



P-ISSN: 2579-4426, E-ISSN: 2580-6432

E-Mail: [nutrix@unklab.ac.id](mailto:nutrix@unklab.ac.id)Journal Homepage: <https://ejournal.unklab.ac.id/index.php/nutrix/index>DOI: <https://doi.org/10.37771/nj.v10i1.1530>

## Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir

Cindy Nababan\*, Jeanny Rantung

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia, Parongpong, Bandung Barat, 40559, Indonesia

\*Corresponding E-mail: [nababancindy037@gmail.com](mailto:nababancindy037@gmail.com)

### Article History:

Submitted/Received April 6, 2026; Revised April 9, 2026; Accepted April 15, 2026; Published Online April 24, 2026

### Abstract

This study aimed to determine the relationship between social support and academic stress among final-year nursing students at Universitas Advent Surya Nusantara. This research used a quantitative approach with a descriptive analytic design and a cross-sectional method. The population consisted of 37 final-year nursing students, and total sampling was applied. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Perceived Academic Stress Scale (PASS). Data analysis was conducted using univariate and Spearman Rank correlation tests. The results showed that most respondents had high social support (73.0%) and experienced high academic stress (78.4%). The correlation analysis revealed a correlation coefficient ( $r$ ) of 0.096 with a  $p$ -value of 0.574 ( $p > 0.05$ ), indicating that there was no significant relationship between social support and academic stress. These findings suggest that social support is not the main factor influencing academic stress among final-year students. Therefore, efforts to reduce academic stress should also consider other factors such as coping ability, time management, and academic support from institutions.

**Keywords:** Academic Stress, Nursing Students, Social Support, University Students.

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dan rancangan cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 37 mahasiswa dengan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dan Perceived Academic Stress Scale (PASS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial tinggi (73,0%) dan mengalami stres akademik tinggi (78,4%). Hasil uji korelasi menunjukkan nilai  $r = 0,096$  dengan  $p$ -value = 0,574 ( $p > 0,05$ ), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan merupakan faktor utama yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu, diperlukan perhatian terhadap faktor lain seperti kemampuan coping, manajemen waktu, dan dukungan akademik dari institusi Pendidikan.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial, Mahasiswa Keperawatan, Mahasiswa, Stres Akademik



## **Pendahuluan**

Mahasiswa pada jenjang pendidikan tinggi dihadapkan pada berbagai tuntutan yang semakin kompleks, baik yang bersifat akademik maupun non-akademik. Tuntutan akademik meliputi beban tugas perkuliahan, pelaksanaan ujian, penyusunan skripsi, pencapaian prestasi akademik, serta kemampuan manajemen waktu yang efektif. Di sisi lain, mahasiswa juga harus menghadapi tuntutan non-akademik seperti adaptasi terhadap lingkungan baru, perbedaan budaya dan bahasa, keterbatasan finansial, serta tekanan untuk menyelesaikan studi tepat waktu. Selain itu, harapan orang tua dan ketidakpastian masa depan setelah lulus turut memberikan tekanan psikologis yang signifikan, sehingga berpotensi menimbulkan stres akademik apabila tidak dikelola dengan baik (Rohmah & Mahrus, 2024).

Fenomena stres akademik pada mahasiswa bukan hanya menjadi isu lokal, tetapi telah berkembang menjadi permasalahan global yang memerlukan perhatian serius. Hasil meta-analisis terhadap 64 studi dengan total 100.187 mahasiswa menunjukkan prevalensi gejala depresi sebesar 33,6% dan kecemasan sebesar 39,0% (Li et al., 2022). Data lain dari Healthy Minds Study di Amerika Serikat melaporkan bahwa 37% mahasiswa mengalami gejala depresi sedang hingga berat dan 32% mengalami kecemasan (Wang et al., 2025). Di Indonesia, kondisi ini juga menunjukkan angka yang cukup tinggi. Prevalensi stres akademik pada mahasiswa berkisar antara 36,7% hingga 71,6% (Zulhadiman et al., 2024), sementara Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 mencatat bahwa sekitar 2% kelompok usia 15–24 tahun mengalami depresi (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa stres akademik bukan sekadar fenomena psikologis biasa, melainkan masalah kesehatan mental yang berdampak nyata terhadap kualitas hidup dan prestasi belajar mahasiswa.

