

Harapan Siswa yang Mengalami Stres Akademik

Fitri Yulianti¹, Ilfiandra², Ipah Saripah³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Pendidikan Indonesia¹

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Pendidikan Indonesia²

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Pendidikan Indonesia³

Email: fitriyulianti.fy@upi.edu¹, ilfiandra_upi@yahoo.com², bundaipah@upi.edu³

Correspondent Author: Ilfiandra, ilfiandra_upi@yahoo.com

Doi : [10.31316/gcouns.v8i01.5261](https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5261)

Abstrak

Penelitian ini didasari bahwa stres akademik yang dialami oleh siswa dapat berkurang ketika siswa memiliki tingkat harapan yang tinggi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Partisipan pada penelitian ini merupakan 52 siswa yang ditentukan berdasarkan tingkat stres akademik dengan menggunakan instrumen stres akademik untuk mengetahui kondisi stres akademik siswa. Pengumpulan data harapan siswa yang mengalami stres akademik menggunakan *Indonesian Hope Scale* yang telah dikembangkan oleh Asiah berdasarkan konsep harapan Snyder. Dari data yang diperoleh menunjukkan bahwa 12% siswa berada pada kategori tinggi, 71% siswa berada pada kategori sedang dan 17% dari 52 siswa berada pada kategori tinggi. Kesimpulan berdasarkan pengolahan data dan pembahasan diketahui bahwa harapan pada siswa yang mengalami stres akademik berada pada kategori sedang atau belum sepenuhnya memiliki tingkat harapan yang penuh. Data hasil tingkat harapan siswa yang mengalami stres akademik dapat dijadikan sebagai dasar pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan harapan siswa yang mengalami stres akademik.

Kata kunci: harapan, siswa, stres akademik

Abstract

This research is based on the fact that academic stress experienced by students can be reduced when students have high levels of hope. This research is quantitative descriptive. Participants in this study were 52 students who were determined based on the level of academic stress by using an academic stress instrument to determine the condition of students' academic stress. Collecting data on the hopes of students who experience academic stress uses the Indonesian Hope Scale which has been developed by Asiah based on Snyder's concept of hope. The data obtained shows that 12% of students are in the high category, 71% of students are in the medium category and 17% of the 52 students are in the high category. Conclusion based on data processing and discussion it is known that the hopes of students who experience academic stress are in the moderate category or do not yet fully have a full level of hope. Data on the results of the level of hopes of students who experience academic stress can be used as a basis for implementing guidance and counseling services in developing the hopes of students who experience academic stress.

Keywords: hope, students, academic stress

Info Artikel

Diterima Oktober 2023, disetujui November 2023, diterbitkan Desember 2023



PENDAHULUAN

Keberhasilan siswa dalam belajar dipengaruhi oleh kondisi siswa dalam proses pembelajaran. Ketika siswa mengalami tekanan, mempunyai masalah, maupun memiliki beban akademik, maka kondisi tersebut akan menyebabkan siswa mengalami stres akademik dan mengakibatkan hasil belajar siswa tidak optimal. Stres akademik akan berpengaruh pada hasil belajar dan prestasi siswa, sebuah penelitian yang dilakukan Barseli et al. (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan hasil belajar siswa. Stres akademik juga berpengaruh pada prestasi akademik (Sudarsana, 2019; Gibran & Wiyono, 2022; Sharief, 2022).

Stres akademik merupakan suatu kondisi dimana siswa mengalami tekanan dalam akademik yang mengganggu dan tidak dapat dikendalikan oleh siswa. Barseli et al. (2018) mengungkapkan bahwa stres merupakan suatu tekanan yang terjadi di akibatkan karena ketidak sesuaian antara situasi yang diinginkan dengan harapan, dalam arti lain terdapat kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhi yang dinilai potensial membahayakan, mengancam, mengganggu dan tidak mampu dikendalikan. Stres akademik adalah tekanan mental mengenai beberapa kekecewaan yang diharapkan terkait dengan kekecewaan akademik atau bahkan ketidaktahuan akan kemungkinan kekecewaan tersebut (Fauziyyah & Awinda, 2021; Sharief, 2022).

