

## IDENTIFIKASI STRES AKADEMIK DAN MOTIVASI PENGUASAAN PADA MAHASISWA

Durotun Nasihah<sup>1</sup>, Maya Oktaviani<sup>2</sup>, Hurriyyatun Kabbaro<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta

[durotunnasihah2002@gmail.com](mailto:durotunnasihah2002@gmail.com)

### ABSTRAK

Mahasiswa banyak dihadapkan pada berbagai macam permasalahan terkait akademik. Banyaknya permasalahan, seperti keterbatasan informasi mengenai peluang karir, tekanan belajar yang tinggi, beban tugas yang berat, serta ekspektasi yang tinggi dari lingkungan sekitar, menjadi hambatan bagi mahasiswa untuk mencapai tujuan pendidikannya. Tidak semua mahasiswa memiliki motivasi penguasaan yang tinggi saat proses pembelajaran. Motivasi penguasaan adalah dorongan psikologis yang membuat individu berusaha lebih mandiri, fokus, dan gigih untuk menguasai keterampilan serta menyelesaikan tugas kuliah yang menantang bagi dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan motivasi penguasaan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian dilakukan dari bulan Januari sampai dengan Juli 2025. Teknik pengumpulan data berupa kuesioner dengan responden 137 mahasiswa di Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres akademik dengan motivasi penguasaan sangat lemah. Hal ini disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang memengaruhi stres akademik seperti kesehatan mental, kecerdasan emosional, motivasi akademik dan minat dalam pembelajaran. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berperan dalam meningkatkan motivasi penguasaan mahasiswa.

Kata kunci: Harapan Diri sendiri, Kesenangan Terkait Tugas, Motivasi Penguasaan, Stres Akademik

### ABSTRACT

Students often face various academic challenges. These challenges, such as limited information about career opportunities, high study pressure, heavy workloads, and high expectations from their environment, hinder students from achieving their educational goals. Not all students have a strong mastery motivation during the learning process. Mastery motivation is a psychological drive that drives individuals to strive to be more independent, focused, and persistent in mastering skills and completing challenging assignments. This study aims to determine the relationship between academic stress and mastery motivation. This study used a quantitative method with a correlational approach. The study was conducted from January to July 2025. Data collection techniques used questionnaires with 137 students in Jakarta as respondents. The results showed that the relationship between academic stress and mastery motivation was very weak. This is due to the presence of other factors that influence academic stress, such as mental health, emotional intelligence, academic motivation, and interest in learning. Further research is recommended to examine other factors that play a role in increasing student mastery motivation.

Keywords: Academic Stress, Mastery Motivation, Self-expectation, Task-related Pleasure

### PENDAHULUAN

Saat menempuh pendidikan, remaja diharapkan memiliki kemampuan berpikir yang baik. Kemampuan ini yang akan digunakan dalam menentukan pilihan pendidikan lanjut, karir maupun tahapan impian remaja selanjutnya. Pendidikan memiliki peran dasar dalam keberlangsungan pengembangan diri individu (Herman et al. 2022). Masa pertumbuhan berlangsung sangat cepat secara fisik dan hormon, selain itu masa pertumbuhan fisik dan hormon individu cenderung mencari jati diri dalam hidupnya, pertumbuhan pada masa ini dinamakan dengan pubertas. Menurut Rosita et al. (2023) pubertas adalah fase kehidupan yang terlihat dari adanya perubahan besar yang biasanya diikuti oleh rasa tidak nyaman, ketidakpercayaan diri, keraguan akan hal-hal yang akan terjadi dimasa yang akan datang. Perasaan-perasaan tersebut yang menjadikan remaja memiliki rasa keraguan dan kebimbangan atas keputusan yang akan diambilnya mengenai masa depan.

Fenomena yang ada saat ini adalah individu dalam hal ini remaja akhir yang diharapkan dapat mengetahui dan mengidentifikasi keahlian yang dimilikinya ternyata menemukan banyak kesulitan.

Menurut Rosyidah (2024) saat ini remaja yang memasuki masa remaja akhir mengalami kesulitan dalam menentukan keputusan mengenai karir. Pada saat tersebut, remaja akhir sulit mengidentifikasi kemampuan, minat, bakat, arah karir, dan motivasi hidup seperti mimpi yang diinginkan, pendidikan lanjut, serta pengembangan diri yang ingin dicapainya.

