

Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2021 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi

Fajar Wahyu Prasetyo¹, Siti Napisah², Ratna Wulandari³, Desi Yunita Putri⁴
Universitas PGRI Banyuwangi¹, Universitas PGRI Banyuwangi², Universitas PGRI Banyuwangi³,
Universitas PGRI Banyuwangi⁴

Email: fajarwp333@gmail.com¹, napisah.s71@gmail.com², wulan94.ratna@gmail.com³,
desiyunita93@gmail.com⁴

Info Artikel

Artikel Diterima: 2025-04-10

Artikel Direvisi: 2025-04-24

Artikel Disetujui: 2025-04-29

Artikel Dipublikasikan:
2025-04-29

Keyword:

Gambaran;

Kesehatan Mental;

Mahasiswa Tingkat Akhir;

Mahasiswa pendidikan

Abstract

This study aims to see the picture of mental health of final year students of the 2021 batch of FKIP Uniba Banyuwangi. The methodology used is quantitative descriptive. The subjects of the study were 72 students of FKIP UNIBA batch 2021. The research location was FKIP UNIBA Banyuwangi. The research instrument used was a mental health questionnaire with aspects of psychological well-being and psychological stress and consisted of 12 items. The data analysis used was descriptive quantitative. The results showed that the psychological well-being of students was in the very high category of 8.33%, high 38.88%, moderate 23.16%, low 26.38%, and very low 2.77%. The psychological stress aspect was 15.27% very high, 18.05% high, 19.44% moderate, 25% low, and 22.22% very low. The mental health of male students was better than that of female students. Psychological well-being of male students is high at 56.25% and psychological stress is low at 56.26%. Psychological well-being of female students is high at 33.92% and psychological stress is low at 14.28%. Psychological stress is a mental health problem that needs to be reduced.

Pendahuluan

Individu dikatakan sehat apabila memiliki kondisi baik jasmani maupun secara mental dalam kondisi yang sehat. Sehat secara mental dapat diartikan dimana kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan seseorang mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuan mereka, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitas mereka (WHO, 2022). Masalah kejiwaan sering ditemukan pada mahasiswa tingkat akhir, mahasiswa memiliki kesehatan jiwa yang normal pada awal perkuliahan. Namun, seiring proses pembelajaran yang dilakukan dapat menyebabkan gangguan kesehatan jiwa mahasiswa (Silva, Cerqueira and Lima, 2014). Gangguan yang paling sering ditemui adalah depresi, cemas, dan stress (Dorland, 1994). Pada penelitian mahasiswa tingkat akhir prodi keperawatan di ITEKES Bali dari 161 sebagian besar mahasiswa terindikasi masalah kesehatan mental sebanyak 92 orang atau sebesar 57 % (Sagitarini, et al, 2021).

Gangguan kecemasan merupakan salah satu indikator kesehatan mental mahasiswa terganggu. Gangguan kecemasan ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan secara terus-menerus, dan tidak realistis tentang hal-hal sehari-hari (Munir and Takov, 2023). Menurut data World Health Organisation (WHO) tahun 2019,

terdapat 301 juta orang hidup mengalami gangguan kecemasan. Termasuk 58 juta diantaranya adalah anak-anak dan remaja (WHO, 2022). Di Indonesia berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan untuk usia 15 tahun keatas mencapai 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia (Maulana et al., 2019).

Mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk mengerjakan skripsi sebagai syarat akhir untuk mendapatkan gelar sarjana. Tuntutan tersebut seringkali membuat mahasiswa mengalami stres berlebih. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmi et al., (2017) dan Rahakratat et al., (2021) bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami stres lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lain disebabkan oleh stressor tuntutan akademik.

