

Hubungan Strategi Koping *Fangirling* terhadap Tingkat Stres Mahasiswi

Silviana¹, Firdawsi Nuzula^{1*}, Nantiya Pupuh Satiti¹

¹Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida, Jl. RSUD Bakti Husada Krikilan Glenmore, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur

*Penulis Korespondensi: Firdawsi Nuzula

Email: nuzulafirdawsi@gmail.com

Diterima: 8 Mei 2023 | Disetujui: 23 Juni 2023 | Dipublikasikan: 30 Juni 2023

Abstrak

Mahasiswa rentan mengalami stres karena dituntut untuk mencapai standar kompetensi belajar. Oleh karena itu, strategi koping perlu dilakukan untuk mengatasinya. Salah satunya adalah strategi koping *fangirling*, dengan cara mengekspresikan rasa cinta terhadap idolanya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan strategi koping *fangirling* terhadap tingkat stres mahasiswi. Penelitian ini menggunakan desain korelasional. Populasi adalah seluruh mahasiswa Stikes Rustida yang berjenis kelamin perempuan. Terdapat 182 responden dengan *simple random sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner yang berisi strategi koping *fangirling* dan Depression Anxiety Scale. Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan *spearman rank test* dengan $\alpha=5\%$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 38% responden adalah mahasiswi tingkat 1 dan 37% berusia 21 tahun. Selain itu, 63,2% responden menggunakan *fangirling* sebagai strategi koping dalam kategori sedang. Lebih lanjut, 52,2% tidak mengalami stres. Hasil uji statistik diperoleh $p=0,003$ dengan koefisien korelasi sebesar 0,219, menunjukkan adanya hubungan positif antara *fangirling* sebagai strategi koping dengan tingkat stress, dengan tingkat korelasi sangat lemah. Kesimpulannya, peningkatan penggunaan strategi coping *fangirling* berpotensi meningkatkan stres pada mahasiswa. Mahasiswa harus mengalokasikan waktu yang tepat saat melakukan kegiatan *fangirling* agar setiap pekerjaan atau tugas dapat diselesaikan tepat waktu.

Kata kunci: *Fangirling*; Strategi Koping; Tingkat Stres

Sitasi: Silviana, Nuzula, F., & Satiti, Nantiyah P. (2023). Hubungan Strategi Koping *Fangirling* terhadap Tingkat Stres Mahasiswi. *The Indonesian Journal of Health Science*. 15(1), 37-45. DOI: 10.32528/tijhs.v15i1.443

Copyright: ©2023 Silviana, et.al. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Diterbitkan Oleh: Universitas Muhammadiyah Jember

ISSN (Print): 2087-5053

ISSN (Online): 2476-9614

Abstract

Students are vulnerable to stress because they are required to achieve learning competency standards. Therefore, coping strategies are crucial to overcoming stress. One is the fangirling coping strategy, by expressing love for one's idol. This study aims to analyze the correlation between fangirling coping strategy and the stress level in students. This study used a correlational design. The population was all female students of the Stikes Rustida. There were 182 respondents with a simple random sampling technique. The research instrument was a questionnaire containing fangirling coping strategies and the Depression Anxiety Scale. The bivariate analysis used the Spearman rank test with $\alpha=5\%$. The results showed that 38% of respondents are grade 1 students and 37% are 21 years old. In addition, 63.2% of respondents used fangirling as a coping strategy in the moderate category. Furthermore, 52.2% did not experience stress. The statistical test results obtained $p=0.003$ with a correlation coefficient of 0.219, indicating a positive relationship between fangirling as a coping strategy and stress levels, with a very weak correlation level. In conclusion, increasing the use of fangirling coping strategies has the potential to increase stress on students. Students must allocate the right time when carrying out fangirling activities to complete each job or assignment on time.