Siswa yang mengalami stres akademik akan menunjukkan gejala psikologis sebagai akibat dari stres akademik. Di sekolah, ditemukan siswa yang menunjukkan gejala psikologis akibat dari stres akademik yang dirasakan selama proses belajar (Barseli et al., 2018). Stres yang berhubungan dengan akademik akan berisiko pada kesehatan mental, penggunaan zat terlarang, gangguan tidur, kesehatan fisik, prestasi akademik, hingga putus sekolah (Pascoe et al., 2020). Stres akademik merupakan sebuah masalah yang merugikan bagi siswa yang mengalaminya. Peningkatan stres akademik akan menimbulkan berbagai masalah yang lebih berat seperti kesehatan mental, dan kondisi tersebut dapat meningkatkan kecemasan, depresi, dan bahkan keinginan untuk bunuh diri (Reddy et al., 2017).

Tak hanya menunjukkan gejala psikologis, siswa yang mengalami stres akademik cenderung memiliki emosi dan pemikiran yang negatif. Respon yang muncul dari pikiran ketika siswa mengalami stres akademik yaitu rasa percaya diri, takut akan sebuah kegagalan, sulit untuk berkonsentrasi, cemas akan masa depan, mudah lupa, hingga berpikir secara terus menerus mengenai apa yang seharusnya mereka lakukan (Rahmadani; Olejnik & Holschuh (Barseli et al., 2017). Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mengalami stres akademik memiliki kecemasan terhadap masa depan serta berpikir secara terus menerus apa yang seharusnya mereka lakukan tanpa mengetahui dan memutuskan apa yang harus mereka lakukan.

Siswa yang mengalami stres akademik biasanya disebabkan karena banyaknya tuntutan. Stres akademik terjadi ketika siswa menghadapi banyak tuntutan akademik misalnya, penilaian sekolah, menanggapi pertanyaan oleh guru ketika di kelas, adanya tuntutan kemajuan kenaikan nilai dalam mata pelajaran, mendapatkan apa yang diajarkan oleh pendidik, persaingan dalam kelas, dan memenuhi keinginan orang tua (Sharief, 2022). Hal tersebut tentu akan membebani atau melebihi kapasitas yang dapat diraih siswa, yang akibatnya, siswa bisa mengalami stres.

Seperti yang telah dijelaskan, siswa yang mengalami stres akademik respon yang muncul dari pikiran yaitu cemas akan masa depan, hingga berpikir secara terus menerus mengenai apa yang seharusnya mereka lakukan (Rahmadani; Olejnik & Holschuh (Barseli et al., 2017). Dan berdasarkan pandangan Lazarus & Folkman (Rana et al., 2019)



yang menyatakan bahwa stres adalah fenomena mental atau fisik yang terbentuk melalui penilaian kognitif seseorang terhadap rangsangan dan merupakan hasil interaksi seseorang dengan lingkungan. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mengalami stres akademik diidentifikasi juga dengan pikiran atau penilaian kognitif seseorang terhadap stresor yang dapat memunculkan pikiran cemas akan masa depan hingga tanpa tahu apa yang harus dilakukan.

Kondisi siswa yang mengalami stres akademik bukanlah masalah yang dapat diabaikan. Yenti dan Sano (2020) menyatakan bahwa stres yang tidak mampu untuk dikendalikan dan diatasi akan memunculkan dampak negatif, yang secara kognitif berupa kesulitan konsentrasi, serta sulit mengingat pelajaran. Lebih jauh, siswa yang mengalami stres akademik membuat siswa tidak mampu memecahkan masalah dan hanya sebatas memikirkan apa yang harus mereka lakukan dan tentu saja tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Stres akademik yang dialami oleh siswa dapat berkurang ketika siswa memiliki tingkat harapan yang tinggi. Harapan akan membantu siswa dalam memecahkan permasalahan yang dialami, memperbaiki kondisi mencari dan menentukan cara perbaikan pada saat ini dan masa yang akan datang serta membantu siswa dalam mencapai tujuan akademik maupun kesuksesan dalam karir (Bartholomew et al., 2015).

