

**PERBEDAAN TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA YANG  
BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA DI UNIVERSITAS  
TRIBHUWANA TUNGGADEWI MALANG FAKULTAS  
EKONOMI JURUSAN MANAJEMEN ANGKATAN 2013**

---

Hamadi<sup>1)</sup>, Joko Wiyono<sup>2)</sup>, Wahidyanti Rahayu H.<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

E-mail : [hamadiocon@gmail.com](mailto:hamadiocon@gmail.com)

**ABSTRAK**

Beragam alasan mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional dan kebutuhan aktualisasi diri, hal tersebut berpengaruh terhadap kesehatan psikologis. Tujuan dalam penelitian ini untuk Mengetahui tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode *komparatif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 84 orang mahasiswa dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu 46 sampel terdapat 23 responden mahasiswa bekerja dan 23 responden mahasiswa tidak bekerja. Teknik pengumpulan data yang di gunakan adalah kuesioner. Metode analisa data yang digunakan yaitu *analisis univariat* dan *analisis bivariat* dengan menggunakan uji *Mann-Whitney U-Test* dengan bantuan SPSS 16. Hasil penelitian diperoleh mahasiswa yang tidak bekerja sebagian besar dikategorikan memiliki stres sedang (65,22%) dan mahasiswa bekerja sebagian besar dikategorikan stres berat (56,52%). Didapatkan hasil nilai  $p\ value = 0,006 \leq \alpha (0,05)$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Diharapkan peneliti selanjutnya meneliti tentang faktor-faktor yang meyebabkan stress pada mahasiswa bekerja sehingga menambah dan mengembangkan literatur dalam pendidikan keperawatan tentang stress.

**Kata Kunci :** Mahasiwa bekerja dan tidak bekerja, tingkat stress.

***DIFFERENCES IN STRESS LEVELS IN THE STUDENT WORK AND NOT  
WORKING IN TRIBHUWANA TUNGGADEWI MALANG UNIVERSITY FACULTY  
OF ECONOMICS DEPARTMENT OF MANAGEMENT, 2013***

***ABSTRACT***

*Various reasons underlie a student's work including the financial needs, social needs relational and self-actualization needs, it is an effect on psychological health. The purpose of this research to determine the level of stress in students who work and do not work at the University Tribhuwana Tunggadewi Malang. The research method in this study is a comparative method with cross sectional approach. The population in this study were 84 students and sampling using purposive sampling that 46 samples contained 23 respondents working students and 23 student respondents did not work. The data collection technique used was a questionnaire. The data analysis method used is the analysis of univariate and bivariate analysis using the Mann-Whitney U-Test with SPSS 16. The results obtained by students who do not work largely categorized as having moderate stress (65.22%) and students work mostly categorized severe stress (56.52%). Obtained results  $p$  value =  $0,006 \leq \alpha$  (0.05). It can be concluded that there are differences in the level of stress in students who work and do not work in Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. It is hoped further research examines the factors that cause stress on student work so add and develop literature in nursing education about stress.*

***Keywords:*** *Student works and does not work, the level of stress.*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan tinggi merubah status dari siswa menjadi mahasiswa. Status ini di Indonesia dipandang lebih dari pada siswa, sehingga tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih tinggi. Begitu pula yang diungkapkan oleh Hartaji (2009) yang menyatakan Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam

proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas.

Stres sebagai suatu keadaan tegang secara biopsikososial karena banyaknya tugas-tugas perkembangan yang dihadapi orang sehari-hari baik dalam kelompok sebayanya, keluarga,

sekolah, maupun pekerjaan (Smet, 1994). Stres dapat dikatakan sebagai suatu keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menantang, mengancam atau merusak terhadap keseimbangan atau ekuilibrium dinamis seseorang (Brunner & Suddarth, 2002). Sehingga stress digolongkan secara umum yaitu gejala perilaku, gejala kognitif, gejala emosi dan gejala fisik (Rice, 1998).

Beragam alasan melatar belakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja, mulai dari masalah ekonomi, keinginan untuk membantu orangtua dalam membiayai kuliah, keinginan untuk hidup mandiri, mencari pengalaman sampai hanya karena ingin mengisi waktu luang namun hal itu mempunyai dampak. Dampak tersebut berpengaruh terhadap kesehatan psikologis, dan Interaksi interpersonal. Orang stres cenderung mengaitkan segala sesuatu dengan dirinya. Pada tingkat stres yang berat, orang bisa menjadi depresi, kehilangan rasa percaya diri dan harga diri. Akibatnya, ia lebih banyak menarik diri dari lingkungan, tidak lagi mengikuti kegiatan yang biasa dilakukan, jarang berkumpul dengan sesamanya, lebih suka menyendiri, mudah tersinggung, mudah marah dan mudah emosi (Pradnya, 2007).