Keywords: Coping Strategy; Fangirling; Stress Level

PENDAHULUAN

Seseorang yang memiliki ketertarikan terhadap video, musik, ataupun artis-artis disebut sebagai penggemar atau *fans*. Kecintaan mereka pada idolanya melahirkan istilah *fangirl* atau disebut penggemar wanita (Cahyani and Purnamasari, 2019). *Fans* biasanya memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap idolanya (Langit, 2021). Tidak jarang mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk mencari informasi mengenai idol yang mereka sukai, terkadang mereka menganggap kegiatan tersebut dapat membantu mereka untuk menghadapi berbagai masalah seperti masalah waktu, masalah keuangan, *deadline* tugas, dan turunnya nilai akademik yang memicu terjadinya stres (Mayasari, 2021). Stres dapat diartikan sebagai respon dari tubuh yang non spesifik

terhadap setiap tuntutan (Fanani, 2019). Keadaan stres menimbulkan usaha ekstra dan penyesuaian baru, namun dapat melemahkan pertahanan individu jika stres dirasakan dalam kurun waktu yang cukup lama (Pascoe, Hetrick and Parker, 2020). Stres dapat muncul dikehidupan seseorang, salah satunya mahasiswa. Mahasiswa rentan mengalami stres karena mereka dituntut untuk mencapai standart kompetensi belajar (Pragholapati, Muliani and Permatasari Lestari, 2020).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa orang yang mengalami stres di dunia sekitar 450 juta orang. Riskesdas pada tahun 2018 menyebutkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk yang berusia 15 tahun keatas mengalami gangguan mental emosional dan depresi berkisar 12

juta orang (Widyawati, no date). Berdasarkan Kemenkes RI, Estimasi gangguan mental emosional pada usia >15 tahun (6,8%). Dan prevalensi depresi (4,5%) pada usia >15 tahun (Nurlaila, 2019). Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2018 mengatakan wilayah Banyuwangi memiliki jumlah keseluruhan penduduk yang mengalami gangguan mental emosional pada usia >15 tahun (11,77%) atau sekitar 3.042 jiwa dari total penduduk banyuwangi (Khoirunisa and Dwiyanti, 2021).

Generasi muda sekarang lebih dihadapi oleh tantangan-tantangan yang besar dari pada generasi sebelumnya (Afifah, 2021). Idealnya mahasiswa dituntut untuk menghadapi berbagai permasalahan dengan teguh dan bijak. Permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa salah satunya mereka menghadapi persaingan ketat dalam berprestasi sesama teman, lingkungan baru kampus dan tugas-tugas perkuliahan yang memberatkannya (Supradewi, 2019). Faktor tersebut memunculkan stres pada mahasiswa, yang akibatnya mereka dapat mengalami gangguan tidur, nafsu makan menurun, sakit fisik, dan dapat mengganggu kejiwaan (Saranda, 2020).

Perlu dilakukan penatalaksanaan untuk menghindari terjadinya stres berkepanjangan. Dalam mengatasi stres, seseorang akan menggunakan sejumlah strategi koping untuk mengatasinya (Sari Lombu and Setiawan, 2018). Koping dibutuhkan untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, respon terhadap situasi yang mengancam (Zumaidah, 2012). Cara seorang *fangirling* dalam

mengatasi stresnya, mereka akan mengekspresikan rasa cinta mereka terhadap idolanya, yang dapat menjadi metode mencari hiburan untuk *fangirling* sendiri dan merupakan kegiatan yang asik dilakukan setelah melakukan aktivitas sehari-hari (Afifah, 2021).

Penelitian terkait yang pernah dilakukan sebelumnya oleh (Zumaidah, 2012) dengan judul “Gambaran Strategi Koping *Fangirling* Mahasiswa Regular Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia” dimana penelitian tersebut hanya penelitian deskriptif. Selain itu, penelitian oleh (Sinaga, 2019) tentang “Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stress pada Siswi di Asrama santa Theresia Medan Tahun 2019” dimana penelitian tersebut menggunakan mekanisme koping secara umum. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan strategi koping *fangirling* terhadap tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida. .

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasional. Populasi adalah seluruh mahasiswa Stikes Rustida yang berjenis kelamin perempuan. Terdapat 182 responden dengan *simple random sampling*. Instrument penelitian ini adalah kuesioner yang berisi strategi koping *fangirling* yang diadopsi dari penelitian (Zumaidah, 2012). telah dilakukan uji validitas dengan hasil >0,279 dan reliabilitas $\alpha= 0,883$.