Dengan harapan memungkinkan siswa yang mengalami stres akademik untuk mencapai tujuan dan memecahkan permasalahan. Hal tersebut didukung oleh pandangan Fraser et al. (2022) yang menyatakan bahwa teori harapan berpusat pada proses berpikir kognitif-motivasi yang mendorong seseorang menuju tujuan pribadi. Serta individu dengan harapan tinggi lebih sedikit stres dan lebih sedikit emosi negatif dibandingkan dengan individu yang memiliki harapan rendah ketika ia menghadapi hambatan tujuan (Gustafsson et al., 2013). Komponen harapan yaitu *agency* (energi untuk mencapai tujuan) dan *pathways* (rencana untuk mencapai tujuan) dapat dipelajari oleh siswa, siswa yang memiliki *agency* dan *pathways* dapat membantu mereka secara produktif menghadapi tekanan akademik yang menyebabkan stres, dan mendorong siswa menuju kesuksesan dalam belajar (Fraser et al., 2022).

Berdasarkan beberapa kondisi di atas maka studi mengenai harapan pada siswa yang mengalami stres akademik menjadi menarik untuk dibahas lebih lanjut. Hasil penemuan tentang tingkat harapan siswa yang mengalami stres akademik akan dijelaskan pada bagian selanjutnya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Menentukan partisipan dalam penelitian ini berdasarkan tingkat stres akademik yang siswa alami dengan menggunakan instrumen stres akademik yang telah dikembangkan berdasarkan teori dari Lazarus dan Folkman (Biggs et al., 2017). Uji empiris instrumen stres akademik melibatkan 322 siswa (190 perempuan dan 132 laki-laki) kelas XI SMA di Kota Bandung yang dilakukan secara *built-in* dengan pengumpulan data penelitian. Uji empiris instrumen stres akademik dengan *rasch model* melalui aplikasi *winstep*, hasil uji empiris terdapat 17 item pernyataan valid dan tidak terindikasi bias. Reliabilitas item diketahui memiliki nilai *alpha cronbach's* sebesar 0.84 yang berdasarkan kriteria reabilitas yaitu berada di kategori bagus sekali (Sumintono & Widhiarso, 2015). Hasil uji unidimensionalitas pada *raw variance explained by measure* 40.5% dan *unexpld variance in 1st contrast* sebesar 7.5%, hasil tersebut menunjukkan bahwa *raw variance explained by measure* instrumen stres akademik telah memenuhi syarat minimum pada uji unidimensionalitas yaitu 20% (Sumintono & Widhiarso, 2015). Selanjutnya, pada



bagian *unexploded variance in 1st contrast* menunjukkan nilai yang memenuhi syarat minimum yaitu berada dibawah 15% (Sumintono & Widhiarso, 2015). Hasil uji empiris menunjukkan bahwa pengumpulan data melalui instrumen stres akademik tersebut dapat memberikan gambaran stres akademik yang dialami oleh siswa. Berdasarkan data yang diperoleh, kemudian data diolah dan menunjukkan hasil bahwa terdapat 52 siswa dengan 27 siswa perempuan dan 25 siswa laki-laki yang mengalami stres akademik.

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat harapan 52 siswa yang mengalami stres akademik yaitu menggunakan *Indonesian Hope Scale* (Asiah et al., 2022) yang dikembangkan berdasarkan konsep dan konstruksi harapan Snyder yang terdiri dari dua aspek yaitu *pathways thinking* dan *agency thinking*. Instrumen ini telah layak digunakan karena melewati beberapa uji kelayakan oleh ahli serta uji empiris. Pada uji reliabilitas nilai *person reliability* sebesar 0,83 berada kategori bagus, selanjutnya nilai *item reliability* sebesar 0,98 berada dikategori istimewa, dan nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,86 dan berada pada kategori bagus sekali (Sumintono & Widhiarso, 2015). Hasil uji undimensionalitas menunjukkan bahwa *raw variance by measure* adalah 41.1% memenuhi syarat minimum 20% dan *unexploded variance in 1st contrast* yaitu 4.0% memenuhi syarat minimum berada dibawah 15% (Sumintono & Widhiarso, 2015). Uji empiris tersebut menunjukkan bahwa *Indonesian Hope Scale* (Asiah et al., 2022) mampu untuk mengukur tingkat harapan siswa yang mengalami stres akademik. Data yang diperoleh kemudian diolah dan diperoleh tingkat harapan siswa pada kategori rendah, sedang, hingga tinggi. Selanjutnya data juga akan disajikan dalam dua aspek harapan, yaitu *pathways thinking* dan *agency thinking*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat harapan pada 52 siswa yang mengalami stres akademik tergambar pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1.
 Analisis Deskriptif Harapan Siswa yang Mengalami Stres Akademik

