

# HUBUNGAN PROSES BELAJAR DARING DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS KATOLIK SANTU PAULUS RUTENG

Efram Igrenino Rahmat<sup>1</sup>, Bonavantura N. Nggarang<sup>2</sup>, Angelina R. Eka<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng Jl. Jend. Ahmad Yani, No.10, Ruteng Flores 86508

Email : [efram.rahmat@gmail.com](mailto:efram.rahmat@gmail.com)

**Abstract:** The impact of the Covid-19 pandemic on the learning process is quite pronounced. The problem faced is that the learning process using online media is more tiring and boring because they cannot interact with lecturers and other friends. This can lead to frustration for students and if it continues it can cause stress. The purpose of this study was to determine the relationship between the online learning process and the level of stress in students. This research method uses a descriptive quantitative method using a cross sectional approach involving 152 students. The sampling technique used purposive sampling, where the research was conducted at the University's Faculty Of Health Sciences Indonesia Catholic Saint Paul Ruteng, when the research was carried out on 09 march to april 30,2022. The results show the learning process most online in the less category 77 people (50.7%) and those who at least in the adequate category of 75 people (43,3%) and students who are the most 65 people experience moderate stress (42.7%) and the least stress mild 8 people (5.3%). Data analysis using Chi-Square test, between processes online learning and stress levels with test results p value  $0.0001 < (0.05)$  the results of the analysis showed that there was a relationship between the online learning process and the level of stress in students.

**Keywords :** Online learning process, stress levels, student.

**Abstrak :** Dampak dari pandemic Covid-19 pada proses belajar cukup terasa. Masalah yang dihadapi, proses belajar menggunakan media daring ini lebih melelahkan dan membosankan karena mereka tidak dapat berinteraksi dengan dosen maupun teman lainnya. Dengan demikian dapat mengakibatkan frustasi pada mahasiswa, dan bila terus berlanjut dapat menimbulkan stress. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan proses belajar daring dengan tingkat stres pada mahasiswa. Metode penelitian ini menggunakan metode *deskriptif kuantitatif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan melibatkan 152 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, tempat penelitian dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng, waktu penelitian dilaksanakan pada 09 Maret sampai dengan 30 April 2022. Hasil penelitian menunjukkan proses belajar daring yang paling banyak pada kategori kurang 77 orang (50.7%) dan yang paling sedikit pada kategori cukup 75 orang (43.3%) dan mahasiswa yang paling banyak mengalami stress sedang 65 orang (42.7%) dan yang paling sedikit stress ringan 8 orang (5.3%). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*, antara proses belajar daring dan tingkat stress dengan hasil uji nilai p value  $0,0001 < (0,05)$  Hasil analisis didapatkan bahwa ada hubungan proses belajar daring dan tingkat stress pada mahasiswa.

**Kata kunci :** Proses belajar daring, tingkat stres, mahasiswa.

## PENDAHULUAN

Saat ini, pandemi Covid-19 menjadi salah satu krisis kesehatan utama bagi setiap individu dari semua bangsa, benua, ras dan kelompok sosial ekonomi. Pandemi COVID-19 merupakan musibah yang memilukan seluruh penduduk bumi. Seluruh segmen kehidupan manusia di bumi terganggu, tanpa kecuali pendidikan. Ada dua dampak bagi keberlangsungan pendidikan yang disebabkan oleh pandemi Covid-19. Pertama adalah dampak jangka pendek, yang dirasakan oleh banyak keluarga di Indonesia baik di kota maupun di desa. Di Indonesia banyak keluarga yang kurang familier melakukan sekolah di rumah. Bersekolah di rumah bagi keluarga Indonesia adalah kejutan besar khususnya bagi produktivitas orang tua yang biasanya sibuk dengan pekerjaannya di luar rumah. Demikian juga dengan problem psikologis anak-anak peserta didik yang terbiasa belajar bertatap muka langsung dengan guru-guru mereka.

Pelaksanaan pengajaran berlangsung dengan cara online, pelaksanaan belajar mengajar menjadi serba kebingungan, sebab infrastruktur informasi teknologi sangat terbatas. Penilaian siswa bergerak *online* dan banyak *trial and error* dengan sistem yang tidak ada kepastian, malah banyak penilaian yang banyak dibatalkan. Kedua adalah dampak jangka panjang. Dampak pendidikan dari sisi waktu jangka panjang adalah aspek keadilan dan peningkatan ketidakesetaraan antar kelompok masyarakat dan antar daerah di Indonesia.

