

Hubungan Antara Stres Akademik dan *Student Engagement* Siswa SMA pada Masa Pandemi Covid-19

Rita Nunung Tri Kusyanti

SMA Negeri 1 Tempel

trikusyanti3@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan *student engagement* siswa SMA pada masa pandemi. Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan yang negatif antara stres akademik dan keterlibatan siswa atau *student engagement*, artinya semakin tinggi stress akademik semakin rendah nilai *student engagement*. Subyek penelitian berjumlah 180 siswa kelas X, XI dan XII SMA Negeri 1 Tempel Sleman. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala stres akademik dan skala *student engagement* yang sudah diadaptasi dan dikembangkan oleh peneliti. Skala stres akademik memiliki koefisien reliabilitas 0,921 dan skala *student engagement* memiliki koefisien reliabilitas 0,738. Teknik analisa data menggunakan uji korelasi product moment Pearson karena sebaran data kedua variabel normal dan mempunyai hubungan yang linear. Hasil uji korelasi menggunakan uji korelasi product moment berdasarkan nilai signifikasi (2-tailed) adalah sebesar $0,599 > 0,05$, berarti tidak terdapat korelasi yang signifikan antara variabel stres akademik dengan variabel *student engagement*. Hasil nilai r hitung (Pearson correlation) adalah - 0,39 artinya nilai 0,39 tersebut lebih besar dari r tabel 0,148 maka kedua variabel stres akademik dan *student engagement* mempunyai hubungan, kekuatan hubungan stres akademik dan *student engagement* pada masa pandemi di SMAN 1 Tempel mempunyai hubungan yang rendah. Kedua variabel mempunyai hubungan yang negatif karena nilai Pearson correlation bertanda negatif artinya bila *student engagement* rendah maka stres akademik tinggi atau bila stres akademik rendah maka *student engagement* pada pembelajaran jarak jauh tinggi.

Kata kunci: stres akademik, *student engagement*, masa pandemi covid-19.

The Relationship Between Academic Stress and Student Engagement of High School Students at Pandemi Covid-19

Abstract: This study aims to determine the relationship between academic stress and student engagement of high school students during the pandemic. The research hypothesis is that there is a negative relationship between academic stress and student engagement, meaning that the higher the academic stress, the lower the value of student engagement. The research subjects were 180 students of class X, XI and XII of SMA Negeri 1 Tempel Sleman. The data collection instruments used an academic stress scale and scale student engagement which were adapted and developed by researchers. The academic stress scale has a reliability coefficient of 0.921 and the scale student engagement has a reliability coefficient of 0.738. The data analysis technique used the Pearson product moment correlation test because the data distribution of the two variables was normal and had a linear relationship. The results of the correlation test using the product moment correlation test based on the significance value (2-tailed) amounted to $0.599 > 0.05$, meaning that there is no significant correlation between the academic stress variable and the variable student engagement. The result of the value of r count (Pearson correlation) is -0.39, meaning that the value of 0.39 is greater than r table 0.148, so the two variables of academic stress and student engagement have a relationship, the strength of the relationship between academic stress and student engagement during the pandemic at SMAN 1 Paste have a low relationship. The two variables have a negative relationship because the Pearson correlation value is negative, meaning that if student engagement is low, academic stress is high or if academic stress is low, student engagement on distance learning is high.

Keywords: academic stress, student engagement, pandemic period covid-19.

1. Pendahuluan

Pada masa pandemi Kementerian pendidikan dan kebudayaan, menteri agama, menteri kesehatan, dan menteri dalam negeri mengeluarkan keputusan Bersama tentang penyelenggaraan pembelajaran pada tahun ajaran 2020/2021 dan tahun akademik 2020/2021. Pembelajaran jarak jauh melalui daring atau luring, contoh daring tatap muka virtual antara lain melalui *video conference*, *teleconference*, misalnya melalui *googlemeet*, *zoom*, diskusi dalam group media sosial contohnya group telegram, group WA atau menggunakan sistem manajemen pembelajaran (LMS). Contoh LMS antara lain, *google classroom*, ruang guru, *zenius*, *edmodo*, *moodle*, *Schoology* *seamolec*. Fasilitas pembelajaran jarak jauh menggunakan luring misalnya dengan media buku, modul elektronik, media televisi, dan Radio (Kemendikbud, 2020).

