

**PENGEMBANGAN MEDIA KOMIK DENGAN TEMA STRES
AKADEMIK DALAM LAYANAN INFORMASI PADA MAHASISWA**

(Skripsi)

Oleh:

**ELYANA IRAWATI
NPM 1813052048**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDARLAMPUNG
2023**

ABSTRAK

PENGEMBANGAN MEDIA KOMIK DENGAN TEMA STRES AKADEMIK DALAM LAYANAN INFORMASI PADA MAHASISWA

Oleh

Elyana Irawati

Perlunya pengembangan media untuk pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling khususnya di perguruan tinggi. Program layanan yang dikembangkan berupa layanan informasi yang berfungsi untuk memberikan pemahaman, pencegahan, pengentasan serta pemeliharaan dan pengembangan. Sebelum mengembangkan media layanan dilakukan survei permasalahan untuk menentukan kebutuhan layanan BK dan ditarik kesimpulan salah satu masalah yang banyak dialami mahasiswa adalah stres akademik. Terdapat tuntutan dan tugas yang tidak dapat diselesaikan sehingga memberi tekanan pada mahasiswa. Pemilihan komik sebagai media layanan informasi didasarkan pada peran media yaitu dapat menyampaikan pesan secara jelas, runtut dan menyenangkan. Sehingga komik diharapkan dapat menjadi sumber belajar dan meningkatkan minat baca kepada mahasiswa dengan minat baca rendah.

Metode penelitian yang digunakan menggunakan model pengembangan 4D (*define, design, develop* dan *disseminate*). Produk komik yang telah dikembangkan dilakukan uji kepada 3 ahli yang terdiri dari ahli media, materi dan Bahasa dengan hasil uji media 66,67% (layak), uji materi 100% (sangat layak) dan uji Bahasa 85% (sangat layak). Kemudian dilakukan uji kelas kecil kepada mahasiswa dengan rata-rata persentase kelayakan sebesar 85% (sangat layak). Serta uji kelas besar menggunakan *pre test* dan *post test* dengan persentase peningkatan sebesar 45,8%.

Kata kunci: 4D, Komik, Layanan Informasi, Pengembangan Media, Stres Akademik

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF COMIC MEDIA WITH THE THEME OF ACADEMIC STRESS IN INFORMATION SERVICES TO STUDENTS

By

Elyana Irawati

In this research, a problem survey was conducted to determine the needs of counseling services for students and it was found that one of the problems that many students experience is academic stress. The selection comics as a media of information service is based on the role of the media itself, namely being able to convey messages clearly, coherently and funny. So that comics are expected to be source of learning and increase the interest in reading for students who have low reading interest.

The research method was used an 4D development model (define, design, develop, and disseminate). The comic product developed was tested on 3 experts consisting of media, material and language experts with the results of media test were 66,67% (adequate), the material test was 100% (very feasible) and the language test was 85% (very feasible). Then a small class test was conducted on students with an average eligibility percentage of 85% (very feasible). As well as the class test using pre-test and post-test with a percentage increase of 45,8%.

Keywords: *Media Development, Comics, Information Services, Academic Stress, 4D*

**PENGEMBANGAN MEDIA KOMIK DENGAN TEMA STRES
AKADEMIK DALAM LAYANAN INFORMASI PADA MAHASISWA**

Oleh

ELYANA IRAWATI

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDARLAMPUNG
2023**

ABSTRAK

PENGEMBANGAN MEDIA KOMIK DENGAN TEMA STRES AKADEMIK DALAM LAYANAN INFORMASI PADA MAHASISWA

Oleh

Elyana Irawati

Perlunya pengembangan media untuk pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling khususnya di perguruan tinggi. Program layanan yang dikembangkan berupa layanan informasi yang berfungsi untuk memberikan pemahaman, pencegahan, pengentasan serta pemeliharaan dan pengembangan. Sebelum mengembangkan media layanan dilakukan survei permasalahan untuk menentukan kebutuhan layanan BK dan ditarik kesimpulan salah satu masalah yang banyak dialami mahasiswa adalah stres akademik. Terdapat tuntutan dan tugas yang tidak dapat diselesaikan sehingga memberi tekanan pada mahasiswa. Pemilihan komik sebagai media layanan informasi didasarkan pada peran media yaitu dapat menyampaikan pesan secara jelas, runtut dan menyenangkan. Sehingga komik diharapkan dapat menjadi sumber belajar dan meningkatkan minat baca kepada mahasiswa dengan minat baca rendah.