Menurut penelitian yang dilakukan Tabroni tahun 2021 pada 243 mahasiswa, terdapat 7 (2,9%) responden mengalami stres ringan, 59 (24,3%) responden mengalami stres sedang, dan 45 (18,5%) responden mengalami stres berat di masa pandemi Covid-19. Penelitian lain yang dilakukan oleh Prayogi pada tahun 2020, dari 368 mahasiswa di Surabaya terdapat 199 (51,6%) mahasiswa yang mengalami depresi di masa pandemi Covid-19. Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti & Mellu pada 2020 terhadap mahasiswa keperawatan, memberikan hasil dari 171 responden diantaranya 97 (56,7%) mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan 74 (43,4%) mahasiswa mengalami cemas ringan (Hesti Windatriani and Kusumawati, 2021).

Sejalan dengan beberapa fenomena diatas, mahasiswa tingkat akhir yang berjumlah 72 mahasiswa di FKIP Universitas PGRI Banyuwangi juga mengalami beberapa gejala kesehatan mental. Gejala kesehatan mental yang terjadi berkaitan dengan kesejahteraan psikologis atau tekanan psikologis. Permasalahan yang muncul diantaranya kehidupan sehari-hari tidak dipenuhi dengan hal-hal yang menarik sebesar 53,5%, frustrasi sebesar 41,9%, kehilangan kontrol pikiran sebesar 46,5%, berada pada titik terendah sebesar 41,9%, putus asa sebesar 43%, sering kehilangan kontrol pikiran dan perasaan sebesar 43% dan bingung menatap masa depan sebesar 39,5%.

Berdasarkan uraian diatas kesehatan mental sangat penting bagi mahasiswa dalam menunjang pencapaian akhir pada proses pembelajaran. Penyelesaian studi akhir memerlukan strategi coping, manajemen stress yang tepat dan manajemen waktu yang efektif. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui gambaran kesehatan mental mahasiswa FKIP UNIBA tingkat akhir.

Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) penelitian deskriptif kuantitatif adalah jenis penelitian yang menganalisis dan menggambarkan informasi data berupa angka-angka yang bermakna. Pengambilan sampel dilakukan dengan mengambil sampel secara utuh dari jumlah populasi. Menurut Arikunto (2012) jika jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka jumlah sampelnya diambil secara keseluruhan. Berdasarkan

penelitian ini karena jumlah populasinya tidak lebih besar dari 100 responden, maka penulis mengambil 100% dari jumlah populasi mahasiswa tingkat akhir Angkatan 2021 FKIP UNIBA Banyuwangi sebanyak 72 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Skala Kesehatan Mental (SKM-12) (Azis et al, 2021). Aspek kesehatan mental terdiri atas kesejahteraan psikologis dan tekanan psikologis. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini menggambarkan informasi kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir angkatan 2021 FKIP UNIBA Banyuwangi berdasarkan program studi, Usia, dan Jenis Kelamin. Program Studi terdiri atas Program Studi Pendidikan Sejarah, Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan dan Bimbingan dan Konseling. Usia mahasiswa berada pada rentang 17-25 Tahun. Sementara untuk jenis kelamin dibedakan menjadi laki-laki dan perempuan, Data hasil penelitian dijelaskan melalui beberapa tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Program Studi, Usia dan Jenis Kelamin

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Program Studi			
1.	Bimbingan dan Konseling	35	48,61%
2.	Pendidikan Sejarah	26	36,11%
3.	PPKN	11	15,27%
Total		72	100%
Usia 17-25			
1.	Bimbingan dan Konseling	35	48,61%
2.	Pendidikan Sejarah	26	36,11%
3.	PPKN	11	15,27%
Total		72	100%
Jenis Kelamin			
1.	Laki-laki	16	22,22%
2.	Perempuan	56	77,77%
Total		72	100%

Berdasarkan tabel 1. Distribusi Karakteristik mahasiswa berdasarkan program studi usia dan jenis kelamin FKIP UNIBA Angkatan 2021 diperoleh mahasiswa bimbingan dan konseling sebanyak 35 mahasiswa (48,61%), mahasiswa pendidikan sejarah sebanyak 26 mahasiswa (36,11%), dan mahasiswa PPKN sebanyak 11 mahasiswa (15,27%). Mahasiswa Angkatan 2021 FKIP UNIBA sebanyak 72 mahasiswa (100%) berada pada rentang usia antara 17-25 tahun. Jenis kelamin perempuan sebanyak 56 mahasiswa (77,77%) lebih besar dari pada mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah sebanyak 16 mahasiswa (22,22%).