Fasilitas pembelajaran jarak jauh baik luring maupun daring mempunyai berbagai kendala, kendala atau permasalahan yang muncul baik dari guru atau siswa adalah: ada beberapa siswa yang mempunyai respon lambat dalam pembentukan kelas maya dalam hal ini group WA, telegram, *google classroom* ; apabila tatap muka dengan aplikasi *Zoom*, *google meeting* kadang-kadang terkendala sinyal internet, listrik *on-of*, keluhan siswa tentang kuota, ada siswa belum siap walaupun sudah diberitahukan sebelumnya, menunggu beberapa menit untuk siswa hadir virtual sehingga pembelajaran menjadi tidak efektif (Kusyanti R.N, 2021: 42).

Selain masalah teknis, berbagai kendala tersebut bisa diatasi bila motivasi tinggi maka keterlibatan siswa juga tinggi hal ini sesuai dengan penelitian Reeve, J., & Tseng, C. M bahwa kontribusi guru dan siswa dalam pembelajaran menjadi keterlibatan yang ke empat selain keterlibatan perilaku, kognitif dan emosional karena mempunyai korelasi tinggi dan positif, jadi keterlibatan guru dan siswa memediasi hubungan motivasi dengan prestasi (2011:258-261). Berdasar peran motivasi dan penguatan, secara umum terdapat tiga aspek krusial tentang keterlibatan siswa dalam pembelajaran: 1) *attentiveness*: siswa harus fokus kepada pengalaman belajar, 2) *receptiveness*: siswa harus reseptif terhadap pengalaman belajar, mempunyai motivasi kehendak untuk belajar dan merefleksi apa yang telah dilakukan, 3) *appropriateness*: kesesuaian dari hasil belajar dengan tujuan pembelajaran, dengan memperhatikan konsep awal dari pemahaman yang dimiliki siswa. Pengajaran efektif harus mempunyai tiga aspek keterlibatan, *attentiveness*

berkaitan dengan bagaimana guru mempertahankan supaya siswa tetap berkonsentrasi misalnya dengan cara variasi aktivitas belajar, siswa aktif, minat siswa tinggi. *Receptiveness* adalah cara bagaimana guru menggunakan aneka sumber untuk memotivasi siswa misalnya dengan memunculkan rasa ingin tahu. *Appropriateness* mengacu pada guru mensinkronkan antara pengetahuan dan pengalaman siswa misalnya dengan memantau perkembangan siswa, memberikan umpan balik karya siswa (Kyriacou. C, 2011: 59-60).

Motivasi adalah proses yang menstimulus perilaku kita untuk bertindak (Richard I. Arends, 2012: 142), siswa yang ber motivasi rendah dapat beranggapan penyebab kegagalan dan kesuksesan karena nasib, tetapi siswa yang bermotivasi tinggi berprespektif pada kemampuan, usaha, dan kesulitan tugas belajarnya. Berkaitan dengan tugas yang diberikan guru dan cara belajar siswa pada masa pandemi dapat mengakibatkan kesulitan belajar siswa. Kesulitan belajar secara umum kemungkinan adanya kesulitan berhubungan dengan perkembangan dan kesulitan belajar akademik (Abdurrahman. M, 2012: 9). Akibat kesulitan belajar bila tidak segera ditanggulangi dapat mengakibatkan stress. Stress memicu reaksi tubuh saat menghadapi ancaman, tekanan hasilnya adalah suatu perubahan fisiologis yang disebut respon stress (Pinel. J, 2009: 556). Menurut Durand dan Barlow (2006: 341), stress sebagai respons fisiologis individu terhadap sensor yaitu memobilisasi sumber daya yang dimiliki selama menghadapi ancaman atau bahaya.

School stress atau stres akademik adalah respon individu antara lingkungan sekolah atau pendidikannya dengan kondisi akademiknya, sehingga mempengaruhi psikologisnya (Wicaksana.B.Y, 2017: 24). Lingkungan sekolah meliputi komunikasi siswa dengan guru, antar siswa, pembelajaran, tugas-tugas pembelajaran. Stres akademik adalah respon yang dialami siswa ketika tidak dapat memenuhi tugas-tugas atau tuntutan akademiknya sehingga memandang tugas sekolah yang harus dikerjakannya menjadi beban pikirannya. Stres akademik yang disebabkan oleh academic stressor (Sayekti, 2017) Akademik stressor yaitu stres yang bersumber dari kegiatan pembelajaran di sekolah antara lain keharusan untuk berprestasi, keharusan untuk belajar, pekerjaan rumah/tugas, tidak mempunyai prestasi, kebingungan menentukan tujuan sekolah dan jurusan, tidak siap bila ada penilaian (Rahmawati, W. K. 2017).