Selain itu, instrument untuk menganalisis tingkat stress menggunakan DAS (*Depression Anxiety Scale*). Penelitian ini telah dinyatakan lulus uji kelayakan etik dari Stikes Banyuwangi dengan

nomor 176/03/KEPK-STIKESBWI/VI/2022. Pengambilan data dilakukan pada bulan juni 2022 yang dibagikan secara langsung dan menggunakan *google form*. Analisis univariat menggunakan statistika deskriptif. Selain itu, analisis bivariat Uji statistik pada penelitian ini menggunakan *spearman rank test* dengan $\alpha=5\%$. Jika $p < 0,05$ berarti terdapat hubungan strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres mahasiswa.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 182 responden, 56 mahasiswa adalah mahasiswa tingkat 1 (31%), tingkat 2 sebanyak 57 mahasiswi (31%) dan tingkat 3 sebanyak 69 mahasiswi (38%). Selain itu, responden yang berusia 19 tahun berjumlah 30 (17%), responden yang berusia 20 tahun berjumlah 52 (28%), responden yang berusia 21 tahun berjumlah 67 (37%), responden yang berusia 22 tahun berjumlah 30 (16%), dan responden yang berusia 23 tahun berjumlah 4 responden (2%).

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan tingkat dan umur

| Karakteristik Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------------------|-----------|----------------|
| Tingkat 1 (Satu) | 56 | 30,2 |

| | | |
|----------|-----|-------|
| 2 (dua) | 57 | 31,9 |
| 3 (tiga) | 69 | 37,9 |
| Umur | | |
| 19 Tahun | 30 | 17 |
| 20 Tahun | 52 | 28 |
| 21 Tahun | 67 | 37 |
| 22 Tahun | 30 | 16 |
| 23 Tahun | 4 | 2 |
| Total | 182 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 2, mahasiswa yang menggunakan strategi koping *fangirling* tinggi sebanyak 34 responden (18,7%), kategori sedang sebanyak 115 responden (63,2%), sedangkan kategori rendah sebanyak 33 responden (18,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Strategi Koping *Fangirling*

| Strategi Koping <i>Fangirling</i> | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|-----------------------------------|---------------|----------------|
| Kategori Rendah | 33 | 18,1 |
| Kategori Sedang | 115 | 63,2 |
| Kategori Tinggi | 34 | 18,7 |
| Total | 182 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 3 jenis strategi koping *fangirling* yang sering digunakan responden yaitu mendengarkan musik sebanyak 151 responden (82,9%) dengan rata-rata waktu mendengarkan musik paling banyak pada malam hari.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jenis Strategi Koping *Fangirling*

| | Frekuensi | Persentase (%) | Dilaksanakan pada saat | F | Rerata Waktu (Jam/Hari) | F |
|--------------------|-----------|----------------|------------------------|----|-------------------------|----|
| Menonton Video | 134 | 73,6 | Pagi | 12 | 1-2 | 65 |
| | | | Siang | 14 | 3-4 | 54 |
| | | | Sore | 17 | 5-6 | 9 |
| | | | Malam | 91 | >7 | 6 |
| Mendengarkan Musik | 151 | 82,9 | Pagi | 21 | 1-2 | 80 |
| | | | Siang | 30 | 3-4 | 46 |
| | | | Sore | 28 | 5-6 | 18 |

| | | | | | | |
|--------------|-----|------|-------|----|-----|----|
| | | | Malam | 72 | >7 | 7 |
| Menonton | 125 | 68,6 | Pagi | 7 | 1-2 | 61 |
| Film, | | | Siang | 15 | 3-4 | 37 |
| Drama, | | | Sore | 27 | 5-6 | 14 |
| Reality Show | | | Malam | 76 | >7 | 13 |
| Mencari | 121 | 66,4 | Pagi | 11 | 1-2 | 68 |
| Update | | | Siang | 23 | 3-4 | 38 |
| Berita | | | Sore | 23 | 5-6 | 9 |
| | | | Malam | 64 | >7 | 6 |

Tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida dikelompokkan dalam lima kategori berdasarkan DAS (*Depression Anxiety Scale*).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa

| Tingkat Stres | Frekuensi | Persen (%) |
|---------------|-----------|------------|
| Normal | 95 | 52,2 |
| Ringan | 37 | 20,3 |
| Sedang | 38 | 20,9 |
| Berat | 12 | 6,6 |
| Sangat Berat | 0 | 0 |
| Total | 182 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 4. dari 182 mahasiswa yang menjadi responden, 95 responden mengalami stres normal dengan persentase (52,2%), responden yang mengalami stres ringan sebanyak 37 responden (20,3%), responden yang mengalami stres sedang 38 responden (20,9%), sedangkan stres berat 12 responden dengan persentase (6,6%) dan tidak ada responden yang mengalami stres sangat berat.

Tabel 5. Hubungan Strategi Koping Fangirling Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Beserta Hasil Dari *Spearman Rank Test* dengan $\alpha=0,05$

| Strategi Koping Fangirling | | Tingkat Stres | | | | | | | | | | Total | |
|----------------------------|--------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|--------------|---|-------|------|
| | | Normal | | Ringan | | Sedang | | Berat | | Sangat Berat | | | |
| | | F | % | F | % | F | % | F | % | F | % | F | % |
| | Rendah | 22 | 12,1 | 58 | 32 | 15 | 8,2 | 2 | 1,1 | 0 | 0 | 97 | 53,3 |
| | Sedang | 4 | 2,2 | 28 | 15,4 | 5 | 2,7 | 6 | 3,3 | 0 | 0 | 43 | 23,6 |
| | Tinggi | 5 | 2,7 | 23 | 12,6 | 10 | 5,5 | 4 | 2,2 | 0 | 0 | 42 | 23,1 |
| | Total | 31 | 17 | 109 | 60 | 30 | 16,4 | 12 | 6,6 | 0 | 0 | 182 | 100 |

Spearman Rank Test
 $p=0,003$
 $r= 0,219$

Berdasarkan tabel 5. hasil dari uji statistik spearman rank didapatkan nilai $p= 0,003$ berarti $< 0,05$, Koefisien korelasi sebesar 0,219 yang artinya H_a diterima karena kedua variabel berhubungan namun hubungannya sangat lemah dan H_0

ditolak. Melihat arah hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah).

PEMBAHASAN

Strategi koping *fangirling* mahasiswa Stikes Rustida dijelaskan dalam tabel 1. Dimana sebagian besar responden menggunakan strategi koping *fangirling* sedang dan strategi koping *fangirling* yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa secara berurutan adalah mendengarkan musik sebanyak 151 responden (82,9%), menonton video sebanyak 134 responden (73,6%), menonton film, drama, dan reality show 125 responden (68,6%), mencari update berita 121 responden (66,4%). Menurut penelitian yang telah dilakukan (Zumaidah, 2012), responden yang mencari *update* berita sebanyak 62 (58,5%), responden yang menonton drama dan *reality show* 58 (54,7%), responden yang menonton video saat sedang stres 55 (51,9%), responden yang mendengarkan musik sebanyak 50 (42,2%).

Minat seseorang dianggap sebuah kesukaan terhadap berbagai kegiatan yang membuat seseorang itu mempunyai sebuah pilihan dalam hidupnya (Nursanti, Lukmantoro and Ulfa, 2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat menurut (Malihah, 2018) antara lain faktor kebutuhan yang berasal dari jasmani dan rohani tubuh, faktor kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan dan pengakuan dari lingkungan, faktor emosional terhadap suatu kegiatan tertentu.

Melalui minat tersebut membuat mereka memilih bagaimana strategi

yang akan mereka ambil Dalam menghadapi setiap masalah mereka. Begitu pula dengan strategi koping *fangirling* banyak dari mereka yang menggunakan strategi koping tersebut namun banyak juga dari mereka yang lebih menggunakan strategi koping lain yang dianggap lebih menghibur mereka (Kandowanko and Sianturi, 2021).

Tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida dipaparkan dalam tabel 2. menjelaskan Sebagian besar responden yang mengalami stres normal, dan sangat sedikit responden yang mengalami stres ringan, sedang dan berat, serta tidak seorangpun responden mengalami stres sangat berat.

