

Implementasi Skrining DASS-42 dan Edukasi Kesehatan Mental Sebagai Upaya Promotif dan Preventif Pada Mahasiswa Keperawatan

Implementation Of DASS-42 Screening and Mental Health Education as a Promotional and Preventive Effort for Nursing Students

Tiffatul Jannah Firdausya¹, Fitri Annisa¹, Shierly Ramadhani², Diyah Putri Latifa³

1. Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Bhakti Asih Tangerang
Jl. Raden Fatah No.62, Kota Tangerang, Banten, Indonesia.
Email: jannahfird9@gmail.com
2. Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Bhakti Asih Tangerang
Jl. Raden Fatah No.62, Kota Tangerang, Banten, Indonesia.
3. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains
Universitas Bhakti Asih Tangerang, Jl. Raden Fatah No.62, Kota Tangerang, Banten, Indonesia.

Abstrak – Masalah kesehatan mental pada mahasiswa merupakan isu penting, khususnya pada fase transisi akademik yang ditandai dengan peningkatan tuntutan belajar dan adaptasi psikososial. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental serta melakukan deteksi dini risiko stres, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa tingkat II semester III dan IV melalui kegiatan workshop dan sosialisasi skrining risiko kesehatan mental. Metode kegiatan meliputi pemberian edukasi kesehatan mental secara interaktif dan pelaksanaan skrining menggunakan instrumen DASS-42. Kegiatan ini diikuti oleh mahasiswa yang berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa berada pada kategori normal hingga ringan, masih ditemukan mahasiswa dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada kategori sedang hingga sangat parah, yang mengindikasikan adanya kelompok mahasiswa berisiko. Selain itu, kegiatan ini berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman dan kesadaran mahasiswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental serta mendorong sikap terbuka terhadap upaya pencarian bantuan. Dapat disimpulkan bahwa workshop dan sosialisasi skrining kesehatan mental merupakan strategi promotif dan preventif yang efektif di lingkungan perguruan tinggi dan perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dengan layanan konseling kampus guna mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: DASS-42, depresi, kecemasan, kesehatan mental, stress

Abstract - Mental health issues among college students are a crucial issue, particularly during the academic transition phase, which is characterized by increased learning demands and psychosocial adaptation. This Community Service (PkM) activity aims to raise mental health awareness and conduct early detection of stress, anxiety, and depression risks among second-year students in the third and fourth semesters through workshops and mental health risk screening outreach. The activity methods included interactive mental health education and screening using the DASS-42 instrument. Students actively participated in all activities. Results showed that although the majority of students were in the normal to mild category, there were still students with moderate to severe levels of stress, anxiety, and depression, indicating a group of at-risk students. Furthermore, this activity contributed to increased student understanding and awareness of the importance of maintaining mental health and encouraged openness to seeking help. It can be concluded that the workshop and mental health screening outreach are effective promotive and preventive strategies in higher education environments and need to be continuously integrated with campus counseling services to support student psychological well-being.

Keywords: DASS-42, depression, anxiety, mental health, stress

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting yang memengaruhi kualitas hidup dan keberhasilan akademik mahasiswa. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia ≥ 15 tahun di

Indonesia mencapai 9,8%. Angka ini menunjukkan bahwa hampir 1 dari 10 orang mengalami gejala depresi atau kecemasan. Data dari WHO (2023) juga menyebutkan bahwa depresi menjadi penyebab utama gangguan kesehatan pada remaja dan dewasa muda, sedangkan kecemasan merupakan gangguan mental yang paling banyak dialami oleh kelompok usia produktif.

Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok usia produktif memiliki beban dan tantangan yang unik. Tuntutan akademik, adaptasi dengan lingkungan baru, persaingan prestasi, tekanan ekonomi, hingga masalah relasi sosial dapat menjadi faktor risiko munculnya stres, kecemasan, dan depresi (Brown et al., 2016; Labrague et al., 2018; Onieva-zafra et al., 2020). Apabila tidak diatasi, kondisi ini dapat berdampak pada penurunan motivasi belajar, penurunan prestasi akademik, gangguan hubungan sosial, hingga risiko putus kuliah (*dropout*). Dalam konteks ini, terdapat penelitian dalam literatur yang menunjukkan bahwa stres, depresi dan kecemasan cukup umum terjadi pada mahasiswa keperawatan di berbagai negara di dunia (Bartlett et al., 2016; Phimarn et al., 2015). Dalam meta-analisis 27 studi cross-sectional yang dilakukan oleh Tung dkk. Pada tahun 2018, prevalensi depresi global pada mahasiswa keperawatan dilaporkan sebesar 34%. Hal ini menunjukkan tingginya prevalensi depresi di kalangan mahasiswa keperawatan dibandingkan dengan populasi umum, yaitu sebesar 4,7% (Tung et al., 2018).

Mahasiswa keperawatan memiliki lebih banyak stres dibandingkan rekan-rekan mereka di program universitas lain karena kombinasi persyaratan jam akademik dan klinis (Aloufi et al., 2021). Kecemasan di kalangan mahasiswa keperawatan telah meningkat secara global, dengan banyak mahasiswa mencari konseling dan terapi (Sonmez et al., 2023). Masalah kesehatan mental dan kecemasan di kalangan mahasiswa keperawatan telah mendapatkan perhatian dunia karena dampak potensialnya terhadap kesejahteraan, pengalaman, dan kinerja akademik dan klinis mahasiswa (Fernandez et al., 2020; Jane et al., 2018; Onieva-zafra et al., 2020; Ratanasiripong, 2025).

Penilaian kesehatan mental mahasiswa keperawatan dan penerapan intervensi kesehatan mental untuk mendukung kelompok rentan ini sangatlah penting. Stres, depresi, dan kecemasan yang dialami mahasiswa keperawatan dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka, serta memengaruhi kinerja akademik dan kualitas perawatan yang mereka berikan kepada pasien. Keperawatan adalah profesi yang membutuhkan interaksi manusia yang empatik. Depresi dan kecemasan dapat mengganggu proses kognitif dan keterampilan komunikasi, yang menyebabkan pengambilan keputusan klinis yang buruk dan meningkatkan risiko kesalahan medis dalam praktik. Menjaga kesejahteraan mental calon penyedia layanan kesehatan merupakan aspek penting dalam pendidikan keperawatan (Aloufi et al., 2021; Demir et al., 2022; Fernandez et al., 2020).

Pencegahan dan penanganan dini gangguan kesehatan mental sangat penting untuk dilakukan. Skrining kesehatan mental merupakan salah satu metode efektif untuk mendeteksi gejala awal sebelum berkembang menjadi gangguan yang lebih berat. Melalui skrining yang sederhana, mahasiswa dapat mengenali kondisi mentalnya sendiri. Edukasi yang diberikan melalui workshop dapat meningkatkan pemahaman, mengurangi stigma, serta mendorong mahasiswa untuk mencari bantuan yang tepat ketika diperlukan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, program "SIAGA SEHAT MENTAL: Workshop dan Sosialisasi Skrining Kesehatan Mental" dirancang sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran, keterampilan deteksi dini, dan kesiapsiagaan mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental, sehingga tercipta lingkungan akademik yang sehat, suportif, dan produktif.

2. DATA DAN METODOLOGI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "SIAGA SEHAT MENTAL: Workshop dan Sosialisasi Risiko Skrining Kesehatan Mental" telah dilaksanakan dengan baik dan mendapatkan sambutan positif dari para peserta. Jumlah peserta yang hadir adalah 37 mahasiswa dari Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Tingkat II Semester III dan IV. Selama kegiatan berlangsung, peserta tampak antusias dan aktif mengikuti setiap sesi yang diberikan, mulai dari pemberian edukasi, sesi tanya jawab, diskusi, dan simulasi mengisi instrumen skrining risiko kesehatan mental. Kegiatan dilaksanakan di Smart Classroom lantai 3 Gedung Kampus Universitas Bhakti Asih Tangerang.