Pembelajaran daring merupakan salah satu bentuk pemanfaatan internet yang

dapat meningkatkan peran mahasiswa dalam proses pembelajaran (Saifuddin, 2016). Mahasiswa perlu memiliki keterampilan mengenai cara belajar, proses berpikir, hingga memotivasi diri untuk mencapai tujuan belajar (Nugroho, 2020). Dalam pembelajaran daring mahasiswa harus mampu memanfaatkan sistem pembelajaran daring. Pemanfaatan sistem pembelajaran daring merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan dan memudahkan mahasiswa untuk mengakses materi perkuliahan, saling berkomunikasi dan berdiskusi secara daring, serta memperoleh bantuan sharing tutorial oleh dosen yang tersedia di media sistem pembelajaran daring. Sistem pembelajaran daring dapat mengoptimalkan interaksi antara dosen dan mahasiswa melalui forum diskusi yang terdapat pada media (Darmansyah, 2010).

Proses perkuliahan yang dilakukan secara daring juga memiliki kendala-kendala seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Selama proses pembelajaran daring juga mahasiswa bosan dengan kuliah online, kurang memahami materi yang diberikan oleh dosen, tidak bisa konsentrasi saat kuliah daring karena lingkungan sekitar bising. Berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh mahasiswa menyebabkan mereka mengalami stres akademik. Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stres (Hasanah *et al*, 2020).

Pernyataan ini diperkuat dengan hasil penelitian Arta (dalam Enik Nur Kholidah dan Asmadi Alsa, 2020) menemukan bahwa stres pada mahasiswa disebabkan oleh lingkungan belajar mencapai 64,1%. Hasil penelitian Liu (2021) mendapatkan hasil bahwa 90% subjek penelitian mengalami stres akademik yang disebabkan oleh ujian, kurangnya prestasi, penundaan tugas, pekerjaan rumah, iklim sekolah yang kurang mendukung, serta keyakinan dan kemauan belajar. Tingkat et al. (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung dipengaruhi oleh keterampilan dalam manajemen waktu antara belajar dan kegiatan lainnya. Hasil penelitian terakhir dari Sagita (2017) menggambarkan bahwa stres akademik mahasiswa BK FIP UNP tergolong masih pada kategori rendah. Hal ini dikarenakan mahasiswa perlu melakukan penyesuaian dengan kondisi baru di tengah-tengah pandemik. Kendala yang dialami oleh mahasiswa saat menjalankan proses pembelajaran daring seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Tantri (2018) melakukan penelitian terhadap kehadiran sosial dalam pembelajaran daring berdasarkan sudut pandang pembelajar pendidikan terbuka dan jarak jauh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran daring memiliki dampak positif terhadap aspek keterhubungan, aspek pembelajaran, dan aspek sosial (*socio-emotional*).

Seperti yang dilaporkan oleh Pangondian et al., (2019) yang menyatakan

bahwa di antara faktor-faktor yang menjadi kunci kesuksesan pembelajaran daring adalah ketersediaan sarana dan prasarana. Rusdiana dan Nugroho (2020) menyebutkan bahwa dukungan perguruan tinggi dan dosen menjadi aspek penting yang mendukung keberhasilan pembelajaran daring. Oleh karena itu, adanya hambatan yang terdapat dalam proses pembelajaran daring yaitu mahasiswa dan dosen memerlukan waktu untuk menyesuaikan dengan jadwal perkuliahan dikarenakan bukan hanya saja perkuliahan yang dilaksanakan pada masa *work from home*, namun terdapat agenda lain baik pada diri mahasiswa maupun dosen. Kemudian, penyesuaian jadwal juga dilakukan dengan banyak pertimbangan, di antaranya adalah mempertimbangkan kondisi dosen dan mahasiswanya ketika berada di rumahnya masing-masing.

Berdasarkan hasil observasi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Santu Paulus Ruteng mengenai Hubungan Proses Belajar Daring Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa. Selama proses belajar daring banyaknya hambatan-hambatan yang dialami oleh mahasiswa seperti paketan internet habis, jaringan kurang stabil, banyak tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, banyaknya pekerjaan rumah, kondisi lingkungan yang kurang nyaman. Saat kuliah daring juga banyak mahasiswa belum mengetahui penggunaan aplikasi pembelajaran daring dan aplikasinya juga sering eror, Selama proses pembelajaran daring juga mahasiswa bosan dengan kuliah online dan kurang memahami materi yang diberikan oleh dosen, sehingga motivasi untuk belajar

menurun dan konsentrasi dalam menjalankan proses perkuliahan menjadi tidak efektif.