Menurut Aladdiin (2019) beberapa remaja sebenarnya sudah memiliki tujuan masa depan yang ingin dicapai, namun mereka belum mengidentifikasi cara mencapai tujuan tersebut. Hal ini menyebabkan masih banyaknya remaja akhir yang berada di persimpangan jalan tanpa keyakinan akan arah tujuan yang akan diambil untuk masa depannya. Dampaknya adalah remaja akhir dapat mengambil langkah yang salah atau tidak sesuai dengan tujuan awal, atau bahkan berhenti di persimpangan jalan dan mundur saat proses meraih tujuan tersebut. Oleh karena itu, banyak ditemukan remaja akhir yang akhirnya tidak memiliki tujuan dan menjalani hidup tanpa arah.

Pada fase ini akan terukur sejauh mana hasil belajar mahasiswa yang salah satu faktor utamanya adalah dari motivasi yang datang dari diri remaja tersebut atau disebut motivasi penguasaan. Menurut Morgan et al. (1990) dalam Józsa & Barrett (2018) motivasi penguasaan merupakan dorongan psikologis yang dapat mendorong seseorang untuk mencoba suatu hal secara mandiri, tekun, dan terfokus dalam memecahkan masalah atau menyempurnakan keterampilan atau tugas yang setidaknya agak sulit bagi mahasiswa.

Faktor-faktor yang ada dalam diri sendiri untuk berusaha dalam belajar disebut dengan motivasi penguasaan. Motivasi penguasaan merupakan salah satu indikator yang dapat diukur mengenai seberapa berhasil sebuah proses belajar yang dilakukan oleh mahasiswa. Salah satu hal yang dapat diukur adalah mengenai tingkat tekanan atau stres yang dialami oleh remaja ketika proses belajar. Menurut Doherty-Bigara & Gilmore (2015) beberapa faktor motivasi penguasaan adalah proses pembelajaran, hasil belajar, dan akademis. Proses pembelajaran, hasil belajar, dan akademis remaja didapatkan dari kegiatan pencarian motivasi dalam diri sendiri untuk melakukan pembelajaran yang dapat menghasilkan hasil yang diharapkan seperti nilai yang tinggi dan dapat masuk ke sekolah atau kampus impian.

Banyak sekali kesulitan yang dihadapi remaja karena sulitnya materi pembelajaran, lingkungan yang tidak kondusif untuk belajar, guru yang tidak cocok, dan faktor lainnya. Pada fase ini, tidak dipungkiri bahwa tingkat stres remaja cukup tinggi. Menurut Widiyanto (2023) remaja diharuskan mengikuti berbagai macam ujian di sekolah maupun memasuki perguruan tinggi, hal ini dapat menimbulkan tekanan yang berat sehingga dapat menimbulkan tekanan akademik yang membuat remaja mengalami stres bahkan terkadang melebihi tekanan yang dialami oleh orang dewasa.

Academic stress atau stres akademik merupakan keadaan individu atau peserta didik dimana tuntunan dan tekanan yang didapatkan dirasa terlalu banyak serta tugas dan ujian yang sering membuat khawatir dan cemas (Yusuf & Yusuf, 2020). Pada proses belajar dapat menimbulkan kondisi tertekan bahkan stres akademik yang dapat menghambat pencapaian tujuan belajar. Stres akademik dapat mencakup berbagai hal seperti tekanan belajar, beban kerja yang tinggi, kekhawatiran terhadap hasil belajar, harapan yang terlalu tinggi kepada diri sendiri, dan keputusan yang dialami ketika menghadapi kesulitan belajar. Menurut Nurhidayati et al. (2021) remaja merupakan individu yang masih memiliki idealisme yang tinggi. Hal ini selaras dengan harapan tinggi yang ditargetkan bagi diri sendiri untuk dapat

mencapai tujuan akademik tertentu. Namun, harapan yang tinggi ini dapat menjadi sumber tekanan yang dapat membuat remaja mengalami stres akademik. Terkadang target yang dicapai dirasa terlalu tinggi dan harapan akan hasil yang dicapai pun tidak seirama dengan realita yang ada seperti beban ujian yang memang berat dan teman sebaya lain yang ternyata lebih mampu dalam mencapai target tersebut.

Berdasarkan permasalahan diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah stres akademik terhadap motivasi penguasaan memiliki hubungan yang besar atau tidak mempunyai hubungan sama sekali. Sehingga perlu dikaji penelitian yang berjudul "Hubungan antara Stres Akademik dengan Motivasi Penguasaan".