Secara konseptual, stres akademik merupakan respons psikologis individu terhadap tuntutan akademik yang dipersepsikan melebihi kemampuan adaptasi yang dimiliki. Stres ini dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi perfeksionisme, kecemasan, rendahnya kemampuan coping, motivasi belajar, serta regulasi emosi. Mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah dan perfeksionisme maladaptif cenderung lebih rentan mengalami stres akademik (E. K. Putri & Febriani, 2021; Sujadi, 2023). Selain itu, regulasi emosi yang rendah juga berkontribusi signifikan terhadap peningkatan stres akademik (Liu et al., 2023). Sementara itu, faktor eksternal meliputi tingginya beban akademik, tekanan penyelesaian skripsi, tuntutan keluarga, lingkungan akademik yang kompetitif, serta hubungan dengan dosen pembimbing (Hariani & Guspa, 2024).

Salah satu faktor penting yang berperan dalam mengurangi dampak negatif stres akademik adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan sumber daya psikososial yang memberikan rasa nyaman, perhatian, serta bantuan dalam menghadapi situasi sulit. Dukungan ini dapat berasal dari keluarga, teman sebaya, dosen, maupun lingkungan kampus dalam bentuk emosional, informasional, maupun instrumental (Acoba, 2024). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial cenderung memiliki kemampuan coping yang lebih adaptif, tingkat kecemasan yang lebih rendah, serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Li et al., 2022). Sejumlah penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik. Penelitian oleh Hariani & Guspa (2024) menemukan bahwa semakin rendah dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi tingkat stres yang dialami. Selain itu, dukungan dari teman sebaya dan dosen terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar serta membantu mahasiswa dalam menghadapi



tekanan akademik (Aspiani & Surawan, 2025), sementara lingkungan kampus yang suportif berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres akademik (Deng et al., 2025).

Mahasiswa keperawatan tingkat akhir merupakan kelompok yang memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap stres akademik dibandingkan mahasiswa tingkat awal. Hal ini disebabkan oleh tuntutan ganda yang harus dihadapi, yaitu penyelesaian tugas akademik seperti skripsi, praktik klinik, serta persiapan menghadapi ujian kompetensi dan dunia kerja. Kombinasi tuntutan tersebut sering kali menimbulkan tekanan yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang memadai serta kemampuan manajemen waktu yang baik dapat secara signifikan menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir (Permata & Laili, 2025). Namun demikian, meskipun hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik telah banyak diteliti, masih terdapat kesenjangan penelitian (research gap), khususnya pada konteks mahasiswa keperawatan tingkat akhir di lingkungan perguruan tinggi tertentu. Setiap institusi memiliki karakteristik lingkungan akademik, budaya, serta sistem dukungan yang berbeda, sehingga hasil penelitian sebelumnya belum tentu dapat digeneralisasikan secara langsung. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji kondisi aktual mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara.

Hal ini diperkuat oleh hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap lima mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara, di mana empat dari lima mahasiswa (80%) mengeluhkan beban skripsi yang berat, kesulitan dalam manajemen waktu, serta keterbatasan dukungan dari lingkungan sekitar. Kondisi tersebut berdampak pada munculnya gejala stres seperti gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan perasaan tidak berdaya. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini memiliki novelty dalam mengkaji secara spesifik hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara, dengan mempertimbangkan konteks lokal dan kondisi nyata mahasiswa. Oleh karena itu, Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara (UASN).