Metode penelitian yang digunakan menggunakan model pengembangan 4D (*define, design, develop* dan *disseminate*). Produk komik yang telah dikembangkan dilakukan uji kepada 3 ahli yang terdiri dari ahli media, materi dan Bahasa dengan hasil uji media 66,67% (layak), uji materi 100% (sangat layak) dan uji Bahasa 85% (sangat layak). Kemudian dilakukan uji kelas kecil kepada mahasiswa dengan rata-rata persentase kelayakan sebesar 85% (sangat layak). Serta uji kelas besar menggunakan *pre test* dan *post test* dengan persentase peningkatan sebesar 45,8%.

Kata kunci: 4D, Komik, Layanan Informasi, Pengembangan Media, Stres Akademik

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF COMIC MEDIA WITH THE THEME OF ACADEMIC STRESS IN INFORMATION SERVICES TO STUDENTS

By

Elyana Irawati

In this research, a problem survey was conducted to determine the needs of counseling services for students and it was found that one of the problems that many students experience is academic stress. The selection comics as a media of information service is based on the role of the media itself, namely being able to convey messages clearly, coherently and funny. So that comics are expected to be source of learning and increase the interest in reading for students who have low reading interest.

The research method was used an 4D development model (define, design, develop, and disseminate). The comic product developed was tested on 3 experts consisting of media, material and language experts with the results of media test were 66,67% (adequate), the material test was 100% (very feasible) and the language test was 85% (very feasible). Then a small class test was conducted on students with an average eligibility percentage of 85% (very feasible). As well as the class test using pre-test and post-test with a percentage increase of 45,8%.

Keywords: *Media Development, Comics, Information Services, Academic Stress, 4D*

Judul Skripsi : **PENGEMBANGAN MEDIA KOMIK DENGAN
TEMA STRES AKADEMIK DALAM LAYANAN
INFORMASI PADA MAHASISWA**

Nama Mahasiswa : **Elyana Qrawati**

No. Pokok Mahasiswa : **1813052048**

Program Studi : **S-1 Bimbingan dan Konseling**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Dosen Pembimbing I

Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi
NIP 19800501 200812 2 002

Dosen Pembimbing II

Moch. Johan Pratama, M.Psi.M Psi
NIP 19870918 201504 1 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP 19760808 200912 1 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Shinta Mayasari, S. Psi., M. Psi., Psi.

Shinta

Sekretaris : Moch Johan Pratama, M. Psi., Psi.

Moch Johan

Penguji : Ratna Widiastuti, S. Psi., M.A., Psi.

Ratna

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Sunyono, M. Si.
196512301991111001

f

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 16 Januari 2023

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

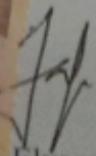
Nama : Elyana Irawati
NPM : 1813052048
Program Studi : S1-Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **"Pengembangan Media Komik dengan tema Stres Akademik dalam Layanan Informasi pada Mahasiswa"** merupakan hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumber dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat. Apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 16 Januari 2023
Yang membuat pernyataan,




Elyana Irawati
NPM 1813052048

RIWAYAT HIDUP



Elyana Irawati lahir di Pringsewu, 23 September 1999. Merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Parjiman dan Ibu Painah. Penulis mengawali pendidikan di TK ABA Sumberejo, kemudian berlanjut di SDN 1 Tegal Binangun, SMPN 2 Sumberejo dan melanjutkan pendidikan di SMAN 1 Sumberejo peminatan Bahasa. Selang satu tahun lulus dari SMA penulis mendaftar dan diterima sebagai mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung jalur SBMPTN. Tahun 2021 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Margoyoso, Tanggamus dan melaksanakan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SMAN 1 Sumberejo. Tepat setelah kegiatan KKN penulis mengikuti kegiatan Kampus Mengajar sebagai bagian dari program MBKM Kemendikbud.

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”
(Q.S Al-Insyirah: 6)

“Kamu tidak perlu jadi nomor satu, pada dasarnya setiap orang spesial.”
(世界に一つだけの花-SMAP)

“Apa yang kita tahu adalah setetes, yang tidak kita ketahui adalah lautan.”

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur atas nikmat dan karunia yang telah Allah Subhanahu Wa Ta'ala berikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Kedua orangtuaku, Bapak **Parjiman** dan Ibu **Painah**.