Menurut Jacinta (2002) yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional dan kebutuhan aktualisasi diri. Sebuah

penelitian yang dilakukan oleh Walker (2002) pada 60 orang mahasiswa menghasilkan bahwa penyebab utama ketegangan dan masalah yang ada pada mahasiswa berasal dari hubungan dengan teman dan keluarga, tekanan dan harapan dari diri mereka sendiri dan orang lain, tekanan di kampus oleh dosen dan pekerjaan rumah, tekanan ekonomi dan tragedi yang ada dalam kehidupan mereka misalnya kematian, perceraian.

Banyak orang beranggapan bahwa kuliah sambil bekerja beresiko gagal dalam melanjutkan kuliah. Tak jarang mahasiswa akhirnya putus kuliah karena sulitnya mengatur waktu antara kuliah dan kerja, karena sangat diperlukan pertimbangan yang matang ketika mahasiswa mengambil kuliah sambil bekerja. Namun di sisi lain kuliah sambil bekerja memiliki keuntungan bagi mahasiswa yang mempunyai masalah finansial, bekerja akan memberikan tambahan untuk biaya kuliah. Mahasiswa dituntut untuk bisa mengatur aktivitas dengan baik antara padatnya kegiatan yang dilakukan saat kuliah dan bekerja, terutama bagi mahasiswa yang telah memasuki semester akhir dan mulai menyusun tugas akhir. Suci (2009) mengatakan bahwa pembagian waktu atau aktivitas ini tergantung dari bagaimana seseorang mampu untuk mengatur dirinya agar tujuan tetap tercapai. Sebaliknya, jika mahasiswa tidak mampu mengatur kegiatan

aktivitasnya baik kegiatan perkuliahan atau pekerjaannya maka mahasiswa tersebut akan mengalami tekanan yang disebut *stress*.

Penelitian yang dilakukan oleh Destanti dkk, (2011) terhadap 41 mahasiswa menunjukkan, bahwa tidak ada mahasiswa yang mengalami stres berat, baik yang yang bekerja maupun tidak bekerja. Sedangkan mahasiswa yang tidak bekerja lebih banyak yang mengalami stress ringan dibanding dengan yang bekerja yaitu sebanyak 83,3% responden. Namun mahasiswa yang tidak bekerja lebih sedikit mengalami stres dari pada yang bekerja yaitu sebanyak 16,7% responden.

Pada beberapa penelitian yang menggambarkan tingkat stres pada mahasiswa tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian sebelumnya oleh Susi Purwati (2012) bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang berjumlah (43,3%), dari hasil penelitian ini tingkat stress mahasiswa dibagi atas usia dan jenis kelamin. Pada jenis kelamin, tidak ditemukan perbedaan tingkat stres, namun pada tingkat usia ditemukan perbedaan tingkat stres, yaitu semakin tinggi tingkat usia maka tingkat stres akan semakin rendah.

Fenomena ini dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Daulay & Rola (2009) mengenai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja juga ditemukan di Universitas Sumatera Utara (USU). Dari

jumlah mahasiswa USU yang terdaftar berdasarkan data statistik USU tahun 2009 yakni lebih dari 33.000 orang, tidak menutup kemungkinan terdapat mahasiswa USU yang kuliah sambil bekerja. Berdasarkan hasil komunikasi personal dengan beberapa mahasiswa pada saat pra penelitian, diketahui bahwa tidak sedikit mahasiswa USU yang kuliah sambil bekerja. Kuliah sambil bekerja banyak memberi dampak bagi mahasiswa baik positif maupun negatif. Dampak positifnya adalah dengan bekerja mahasiswa dapat membantu orangtua dalam membiayai kuliah, memperoleh pengalaman kerja serta kemandirian ekonomis (Motte & Schwartz, 2009). Di sisi lain masalah yang perlu diwaspadai oleh mahasiswa yang bekerja adalah pekerjaan bisa membuat mahasiswa lalai akan tugas utamanya yakni belajar (Yenni, 2007)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah saya laksanakan pada mahasiswa fakultas ekonomi jurusan manajemen angkatan 2013 di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang pada bulan Januari 2016, dari 10 orang mahasiswa ditemukan 6 mahasiswa (60%) tidak bekerja dan 4 orang mahasiswa (40%) yang bekerja. Adapun dari 6 orang tersebut ditemukan semuanya tidak mengalami stres. Dan untuk 4 orang yang bekerja terdapat 3 orang yang mengalami stres. Hal tersebut dibuktikan dengan kuesioner yang

disebarkan. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *komparatif*. Melalui pendekatan *cross sectional* tersebut dimaksud untuk mengetahui perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja. Variabel dalam peneliitan ini yaitu tingkat stres pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja. Penelitian dilakukan di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen Angkatan 2013 dengan jumlah sampel 46 responden. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi, yaitu:

- a. Mahasiswa yang bekerja :
  1. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden.
  2. Mahasiswa fakultas ekonomi jurusan manajemen angkatan 2013.
  3. Mahasiswa yang masih aktif dalam perkuliahan
  4. Mahasiswa yang tidak sakit dalam proses belajar
  5. Mahasiswa yang hobi bekerja.
- b. Mahasiswa yang tidak bekerja :

1. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden
2. Mahasiswafakultas ekonomi jurusan manajemen angkatan 2013
3. Mahasiswa yang masih aktif dalam perkuliahan.
4. Mahasiswa yang tidak sakit dalam proses belajar
5. Mahasiswa yang tidak hobi bekerja

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Mann-Whitney U-Test* untuk melakukan pengujian terhadap 2 sampel yang berhubungan dengan demikian uji ini dimaksudkan uji beda antara bekerja dan tidak bekerja. Hasil penelitian yang telah di lakukan pada tanggal 23 Juni 2016 sampai 23 Juli 2016 dengan melibatkan 46 responden yang terdiri dari 23 orang mahasiswa bekerja dan 23 orang mahasiswa tidak bekerja.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Responden mahasiswa tidak bekerja berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan yaitu sebanyak 15 orang (65,2%), berdasarkan usia sebagian besar berusia 21 tahun yaitu sebanyak 11 orang (47,83%), dan berdasarkan tempat tinggal sebagian besar tinggal di kost yaitu sebanyak 21 orang (91,30%). Responden mahasiswa

tidak bekerja berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan yaitu sebanyak 15 orang (39,13%), berdasarkan usia sebagian besar berusia 21 tahun yaitu sebanyak 9 orang (47,83%), dan berdasarkan tempat tinggal sebagian besar tinggal di kost yaitu sebanyak 22 orang (95,65%).

Tabel 1. Karakteristik Durasi Waktu Bekerja, Lama Bekerja, dan Jenis pekerjaan

<b>Variabel</b>	<b>f</b>	<b>(%)</b>
<b>Durasi waktu bekerja</b>		
1 – 3 jam	5	21,74
4 – 6 jam	12	52,17
7 – 9 jam	6	26,09
<b>Lama bekerja</b>		
1 – 4 bulan	12	52,17
5 – 8 bulan	7	30,43
9 – 12 bulan	4	17,39
<b>Jenis pekerjaan</b>		
Asisten Rumah Tangga	1	4,35
Jasa Antar Air Galon	1	4,35
Kuli Bangunan	1	4,35
Mengajar Ngaji	1	4,35
Operator Warnet	1	4,35
Pedagang	3	13,04
Pramuniaga	13	56,52
Pramusaji	2	8,70

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mahasiswa bekerja durasi selama 4-6 jam per hari yaitu sebanyak 12 orang (52,17%), berdasarkan lama bekerja 1-4 bulan yaitu sebanyak 12

orang (52,17%) dan sebagai pramuniaga yaitu sebanyak 13 orang (56,52%).

Tabel 2. Kategori Stres pada Mahasiswa Tidak Bekerja

<b>Kategori Stres</b>	<b>f</b>	<b>(%)</b>
Stres Ringan	7	30,43
Stres Sedang	15	65,22
Stres Berat	1	4,35
Total	23	100

Berdasarkan Tabel 2. dapat diketahui bahwa mahasiswa tidak bekerja sebagian besar dikategorikan stres sedang yaitu sebanyak 15 orang (65,22%).

Tabel 3. Kategori Stres pada Mahasiswa Bekerja

<b>Kategori Prestasi Belajar</b>	<b>f</b>	<b>(%)</b>
Stres Ringan	3	13,04
Stres Sedang	7	30,44
Stres Berat	13	56,52
Total	23	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa mahasiswa bekerja sebagian besar dikategorikan stres berat yaitu sebanyak 13 orang (56,52%).