Berdasarkan fenomena tersebut diatas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam penelitian tentang “Hubungan Belajar Daring Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng”.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan di UNIKA Santu Paulus Ruteng sebanyak 253 responden dan jumlah sampel sebanyak 152 responden. dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. pengumpulan data dilakukan pada bulan Maret sampai April 2022 dengan menggunakan kuesioner melalui *google form*. Seluruh data yang sudah terkumpul akan diolah dan dianalisis menggunakan program SPSS melalui tahap *editing, scoring, entry, coding, cleaning, dan tabulating*. Analisa bivariate dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu pembelajaran daring dan variabel dependen tingkat stres. Menggunakan uji chi square p value < 0,05 dibantu dengan menggunakan program spss. dapat disimpulkan adanya hubungan 2 variabel tersebut bermakna atau tidak bermakna. Informed consent (persetujuan), anonymity (tanpa nama), confidentiality (kerahasiaan).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Table 1. Analisis Univariat Variabel Fekruensi Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin Proses Belajar Daring Dengan Tingkat Stress.**

Kategori	Frequency (N)	Percent (%)
<b>Umur</b>		
18-20	123	80.9
21-26	29	19.1
Total	152	100
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	29	19.1
perempuan	123	80.9
Total	152	100

Sumber data primer 2022

Berdasarkan tabel 1. Rentang usia dalam penelitian ini yang paling banyak 18-20 tahun terdiri dari 123 orang (80,9%) dan yang paling sedikit berumur 21-26 tahun terdiri dari 29 orang (19,1%). Rentang jenis kelamin dalam penelitian ini yang paling banyak perempuan 123 orang (80.9) dan paling sedikit laki-laki 29 orang (19.1%).

**Table 2. Analisis Univariat Variabel Berdasarkan Proses Belajar Daring Dengan Tingkat Stress.**

Pembelajaran Daring	Frequency (N)	Percent (%)
Kurang	77	50.7
Cukup	75	49.3

Total	152	100
-------	-----	-----

Sumber data primer 2022

Gambaran proses pembelajaran daring didapatkan hasil mahasiswa yang paling banyak pada kategori kurang yakni ada 77 orang (50,7%) dan yang paling sedikit pada kategori cukup 75 orang (49,3%).

Berdasarkan analisis peneliti bahwa sebagian besar proses pembelajaran daring pada kategori kurang karena pelaksanaan pembelajaran daring yang dilaksanakan mengalami berbagai kendala. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa pembelajaran daring sering menyulitkan mahasiswa yang berada di daerah terpencil yang kesulitan akses internet, banyaknya tugas yang diberikan dengan disertai pemberian materi tanpa penjelasan mendalam, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga dan juga tugas perkuliahan yang menumpuk, kuliah daring juga banyak mahasiswa belum mengetahui penggunaan aplikasi pembelajaran daring dan aplikasinya juga sering eror. Selama proses pembelajaran daring juga mahasiswa bosan dengan kuliah online dan kurang memahami materi yang diberikan oleh dosen. Sedangkan pada kategori cukup jika diterapkan pembelajaran daring di Fakultas Ilmu Kesehatan UNIKA Santu Paulus Ruteng karena dapat meningkatkan semangat belajar tinggi, selain kemandirian terhadap kegiatan belajar, tingkat pemahaman mahasiswa terhadap penggunaan teknologi sangat tinggi. Selain itu, kemampuan komunikasi dan kemampuan interpersonalnya sangat baik saat berinteraksi antara mahasiswa

lainnya ataupun dengan dengan dosen pada sebuah forum yang telah disediakan.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Harahap, dkk., 2020) Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Menurut Nugroho (2012) Mahasiswa perlu memiliki keterampilan mengenai cara belajar, proses berpikir, sehingga memotivasi diri untuk mencapai tujuan belajar. Dalam pembelajaran daring mahasiswa harus mampu memanfaatkan sistem pembelajaran daring. Pemanfaatan sistem pembelajaran daring merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan dan memudahkan mahasiswa untuk mengakses materi perkuliahan, saling berkomunikasi dan berdiskusi secara daring, serta memperoleh bantuan sharing tutorial oleh dosen yang tersedia di media sistem pembelajaran daring. Sistem pembelajaran daring dapat mengoptimalkan interaksi antara dosen dan mahasiswa melalui forum diskusi yang terdapat pada media (Darmansyah, 2010).