Menurut Sarafino dan Smith (2011) aspek stres terdiri dari dua aspek, yaitu yang berkaitan dengan biologis dan psikososial. Berdasar Sinha, Sharma, dan Mahendra (2001) terdapat lima indikasi yang merupakan indikator stres akademik, yaitu kognitif, afektif, fisiologis, sosial dan motivasi.

Berdasar karakteristik dan aspek yang terdapat pada stress akademik dan keterlibatan siswa atau student engagement, perlu adanya penelitian bagaimana hubungan antara stress akademik dan keterlibatan siswa atau student engagement SMA pada pembelajaran di masa pandemi C-19. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menentukan hubungan antara stres akademik dan student engagement siswa sekolah menengah atas di masa pandemi C-19. Manfaat dari penelitian ini bagi dunia pendidikan khususnya guru sangat penting karena dapat sebagai refleksi pembelajaran yang sudah dilaksanakan apakah siswa kita termasuk mengalami stres akademik atau tidak dan bagaimana student engagement di sekolah menengah atas pada masa pandemi ini. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara stress akademik dan keterlibatan siswa atau student engagement, artinya semakin tinggi stress akademik semakin rendah nilai *student engagement*

2. Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah Stres Akademik dengan student engagement sebagai variabel dependen. Pengukuran stress akademik menggunakan skala stress akademik Lin dan Chen (2009) dikembangkan sesuai dengan pembelajaran jarak jauh pada saat pandemi C-19. *Student engagement* diukur dengan penelitian Reeve, J., & Tseng, C. M (2011) bahwa kontribusi guru dan siswa dalam pembelajaran menjadi keterlibatan yang keempat selain keterlibatan perilaku, kognitif dan emosional karena mempunyai korelasi tinggi dan positif. Penelitian ini dilakukan pada saat pandemi sehingga keterlibatan siswa dihubungkan dengan keterlibatan saat pembelajaran online dimana siswa belajar di rumah.

Subyek penelitian melibatkan sebagian kelas pada jurusan IPA, IPS dari kelas X, XI, dan XII. Sampel penelitian untuk uji coba instrument adalah sebagian kelas XI dan XII. Penelitian dilakukan mulai bulan April 2021 di SMA N 1 Tempel Sleman Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner

penelitian melalui google formulir yaitu skala psikologis yang terdiri dari skala stress akademik dan skala *student engagement*.

Teknik analisis data hasil kuesioner untuk keperluan uji hipotesis menggunakan analisis statistik korelasi. Untuk analisis kuantitatif digunakan uji hipotesis, uji validitas, uji normalitas, uji reliabilitas, uji linearitas. Analisa data menggunakan software pengolah data statistik SPSS.

3. Hasil dan Pembahasan

Skala stress akademik merupakan hasil adaptasi dari 7 faktor pemicu stres akademik berdasar penelitian Lin dan Chen (2009) dengan indikator stres guru, stres ujian, stres belajar kelompok, stres lingkungan belajar, stres mengelola waktu, stres hasil belajar, stres diri sendiri. Adaptasi dan pengembangan skala stress akademik dalam penelitian ini mencakup 32 item yang tersusun atas pernyataan favorable. Pengukuran skala stress akademik menggunakan skala Linkert dengan empat alternative jawaban yang dapat dipilih subyek yaitu: sangat setuju, setuju, netral dan tidak setuju. Nilai paling tinggi 4 untuk jawaban sangat setuju, nilai 3 untuk jawaban setuju, nilai 2 untuk jawaban netral dan nilai 1 untuk jawaban tidak setuju.

Tabel 1. *Blue print* skala stress akademik

No	Stressor	No item	Jumlah
1	Stres guru	1,2,3,4,5,6	6
2	Stres hasil belajar	7,8,9,10	4
3	Stres ujian	11,12,13	3
4	Stres belajar kelompok	14,15,16,17	4
5	Stres lingkungan belajar	18,19,20,21,22	5
6	Stres mengelola waktu	23,24,25,26	4
7	Stres diri sendiri	27,28,29,30,31,32	6
Jumlah			32

Skala *student engagement* merupakan hasil adaptasi dan pengembangan penelitian Reeve, J., & Tseng, C. M (2011) yang mencakup empat aspek yaitu aspek kontribusi guru dan siswa, aspek keterlibatan perilaku, kognitif dan emosional. Pengembangan skala ini terdiri dari 24 aitem yang tersusun atas pernyataan favorable, pengukuran skala student engagement menggunakan skala Likert dengan empat alternative jawaban yang dapat dipilih subyek yaitu: selalu, sering, jarang dan tidak pernah. Nilai paling tinggi 4 untuk jawaban selalu, nilai 3 untuk jawaban sering, nilai 2 untuk jawaban jarang dan nilai 1 untuk jawaban tidak pernah.