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik dan rancangan cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Advent Surya Nusantara. Pengumpulan data dilakukan secara online menggunakan *Google Form*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Surya Nusantara yang sedang menyusun karya tulis ilmiah, yaitu sebanyak 37 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 37 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang sedang menyusun karya tulis ilmiah dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap dan mahasiswa yang sedang cuti akademik. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner melalui *Google Form*.



Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari dua kuesioner terstandar, yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet et al. (1988) dan diadaptasi oleh Eva et al. (2020) untuk mengukur dukungan sosial, serta *Perceived Academic Stress Scale* (PASS) yang dikembangkan oleh Bedewy & Gabriel (2015) dan dimodifikasi oleh Putri (2021) untuk mengukur stres akademik. MSPSS terdiri dari 12 item yang mencakup dukungan keluarga, teman, dan *significant others*, sedangkan PASS terdiri dari 18 item yang mengukur ekspektasi akademik, beban kerja dan ujian, serta persepsi diri akademik. Kedua instrumen menggunakan skala Likert dan telah dinyatakan valid serta reliabel, dengan nilai korelasi item MSPSS berkisar 0,586–0,708 dan nilai *Cronbach's alpha* PASS sebesar 0,70. Definisi operasional kedua variabel disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Dukungan sosial (Independen)	Persepsi mahasiswa tingkat akhir terhadap dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan dari lingkungan sosial	MSPSS (12 item; skala Likert 1–5)	Skor 12–60; rendah (12–28), sedang (29–44), tinggi (45–60)	Ordinal
2	Stres akademik (Dependen)	Kondisi tekanan psikologis akibat tuntutan akademik yang melebihi kemampuan individu	PASS (18 item; skala Likert 1–5)	Skor 18–90; ringan (18–42), sedang (43–66), berat (67–90)	Ordinal

Prosedur penelitian meliputi tahap perizinan, persetujuan etik, pemberian informed consent, serta pengisian kuesioner oleh responden secara mandiri. Data yang terkumpul diolah melalui proses *editing, coding, entry, cleaning, dan tabulating*, kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan distribusi dukungan sosial dan tingkat stres akademik, serta analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian ini telah menerapkan prinsip etika penelitian, meliputi *informed consent, beneficence, non-maleficence, confidentiality, respect for human dignity*, dan *justice* guna melindungi hak responden selama penelitian berlangsung.

## Hasil

Seluruh 37 mahasiswa keperawatan tingkat akhir UASN berpartisipasi dalam penelitian ini. Karakteristik responden disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2. Karakteristik Responden**

	Karakteristik	n	Persentase (%)
Jenis Kelamin:	Laki-laki	13	35,1
	Perempuan	24	64,9
Usia (tahun):	18–20	9	24,3
	21–23	23	62,2
	24–26	3	8,1
	27–30	2	5,4
Tempat Tinggal:	Orangtua	2	5,4
	Sanak saudara	4	10,8
	Kost/Asrama	31	83,8
<b>Total</b>		<b>37</b>	<b>100,0</b>



Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 orang (64,9%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 13 orang (35,1%). Ditinjau dari usia, mayoritas responden berada pada rentang usia 21–23 tahun sebanyak 23 orang (62,2%), diikuti oleh kelompok usia 18–20 tahun sebanyak 9 orang (24,3%). Sementara itu, kelompok usia 24–26 tahun sebanyak 3 orang (8,1%) dan usia 27–30 tahun merupakan kelompok paling sedikit yaitu 2 orang (5,4%). Berdasarkan tempat tinggal, sebagian besar responden tinggal di kost atau asrama sebanyak 31 orang (83,8%). Responden yang tinggal bersama sanak saudara berjumlah 4 orang (10,8%), sedangkan yang tinggal bersama orang tua merupakan yang paling sedikit yaitu 2 orang (5,4%).