Terimakasih telah membesarkan dengan cinta dan kasih sayang, memberikan didikan dengan tulus, menerima kekuranganku dan selalu mengajarkan kebaikan serta memberikan dukungan secara moril dan materi.

Adikku yang ku sayangi **Ari Purnawan**.

Terimakasih atas dukungan, doa-doa dan materi yang telah kalian berikan untukku agar bersemangat dalam mengejar cita-cita.

Almamater tercinta,
Universitas Lampung

SANWACANA

Alhamdulillahirabbil' alamin, puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat, rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Media Komik dengan Tema Stres Akademik dalam Layanan Informasi pada Mahasiswa”.

Penulis telah banyak menerima dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak selama pengerjaan skripsi ini. Sebagai wujud rasa hormat, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M. selaku Rektor Universitas Lampung yang mengesahkan ijazah dan gelar sarjana, sehingga penulis termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini,
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M. Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung,
3. Bapak Dr. Riswandi, M. Pd. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung,
4. Ibu Diah Utaminingsih; S. Psi., M.A., Psi. Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung,
5. Ibu Ratna Widiastuti, S. Psi., M.A., Psi., selaku penguji utama yang telah memberikan banyak masukan dan saran yang bermanfaat bagi penuntasan skripsi ini,

6. Bapak Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., selaku pembimbing II, yang telah membimbing, memberikan solusi, motivasi, arahan, penjelasan dan memberikan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini,
7. Ibu Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku pembimbing I serta pembimbing akademik, yang telah membimbing, memberikan solusi, motivasi, arahan, penjelasan dan memberikan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini;
8. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. dan Bapak Heru Prasetyo, S.Hum., M.Pd. selaku dosen penguji kelayakan komik, terimakasih atas komentar, kritik dan saran yang diberikan dalam pengembangan media komik skripsi ini,
9. Ohayo Drawing School Lampung selaku penguji kelayakan media komik, terimakasih atas komentar, kritik dan saran yang diberikan dalam pengembangan media komik skripsi ini,
10. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing selama perkuliahan dan ilmu yang telah diberikan kepada penulis;
11. Kedua orang tuaku, Bapak Parjiman dan Ibu Painah yang telah mendidikku dengan penuh kasih sayang,
12. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018,
13. Rekan-rekan penelitian payung Riset Komik Edukasi; Eka, Kiki, Nurul, Lilis, Odel, Indah, Hamidah, Raju, Ila,
14. Wati Family; Niken, Kiki, Lilis, Alpi, Selvi, Nurul yang menjadi tempat penulis berkonsultasi dan mendapat dukungan.
15. Kak Amellia Restiani, Monica Okta Violeta, Mellisa Dwi Nuraini, Soleha Qodriyah dan Nia Itami.
16. Rekan-rekan wibu Japanila dan rekan-rekan Forkom Bidikmisi Unila.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat untuk masyarakat, pembaca dan peneliti setelahnya.

Bandar Lampung, 16 Januari 2023
Penulis

Elyana Irawati

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Rumusan Masalah.....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
1.6 Kerangka Pikir.....	8
II. LANDASAN TEORI	9
2.1 Stres Akademik.....	9
2.1.1 Definisi Stres Akademik.....	9
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	9
2.1.3 Dampak Stres Akademik bagi Mahasiswa.....	10
2.1.4 Strategi dalam Mengatasi Stres Akademik.....	11
2.2 Layanan Informasi.....	12
2.2.1 Pengertian Layanan Informasi.....	12
2.2.2. Tujuan Layanan Informasi.....	15
2.3 Metode Pelaksanaan Layanan Informasi.....	15
2.3.1 Komik Sebagai Media Layanan Informasi.....	17