Tabel 2. *Blue print* skala student engagement

No	Aspek	No item	Jumlah
1	Kontribusi guru dan siswa	1,2,3,4,5,6,7	7
2	Keterlibatan perilaku	8,9,10,11,12, 13,14	7
3	Keterlibatan kognitif	15,16,17, 18,19,20	6
4	Keterlibatan emosional	21,22,23, 24	4
Jumlah			24

Proses uji coba alat ukur dikirimkan melalui google formulir kepada 40 siswa kelas XI dan XII, yang mengirimkan kembali uji coba skala stress akademik 32 siswa dan yang mengirimkan kembali uji coba skala *student engagement* 27 siswa. Berdasar hasil data pengujian skala psikologis tersebut selanjutnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan aitem-aitem yang terdapat pada skala psikologis tersebut valid dan reliable sebelum melakukan pengambilan data skala besar atau subyek yang sebenarnya. Menurut Aswar S, (2012: 95) aitem dengan $\geq 0,30$ sebagai item yang validitasnya memuaskan. Hasil komputasi dengan menggunakan software pengolah data diperoleh hasil sebagai berikut: seleksi aitem pada skala stress akademik diperoleh terdapat lima aitem yang dibawah rtabel 0,349 yaitu aitem nomor 2, 3, 20, 25, 32 sehingga aitem tersebut dinyatakan tidak valid karena skor korelasinya berada dibawah 0,349. Sehingga pada skala stress akademik terdapat 27 aitem yang valid dengan koefisien korelasi dari 0,381 sampai dengan 0,806.

Hasil seleksi aitem sebanyak 27 aitem dengan menggugurkan aitem nomor 2, 3, 20, 25, 32 diperoleh koefisien reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0,921. Hasil uji coba skala stress akademik dapat dilihat pada tabel 3

Hasil komputasi seleksi item pada skala *stress engagement* diperoleh terdapat 2 aitem yang dibawah rtabel 0,349 yaitu aitem nomor 18, 23 sehingga aitem tersebut dinyatakan tidak valid karena skor korelasinya berada dibawah 0,349. Sehingga pada skala stress engagement terdapat 22 aitem yang valid dengan koefisien korelasi dari 0,371 sampai dengan 0,836.

Hasil seleksi aitem sebanyak 22 item dengan menggugurkan item nomor 18, 23 nilai koefisien reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0,738. Hasil uji coba skala stress engagement dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 3. Distribusi item skala stress akademik setelah uji coba

No	Stressor	No item	Jumlah
1	Stres guru	1,3,4,5	4
2	Stres hasil belajar	7,8,9,10	4
3	Stres ujian	11,12,13	3
4	Stres belajar kelompok	14,15,16, 17	4
5	Stres lingkungan belajar	18,19, 21,22	4
6	Stres mengelola waktu	23,24,26	3
7	Stres diri sendiri	27,28,29, 30,31	5
Jumlah			27

Tabel 4. Distribusi item skala student engagement (setelah uji coba)

No	Aspek	No item	Jumlah
1	Kontribusi guru dan siswa	1,2,3,4,5,6,7	7
2	Keterlibatan perilaku	8,9,10,11,12, 13,14	7
3	Keterlibatan kognitif	15,16,17, 19,20	5
4	Keterlibatan emosional	21,22,24	3
Jumlah			24

Responden penelitian sejumlah 180 siswa (baik laki-laki maupun perempuan) yang terdiri kelas X sejumlah 60 siswa, kelas XI sejumlah 60 siswa dan kelas XII sejumlah 60 siswa.

Deskripsi data hasil kuesioner dikategorikan rendah, sedang dan tinggi bila sesuai dengan tujuan kategori. Kategori adalah untuk memposisikan individu sesuai dalam kelompok berdasar instrument pengukuran (Aswar S, 2012:147). Sesuai data penelitian, analisis deskripsi skor tinggi dan rendahnya siswa-siswa SMAN 1 Tempel Sleman terhadap skala student engagement dan skala stress akademik, diperlihatkan pada tabel 5 dan tabel 6.