3. HASIL PENGABDIAN

Evaluasi efektivitas kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test kepada mahasiswa tingkat II semester III dan IV. Pre-test diberikan sebelum pelaksanaan workshop dan sosialisasi skrining kesehatan mental dengan tujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mahasiswa terkait konsep stres, kecemasan, depresi, tanda dan gejala, serta pentingnya deteksi dini dan pencarian bantuan. Selanjutnya, post-test diberikan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai untuk menilai perubahan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa sebagai dampak dari intervensi edukatif yang diberikan.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebesar 20% mahasiswa masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai kesehatan mental, khususnya dalam membedakan konsep stres, kecemasan, dan depresi serta dalam mengenali tanda dan gejala awal dari masing-masing kondisi. Selain itu, masih ditemukan persepsi bahwa masalah kesehatan mental merupakan hal yang wajar dan tidak memerlukan penanganan khusus, sehingga upaya pencarian bantuan belum dipandang sebagai kebutuhan yang penting.

Hasil post-test sebesar 99,3% menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa terkait kesehatan mental. Mahasiswa lebih mampu mengidentifikasi perbedaan antara stres, kecemasan, dan depresi, memahami faktor-faktor yang dapat memengaruhi kondisi psikologis, serta menyadari pentingnya deteksi dini dan rujukan ke layanan yang tepat. Peningkatan skor post-test dibandingkan dengan pre-test mengindikasikan bahwa metode edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental mahasiswa.

Perbandingan hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa kegiatan PkM ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran mahasiswa mengenai kesehatan mental. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan edukatif melalui workshop dan sosialisasi merupakan strategi yang relevan dan efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan mental di lingkungan perguruan tinggi.

Skrining risiko kesehatan mental menggunakan instrumen *Depression, Anxiety, and Stress Scale-42* (DASS-42). Hasil skrining menunjukkan bahwa pada aspek stres, rata-rata skor stres didapatkan 15,97 dengan asumsi rata-rata mahasiswa mengalami stres ringan (41,0%). Sebagian peserta juga ada dalam kategori normal sebanyak 15 mahasiswa (38,5%). Namun, masih ditemukan peserta dengan tingkat stres sedang hingga sangat parah (20,5%). Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas peserta mampu mengelola stres sehari-hari, terdapat kelompok yang berisiko dan memerlukan perhatian lebih lanjut.

Pada aspek kecemasan, hasil skrining menunjukkan proporsi yang cukup signifikan pada kategori sedang (30,8%) dan parah (28,2%), bahkan 20,5% peserta berada pada kategori sangat parah. Kondisi ini menggambarkan bahwa kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang cukup dominan pada kelompok sasaran, kemungkinan berkaitan dengan tuntutan peran, tekanan sosial, dan faktor lingkungan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Sementara itu, pada aspek depresi, lebih dari setengah peserta berada pada kategori normal (59,0%), namun masih ditemukan peserta dengan tingkat depresi ringan (7,7%), sedang (25,6%), parah (5,1%), dan sangat parah (2,6%). Meskipun proporsi depresi berat relatif kecil, temuan ini tetap menunjukkan adanya risiko yang tidak dapat diabaikan dan memerlukan tindak lanjut berupa edukasi lanjutan dan mekanisme rujukan.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa workshop dan sosialisasi skrining risiko kesehatan mental ini mampu mengidentifikasi secara dini risiko stres, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya menjaga kesehatan mental serta mendorong sikap terbuka untuk mencari bantuan profesional apabila diperlukan. Temuan ini menjadi dasar penting bagi penguatan program promotif dan preventif kesehatan mental di tingkat perguruan tinggi.

