Kusumawati E. Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa selama Pandemi Covid-19. Jurnal Psikologi. 2020; 16(2): 139-149. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>.
4. Reddy KJ, Menon KR, Thattil A. Academic Stress and Its Sources among University Students. Biomedical and Pharmacology Journal. 2018; 11(1): 531-537. <https://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>.
5. Lubis H, Ramadhani A, Rasyid M. Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring selama Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Psikologi. 2021; 10(1): 31-39. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>.
6. Hastini LY, Fahmi R, Lukito H. Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi dapat Meningkatkan Literasi Manusia pada Generasi Z di Indonesia?. Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA). 2020; 10(1): 12-28. <https://doi.org/10.34010/jamika.v10i1.2678>.
7. Budiastuti A. Pembelajaran Daring: Depresi dan Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. Kumpul Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2021; 3(1): 1-5. <https://doi.org/10.55340/kjkm.v3i1.356>.
8. Grubic N, Badovinac S, Johri AM. Student Mental Health in The Midst of The Covid-19 Pandemic: A Call for Further Research and Immediate Solutions. International Journal of Social Psychiatry. 2020; 66(5): 517-518. <https://doi.org/10.1177/0020764020925108>.
9. Thomas E. Coronavirus: Impact on Young People with Mental Health Needs. YoungMinds. 2020. Available from: <https://healtheducationresources.unesco.org/library/documents/coronavirus-impact-young-people-mental-health-needs>.
10. Dianovinina K. Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya. Jurnal Psikogenesis. 2018; 6(1): 69-78. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>.
11. Kusuma MDS, Nuryanto IK, Sutrisna IPG. Tingkat Gejala Depresi pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan di Institut Teknologi dan Kesehatan (Itokes) Bali. Jurnal Riset Kesehatan Nasional. 2021; 5(1): 29-34. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v5i1.310>.
12. Nugraheni A. Stres Akademik dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Tingkat Pertama dan Tingkat Akhir [Skripsi]. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM; 2012.
13. Dian CN. Validitas Dan Reliabilitas The Patient Health Questionnaire (PHQ-9) Versi Bahasa Indonesia [Tesis]. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara; 2020.
14. Agustiningih N. Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping pada Mahasiswa Keperawatan. Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery). 2019; 6(2): 241-250. <http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk/article/>

- [view/466](#).
15. Hamzah B, Hamzah R. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa STIKES Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*. 2020; 4(2): 59-67. <http://dx.doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>.
 16. Suganda KD. Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2013 [Skripsi]. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara; 2014.
 17. Goff AM. Stressors, Academic Performance, and Learned Resourcefulness In Baccalaureate Nursing Students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*. 2011; 8(1). <http://dx.doi.org/10.2202/1548-923X.2114>.
 18. Lameky VY, Pugesehan DJ. Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Kristen Indonesia Maluku di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice)*. 2021; 12: 76-80. <http://dx.doi.org/10.33846/sf12nk316>.
 19. Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres berdasarkan Stresor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2019; 8(1): 103-111. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1.977>.
 20. Wea LD, Eka AR, Danal PH. Hubungan antara Mekanisme Koping dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan STIKES Santu Paulus Ruteng Tahun 2017. *Wawasan Kesehatan*. 2018; 3(1): 18-23. Available from: <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/81>.
 21. Maia BR, Dias PC. Anxiety, Depression and Stress in University Students: The Impact of COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 2020; 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>.
 22. Zhang C, Shi L, Tian T, Zhou Z, Peng X, Shen Y, Ou J. Associations between Academic Stress and Depressive Symptoms Mediated by Anxiety Symptoms and Hopelessness among Chinese College Students. *Psychology Research and Behavior Management*. 2022; 15, 547. <https://doi.org/10.2147/prbm.s353778>.
 23. Jamil J. Sebab dan Akibat Stres, Depresi, dan Kecemasan, serta Penanggulangannya. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam*. 2018; 1(1): 123-138. <https://doi.org/10.36670/alamin.v1i1.6>.
 24. Febyan F, Wijaya SH, Tannika A, Hudyono J. Role of Cytokines in Stressful Condition as A Trigger for A Depression. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*. 2019; 6(4): 8. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v6i4.285>.
 25. Ribeiro JD, Huang X, Fox KR, Franklin JC. Depression and Hopelessness as Risk Factors for Suicide Ideation, Attempts and Death: Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *The British Journal of Psychiatry*, 2018; 212(5): 279-286. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.27>.