Mahasiswa berada pada rentang kehidupan umur remaja akhir dan dewasa awal sangat mudah di pengaruhi oleh lingkungan dan hal-hal yang baru karena masih minimnya pengalaman dan cara berpikir yang belum stabil (Husky, et al, 2020). Usia lebih muda akan lebih muda terkena stress dan cemas karena kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta kurangnya pengalaman. Pada kelompok usia 17-25 tahun yang tergolong fase remaja akhir dimana terdapat perkembangan-

perkembangan fisik, psikologis dan sosial yang diakibatkan oleh pola aktivitas remaja yang terjadi perubahan mental secara pesat (Rosyad, 2019).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Mahasiswa

No.	Kesehatan Mental	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Kesejahteraan Psikologis		
	Sangat Tinggi	6	8,33%
	Tinggi	28	38,88%
	Sedang	17	23,61%
	Rendah	19	26,38%
	Sangat Rendah	2	2,77%
	Total	72	100%
2.	Tekanan Psikologis		
	Sangat Tinggi	11	15,27%
	Tinggi	13	18,05%
	Sedang	14	19,44%
	Rendah	18	25%
	Sangat Rendah	16	22,22%
	Total	72	100%

Pada Tabel 2. distribusi kesehatan mental mahasiswa diperoleh tolok ukur kesehatan mental mahasiswa dilihat dari aspek kesejahteraan psikologis dan tekanan psikologis. Diketahui bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa kategori sangat tinggi sebanyak 6 mahasiswa (8,33%), tinggi sebanyak 28 mahasiswa (38,88%), sedang sebanyak 17 mahasiswa (23,16%), rendah 19 mahasiswa (26,38%), dan sangat rendah sebanyak 2 mahasiswa (2,77%). Sedangkan dalam aspek tekanan psikologis diketahui bahwa sebanyak 11 mahasiswa (15,27%) dalam kategori sangat tinggi, 13 mahasiswa (18,05%) dalam kategori tinggi, 14 mahasiswa (19,44%) dalam kategori sedang, 18 mahasiswa (25%) dalam kategori rendah, dan 16 mahasiswa (22,22%) dalam kategori sangat rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Mahasiswa Sesuai Jenis Kelamin

No.	Kesehatan Mental	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Kesejahteraan Psikologis Laki-laki		
	Sangat Tinggi	1	6,25%
	Tinggi	9	56,25%
	Sedang	3	18,75%
	Rendah	3	18,75%
	Sangat Rendah	0	0%
	Total	16	100%
2.	Tekanan Psikologis Laki-laki		
	Sangat Tinggi	2	12,5%
	Tinggi	1	6,25%
	Sedang	1	6,25%
	Rendah	9	56,26%
	Sangat Rendah	3	18,75%
	Total	16	100%
3.	Kesejahteraan Psikologis Perempuan		
	Sangat Tinggi	5	8,92%

	Tinggi	19	33,92%
	Sedang	14	25%
	Rendah	16	28,57%
	Sangat Rendah	2	3,57%
	Total	56	100%
4.	Tekanan Psikologis Perempuan		
	Sangat Tinggi	9	16,07%
	Tinggi	12	21,42%
	Sedang	13	23,21%
	Rendah	8	14,28%
	Sangat Rendah	14	25%
	Total	56	100%