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu penelitian ilmiah yang terstruktur terhadap fenomena serta hubungannya (Balaka, 2022). Penelitian kuantitatif yang digunakan merupakan pendekatan kuantitatif korelasional dimana untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada (Evriantara, 2022). Penelitian korelasional merupakan pengumpulan data yang berguna untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara stres akademik dengan motivasi penguasaan pada mahasiswa.

Berdasarkan penjelasan, populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa semester 8 dari program studi S1 Pendidikan Kesejahteraan Keluarga (PKK), S1 Pendidikan Tata Boga, S1 Pendidikan Tata Busana, dan S1 Pendidikan Tata Rias. Dari penjelasan sampel yang akan diambil dari populasi harus benar-benar mewakili populasi dengan ketentuan kriteria. Maka, untuk menentukan sampel peneliti menggunakan rumus proportionate stratified random sampling. Teknik tersebut merupakan teknik pengambilan sampel yang apabila populasinya mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen.

Pengambilan data diambil dengan menyebarkan google form yang diisi oleh 137 responden dari total 208 mahasiswa sampel. Data yang diperoleh dengan membagikan kuesioner yang berisi daftar pernyataan dimana responden diminta untuk dapat memberikan nilai yang sesuai dengan yang dialami dengan pilihan skala likert untuk mengukur hasil dari jawaban responden terdapat hubungan antar variabelnya atau tidak. Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen berbentuk kuesioner.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mahasiswa memiliki motivasi yang dapat mendorong mahasiswa untuk aktif, meningkatkan fokus, serta mempertahankan semangat belajar meskipun menghadapi berbagai tantangan dan tekanan saat proses pembelajaran. Kondisi ketika mahasiswa memiliki dorongan untuk mengerjakan tugas kuliah yang sulit disebut dengan motivasi penguasaan. Motivasi penguasaan atau mastery motivation memiliki peran penting dalam proses pengembangan akademik individu. Motivasi dalam belajar dibagi menjadi dua, yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi penguasaan merupakan motivasi yang berasal dari faktor intrinsik, sedangkan stres akademik dari faktor ekstrinsik. Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri individu

sendiri seperti dorongan dan motivasi yang terbangun dalam diri sendiri, sedangkan faktor eksternal yaitu dorongan dan motivasi yang terbangun dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar.

Motivasi penguasaan dikategorikan sebagai motivasi intrinsik karena berasal dari dorongan dalam diri mahasiswa untuk menguasai dan memahami materi yang dipelajari. Di sisi lain, stres akademik merupakan faktor ekstrinsik yang muncul akibat tekanan dan tuntutan dari lingkungan akademik yang dapat memengaruhi proses belajar. Faktor-faktor tersebut mendorong individu untuk mencari tahu dan mengidentifikasi keahlian yang dimiliki secara luas, sehingga pada saat memulai usia dewasa individu diharapkan dapat menentukan keputusan akan masa depan yang akan dijalankan seperti karir, pendidikan lanjut, dan capaian hidup lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan 137 mahasiswa semester 8 dari empat jurusan rumpun Ilmu Kesejahteraan Keluarga (IKK), yaitu S1 Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, S1 Pendidikan Tata Boga, S1 Pendidikan Tata Busana, dan S1 Pendidikan Tata Rias. Responden didominasi oleh perempuan sebanyak 91% dan 9% laki-laki dengan rincian 124 perempuan dan 13 laki-laki.

Tabel 1. Uji Crosstab antara Program Studi dengan Motivasi Penguasaan  
Crosstabulation

			Motivasi Penguasaan			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Program Studi	Pendidikan Kesejahteraan Keluarga	Count	2	25	7	34
		% of Total	1.5	19.1	5.3	26.0
	Pendidikan Tata Boga	Count	0	18	23	41
		% of Total	0.0	13.7	17.6	31.3
	Pendidikan Tata Busana	Count	1	21	7	29
		Expected Count	.9	17.9	10.2	29.0
		% of Total	0.8	16.0	5.3	22.1
	Pendidikan Tata Rias	Count	1	17	9	27
	% of Total	0.8	13.0	6.9	20.6	
Total		Count	4	81	46	131
		% of Total	3.1	61.8	35.1	100.0

Tabel 2. Uji Chi-Square antara Program Studi dengan Motivasi Penguasaan  
Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.813 <sup>a</sup>	6	.032
Likelihood Ratio	14.729	6	.022
Linear-by-Linear Association	.039	1	.844
N of Valid Cases	131		

Tabel 3. Hasil nilai rata-rata kategori program studi dengan Motivasi Penguasaan

PROGRAM STUDI MOTIVASI PENGUASAAN			
Program Studi	Mean	N	Std. Deviation
Pendidikan Kesejahteraan Keluarga	81.71	35	5.355
Pendidikan Tata Boga	88.96	45	8.342
Pendidikan Tata Busana	83.77	30	7.060
Pendidikan Tata Rias	83.00	27	6.878
Total	84.80	137	7.642

Hasil analisis menunjukkan bahwa motivasi penguasaan mayoritas responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 17,6% pada karakteristik program studi. Adapun hasil uji chi-square menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,032 < 0,05$ , dan rata-rata kategori tinggi pada program studi tata boga sebesar 88,96. Artinya terdapat hubungan antara kategori program studi dengan variabel motivasi penguasaan.