**Tabel 3. Gambaran Dukungan Sosial dan Stres Akademik**

Variabel	Kategori	n	Persentase (%)
Dukungan Sosial	Rendah	2	5,4%
	Sedang	8	21,6%
	Tinggi	27	73,0%
Stres Akademik	Ringan	0	0%
	Sedang	8	21,6%
	Berat	29	78,4%
<b>Total</b>		<b>37</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 27 orang (73,0%), diikuti kategori sedang sebanyak 8 orang (21,6%), dan kategori rendah sebanyak 2 orang (5,4%). Sementara itu, tingkat stres akademik responden didominasi oleh kategori berat yaitu sebanyak 29 orang (78,4%), diikuti kategori sedang sebanyak 8 orang (21,6%), dan tidak terdapat responden dengan kategori stres akademik ringan. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan sosial yang tinggi, namun tingkat stres akademik yang dialami juga cenderung tinggi.

**Tabel 4. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik (n = 37)**

Variabel	r (Spearman)	p-value	n	Keterangan
Dukungan Sosial – Stres Akademik	0,096	0,574	37	Tidak Signifikan

Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi  $r = 0,096$  dengan nilai  $p = 0,574$  ( $p > 0,05$ ), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik. Kekuatan hubungan tergolong sangat lemah dengan arah positif.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara. Berdasarkan hasil analisis univariat, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 21–23 tahun yang termasuk dalam kategori dewasa awal. Pada tahap perkembangan ini, individu berada dalam fase transisi menuju dunia kerja, sehingga dihadapkan pada tuntutan akademik yang lebih kompleks, khususnya dalam penyelesaian tugas akhir. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian Pascoe et al., (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa pada fase dewasa awal cenderung mengalami peningkatan tekanan akademik akibat tuntutan penyelesaian studi dan persiapan karier.



Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa partisipasi mahasiswa perempuan dalam penelitian ini lebih dominan. Secara psikologis, perempuan cenderung lebih ekspresif dalam mengungkapkan perasaan dan pengalaman emosional, termasuk stres akademik. Penelitian oleh Sari et al., (2025) juga menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki kecenderungan melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, terutama dalam konteks akademik.

Sementara itu, berdasarkan tempat tinggal, sebagian besar responden tinggal di kost atau asrama. Kondisi ini dapat memengaruhi tingkat kemandirian mahasiswa serta pola dukungan sosial yang diterima. Mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua cenderung lebih bergantung pada dukungan teman sebaya dibandingkan dukungan keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian Stamou et al., (2023) yang menyatakan bahwa lingkungan tempat tinggal memiliki pengaruh terhadap sumber dukungan sosial yang diterima individu.

Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki nilai persentase sebesar 73% yang mengindikasikan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori dukungan sosial tinggi. Dukungan sosial yang dimaksud meliputi dukungan emosional, instrumental, dan informasional yang diperoleh dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar. Tingginya dukungan sosial ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih memiliki sistem pendukung yang cukup baik dalam menghadapi tekanan akademik. Penelitian Khoirunnisa & Rosiana, (2023) juga menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa, meskipun tidak selalu secara langsung menurunkan tingkat stres. Namun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa stres akademik memiliki nilai persentase sebesar 78,4% yang tergolong tinggi. Tingginya tingkat stres akademik ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti beban tugas akhir, tekanan untuk lulus tepat waktu, serta kompleksitas tuntutan akademik. Mahasiswa tingkat akhir cenderung mengalami tekanan yang lebih besar dibandingkan mahasiswa tingkat awal, terutama dalam hal penyusunan skripsi dan kesiapan menghadapi dunia kerja. Temuan ini didukung oleh penelitian Qatrunada et al., (2022) yang menunjukkan bahwa stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dipengaruhi oleh tekanan akademik yang tinggi serta tuntutan performa.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank, diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,096 dengan nilai signifikansi ( $p$ -value) sebesar 0,574. Nilai  $p$  yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, nilai koefisien korelasi yang sangat kecil menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel termasuk dalam kategori sangat lemah. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa memiliki dukungan sosial yang cukup baik, hal tersebut tidak secara langsung berkaitan dengan tingkat stres akademik yang dialami. Dengan kata lain, dukungan sosial bukan merupakan faktor utama yang mempengaruhi stres akademik dalam penelitian ini.