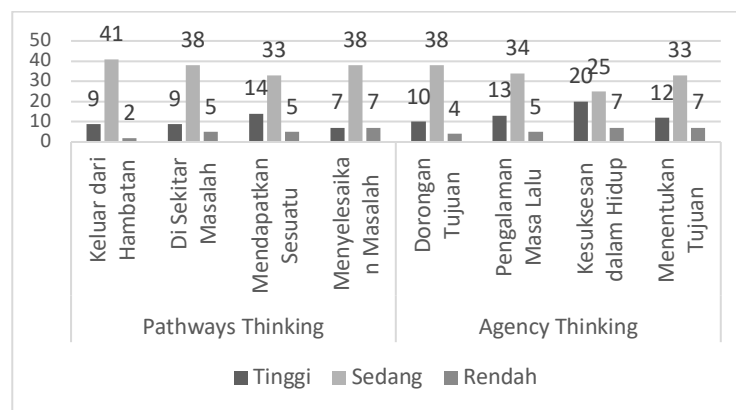
Mean	Standar Deviasi	Nilai Tertinggi	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
108,12	12,49	136	Tinggi	121 – 136	9	17
			Sedang	96 – 120	37	71
			Rendah	81 – 95	6	12
Total					52	100

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata nilai harapan siswa yang mengalami stres akademik adalah 108,12 dengan standar deviasi berdasarkan analisis deskriptif harapan siswa yang mengalami stres akademik yaitu 12,49 dan nilai harapan tertinggi yang dimiliki siswa yaitu 136. Hasil analisis deskriptif di atas menggambarkan bahwa hanya sedikit siswa yang nilai harapannya berada pada kategori rendah, yaitu hanya 12% dari 52 partisipan dan persentase tersebut hampir seimbang dengan persentase harapan siswa yang berada pada kategori tinggi yaitu 17% dari 52 partisipan. Sedangkan nilai harapan siswa dengan persentase tertinggi dan jumlah terbanyak yaitu pada kategori sedang yaitu 71% dari 52 partisipan, maka dapat dinyatakan bahwa harapan siswa yang mengalami stres akademik berada pada kategori sedang.



Hasil analisis di atas menunjukkan perbedaan dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2020). Penelitian yang dilakukan Pratiwi et al. (2020) melibatkan 139 orang remaja pada suatu lembaga di Bandung, dengan karakteristik partisipan berusia 15 tahun – 17 tahun dan paling banyak berada pada tingkat SMA/SMK. Jika dilihat berdasarkan karakteristik partisipan, partisipan pada penelitian yang dilakukan Pratiwi et al. (2020) tidak melibatkan populasi khusus yaitu mengukur tingkat harapan seluruh remaja yang berada di suatu lembaga di Bandung dan pada penelitian yang dilakukan ini melibatkan populasi khusus yaitu siswa yang mengalami stres akademik. Selain itu, jika dilihat dari hasil penelitian, penelitian yang telah dilakukan oleh Pratiwi et al. (2020) hasilnya menunjukkan bahwa tingkat harapan masa depan berada pada kategori tinggi dengan persentase 54.7% dari 139 partisipan. Sedangkan hasil analisis deskriptif harapan siswa yang mengalami stres akademik yang telah disajikan di atas, menunjukkan bahwa tingkat harapan siswa yang mengalami stres akademik berada pada kategori sedang.

Selanjutnya, gambaran harapan siswa yang mengalami stres akademik dapat ditinjau dari dua aspek harapan. Kedua aspek tersebut yaitu *agency* dan *pathways* (Snyder (Fraser et al., 2022)). Gambaran harapan siswa yang mengalami stres akademik ditinjau berdasarkan aspek harapan menurut Snyder (Fraser et al., 2022) dapat dilihat pada Grafik 3.1 berikut.