Lazarud mengungkapkan bahwa stres ialah suatu kondisi psikologi yang sedang menghadapi situasi yang berasal dari luar maupun dari dalam tubuh yang dapat mempengaruhi individu (Nurlaila, 2019). Stres menimbulkan reaksi yang tidak diinginkan seseorang sehingga timbul perubahan-perubahan tertentu Dalam kehidupan dan dapat mengurangi kemampuan berpikir seseorang, juga mampu meningkatkan emosi, serta mengganggu dalam pengambilan keputusan (Hidayati and Harsono, 2021).

Stres sering dirasakan mahasiswa dikarenakan mereka banyak dibebani oleh tugas-tugas yang harus mereka kerjakan, dan hal baru yang mereka hadapi terkesan asing sehingga memicu munculnya stres. Selain itu keseluruhan

responden pada penelitian ini berada pada periode dewasa awal. Dewasa awal merupakan suatu peralihan antara masa remaja ke dewasa sehingga tuntutan mereka akan lebih berat dan memicu stres lebih tinggi lagi. Sehingga timbul berbagai permasalahan yang memicu stres. Untuk mengatasi masalah tersebut secara otomatis responden akan berusaha menghilangkan perasaan tersebut dengan mencari berbagai hiburan.

Penelitian ini dilakukan pada saat tingkat 1 dan tingkat 2 sedang melaksanakan Ujian Akhir Semester (UAS) dan tingkat 3 mengerjakan Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI). Sebagian besar responden mengalami stres normal (Tabel 2.) dikarenakan tingkat 1 dan 2 sudah pernah mengalami Ujian Akhir Semester (UAS) sedangkan tingkat 3 baru pertama kali Menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI). Mereka memiliki adaptasi psikologi yang dibutuhkan sebagai proses penyesuaian akibat dari stresor untuk memberikan pertahanan dan perlindungan diri dari serangan atau hal-hal yang tidak menyenangkan yang dapat menjadi alasan mengapa Sebagian besar responden tidak mengalami stres.

Hubungan strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres mahasiswa memiliki hubungan yang searah, yang artinya ketika strategi koping *fangirling* meningkat maka semakin meningkat pula tingkat stresnya.

Hal tersebut diakibatkan karena responden sering menggunakan strategi koping *fangirling* pada saat malam hari. Ketika kegiatan tersebut dilakukan malam hari otomatis jam untuk istirahat akan semakin berkurang dikarenakan ketika mata menerima cahaya maka produksi hormon melatonin akan terhambat sehingga hormon tersebut akan membuat individu terjaga terus menerus. Apabila kualitas tidur buruk, maka stres, kecemasan, serta depresi juga akan meningkat (Dwi, 2014).

Selain itu, sebagian besar responden menghabiskan waktu sekitar 1-2 jam untuk melakukan strategi koping *fangirling*. Menurut Agustamania, (2017) mahasiswa yang berhasil adalah mereka yang mampu mengatur waktu serta memiliki batas waktu disetiap pekerjaannya. Namun masih banyak mereka yang belum mampu mengatur waktu mereka dengan baik dan lebih memilih menunda mengerjakannya sehingga pekerjaan akan semakin menumpuk dan dapat menyebabkan kecemasan. Ketika pekerjaan tersebut belum terselesaikan (Maulida, 2021). Strategi koping *fangirling* mampu menjadi strategi yang cocok untuk menghilangkan stres akan tetapi juga harus menyesuaikan waktu karena dapat membuat seseorang kecanduan dan tidak dapat berhenti melakukan kegiatan tersebut.

SIMPULAN

Peningkatan penggunaan strategi coping *fangirling* berpotensi meningkatkan stres pada mahasiswa.

SARAN

Mahasiswa harus mampu membagi waktu yang tepat ketika akan melakukan kegiatan *fangirling* agar setiap pekerjaan ataupun tugas tidak tertunda. Tugas yang dapat terselesaikan tepat waktu dapat meminimalisir stress pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Afifah, H. (2021) 'Fangirling, Bikin Seneng atau Stres? Majalah Sunday'.