Pada Tabel 3. distribusi kesehatan mental mahasiswa diperoleh tolok ukur kesehatan mental mahasiswa dilihat dari aspek kesejahteraan psikologis dan tekanan psikologis berdasarkan jenis kelamin. Diketahui bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa laki-laki kategori sangat tinggi sebanyak 1 mahasiswa (6,25%), tinggi sebanyak 9 mahasiswa (56,25%), sedang sebanyak 3 mahasiswa (18,75%), rendah 3 mahasiswa (18,75%), dan sangat rendah sebanyak 0 mahasiswa (0%). Dalam aspek tekanan psikologis, mahasiswa laki-laki diketahui bahwa sebanyak 2 mahasiswa (12,25%) dalam kategori sangat tinggi, 1 mahasiswa (6,25%) dalam kategori tinggi, 1 mahasiswa (6,25%) dalam kategori sedang, 9 mahasiswa (56,26%) dalam kategori rendah, dan 3 mahasiswa (18,75%) dalam kategori sangat rendah. Untuk mahasiswa perempuan kategori sangat tinggi sebanyak 5 mahasiswa (8,92%), tinggi sebanyak 19 mahasiswa (33,92%), sedang sebanyak 14 mahasiswa (25%), rendah 16 mahasiswa (28,57%), dan sangat rendah sebanyak 2 mahasiswa (3,57%). Dalam aspek tekanan psikologis, mahasiswa perempuan diketahui bahwa sebanyak 9 mahasiswa (16,07%) dalam kategori sangat tinggi, 12 mahasiswa (21,42%) dalam kategori tinggi, 13 mahasiswa (23,21%) dalam kategori sedang, 8 mahasiswa (14,28%) dalam kategori rendah, dan 14 mahasiswa (25%) dalam kategori sangat rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang memiliki tingkat kesehatan mental tinggi lebih banyak dibanding mereka yang memiliki tingkat kesehatan mental yang rendah, walaupun perbedaan antara keduanya tidak terlalu jauh. Hasil penelitian ini juga memperlihatkan bahwa profile kesehatan mental mahasiswa yang paling dominan adalah mereka yang memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi dan juga memiliki tingkat tekanan psikologis yang rendah, baik pada laki-laki maupun perempuan. Hasil lainnya menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kesehatan mental antara laki-laki dan perempuan, baik pada aspek kesejahteraan psikologis maupun pada tekanan psikologis. Meskipun berdasarkan data diatas kesehatan mental laki-laki lebih baik dari pada kesehatan mental perempuan.

Tingkat kesehatan mental mahasiswa dapat diinterpretasikan bahwa saat ini ada permasalahan penting yang berkaitan dengan kesehatan mental pada mahasiswa. Penelitian-penelitian tersebut memperkuat kesimpulan bahwa saat ini ada masalah yang krusial dan urgen untuk ditangani dalam hubungannya dengan kesehatan mental pada mahasiswa (Deliviana et al., 2020). Dalam dunia pendidikan ada beberapa alasan penting mengapa kesehatan mental perlu diperhatikan.

Terdapat lima alasan mengapa kesejahteraan harus menjadi agenda dalam dunia pendidikan. Menurut Cowie et al (2004) kesehatan mental perlu diperhatikan dalam dunia pendidikan sebab ada beberapa hal yaitu peningkatan masalah-masalah yang berkaitan dengan problem sosial dan emosional di kalangan siswa dan mahasiswa; banyaknya waktu yang digunakan siswa di sekolah; adanya bukti bahwa hubungan antara sesama siswa mampu menciptakan kesejahteraan; adanya peran penting pendidik dalam mengembangkan kesehatan mental dan adanya bukti bahwa keberhasilan akademis akan dapat ditingkatkan jika institusi dapat meningkatkan kesejahteraan peserta didiknya.

Kesehatan mental mahasiswa berkaitan dengan permasalahan pada bidang akademik, keuangan dan kesehatan fisik. Kesehatan mental yang terganggu mengakibatkan proses studi mahasiswa tidak berjalan secara maksimal, terlebih lagi dalam proses penyelesaian studi akhir. Kesehatan mental yang terjadi pada mahasiswa merupakan dampak dari tantangan yang dialami selama proses perkuliahan seperti khawatir terhadap keterlambatan akademik, keadaan kehidupan saat kuliah, dan tekanan untuk belajar mandiri (Santoso et al, 2020).