Tabel 5. Kategori subyek skor skala stress akademik

Kategori	Rentang skor	Jumlah	%
Rendah	$x < 67$	124	68,9
Sedang	$67 \leq x < 95$	54	30
Tinggi	$95 < x$	2	1,1
Total		180	100

Tabel 6. Kategorisasi subyek skor skala student engagement

Kategori	Rentang skor	Jumlah	%
Rendah	$x < 67$	155	86,2
Sedang	$67 \leq x < 95$	25	13,8
Tinggi	$95 < x$	-	-
total		180	100

Berdasar hasil kategori pada skor skala stres akademik pada tabel 5, 124 responden atau 68,9% kategori rendah, 54 atau 30% responden kategori sedang dan kategori tinggi terdapat 2 atau 1,1% responden. Dapat disimpulkan skor kategorisasi rendah ditunjukkan pada skala stres akademik yang mempunyai jumlah tertinggi yaitu 124 responden. Pada skor skala *student engagement* terdapat 155 atau 86,2 % responden dengan kategori rendah, kategori sedang sebanyak 26 atau 13,8 % responden, hal ini dapat disimpulkan pada jumlah yang tinggi dengan responden sebanyak 155 atau 86,2%. yang menunjukkan kategorisasi skor rendah.

Sebelum menguji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu uji asumsi dengan menguji linieritas dan normalitas. Uji normalitas untuk mengetahui distribusi sebaran data normal atau tidak untuk masing-masing variable dependen dan variable independen. Distribusi sebaran data normal bila $p > 0,05$ artinya responden penelitian sudah mewakili populasi. Hasil uji normalitas variabel stress akademik dengan variabel *student engagement* dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov Statistika Sig.		Interpretasi
Student engagement	0,60	0,200	Distribusi normal

Berdasar data diatas diperoleh nilai p untuk variabel stress akademik dengan variabel *student engagement* adalah 0,200, dapat disimpulkan variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement* mempunyai sebaran data mengikuti distribusi normal. Langkah selanjutnya adalah menguji hubungan antara variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement* apakah linier atau tidak, dengan uji linier. Apabila sig.deviation from linearity $> 0,05$ maka kedua variabel mempunyai hubungan yang linier atau sebaliknya. Hasil uji linearitas antara variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement* dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

Variabel	sig.deviation from linearity	Interpretasi
Stress akademik dan student engagement	0,728	Terdapat hubungan yang linier

Berdasar uji linearitas dengan nilai sig.deviation from linearity adalah $0,728 > 0,05$ dapat disimpulkan kedua variabel mempunyai hubungan yang linier antara variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement*.

Langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis berupa uji korelasi. Uji korelasi diperlukan untuk mengetahui hubungan signifikan, kekuatan hubungan atau korelasi, arah hubungan negative atau positif antara variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement*. Berdasar Sugiyono (2020: 248) koefisien korelasi antara 0,20 - 0,399 mempunyai tingkat hubungan yang rendah, 0,40 - 0,599 tingkat hubungan sedang dan kuat bila mempunyai koefisien korelasi 0,60 - 0,799. Uji signifikansi korelasi product moment jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka berkorelasi dan sebaliknya. Bila nilai pearson correlation negatif maka hubungannya negatif atau sebaliknya, bila nilai pearson correlation $> r$ tabel maka kedua variabel berhubungan atau sebaliknya. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Hasil uji hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
Stress akademik dan student engagement	-.039	0,599

Berdasarkan nilai r hitung (Pearson correlation) 0,39, r tabel dengan jumlah subyek $N=180$ adalah 0,148 maka dapat disimpulkan $0,39 > 0,148$ maka terdapat korelasi antara variabel stress akademik dan dengan variabel *student engagement*. Nilai nilai r hitung (Pearson correlation) bernilai negatif maka hubungan keduanya adalah bersifat negatif artinya bila stress akademik tinggi maka *student engagement* rendah atau sebaliknya. Berdasarkan nilai r hitung (Pearson correlation) 0,39 yang diperoleh maka kriteria kekuatan hubungan stress akademik dan *student engagement* mempunyai hubungan yang rendah. Dari data tersebut maka hipotesis penelitian ini dapat diterima.