III. METODE PENELITIAN	21
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
3.2 Metode dan Desain Penelitian.....	21
3.3 Subjek Penelitian.....	26
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5 Teknik Analisis Data.....	30
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Prosedur Penelitian.....	32
4.2 Kajian Produk.....	33
4.3 Analisis Hasil Penelitian.....	41
4.4 Pembahasan.....	50
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	53
V. KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan.....	54
5.2 Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skrip Komik.....	24
2. Kisi-kisi Kelayakan Media.....	28
3. Kisi-kisi Kelayakan Materi.....	29
4. Kisi-kisi Kelayakan Bahasa.....	29
5. Kisi-kisi Keterbacaan Visual.....	29
6. Kisi-kisi <i>Pre-test Post-test</i>	30
7. Skor Penilaian.....	30
8. Persentase Kelayakan.....	31
9. Skor Kelayakan Ahli Media.....	41
10. Persentase Kelayakan Ahli Media.....	41
11. Skor Kelayakan Ahli Materi.....	43
12. Persentase Kelayakan Ahli Materi.....	43
13. Skor Kelayakan Ahli Bahasa.....	44
14. Persentase Kelayakan Ahli Bahasa.....	44
15. Skor Kelayakan Keterbacaan Visual.....	45
16. Persentase Kelayakan Keterbacaan Visual.....	46
17. Skor <i>Pre Test</i>	47
18. Skor <i>Post Test</i>	48
19. Persentase Kenaikan <i>Pre test Post test</i>	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Demografi Pembaca Komik.....	5
2. Kerangka Pikir.....	8
3. Alur Pembuatan Komik.....	23
4. Rumus Persentase Kelayakan Media.....	31
5. Rumus Persentase Peningkatan <i>Pre Test/Post Test</i>	31
6. Halaman Utama Pixton.....	35
7. Menu Latar Belakang Pixton.....	35
8. Menu Karakter Pixton.....	36
9. Menu Fokus Pixton.....	37
10. Menu Dialog Pixton.....	38
11. Menu <i>Face</i> Pixton.....	38
12. Menu <i>Action</i> Pixton.....	39
13. Komik.....	39
14. Revisi Komik dari Ahli Media.....	42
15. Revisi Komik dari Ahli Bahasa.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kuesioner Permasalahan Google Formulir.....	60
2. Respon Kuesioner Permasalahan.....	62
3. Hasil Uji Ahli.....	67
4. Kuesioner Keterbacaan Visual.....	73
5. Hasil Uji Keterbacaan Visual.....	74
6. Kuesioner Pre Test dan Post Test.....	77
7. Hasil Pre Test.....	79
8. Hasil Post Test.....	80
9. Komik Stres Akademik.....	81
10. Surat Izin Penelitian.....	89
11. Surat Balasan Penelitian.....	90
12. Dokumentasi.....	91

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bimbingan dan konseling merupakan upaya untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan dirinya secara optimal (Dahlan, 2014). Proses pemberian bantuan ini dibantu oleh tenaga pendidik. Kegiatan layanan bimbingan dan konseling lebih banyak dilakukan dalam pendidikan formal dengan didasari oleh berbagai faktor yaitu faktor filosofis, psikologis, sosial budaya, iptek dan pendidikan yang mempengaruhi kebutuhan terhadap pengadaan layanan bimbingan dan konseling (Nurihsan, 2010). Faktor filosofis berkaitan dengan pandangan mengenai hakikat manusia. Latar belakang psikologis berkaitan dengan proses perkembangan manusia yang bersifat unik dan beragam. Sehingga dari keunikan ini diperlukan layanan bimbingan untuk membantu setiap individu mencapai perkembangan yang sehat.

Latar belakang sosial budaya memandang masyarakat adalah sistem terbuka yang memungkinkan adanya pergeseran, pertumbuhan dan perubahan nilai yang akan mempengaruhi pola pikir individu. Dimana nilai merupakan bagian penting dalam perkembangan individu karena nilai menjadi dasar bagi individu untuk mengambil keputusan. Dan peran bimbingan dan konseling adalah untuk membantu memelihara, menginternalisasi dan memaknai nilai sebagai landasan dan arah pengembangan diri.

Perkembangan IPTEK yang sangat cepat sangat mempengaruhi minat dan kemampuan peserta didik sehingga diperlukan pengadaan layanan bimbingan

dan konseling untuk membantu peserta didik menyesuaikan diri seiring kemajuan pengetahuan.

Perluasan pendidikan juga menjadi latar belakang pengadaan layanan bimbingan dan konseling karena akan membantu peserta didik dalam memilih tingkatan pendidikan yang akan mereka ambil selanjutnya. Perluasan pendidikan akan memberikan peserta didik kesempatan untuk mencapai pendidikan setinggi mungkin sesuai dengan kemampuannya. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tidak hanya dilakukan di tingkat sekolah menengah, namun juga dilaksanakan disetiap latar belakang pendidikan baik di tingkat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Sekolah Dasar (SD) dan juga perguruan tinggi.