Pembelajaran daring merupakan salah satu bentuk pemanfaatan internet yang dapat meningkat peran mahasiswa dalam proses pembelajaran. Mahasiswa perlu memiliki keterampilan mengenai cara belajar, hingga memotivasi diri untuk mencapai tujuan belajar. Dalam pembelajaran daring juga mahasiswa harus mampu memanfaatkan sistem pembelajaran daring.

**Table 3. Analisis Univariat Variabel Berdasarkan Proses Belajar Daring Dengan Tingkat Stres.**

Tingkat Stres	Frequency (N)	Percent (%)
Tidak stress	15	9.9%
Stress ringan	8	5.3%
Stress sedang	65	42.8%
Stress berat	64	42.1%
total	152	100.0

Sumber data primer 2022

Gambaran tingkat stres mahasiswa diketahui mahasiswa yang paling banyak mengalami stres sedang 65 orang (42,8%) dan yang paling sedikit mengalami stres berat yaitu 64 orang (42,1%).

Pelaksanaan pembelajaran daring tidak luput dari banyaknya hambatan. Hambatan-hambatan yang ada, datang dari mahasiswa sebagai subjek utama dari terlaksananya pembelajaran daring. Hambatan-hambatan tersebut mengakibatkan adanya tingkat stres pada mahasiswa, seperti stres karena mahasiswa tidak mampu memanfaatkan internet yang dapat meningkatkan peran mahasiswa dalam proses pembelajaran dan mahasiswa juga

tidak mempunyai keterampilan cara belajar, keterampilan dalam proses berpikir dan juga tidak bisa memotivasi diri untuk mencapai tujuan belajar. hal ini yang membuat mahasiswa mengalami stres sedang. Adapun juga masalah atau tantangan dalam pembelajaran daring ini yang dapat membuat mahasiswa mengalami stres adalah banyaknya tugas, stres karena koneksi jaringan yang buruk, stres karena kuota internet habis, lokasi mahasiswa dan dosen terpisah saat melaksanakan perkuliahan, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, pemberian materi tanpa penjelasan mendalam, hal ini yang membuat mahasiswa mengalami stres berat.

Stres pada mahasiswa adalah suatu keadaan yang dialami oleh mahasiswa dilingkungan sekolah atau pendidikan yang sering disebut dengan stres akademik. Stres akademik adalah stres yang disebabkan oleh *academic stressor* yaitu stres yang dialami oleh siswa bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas belajar seperti lamanya waktu belajar, banyaknya tugas, kecemasan dalam menghadapi ujian dan manajemen stres yang kurang baik (Desmita, 2010).

**Table 4 : Analisis Bivariate Berdasarkan Hubungan Proses Belajar Daring Dengan Tingkat Stres**

Pembelajaran daring	Tingkat stres				Total N	P Value				
	Tidak Stres N	Tidak Stres %	Stress Ringan N	Stress Ringan %			Stress sedang N	Stress Berat %		
Kurang	13	16.3%	4	5.2%	34	4.2%	26	38.8%	77	0.0001
Cukup	2	2.7%	4	5.3%	31	1.3%	38	50.7%	75	
Total	15	9.9%	8	5.3%	65	42.8%	64	42.1%	152	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 152 responden. responden yang mengalami pelaksanaan pembelajaran daringnya kurang sebanyak 77 (100%) orang dimana dari jumlah tersebut yang tidak stres 13 orang (16,9%) mahasiswa yang mengalami stres ringan 4 orang (5,2%), mahasiswa yang mengalami stress sedang 34 orang (44,2%), mahasiswa yang mengalami stress berat 26 orang (33,8%).