4. PEMBAHASAN

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa workshop dan sosialisasi skrining risiko stres, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa tingkat II semester III dan IV menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif sebagai upaya deteksi dini masalah kesehatan mental pada populasi mahasiswa. Mahasiswa merupakan kelompok usia dewasa muda yang berada pada fase transisi akademik dan psikososial, sehingga memiliki kerentanan terhadap berbagai masalah kesehatan mental, terutama stres akademik, kecemasan, dan depresi (Barbayannis et al., 2022; Matud et al., 2020).

Proporsi mahasiswa dengan tingkat kecemasan sedang hingga sangat parah yang cukup signifikan menunjukkan bahwa kecemasan merupakan masalah psikologis dominan pada kelompok sasaran. Kondisi ini sejalan dengan berbagai penelitian yang melaporkan tingginya prevalensi kecemasan pada mahasiswa, yang peluangnya dipengaruhi oleh beban akademik, tuntutan pencapaian prestasi, tekanan evaluasi, serta ketidakpastian terkait masa depan akademik dan karier (Karyotaki et al., 2020; Tan et al., 2023). Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan oleh (2025)(Rastogi et al., 2025) *academic stress and performance-related anxiety* meningkat karena beberapa faktor, seperti beban kerja yang berlebihan, rasa takut gagal, tenggat waktu yang ketat, lingkungan yang kompetitif, dan harapan tinggi dari

orang tua atau institusi. Mahasiswa sering khawatir tentang nilai, ujian, karier masa depan, dan kemampuan mereka untuk memenuhi standar akademik. Kecemasan ditandai oleh pikiran dan kekhawatiran yang terus-menerus mengganggu, yang mengakibatkan kekhawatiran dan ketegangan yang berkelanjutan (Tan et al., 2023).

Pada aspek stres, mayoritas mahasiswa berada pada kategori normal hingga ringan, yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih memiliki kemampuan adaptif dalam menghadapi stres akademik dan tuntutan perkuliahan. Namun demikian, ditemukannya mahasiswa dengan tingkat stres sedang hingga sangat parah mengindikasikan adanya kelompok rentan yang berpotensi mengalami penurunan performa akademik dan kesejahteraan psikologis apabila tidak dilakukan upaya pencegahan dan pendampingan lebih lanjut. Stres akademik yang tidak terkelola dengan baik diketahui berhubungan dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi belajar, serta risiko gangguan mental yang lebih berat (Barbayannis et al., 2022; Karyotaki et al., 2020; Pascoe et al., 2020). Stres yang tak kunjung reda atau tekanan akademis dalam belajar juga dapat menjadi penyebab utama depresi pada siswa (Deng et al., 2022).

Sementara itu, hasil skrining depresi menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa berada pada kategori normal, masih terdapat mahasiswa dengan tingkat depresi ringan hingga sangat parah. Depresi adalah penyakit yang terjadi di seluruh dunia, ditandai dengan perasaan sedih dan ketidakmampuan untuk merasa bahagia atau puas. Depresi menyebabkan penurunan energi, kesulitan berpikir, berkonsentrasi, dan membuat keputusan karier (Deng et al., 2022). Penelitian sebelumnya menegaskan bahwa deteksi dini depresi pada mahasiswa sangat penting untuk mencegah dampak jangka panjang, seperti penurunan prestasi akademik, masalah relasi sosial, dan peningkatan risiko putus kuliah (Liu et al., 2022).

Penggunaan instrumen *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) dalam kegiatan PkM ini terbukti bermanfaat dalam mengidentifikasi tingkat risiko stres, kecemasan, dan depresi secara komprehensif pada mahasiswa. DASS merupakan instrumen yang terbukti bermanfaat dalam mengidentifikasi tingkat risiko stres, kecemasan, dan depresi secara komprehensif pada populasi mahasiswa karena validitas dan reliabilitasnya yang baik serta kemudahan penerapannya dalam setting pendidikan dan nonklinis (Lovibond & Lovibond, 1995). Hal ini menunjukkan bahwa skrining kesehatan mental dapat diintegrasikan secara efektif dalam program PkM berbasis institusi pendidikan.