Perguruan tinggi memiliki mahasiswa sebagai sasaran pelayanan bimbingan dan konseling. Mahasiswa sendiri dapat diartikan sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi baik perguruan tinggi negeri, swasta maupun lembaga lain yang setara dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dikategorikan dalam tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun dan digolongkan dalam tahap masa remaja akhir sampai masa dewasa awal (Yusuf, 2012). Dalam masa tersebut mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab terhadap kehidupannya. Dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya terkadang mahasiswa mengalami masalah.

Masalah merupakan hal yang sering dialami oleh setiap individu karena terjadinya ketidak seimbangan antara harapan dan kenyataan. Masalah yang dialami bisa saja bersifat ringan atau berat tergantung dari bagaimana individu memandang masalah tersebut. Unikny adalah terkadang individu yang bermasalah bisa saja tidak merasa dirinya bermasalah karena memandang permasalahan yang dialaminya bukan sebagai masalah. Sumber masalah juga berbeda-beda, ada yang berasal dari dalam diri individu dan bisa juga didapat dari faktor di luar individu.

Program-program bimbingan dan konseling yang akan dilakukan dalam suatu institusi pendidikan disusun berdasarkan hasil asesmen kebutuhan dalam berbagai aspek perkembangan (Permendikbud No. 111, tahun 2014). Sehingga pelaksanaan program layanan akan disesuaikan dengan kebutuhan dari sasaran pelayanan BK. Oleh karena itu sebelum menentukan variabel masalah peneliti melakukan beberapa studi berupa studi literatur dan studi pendahuluan. Studi literatur dilakukan dengan mengumpulkan jurnal-jurnal atau artikel terkait permasalahan-permasalahan yang umum dialami mahasiswa. Hasil dari studi literatur berupa daftar permasalahan dan kemudian dijadikan sebagai bahan untuk membuat kuesioner pada studi pendahuluan. Dugaan permasalahan yang terkumpul dari hasil studi literasi adalah kecemasan terhadap karir masa depan, harga diri rendah, prokrastinasi akademik, kesulitan manajemen waktu, stres akademik, masalah finansial, motivasi belajar rendah, regulasi emosi, *bullying* dan masalah percintaan serta sebuah kolom untuk menuliskan permasalahan lain.

Studi pendahuluan dilakukan pada September 2021 dengan responden mahasiswa sejumlah 297. Kuesioner yang digunakan adalah dalam bentuk skala psikologis dengan masing-masing dugaan masalah diberi poin 1-10. Dari hasil kuesioner tersebut disimpulkan permasalahan-permasalahan apa saja yang sedang dialami mahasiswa. Salah satu permasalahan yang banyak dialami yaitu stres akademik yang menempati posisi masalah terbesar ketiga dengan jumlah pengisi 231 mahasiswa dari 297 responden. Selain menyebarkan kuesioner penelitian awal juga dilakukan dengan melakukan wawancara. Wawancara ini dilakukan kepada 25 orang mahasiswa. Dari hasil wawancara 11 responden menyatakan memiliki permasalahan dengan tuntutan akademiknya.

Penelitian yang dilakukan Harahap (2020) juga menunjukkan mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik terlebih selama proses pembelajaran jarak jauh. Stres akademik berkaitan dengan adanya tuntutan untuk mengerjakan tugas-tugas dari institusi pendidikan yang sedang dijalani dan

mahasiswa kurang mampu dalam mengelola stres yang mereka alami. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres akademik secara garis besar ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Kedua faktor ini akan menyebabkan keadaan tertekan pada individu yang mengalaminya. Individu yang mengalami stres akan memiliki perasaan tidak nyaman, tegang dan juga dapat menimbulkan perubahan perilaku (Desmita, 2010). Jika tidak dikelola stres akademik akan mempengaruhi proses dan hasil belajar mahasiswa.

Layanan informasi berperan sebagai pertimbangan dan sebagai dasar pengambilan keputusan berdasarkan informasi tertentu untuk menyelesaikan suatu masalah. Penyampaian layanan informasi dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung (melalui media). Pemilihan media komik pada penelitian ini didasari oleh teori perilaku terencana yang berisi perilaku dapat muncul akibat niat (*intention*) individu terhadap perilaku tertentu dan kurangnya media layanan informasi berupa komik khususnya di lingkup FKIP Universitas Lampung.