### **Tingkat Stres pada Mahasiswa Tidak Bekerja**

Berdasarkan Tabel 2 diketahui hasil penelitian bahwa sebagian besar mahasiswa yang tidak bekerja dikategorikan stres sedang yaitu sebanyak 15 orang (65,22%). Mahasiswa tidak bekerja yang memiliki stres sedang

dapat disebabkan karena mahasiswa tersebut tidak memiliki beban dalam hal pekerjaan. Mahasiswa yang tidak bekerja tentu tidak memiliki beban berupa tekanan untuk membagi waktu antara kuliah dan bekerja, selain itu juga harus mampu membagi pikiran antara belajar dan kegiatan lain di kampus. Berdasarkan data, sebagian besar mahasiswa yang tinggal pisah dengan orang tua (kos) hal ini membuat beban mahasiswa menjadi ringan karena kebutuhan sehari-hari masih ditanggung oleh orang tua. Mahasiswa tidak bekerja yang memiliki kategori stres sedang dapat dikarenakan mahasiswa tersebut memiliki waktu yang banyak untuk bisa berbagi bersama teman baik teman kuliah maupun teman di lingkungan tempat kos.

Mahasiswa yang tidak bekerja tidak memikirkan persoalan ekonomi baik hanya untuk sekedar mengisi waktu luang atau bahkan untuk memenuhi kebutuhan misalnya menambah uang saku demi meringankan beban orang tua. Hal ini membuat mahasiswa terlihat tidak memiliki beban pikiran dan lebih fokus untuk kuliah dan kegiatan di lingkungan kampus saja. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Dudijah (2011) yang berpendapat mahasiswa tidak bekerja adalah mahasiswa yang benar-benar menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi tanpa melakukan kegiatan apapun yang berhubungan dengan pekerjaan yang bersifat komersil.

Mahasiswa tidak bekerja memiliki alasan tersendiri, misalnya banyak aktif di kegiatan-kegiatan UKM yang ada di lingkungan kampus sehingga membuat mahasiswa sulit dalam membagi waktu. Hal ini didukung dengan pendapat Ningsih (2005) mengatakan bahwa hal yang menjadi kendala dalam kuliah sambil bekerja yaitu tidak mudah membagi waktu antara kuliah, kerja, istirahat dan urusan-urusan lain.

### **Tingkat Stres pada Mahasiswa Bekerja**

Berdasarkan Tabel 2 diketahui hasil penelitian bahwa sebagian besar mahasiswa yang bekerja dikategorikan stres berat yaitu sebanyak 13 orang (56,52%). Mahasiswa bekerja yang dikategorikan stres berat dapat disebabkan karena mahasiswa yang bekerja memiliki beban pikiran yang cukup rumit karena harus mampu membagi waktu kuliah dan waktu kerja. Hal ini senada dengan pendapat Furr dan Elling seperti yang dikutip oleh Daulay & Rola (2009) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibanding mahasiswa yang tidak bekerja dan juga jarang terlibat aktivitas kampus.

Mahasiswa bekerja juga sering membuat lelah dan kesulitan membagi waktu antara kerja dan belajar sehingga memberikan dampak negatif bagi prestasi akademik. Mahasiswa juga akan merasa

terbebani apabila tidak bisa mengatur waktu antara kuliah dan bekerja. Suci (2009) mengatakan bahwa pembagian waktu atau aktivitas ini tergantung dari bagaimana seseorang mampu untuk mengatur dirinya agar tujuan tetap tercapai. Sebaliknya jika mahasiswa tidak mampu mengatur kegiatan aktivitasnya baik kegiatan perkuliahan atau pekerjaannya maka akan mengalami tekanan yang disebut *stress*.

Purwanto (2013) berpendapat bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki tingkat lelah yang lebih tinggi dikarenakan padatnya aktivitas kuliah dan bekerja dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Lebih lanjut Purwanto (2013) juga mengungkapkan pekerjaan yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa adalah kerja paru waktu karena jadwal pekerjaannya lebih fleksibel sehingga mahasiswa masih bisa menyesuaikan jadwal bekerja dengan jadwal kuliah. Hal ini terlihat dari hasil penelitian dalam data umum menemukan bahwa sebagian besar adalah mahasiswa bekerja sebagai pramuniaga yaitu sebanyak 13 orang (56,52%).

### **Perbedaan Tingkat Stres antara Mahasiswa yang Tidak Bekerja dengan Mahasiswa Bekerja**

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Mann-whitney U-Test* diketahuinilai Sig atau *p-value* =

$0,006 \leq \alpha$  (0,05). Nilai *p-value*  $\leq$  batas kritis (0,05) maka terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok atau yang berarti  $H_1$  diterima. Artinya ada perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Dari hasil penelitian diperoleh mahasiswa yang tidak bekerja sebagian besar dikategorikan memiliki stres sedang (65,22%) dan mahasiswa bekerja sebagian besar dikategorikan stres berat (56,52%).