Grafik 1. Gambaran Harapan berdasarkan Aspek dan Indikator

Berdasarkan aspek *pathways thinking* atau yang disebut dengan rencana untuk mencapai tujuan, pada indikator pertama (keluar dari hambatan) menunjukkan bahwa siswa berada pada kategori sedang berjumlah 41 siswa, pada indikator kedua (di sekitar masalah) berada pada kategori sedang berjumlah 38 siswa, indikator ketiga (mendapatkan sesuatu) berada pada kategori sedang berjumlah 33 siswa, dan pada indikator keempat yaitu menyelesaikan masalah berada pada kategori sedang dengan jumlah 38 siswa. Data tersebut menunjukkan bahwa *pathways thinking* siswa yang mengalami stres akademik berada pada kategori sedang. *Pathway thinking* merupakan sebuah pemikiran perencanaan yang berorientasi pada tujuan, dimana seorang yang memiliki *pathways thinking* memungkinkan seseorang tersebut dapat mencapai tujuan pribadinya (Feldman & Kubota, 2015; Fraser et al., 2022). Kemudian, individu yang memiliki harapan yang tinggi ia tidak hanya memiliki satu rencana untuk mencapai tujuannya, tetapi ia akan menghasilkan atau mempunyai banyak alternatif rencana untuk mencapai tujuannya. Hal tersebut dikarenakan orang yang penuh harapan berpikir bahwa ada sebuah kemungkinan rencana yang mereka buat tidak berhasil, untuk itu individu tersebut membuat banyak



perencanaan untuk menghindari rintangan yang mungkin akan terjadi (Snyder (Feldman & Kubota, 2015).

Pada aspek *agency thinking* atau yang disebut dengan energi untuk mencapai tujuan, menunjukkan bahwa pada indikator dorongan tujuan berada pada kategori sedang dengan jumlah siswa 38, pada indikator pengalaman masa lalu berada pada kategori sedang berjumlah 34 siswa, indikator kesuksesan dalam hidup berada pada kategori sedang berjumlah 25 yang hampir seimbang dengan kategori tinggi dengan jumlah 20 siswa. Pada indikator terakhir, yaitu menentukan tujuan berada pada kategori sedang dengan jumlah 33 siswa. Hasil menunjukkan bahwa pada aspek *agency thinking* siswa berada pada kategori sedang. *Agency thinking* merupakan sebuah energi atau tekad seseorang untuk berhasil menuju tujuannya (Fraser et al., 2022; Sui-chu Ho et al., 2021; In, 2016; Ong et al., 2017). Snyder (Feldman & Kubota, 2015) mengungkapkan bahwa *agency* merupakan pemikiran yang dimiliki seseorang mengenai kemampuan mereka untuk memulai serta melakukan tindakan pada rencana (*agency*) yang dipilih untuk mencapai tujuan tersebut. Pemikiran *agency* ini memberikan keyakinan dan pemikiran seperti “Saya berpikir saya bisa”, *agency* memberikan motivasi pada individu untuk memulai serta konsisten pada apa yang dilakukan untuk pencapaian tujuan (Piper (Feldman & Kubota, 2015).

Kedua aspek harapan yakni *agency thinking* dan *pathways thinking* saling memberikan makna satu sama lain dalam hubungan timbal balik yang positif dalam proses mencapai tujuan. Snyder (Fraser et al., 2022) mengungkapkan bahwa jalur (*pathways*) dan pemikiran agensi (*agency*) sebagai iteratif dan aditif, keduanya saling memberi makna dalam asosiasi timbal balik yang positif dalam mencapai tujuan. Siswa yang ingin mencapai tujuannya, terutama sukses dalam bidang akademik perlu untuk memiliki kedua aspek tersebut. Untuk menjadi sukses dalam bidang akademik, Feldman dan Kubota (2015) menyatakan bahwa siswa membutuhkan kombinasi *pathways* dan *agency*.