Secara teoritis, dukungan sosial sering dianggap sebagai faktor protektif dalam mengurangi stres. Namun, penelitian terbaru menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik tidak selalu bersifat langsung. Penelitian oleh Liu dan Cao (2022) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peran sebagai mediator dalam hubungan antara stres dan kondisi psikologis mahasiswa, bukan sebagai faktor utama yang secara langsung menurunkan stres akademik.



Selain itu, penelitian oleh Li et al., (2022) menemukan bahwa stres akademik lebih dipengaruhi oleh tekanan akademik itu sendiri, sementara dukungan sosial berperan sebagai faktor pendukung yang memediasi hubungan antara stres dan kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan dukungan sosial belum tentu secara langsung menurunkan tingkat stres akademik mahasiswa. Penelitian yang lebih baru juga menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak berdiri sendiri dalam mempengaruhi stres akademik. Penelitian oleh Asensio-Martínez et al., (2023) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan sebagai mediator antara stres akademik dan kesehatan, sehingga pengaruhnya bersifat tidak langsung dan bergantung pada faktor lain seperti kondisi psikologis dan lingkungan individu.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Basith et al., (2025) yang menyatakan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti resiliensi akademik dan tekanan akademik, serta tidak hanya ditentukan oleh dukungan sosial semata. Hal ini memperkuat bahwa stres akademik merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional. Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, faktor internal individu, seperti kemampuan coping, motivasi, serta manajemen stres yang berbeda pada setiap mahasiswa. Individu dengan kemampuan coping yang baik cenderung mampu mengelola stres meskipun dukungan sosial yang diterima tidak terlalu tinggi. Tekanan akademik yang tinggi, khususnya dalam penyelesaian tugas akhir, dapat menjadi faktor dominan yang memengaruhi stres akademik. Mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada berbagai tuntutan seperti penyusunan skripsi, revisi berulang, serta tekanan waktu, sehingga stres yang muncul lebih dipengaruhi oleh faktor akademik dibandingkan faktor sosial.

Persepsi terhadap dukungan sosial juga dapat memengaruhi hasil penelitian. Tidak semua individu memaknai dukungan sosial dengan cara yang sama. Dukungan yang diberikan oleh lingkungan belum tentu dirasakan sebagai sesuatu yang membantu dalam mengurangi stres, tergantung pada bagaimana individu tersebut memandang dan menerima dukungan tersebut. Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Lestari dan Nastiti (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa. Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, tingkat semester, serta kondisi akademik yang dihadapi. Pada hal ini, stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir lebih kompleks dan multidimensional, sehingga tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja. Faktor lain seperti beban akademik, tuntutan keluarga, kondisi psikologis, serta kesiapan menghadapi dunia kerja dapat memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap tingkat stres yang dialami mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa, dukungan sosial tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir dalam penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa upaya untuk mengurangi stres akademik tidak hanya dapat difokuskan pada peningkatan dukungan sosial, tetapi juga perlu mempertimbangkan faktor lain seperti peningkatan kemampuan coping, manajemen waktu, serta dukungan akademik dari institusi pendidikan.

## **Kesimpulan**

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Advent Surya Nusantara. Rerata dukungan sosial tergolong tinggi dan rerata stres akademik tergolong sedang-tinggi. Stres akademik pada populasi ini kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor internal seperti



kemampuan coping dan manajemen waktu dibandingkan oleh ketersediaan dukungan sosial eksternal. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar, desain longitudinal, serta mempertimbangkan variabel mediator seperti efikasi diri dan resiliensi akademik. Institusi pendidikan keperawatan perlu menyediakan layanan konseling dan program manajemen stres yang komprehensif bagi mahasiswa tingkat akhir.