Minimum mental illness merupakan kesehatan mental mahasiswa yang dominan. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa mahasiswa saat ini tidak memiliki problema psikologis yang berarti tapi mereka juga tidak memiliki kesejahteraan psikologis yang sangat tinggi. Profiling model ini mendukung data empiris di lapangan seperti yang telah dikemukakan beberapa ahli tentang pengelompokan profil kesehatan mental (Bariola et al., 2017; Galsky, 2019). Hasil penelitian ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chow (2017) dan Wang (2020) yang menemukan banyaknya mahasiswa yang mengalami kecemasan dan depresi selama mengikuti perkuliahan. Penelitian yang dilakukan Bono (2020) menyatakan tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa berada pada kategori rendah.

Temuan tentang adanya perbedaan kesehatan mental, baik pada aspek kesejahteraan psikologis maupun tekanan psikologis antara laki-laki dan perempuan dapat diinterpretasikan bahwa gender bisa menjadi faktor yang berpengaruh terhadap tinggi rendahnya tingkat kesehatan mental mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya perbedaan antara laki-laki dan perempuan, baik pada aspek kesejahteraan psikologis maupun pada aspek tekanan psikologis (Newcomb et al., 2020; Rice et al., 2021; Zamarro & Prados, 2021). Hasil penelitian ini memberikan sudut pandang yang sama dalam memahami perbedaan gender terhadap kesehatan mental. Anak perempuan dan wanita dianggap memiliki tingkat gangguan "internalisasi" yang lebih tinggi seperti depresi dan kecemasan, sementara anak laki-laki dan pria dianggap berisiko lebih tinggi mengalami masalah "eksternalisasi" seperti perilaku agresif, penyalahgunaan zat, gangguan pembangkangan oposisi, gangguan hiperaktivitas defisit perhatian (Campbell et al, 2021; Sawon, et all, 2024; Banos et al, 2024).

Simpulan

Kesehatan mental mahasiswa dilihat dari aspek kesejahteraan psikologis dan tekanan psikologis. Diketahui bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa kategori

sangat tinggi sebanyak 6 mahasiswa (8,33%), tinggi sebanyak 28 mahasiswa (38,88%), sedang sebanyak 17 mahasiswa (23,16%), rendah 19 mahasiswa (26,38%), dan sangat rendah sebanyak 2 mahasiswa (2,77%). Sedangkan dalam aspek tekanan psikologis diketahui bahwa sebanyak 11 mahasiswa (15,27%) dalam kategori sangat tinggi, 13 mahasiswa (18,05%) dalam kategori tinggi, 14 mahasiswa (19,44%) dalam kategori sedang, 18 mahasiswa (25%) dalam kategori rendah, dan 16 mahasiswa (22,22%) dalam kategori sangat rendah. Mahasiswa laki-laki memiliki kesehatan mental lebih baik dari pada mahasiswa perempuan. Kesejahteraan psikologis mahasiswa laki-laki sebesar 56,25% pada level tinggi dan tekanan psikologis sebesar 56,26% pada level rendah. Sedangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa perempuan sebesar 33,92% pada level tinggi dan tekanan psikologis sebesar 14,28% pada level rendah. Upaya preventif dan kuratif perlu dilakukan untuk mencegah gangguan kesehatan mental terutama penurunan stres psikologis.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azis, et al. (2021). Model Pengukuran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Perguruan Tinggi Islam. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)* Volume 1, No.2, 83-94.
- Bariola, E., Lyons, A., & Lucke, J. (2017). Flourishing among sexual minority individuals: Application of the dual continuum model of mental health in a sample of lesbians and gay men. *Psychology of Sexual Orientation. International Journal of Wellbeing*, 10(3).
- Banos, R., Marta, M. (2024). Gender Matters: A Critical Piece in Mental Health. *The Spanish Journal of Psychology*, 27(e28).
- Bono, G. (2020). Stress and wellbeing in urban college students in the U.S. during the COVID-19 pandemic: Can grit and gratitude help? *International Journal of Wellbeing*, 10(3).
- Chambell, O., David, B. & Praveeta, P. (2021). The gender gap in adolescent mental health: A cross-national investigation of 566,829 adolescents across 73 countries. *Journal of SSM-Population Health*, 13.
- Chow, P. I. (2017). Using mobile sensing to test clinical models of depression, social anxiety, state affect, and social isolation among college students. *Journal of Medical Internet Research*, 19(3).
- Cowie, H., Boardman, C., Dawkins, J., & Jennifer, D. (2004). *Emotional Health and Well-Being: A Practical Guide for Schools*. SAGE Publications.
- Deliviana, E., Maria Helena Erni, Putri Melina Hilery, & Novi Melly Naomi. (2021). Pengelolaan Kesehatan Mental Mahasiswa Bagi Optimalisasi Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 3(2).
- Galsky, A. P. (2019). Validation of the Dual-Factor Model of Mental Health in College Students: An Investigation of Group Characteristics.