Pelaksanaan pembelajaran daring pada masa darurat Covid-19 adalah pilihan mutlak untuk menyelamatkan dunia pendidikan dari krisis ilmu pengetahuan. Dengan adanya pembelajaran daring, semua tingkatan pendidikan sampai pada tingkat Universitas tetap melaksanakan kegiatan pembelajaran. Berdasarkan analisis peneliti bahwa sebagian besar proses pembelajaran daring pada kategori kurang, karena adanya pembelajaran daring dapat menyulitkan mahasiswa yang berada di daerah terpencil yang kesulitan akses internet, kuota internet mendadak habis, link pembelajaran tidak dapat diakses, banyaknya tugas yang harus diberikan dengan disertai pemberian materi tanpa penjelasan lebih dalam, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga dan tugas kuliah yang menumpuk. Dalam penelitian ini juga ada sebagian besar proses pembelajaran pada kategori cukup yakni 75 orang (100%).

Berdasarkan analisis peneliti mahasiswa yang memiliki pelaksanaan pembelajaran daringnya cukup disebabkan karena mempunyai semangat belajar yang tinggi sehingga kemandirian mahasiswa menjadi perbedaan keberhasilan belajar yang berbeda-beda, selain kemandirian terhadap kegiatan belajar tingkat pemahaman mahasiswa terhadap pemakaian teknologi sangat tinggi, kemampuan komunikasi dan kemampuan interpersonalnya sangat baik saat berinteraksi antara mahasiswa lainnya ataupun dengan dosen pada sebuah forum yang telah disediakan. Faktor-faktor inilah yang menjadi gejala lahirnya stress ringan, stress sedang dan stress berat.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Harahap, dkk 2020) Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh mahasiswa menyebabkan mereka mengalami stress akademik. Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stress.

penelitian Pawicara dan Conilie (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kejenuhan belajar dikarenakan berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain media atau materi yang kurang menarik sehingga penyajian materi selama proses pembelajaran daring dilakukan secara monoton. Banyaknya tugas yang diberikan dengan disertai pemberian materi tanpa penjelasan mendalam. Hal tersebut menimbulkan ketidakpahaman materi pada mahasiswa. Akibatnya, timbul rasa malas, kehilangan semangat, stress, susah tidur, lelah dan bosan terhadap materi kuliah selama pembelajaran daring. banyaknya tugas dan kecemasan dalam menghadapi ujian.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa rata-rata pembelajaran daring pada mahasiswa fakultas ilmu kesehatan unika santu Paulus ruteng adalah kurang sebanyak 77 orang (50.7%), dengan rata-rata tingkat stress sedang adalah 65 orang (42.8%). Membuktikan adanya hubungan Proses Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Di Fakultas Ilmu Kesehatan Unika Santu Paulus Ruteng dengan menggunakan uji statistik *chi-square* diperoleh *p value* 0,0001 (*p value* < 0,05) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Gambaran proses pembelajaran daring pada mahasiswa diketahui paling banyak

pada kategori kurang yakni 77 orang (50,7%) paling sedikit pada kategori cukup yakni 75 orang (49,3%)

2. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa diketahui paling banyak pada kategori stress sedang yakni 65 orang (42,8%) paling sedikit pada kategori stres ringan yakni 8 orang (5,3%).
3. Terdapat hubungan antara proses pembelajaran daring dan tingkat stres pada mahasiswa dengan hasil uji statistik chi-square diperoleh  $p$  value 0,0001 ( $p$  value < 0,05) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres

Sagita. (2017). *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19.*

Saifuddin. (2020). *Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19*

Tantri. (2020). *Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistik Bisnis Di Pendidikan Vokasi Administrasi Bisnis Internasional , Politeknik Negeri Bengkalis.*

## DAFTAR RUJUKAN

Darmansyah. (2020). *Evaluasi Implementasi Sistem Pembelajaran Daring ABSTRAK Artikel . Jurnal IKRA-ITH Humaniora Vol 4 No 1 Bulan Maret 2020 Jurnal IKRA-ITH Humaniora Vol 4 No 1 Bulan Maret 2020. 4(1), 66–71.*

Desmita. (2020) *Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistik Bisnis Di Pendidikan Vokasi Administrasi Bisnis Internasional , Politeknik Negeri Bengkalis , email : Psikologi , Fakultas Kedokteran , Universitas Sriwijaya , email :. 17–30.*

Enik Nur Kholida dan Asmadi Alsa,(2020). *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19.*

Hasana *et al* (2020) *Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19 ( Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic ).*

Liu. (2011). *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19.*

Nugroho. (2020). *Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19*

Rosdiana (2017) ), *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, konsep. Teori dan praktik. Edisi 7. Penerbit Buku EGC. Jakarta.*