4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisa data disimpulkan: hasil uji korelasi menggunakan uji korelasi product moment berdasarkan nilai signifikansi (2-tailed): dari tabel 8 diatas adalah $0,599 > 0,05$, mempunyai makna tidak terdapat korelasi yang signifikan antara variabel stres akademik dan dengan variabel *student engagement*. Berdasar nilai r hitung (Pearson correlation) - 0,39 yang lebih besar dari r tabel 0,148 maka kedua variabel stress akademik dan *student engagement*. mempunyai hubungan atau berkorelasi, kekuatan hubungan stress akademik dan *student engagement* pada masa pandemi covid-19 di SMAN 1 Tempel mempunyai hubungan yang rendah dengan nilai r hitung (Pearson correlation) 0,39. Kedua variabel stres akademik dan *student engagement*. mempunyai hubungan yang negatif berdasar nilai r hitung (Pearson correlation = - 0,39) bertanda negatif artinya bila keterlibatan siswa rendah maka stress akademik tinggi atau bila stress akademik rendah maka keterlibatan siswa pada pembelajaran jarak jauh tinggi.

Dalam pembelajaran diharapkan *Student engagement* tinggi maka untuk guru disarankan untuk melakukan pengajaran yang efektif melibatkan tiga aspek keterlibatan, *attentiveness* misalnya dengan cara variasi aktivitas belajar, siswa aktif, minat siswa tinggi. *Receptiveness* adalah cara bagaimana guru menggunakan aneka sumber untuk memotivasi siswa dan *Appropriateness* yaitu dengan memantau dan memberikan umpan balik hasil pekerjaan siswa. Sekolah dapat mengurangi stres akademik siswa antara lain dengan pemberian tugas proyek terdapat jadwal yang terintegrasi antar matapelajaran sehingga hal ini. Apabila terdapat siswa yang mengalami keterlibatan rendah dan stress akademik maka sekolah harus menciptakan komunikasi yang efektif, memberikan dukungan agar terhindar dari *dropout*.

Daftar Pustaka

- Abdurrahman, M. (2012). *Anak Berkesulitan Belajar: Teori, Diagnosis, dan Remediasi*. Jakarta: Reneka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Durand, V. M, & Barlow, D.H. (2006). *Essential of Abnormal Psychology*. USA: Belmont.
- Soetjipto, H. P. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kemendikbud. (2020). *LPPKSP*. Jakarta: Kemendikbud.

- Kusyanti R. N. (2021). Development of Interactive Digital Module Based on Virtual Laboratories in The Covid-19 Pandemic Era in Dynamic Fluid Materials. *International Journal of Active Learning*, 6(1), 41-48. DOI: <https://doi.org/10.15294/ijal.v6i1>
- Kyriacou, C. (2009). *Effective Teaching: Theory and Practice*. United Kingdom: Nelson Thornes Ltd.
- M Khozim, 2011. Bandung: Nusa Media.
- Lin, Y. M., & Chen, F.S. (2009). Academic Stress Inventory of Student at Universities and Collages of Technology. *Word Transaction on Engginering and Technology*, 7(2). [http://www.wiete.com.au/journals/WTE&TE/Pages/Vol.7,%20No.2%20\(2009\)/8-03-Lin-Y.M.pdf](http://www.wiete.com.au/journals/WTE&TE/Pages/Vol.7,%20No.2%20(2009)/8-03-Lin-Y.M.pdf)
- Pinel, John. P.J. (2009). *Biopsychology*. Boston: Person.
- Soetjipto, H. P. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahmawati, W. K. (2017). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menangani Stres Akademik Siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 2(1), 15-21. Vol 2 No. 1 Oktober 2016.
- Reeve, J., & Tseng, C. M. (2011). Agency as a fourth aspect of students' engagement during learning activities. *Contemporary Educational Psychology*, 257-267.
- Richard I. Arends. (2008). *Learning to Teach*. New York: McGraw Hill.
- Soetjipto, H. P. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sarafino, E. P & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction 7th Editon*. United States of America: Wiley John Willy & Sons, Inc.
- Sayekti, E. (2017). *Efektifitas Teknik Self-Instruction dalam Mereduksi Stress Akademik pada Siswa Kelas XI MA YAROBİ Kec. Grobogan, Kab. Grobogan Tahun 2016/2017*. Disertasi, tidak dipublikasikan. IAIN Salatiga
- Sinha, K. U., Sharma, V., & Mahendra K. (2001). Development of a scale for assessing academic stress: a preliminary report. *Journal of the Institute of Medicine*, 23(1&2), 105-112.
- Sugiyono, (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wicaksana, B.Y. (2017). *Hubungan antara stress akademik dan kecenderungan impulsive buying pada mahasiswa*. Skripsi, tidak dipublikasikan. Universitas Sanata Dharma.