KESIMPULAN

Harapan pada siswa yang mengalami stres akademik berada pada kategori sedang atau belum sepenuhnya memiliki tingkat harapan yang baik yang belum pada tingkat kategori tinggi. Hal tersebut terlihat berdasarkan dari data gambaran siswa berdasarkan tiap aspek dan indikator harapan yang telah dipaparkan. Data hasil tingkat harapan siswa yang mengalami stres akademik dapat dijadikan sebagai dasar oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan harapan siswa yang mengalami stres akademik, dengan demikian harapan siswa dapat meningkat dan mampu membantu siswa dalam mengatasi stres akademik yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiah, N., Rusmana, N., Saripah, I., & Hamdan, A. H. (2022). The Development and Validation of Indonesian Hope Scale (IHS): A Rasch model analysis. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 6(1). <https://doi.org/10.24036/00498za0002>
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa dengan Hasil Belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40. <https://doi.org/10.29210/120182136>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>



- Bartholomew, T. T., Scheel, M. J., & Cole, B. P. (2015). Development and Validation of the Hope for Change Through Counseling Scale. *The Counseling Psychologist*, 43(5), 671–702. <https://doi.org/10.1177/0011000015589190>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Part Four Coping with Stress 21 Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory.
- Fauziyyah, R., & Awinda, R. C. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 (Vol. 1). <http://pdsjki.org/home>.
- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, Self-efficacy, Optimism, and Academic Achievement: Distinguishing Constructs and Levels of Specificity in Predicting College Grade-point Average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210–216. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.022>
- Fraser, A. M., Alexander, B. L., Abry, T., Sechler, C. M., & Fabes, R. A. (2022). Youth Hope and Educational Contexts. *Youth Hope and Educational Contexts*. <https://doi.org/10.4324/9781138609877-ree117-1>
- Gibran, H., & Wiyono, B. D. (2022). Pengaruh Stres Akademik Dan Burnout Terhadap Prestasi Belajar Di Masa Pembelajaran Daring Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Galis Pamekasan.
- Gustafsson, H., Skoog, T., Podlog, L., Lundqvist, C., & Wagnsson, S. (2013). Hope and Athlete Burnout: Stress and Affect as Mediators. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 640–649. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.03.008>
- In, H. (2016). Acculturation and Hope as Predictors of Career Decision Self-Efficacy Among Korean International Undergraduate Students. *Journal of Career Development*, 43(6), 526–540. <https://doi.org/10.1177/0894845316633784>
- Ong, A. D., Standiford, T., & Deshpande, S. (2017). Hope and Stress Resilience (M. W. Gallagher & S. J. Lopez, Eds.; Vol. 1). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199399314.013.26>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The Impact of Stress on Students in Secondary School and Higher Education. In *International Journal of Adolescence and Youth* (Vol. 25, Issue 1, pp. 104–112). Routledge. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Pratiwi, R. Y., Oktavia Hidayati, N., Nur, N., & Maryam, A. (2020). Tingkat Harapan Masa Depan Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, VIII(1). <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan>
- Rana, A., Gulati, R., & Wadhwa, V. (2019). Integrated Journal of Social Sciences Stress Among Students: An Emerging Issue. In *Integr. J. Soc Sci* (Vol. 6, Issue 2). Article. <http://pubs.iscience.in/ijss>
- Reddy, J. K., Menon, K., & Thattil, A. (2017). Understanding Academic Stress among Adolescents. *Artha - Journal of Social Sciences*, 16(1), 39. <https://doi.org/10.12724/ajss.40.4>
- Sharief, S. (2022). Relationship of Academic Stress with Emotional Intelligence & Academic Achievement. ~ 251 ~ *International Journal of Multidisciplinary Trends*, 4(1), 251–258. www.multisubjectjournal.com
- Sudarsana, D. (2019). Pengaruh Antara Stres Akademik dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IX SMPN 2 Kemalang (The Influence Between Academic Stress and Learning Achievement of Class IX SMPN 2 Kemalang). *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5.



- Sui-chu Ho, E., Chiu, S. W. kai, Sum, K. wing, Cheung, C. W. shan, & Lee, T. S. kit. (2021). The Mediating Role of Different Types of Parental Support in the Social Disparity of Hope in Young Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(7), 1437–1449. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01409-z>
- Sumintono, B. , & Widhiarso, W. (2015). *Aplikasi Pemodelan Rasch Pada Assessment Pendidikan*. Trim Komunikata.
- Yenti, I. Z. F., & Sano, A. (2020). Academic Stress Coping of Padang City State Madrasah Aliyah Students. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 68. <https://doi.org/10.24036/00359kons2021>