Dari aspek proses kegiatan, pelaksanaan workshop yang dikombinasikan dengan sosialisasi dan skrining individu memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran mahasiswa mengenai kesehatan mental. Pendekatan edukatif yang interaktif mendorong mahasiswa untuk lebih memahami kondisi psikologisnya serta mengurangi stigma dalam membicarakan kesehatan mental. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mental di lingkungan kampus berperan penting dalam mendorong perilaku pencarian bantuan (*help-seeking behaviour*) pada mahasiswa (Barbayannis et al., 2022; Karyotaki et al., 2020).

Secara keseluruhan, hasil kegiatan PkM ini menunjukkan bahwa workshop dan sosialisasi

skrining kesehatan mental pada mahasiswa tingkat II semester III dan IV merupakan strategi promotif dan preventif yang relevan dan efektif di lingkungan perguruan tinggi. Kegiatan ini tidak hanya menghasilkan data awal mengenai tingkat risiko stres, kecemasan, dan depresi, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kesadaran dan literasi kesehatan mental mahasiswa. Temuan ini menjadi dasar penting bagi pengembangan program PkM lanjutan yang berfokus pada pendampingan psikososial mahasiswa, penguatan layanan konseling kampus, serta integrasi skrining kesehatan mental dalam program pembinaan mahasiswa secara berkelanjutan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) berupa workshop dan sosialisasi skrining risiko stres, kecemasan, dan depresi yang dilaksanakan pada mahasiswa tingkat II semester III dan IV telah berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan ini terbukti mampu meningkatkan kesadaran mahasiswa mengenai pentingnya kesehatan mental serta memfasilitasi deteksi dini terhadap risiko stres, kecemasan, dan depresi pada populasi mahasiswa.

Hasil skrining menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa berada pada kategori normal hingga ringan, masih ditemukan mahasiswa dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada kategori sedang hingga sangat parah. Temuan ini mengindikasikan adanya kelompok mahasiswa yang berisiko dan memerlukan perhatian serta tindak lanjut yang lebih terstruktur. Penggunaan instrumen DASS-42 dalam kegiatan ini efektif dalam mengidentifikasi kondisi psikologis mahasiswa secara sistematis dan aplikatif di lingkungan perguruan tinggi.

Kegiatan edukasi dan skrining kesehatan mental perlu dilakukan secara berkala dan terintegrasi dalam program pembinaan mahasiswa, khususnya pada fase awal hingga pertengahan masa studi yang rentan terhadap stres akademik. Penguatan kapasitas dosen pembimbing akademik dan tenaga kependidikan dalam mengenali tanda-tanda awal masalah kesehatan mental juga menjadi strategi penting dalam menciptakan lingkungan kampus yang suportif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Bhakti Asih Tangerang atas Hibah Internal yang diberikan untuk proses pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat. Terima kasih pula kepada partisipan yang ikut serta dalam kegiatan ini.

PUSTAKA

- Aloufi, M. A., Jarden, R. J., Gerdzt, M. F., & Kapp, S. (2021). Nurse Education Today Reducing stress , anxiety and depression in undergraduate nursing students : Systematic review. *Nurse Education Today*, 102(March), 104877. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104877>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., & Baquerizo, H. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations , Affected Groups , and. *Frontiers in Psychology*, 13(May), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Bartlett, M. L., Taylor, H., & Nelson, J. D. (2016). Comparison of Mental Health