## Referensi

- Acoba, E. F. (2024). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Asensio-Martínez, Á., et al. (2023). Social support as a mediator in academic stress and health. *Frontiers in Psychology*.
- Aspiani, A., & Surawan, S. (2025). Peran protektif peer support terhadap stres akademik mahasiswa PAI di lingkungan UIN Palangka Raya. *Jurnal Sains Student Research*, 3(4), 435–441. <https://doi.org/10.61722/jssr.v3i4.5354>
- Basith, A., et al. (2025). The role of social support and academic resilience on students' academic stress. *International Journal of Counseling and Education*
- Deng, L., Lee, C., Lee, S., Ding, Y., Song, Y., & Newman, G. (2025). Mental health among U.S. college students: Implications of COVID-19 and roles of institutional and individual characteristics. *Journal of American College Health*, 73(4), 1640–1651. <https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2346349>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Hariani, F., & Guspa, A. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang. *Journal of Social Science Research*, 4(3), 17422–17430.
- Khoirunnisa, A., & Rosiana, D. (2023). Pengaruh perceived social support terhadap psychological well-being mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Humanitas*, 7(3), 319–332.
- Lestari, R., & Nastiti, D. (2022). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa. *Academia Open*.
- Li, P., et al. (2022). The influence of academic stress on mental health among college students. *Frontiers in Public Health*.
- Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y., & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(11), 1222–1230. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13606>



**Nutrix Journal, Volume 10 Issue 1, April 2026, p. 117-126**

- Liu, X., & Cao, H. (2022). The impact of social support and stress on academic burnout among students. *Frontiers in Public Health*.
- Liu, Y., Yu, H., Shi, Y., & Ma, C. (2023). The effect of perceived stress on depression in college students: The role of emotion regulation and positive psychological capital. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1110798>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Permata, N. G., & Laili, N. (2025). Peran dukungan sosial dan manajemen waktu pada stres akademik mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 8(1), 101–112.
- Putri, E. K., & Febriani, A. (2021). Academic self-efficacy as the mediator of adolescent-parent secure attachment effect towards the academic stress of senior high school students. *Jurnal Psikologi*, 48(2), 173. <https://doi.org/10.22146/jpsi.52491>
- Qatrunada, A., Lathifah, M., & Sutijono. (2022). Stres akademik mahasiswa dalam perkuliahan daring selama masa pandemi COVID-19. *Nusantara of Research*, 9(3), 222–237. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i3.17534>
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa dan strategi pengelolaannya. *Journal of Islamic Education and Management*, 5(1).
- Sari, B. M. M., Herlina, L., Arigi, L. A. G., & Irawati, D. (2025). Hubungan tingkat stres akademik terhadap kualitas tidur siswa dan siswi kelas IX SMP Negeri 6 Mataram. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 5938–5946.
- Stamou, P., Tsartsalis, D., Papathanakos, G., Dragioti, E., Gouva, M., & Koulouras, V. (2023). Agreement between family members and the physician's view in the ICU environment. *Healthcare*, 11(3), 345. <https://doi.org/10.3390/healthcare11030345>
- Sujadi, E. (2023). Perfeksionisme, stres, dan burnout akademik pada mahasiswa: Analisis structural equation modeling. *Journal Counseling Care*, 7, 41–51. <https://doi.org/10.22202/jcc.2023.v7i1.6690>
- Wang, J., Fang, S., Li, Z., & Ma, S. (2025). Effects of internet-based acceptance and commitment therapy on college students' mental health. *International Journal of Mental Health Promotion*, 27(6), 845–861. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2025.061476>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)



**Nutrix Journal, Volume 10 Issue 1, April 2026, p. 117-126**

Zulhadiman, Z., Yuhasnara, S. M., & Muslihah, N. (2024). Tingkat stres akademik dan risiko eating disorder pada mahasiswa gizi tingkat akhir Universitas Brawijaya. *Journal of Nutrition College*, 13(2), 188–195. <https://doi.org/10.14710/jnc.v13i2.40418>