Menurut Dewi, (2023) mahasiswa Pendidikan Tata Boga tidak hanya dituntut untuk memahami dan menguasai bahan masakan dan teknik memasak saat perkuliahan tetapi harus memahami dan mengembangkan tentang dasar-dasar ilmiah dari budaya dan praktik kuliner. Mahasiswa yang memilih program studi Tata Boga memiliki minat pribadi dan pemikiran peluang karier yang jelas di bidang kuliner. Motivasi yang kuat ini mendorong mahasiswa lebih giat belajar dan berprestasi, sehingga mahasiswa cenderung lebih termotivasi untuk menguasai kompetensi yang dibutuhkan demi masa depan kariernya.

Tabel 4. Crosstab antara Jenis Kelamin dengan Motivasi Penguasaan

			Crosstabulation			
			Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Jenis Kelamin	Perempuan	Count	4	78	42	124
		% of Total	2,9	56,9	30,7	90,5
	Laki-laki	Count	0	4	9	13
		% of Total	0,0	2,9	6,6	9,6
Total		Count	4	82	51	137
		% of Total	2,9	59,9	37,2	100,0

Tabel 5. Uji Chi-Square antara Jenis Kelamin dengan Variabel Motivasi Penguasaan

Chi-Square Tests				
	Value	df	Asymptotic	Significance (2-
Pearson Chi-Square	6,401 <sup>a</sup>	2	.041	sided)
Likelihood Ratio	6,459	2	.040	
Linear-by-Linear Association	6,128	1	.013	
N of Valid Cases	137			

Tabel 6. Hasil Nilai Rata-rata Kategori Jenis Kelamin dengan Motivasi Penguasaan

Group Statistics					
	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Motivasi Penguasaan	Perempuan	124	84.32	7.521	.675
	Laki-laki	13	89.31	7.598	2.107

Hasil analisis menunjukkan bahwa kategori jenis kelamin dengan motivasi penguasaan mayoritas responden laki-laki berada pada kategori tinggi dengan persentase 9,6%. Adapun hasil uji chi-square menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,041 < 0,05$ , dan rata-rata kategori tinggi pada jenis kelamin laki-laki sebesar 89,31. Artinya terdapat hubungan antara kategori jenis kelamin dengan variabel motivasi penguasaan. Menurut Calchei et al, (2023) Perempuan jumlahnya lebih banyak peminatnya pada ilmu keluarga. Pada penelitian lain ditemukan hasil bahwa mahasiswa laki-laki lebih mendapatkan nilai disposisi sedikit lebih tinggi dari pada mahasiswa perempuan (Friantini & Winata, 2020). Disposisi yang dimaksud adalah keinginan yang muncul secara sadar dan sukarela untuk melakukan tindakan yang mengarah pada pencapaian suatu tujuan. Berdasarkan data, laki-laki lebih tinggi dikarenakan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dari pada Perempuan. Menurut Madia & Al-Idrus, (2022) laki-laki memiliki kemampuan suatu konsep dan dapat memahami situasi yang lebih baik dengan mengembangkan kemampuannya. Perbedaan sikap dan kemauan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti rasa percaya diri dan kemampuan berpikir. Mahasiswa laki-laki cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan perbedaan karakteristik individu dalam mengembangkan motivasi dan strategi belajar yang tepat.

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Korelasi Rank Spearman

Correlations				
			Motivasi Penguasaan	Stres Akademik
Spearman' rho	Motivasi Penguasaan	Correlation Coefficient	1.000	.084
		Sig. (2-tailed)	.	.329
		N	137	137
	Stres Akademik	Correlation Coefficient	.084	1.000
		Sig. (2-tailed)	.329	.
		N	137	137

Berdasarkan hasil uji koefisien korelasi yang digunakan adalah uji korelasi rank spearman, berdasarkan hasil uji koefisien korelasi rank spearman dapat diketahui bahwa nilai korelasi 0,084 artinya bahwa terdapat hubungan yang sangat lemah antara variabel motivasi penguasaan dengan variabel stres akademik.