Agustamanesia, E.D.R. (2017) 'Tingkat Kemampuan Mengelola Waktu Mahasiswa', p. 111. Available at: Yogyakarta.

Cahyani, D. and Purnamasari, Y. (2019) 'Celebrity Worship on Early Adult K-Pop Fangirling', in *Atlantis Press*, pp. 167–170. Available at: <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.41>.

Dwi, A. (2014) *The correlation between sleep quality and levels of stress, anxiety, and depression among nursing students*. Universitas Indonesia. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.044>.

Fanani, Q. (2019) *Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Praktik Klinik pada Tingkat II dan III Program Studi D-III Keperawatan STIKes Kepanjen*. Stikes Kepanjen.

Hidayati, L.N. and Harsono, M. (2021) 'Tinjauan Literatur Mengenai Stres dalam Organisasi', *Jurnal Ilmu*

Manajemen, 18(1), pp. 20–30. Available at: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339>.

Kandowanko, L. and Sianturi, E. (2021) 'Representasi Masalah Sosial dalam Video Musik "Crazy" Simple Plan: Kajian Musik Pop dari Pendekatan Cultural Studies', *Clef: Jurnal Musik dan Pendidikan Musik*, II(1), pp. 39–51. Available at: <https://doi.org/10.51667/cjmpm.v2i1.537>.

Khoirunisa, A. and Dwiyantri, E. (2021) 'Relationship Between Fatigue and Stress Level in Final Students of Faculty Y University X in Banyuwangi', *Jurnal of Community Mental Health and Public Policy*, 4(1), pp. 17–25.

Langit, A. (2021) *Menjadi Fenomena Budaya Pop di Indonesia, Ini yang Dimaksud dengan Fangirling*, *Parapuan.co*. Available at: <https://www.parapuan.co/read/532778465/menjadi-fenomena-budaya-pop-di-indonesia-ini-yang-dimaksud-dengan-fangirling>.

Malihah, N. (2018) *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa SMA Negeri 8 Kota Tangerang Selatan Terhadap Perencanaan Karier*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Maulida, F. (2021) 'Hubungan Antara Intensitas Menonton Seri Drama Korea Dan Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Di UIN Sunan Ampel Surabaya', *Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya* [Preprint].

Mayasari, L. (2021) *Masalah yang Sering Dihadapi Mahasiswa dan Solusinya*, *Kalderanews*.

- Nurlaila (2019) 'Management Stres , Coping Stres pada Remaja', *Jurnal Cakrawala*, 2(1), pp. 185–2002.
- Nursanti, M.I., Lukmantoro, T. and Ulfa, N.S. (2013) 'Descriptive analysis of k-pop fans as media audience in consuming and constructing meaning.', *Interaksi Online*, 1(2). Available at: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/2259>.
- Pascoe, M.C., Hetrick, S.E. and Parker, A.G. (2020) 'The impact of stress on students in secondary school and higher education', *International Journal of Adolescence and Youth*. Routledge, pp. 104–112. Available at: <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>.
- Pragholapati, A., Muliani, R. and Permatasari Lestari, I. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Sleep paralysis pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tingkat Akhir', *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi*, 8(1), pp. 34–39. Available at: <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i1.159>.
- Saranda, T.C. (2020) 'Stress pada Mahasiswa', *Buletin KPIN*, 6(10).
- Sari Lombu, I.P. and Setiawan, S. (2018) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Mahasiswa Reguler Profesi Ners Di Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara', *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*, 1(1), pp. 36–40. Available at: <https://doi.org/10.32734/tm.v1i1.55>.
- Sinaga, F.P. (2019) *Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Siswi di Asrama Santa Theresia Medan Tahun 2019, Program Studi Ners Stikes Santa Elisabeth*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth.
- Supradewi, R.- (2019) 'Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius', *Psycho Idea*, 17(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i1.2837>.
- Widyawati (no date) 'Sehat Negeriku'.
- Zumaidah (2012) 'Gambaran Strategi Koping Fangirling Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia', *Fakultas Ilmu Keperawatan Progam Studi Sarjana Depok*, pp. 1–58.