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Destanti, dkk (2011) dimana penelitian yang dilakukan pada 41 responden mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak bekerja mengalami sebagian besar mengalami stres ringan yaitu sebanyak 83,33% sedangkan mahasiswa yang bekerja mengalami stres ringan dengan persentase 16,7%. Mahasiswa bekerja adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi dan berstatus aktif, yang juga menjalankan usaha atau sedang berusaha mengerjakan suatu tugas yang diakhiri buah karya yang dapat dinikmati oleh orang yang bersangkutan. Sedangkan mahasiswa tidak bekerja adalah mahasiswa yang benar benar menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi tanpa melakukan kegiatan apapun yang berhubungan dengan pekerjaan yang bersifat komersil (Dudija, 2011).



Adapun menurut Yenni seperti yang dikutip oleh Daulay & Rola (2009), yang menyatakan beragam alasan yang melatarbelakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja, mulai dari masalah ekonomi sampai hanya karena ingin mengisi waktu luang. Adapun perbedaan antara mahasiswa yang tidak bekerja dan mahasiswa bekerja dapat ditinjau dari waktu luang, beban studi, aktivitas sehari-hari, fokus kegiatan, cara pandang hidup serta pengalaman yang dimiliki dimana masing masing aspek memiliki kelebihan dan kelemahannya tersendiri.

## KESIMPULAN

Sebagian besar mahasiswa yang tidak bekerja yaitu 15 orang (65,22%) dikategorikan memiliki stres sedang sedangkan sebagian besar mahasiswa bekerja yaitu 13 orang (56,52%) dikategorikan memiliki stres berat. Hasil analisis menggunakan *Mann-whitney U Test* didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,006 \leq \alpha$  (0,05). Apabila nilai  $p\text{-value}$  yang lebih kecil dari batas kritis (0,05) maka terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok atau yang berarti  $H_1$  diterima. Artinya ada perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Destanti, Handayani, Widyastuti, dan Yanuarista. 2011. *Perbandingan tingkat stress pada mahasiswa ekstensi 2010 yang bekerja dengan tidak bekerja*. Riset tidak dipublikasikan. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/.../7204>. Diakses tanggal 5 Mei 2016. Pukul 19:35 WIB.
- Dudija, N. 2011. *Jurnal Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Antara Mahasiswa Bekerja dengan Mahasiswa yang Tidak Bekerja*. Humanitas, Vol. VIII No. 2 Agustus 2011.
- Hartaji, R. Damar Adi. 2009. *Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang Tua*. Universitas Gunadarma.
- Jacinta, R. F. 2002. *Wanita Bekerja*. WEB: Kompas Cyber Media.
- Motte A & Schwartz, S. 2009. *Are student employments and academic success linked ?* Canada: Millenium Research Note . FTP: [Http://www.milleniumpublications.com/images/publications/090415\\_Student\\_Employment\\_RN9.Pdf](Http://www.milleniumpublications.com/images/publications/090415_Student_Employment_RN9.Pdf). Diakses Tanggal 18 Maret 2016.
- Ningsih, A,R. 2005. *Mungkinkah Mahasiswa Kuliah Sambil Bekerja*. [ejournal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/...](http://ejournal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/...)

- [ew/226/341](#). Diakses tanggal 5 Mei 2016.
- Pradnya Patriana. 2007. Hubungan antara Kemandirian Diri dengan Motivasi Bekerja sebagai Pengajar Les Privat pada Mahasiswa di Semarang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UNDIP.
- Purwanto, M.N. 2013. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya
- Purwati, Susi. 2012. *Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010* Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Skripsi, Universitas Indonesia
- Rice, P.L. 1998. *Stress and health*. Third Edition. Moorhead State University: Brooks/Cole Publishing Company.
- Rola, F., Daulay, S.F. 2009. Perbedaan Self Regulated Learning Antara Mahasiswa Yang Bekerja Dan Yang Tidak Bekerja. *Psychology Jurnal*. Univesitas Sumatera Utara.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta:PT Grasindo
- Suci, R.R. 2009. Perbedaan Self Regulation Pada Mahasiswa yang Bekerja dan Mahasiswa yang Tidak Bekerja. *Jurnal Vol. III No 2 Psikologi Program Studi Psikologi* Universitas Paramadina. Jakarta.
- Walker, J. 2002. *Teens in Distress Series Adolescent Stress and Depression*. <http://www.extension.uconn.edu/distribution/youthdevelopment/DA33.html>. Diakses tanggal 30 Maret 2016.