- Hesti Windatriani, M. and Kusumawati, H. (2021). 'Status Kesehatan Mental Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19', 5.
- Husky MM, Kovess-Masfety V, Swendsen JD. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Compr Psychiatry*. 102:152-191.
- Maulana, I. et al. (2019) 'Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya', *Media Karya Kesehatan*, 2(2).
- Munir, S. and Takov, V. (2023) 'Generalized Anxiety Disorder', in *StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing*.
- Newcomb, M. E., Hill, R., Buehler, K., Ryan, D. T., & ... (2020). High burden of mental health problems, substance use, violence, and related psychosocial factors in transgender, non-binary, and gender diverse youth and young *Archives of Sexual* <https://doi.org/10.1007/s10508-019-01533-9>
- Nurrakhmi, S. I., Wardani, I. Y., Mustikasari, & Panjaitan, R. U. (2017). Hubungan Antara Stres Akademik dan Kinerja Praktik Klinik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Angkatan 2014. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia. Depok.
- Rahakratat, Bastian, B., Wuisang, Mettty, Tendean, & Angelina, F. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Keperawatan UNKLAB. *Klabat Journal of Nursing*, 3(2), 2685-7154.
- Rice, S., Oliffe, J., Seidler, Z., Borschmann, R., & ... (2021). Gender norms and the mental health of boys and young men. In ... *Lancet Public Health*. [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(21\)00138-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(21)00138-9/fulltext)
- Rosyad YS. (2029). Tingkat Stres Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta dalam Mengerjakan Skripsi Tahun Akademik 2018/2019. *Cahaya Pendidik*. 5(1).
- Sagitarini, et al. (2021). Gambaran kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir Prodi sarjana keperawatan itekes bali pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 9 (4), 383-390.
- Santoso A, Ardi WR, Prasetya RL, Dwidiyanti M, Wijayanti DY, Mu'in M, et al. (2020). Tingkat depresi mahasiswa keperawatan di tengah wabah COVID-19. *Holist Nurs Heal Sci*. 3(1):1-8.
- Shawon, Md., Fariha, B., Moushumi., & Mohammad R. (2024). Gender difference in the prevalence of anxiety and depression and care seeking for mental health problems in Nepal: Analysis of nationally representative survey data. *Journal of Cambridge Prism: Global Mental Health*, 11, e46, 1-10.
- Silva, A.G., Cerqueira, A.T.D.A.R. and Lima, M.C.P. (2014) 'Social support and common mental disorder among medical students', *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(1), pp. 229-242.
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :

Alphabet.Tabroni, I., Nauli, F., & Arneliwati, A. (2021). Gambaran Tingkat Stres dan Stresor pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri di Provinsi Riau. *Jurnal Keperawatan*, 13(1),149-164.

Wang, Z. H. (2020). Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders*, 275, 188–193.

WHO. (2022). Mental Health. *World Health organization*.

Zamarro, G., & Prados, M. J. (2021). Gender differences in couples' division of childcare, work and mental health during COVID-19. In *Review of Economics of the Household*. Springer. <https://doi.org/10.1007/s11150-020-09534-7>