Pada uji t dilakukan untuk mengetahui variabel bebas (stres akademik) memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel terikat (motivasi penguasaan) dengan hasil sebesar  $0,329 > 0,05$  maka tidak signifikan antara stres akademik dengan motivasi penguasaan. Berdasarkan nilai menunjukkan angka

0,084 artinya terdapat hubungan yang sangat lemah. Hasil menunjukkan 0,329 (sig=0,05) artinya tidak ada hubungan yang nyata.

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary <sup>b</sup>		
R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.001	-.006	5.503
a. Predictors: (Constant), STRES AKADEMIK		
b. Dependent Variable: MOTIVASI PENGUASAAN		

Berdasarkan uji koefisien determinasi untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel stres akademik dan variabel motivasi penguasaan. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada tabel 4.32 maka dapat diketahui bahwa nilai koefisien determinasi sebesar (R square) 0,001 yang berarti kontribusi stres akademik terhadap motivasi penguasaan sebesar 0,01 sedangkan sisanya 99,01% ditentukan variabel lain yang tidak diteliti.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara stres akademik dengan motivasi penguasaan sangat lemah ( $r = 0,01$ ,  $sig = 0,329$ ). Hal ini disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stres akademik, seperti kesehatan mental, kecerdasan emosional, motivasi akademik, dan motivasi berprestasi. Oleh karena itu, stres akademik tidak secara langsung berhubungan dengan motivasi penguasaan mahasiswa

## DAFTAR PUSTAKA

- Aladdiin, H. M. F. (2019). Materi Pendidikan Agama Islam di Sekolah dalam Membentuk Karakter Kebangsaan. *Jurnal Penelitian Medan Agama*, 10. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/medag/article/view/6417>
- Balaka, M. Y. (2022). Metode penelitian Kuantitatif. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif*, 1, 130.
- Calchei, M., Oo, T. Z., & Józsa, K. (2023). Subject Specific Mastery Motivation in Moldovan Middle School Students. *Behavioral Sciences*, 13(2). <https://doi.org/10.3390/bs13020166>
- Dewi, D. S. R. (2023). Central publisher. *Central Publisher*, 1, 1329–1335.
- Doherty-Bigara, J., & Gilmore, L. (2015). Development of the Dimensions of Adult Mastery Motivation Questionnaire. *Australian Educational and Developmental Psychologist*, 32(2), 142–157. <https://doi.org/10.1017/edp.2015.18>
- Evriantara, M. A. (2022). Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi EFATA. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 1–7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7272683>
- Friantini, R. N., & Winata, R. (2020). Disposisi Matematis Dan Kemandirian Belajar Mahasiswa Pada

- Perkuliahan Daring Berbantuan Google Classroom Masa Covid-19. *Jurnal Derivat: Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 7(2), 53–64. <https://doi.org/10.31316/j.derivat.v7i2.1068>
- Happy Fathimatur Rosyidah. (2024). Konsep Diri Masa Remaja Akhir Dalam Pengambilan Keputusan Karier Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 571–580. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.4707>
- Herman, M., Rama, B., Bakri, M. A., & Malli, R. (2022). Manajemen Pembelajaran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Peserta Didik. *Hikmah*, 19(2), 271–280. <https://doi.org/10.53802/hikmah.v19i2.370>
- Józsa, K., & Barrett, K. C. (2018). Affective and Social Mastery Motivation in Preschool as Predictors of Early School Success: A Longitudinal Study. *Early Childhood Research Quarterly*, 45, 81–92. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.05.007>
- Mawakhira Yusuf, N., & Ma'wa Yusuf, J. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13(02), 235–239. <https://jpsy165.org/ojs/index.php/jpsy165/article/view/84>
- Nurhidayati, T., Purwanto, H., Atmojo, L. K., & Nasyikin, M. (2021). Karakteristik Jiwa Remaja Dan Penerapannya Menurut Islam. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 09(02), 5–24.
- Rosita, R., Ikawati, N., & Saleh, S. (2023). Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 213. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.11982>
- Rusmin Madia, & Ode Supriati Al-Idrus. (2022). Kemampuan Pemahaman Konsep Matematika Siswa Sma. *Edutainment : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Kependidikan*, 10(1), 10–18. <https://doi.org/10.35438/e.v10i1.567>
- Widianto, V. D. (2023). Tingkat Stress Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa Laki-Laki Di Sma Negeri 2 Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 1889–1894. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i8.376>