- Characteristics and Stress between Baccalaureate Nursing Students and Non-Nursing Students. *Journal of Nursing Education*, 55(2), 87–90.
<https://doi.org/doi.org/10.3928/01484834-20160114-05>
- Brown, K., Anderson-johnson, P., & Mcpherson, A. N. (2016). Nurse Education in Practice Academic-related stress among graduate students in nursing in a Jamaican school of nursing. *Nurse Education in Practice*, 20, 117–124.
<https://doi.org/10.1016/j.nepr.2016.08.004>
- Demir, S., Ercan, F., & Erdogan, E. (2022). Depression-related factors in nursing students: A path analysis. *Perspectives in Psychiatric Care*, 4 May 2022.
<https://doi.org/doi.org/10.1111/ppc.13105>
- Deng, Y., Cherian, J., Un, N., Khan, N., & Kumari, K. (2022). *Family and Academic Stress and Their Impact on Students ' Depression Level and Academic Performance*. 13(June), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.869337>
- Fernandez, R., Ham-baloyi, W., Al Mutair, A., Lapkin, S., Moxham, L., & Tapsell, A. (2020). Similarities and Differences in Well-being between Australian, Saudi Arabian and South African pre-registration nursing students. *Collegian*, 27, 416–421.
<https://doi.org/doi.org/10.1016/j.colegn.2019.11.001>
- Jane, L., Fernandez, R., Kim, B., Lapkin, S., Ham-baloyi, W., & Al, A. (2018). Employment as a predictor of mental health , psychological distress , anxiety and depression in Australian pre-registration nursing students. *Journal of Professional Nursing*, 34(6), 502–506. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2018.03.005>
- Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., & Auerbach, R. P. (2020). *Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students : Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative*. 11(July), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01759>
- Labrague, L. J., McEnroe-Petitte, D. M., De Los Santos, J. A. A., & Edet, O. B. (2018). Examining stress perceptions and coping strategies among Saudi nursing students: A Systematic review. *Nurse Education Today*, 65, 192–200.
<https://doi.org/doi.org/10.1016/j.nedt.2018.03.012>
- Liu, X., Guo, Y., Zhang, W., & Gao, W. (2022). *Influencing factors , prediction and prevention of depression in college students : A literature review*. 12(7), 860–873.
<https://doi.org/10.5498/wjp.v12.i7.860>
- Lovibond, S. ., & Lovibond, P. . (1995). Depression Anxiety Stress Scales (DASS--21, DASS--42). *APA PsycTests*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/t01004-000>
- Matud, M. P., Amelia, D., Bethencourt, J. M., & Ib, I. (2020). *Stress and Psychological Distress in Emerging Adulthood : A Gender Analysis*. 1–11.
- Onieva-zafra, M. D., Fernández-muñoz, J. J., Fernández-martínez, E., García-sánchez, F. J., Abreu-sánchez, A., & Parra-fernández, M. L. (2020). *Anxiety , perceived stress and coping strategies in nursing students : a cross- sectional , correlational , descriptive study*. 1–9.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., Parker, A. G., Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., The, A. G. P., & Pascoe, M. C. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Phimarn, W., Kaewphila, P., Suttajit, S., & Saramunee, K. (2015). Depression screening and advisory service provided by community pharmacist for depressive students in

- university. *SpringerPlus*, 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40064-015-1259-1>
- Rastogi, S., Gupta, S., Deepak, D., Mishra, B. N., Gore, R., & Singh, V. (2025). *A Systematic Literature Review on Anxiety Among Undergraduate Students : Causes and Coping Strategies*. <https://doi.org/10.1177/09727531251366078>
- Ratanasiripong, P. (2025). *Impact of psychosocial factors on academic performance of nursing students in Thailand. August*. <https://doi.org/10.1108/JHR-07-2020-0242>
- Sonmez, Y., Akdemir, M., Meydanlioglu, A., & Aktekin, M. R. (2023). *Psychological Distress , Depression , and Anxiety in Nursing Students : A Longitudinal Study*. 1–11.
- Tan, G. X. D., Ci, X., Hartanto, A., Goh, A. Y. H., & Majeed, N. M. (2023). Journal of Affective Disorders Reports Prevalence of anxiety in college and university students : An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14(May), 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>
- Tung, Y., Lo, K. K. H., Ho, R. C. M., San, W., & Tam, W. (2018). Nurse Education Today Prevalence of depression among nursing students : A systematic review and. *Nurse Education Today*, 63(January), 119–129. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.01.009>