Peminat komik juga sangat banyak hal ini juga diperkuat dengan adanya aplikasi Webtoon, dimana per Agustus 2021, Webtoon memiliki sekitar 166 juta pengguna aktif bulanan serta memiliki 6 juta pembuat konten (www.bigalpha.id). Jika dilihat dari segi usia pembaca komik dengan rentang usia 19-25 tahun memiliki persentase terbesar dan sesuai dengan usia mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan survey demografi pembaca komik berdasarkan usia yang dilakukan secara daring oleh akun resmi Editor Komik Elex-Level Comics pada tahun 2020 yang diikuti oleh 1460 partisipan menghasilkan data sebagai berikut:

demografi pembaca komik berdasarkan usia



Gambar 1. Demografi Pembaca Komik

Penelitian yang dilakukan oleh Taufik Agung Pranowo tahun 2020 dengan judul “Komik Edukasi Sebagai Media Layanan Bimbingan dan Konseling”, dapat disimpulkan bahwa media bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik harus memperhatikan karakteristik peserta didik yang dituju. Keberagaman subjek sasaran pelayanan BK membawa konsekuensi tersendiri bagi konselor untuk dapat menyesuaikan diri dengan sasaran pelayanan. Dan peran pokok dari komik edukasi adalah menarik minat dari peserta didik untuk mengikuti bimbingan yang dilakukan. Penggunaan komik edukasi yang dipadukan dengan layanan bimbingan dan konseling atau proses mengajar guru dapat menjadikan pelaksanaan layanan menjadi lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Muh. Dihyah tahun 2021 dengan judul “Pengembangan Media Komik Strip Menggunakan Aplikasi *Ibis Paint X* untuk Pembelajaran Akidah Akhlak” menghasilkan kesimpulan bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat sesuai dengan materi ajar dapat memotivasi peserta didik dalam memahami materi pembelajaran dengan baik dan penggunaan media komik dapat menarik minat peserta didik untuk mengikuti proses belajar karena menyediakan pengalaman yang menyenangkan melalui cerita gambar yang menarik.

Penelitian yang dilakukan oleh Meyta Pritandhari tahun 2016 dengan judul “Penerapan Komik Strip Sebagai Media Pembelajaran Mata Kuliah Manajemen Keuangan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Metro”, dapat disimpulkan bahwa media komik merupakan salah satu cara yang efektif untuk menarik mahasiswa agar memiliki minat dalam belajar. Penelitian yang dilakukan Panji Rahmanto, dkk tahun 2019 dengan judul “Pengembangan Media Komik Untuk Mencegah Perilaku Bullying” disimpulkan bahwa Kualitas komik berdasarkan penilaian ahli media dan ahli dari BK sangat memuaskan, dengan persentase ideal dari indikator kegunaan 89.28%, indikator kelayakan 75% indikator ketepatan 78.12%. Sedangkan dari hasil uji konselor sekolah persentase ideal dari indikator kegunaan 83.92%, indikator kelayakan 87.5%, dan dari indikator ketepatan 85.57%.

Berdasarkan uraian diatas terkait pelaksanaan layanan BK dan efektivitas penggunaan media komik sebagai media pembelajaran peneliti tergugah untuk melakukan penelitian terkait pengembangan media komik dengan tema stres akademik dalam layanan informasi di kalangan mahasiswa.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa Universitas Lampung, ditemukan beberapa masalah yaitu:

1. Dituntut untuk segera lulus kuliah
2. Terlalu banyak tugas
3. Belum menemukan topik dan tempat untuk penelitian
4. Sibuk mempersiapkan KKN dan PKL
5. Kesulitan membagi waktu antara organisasi dan perkuliahan
6. Merasa tidak memiliki kemampuan dalam memahami materi perkuliahan
7. Belum adanya media layanan berupa komik sebagai penunjang pelaksanaan layanan informasi.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan yang diambil yaitu penembangan media komik dengan tema stres akademik dalam layanan informasi pada mahasiswa dan persentase kenaikan sebelum dan setelah diberi perlakuan.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dilakukan maka dapat ditentukan tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menghasilkan suatu produk berupa komik yang dapat digunakan dalam pelaksanaan layanan informasi khususnya dengan tema manajemen stres akademik.
2. Mengetahui kelayakan media komik dengan tema stres akademik sebagai media layanan informasi bimbingan dan konseling.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Seperti pada penjelasan berikut

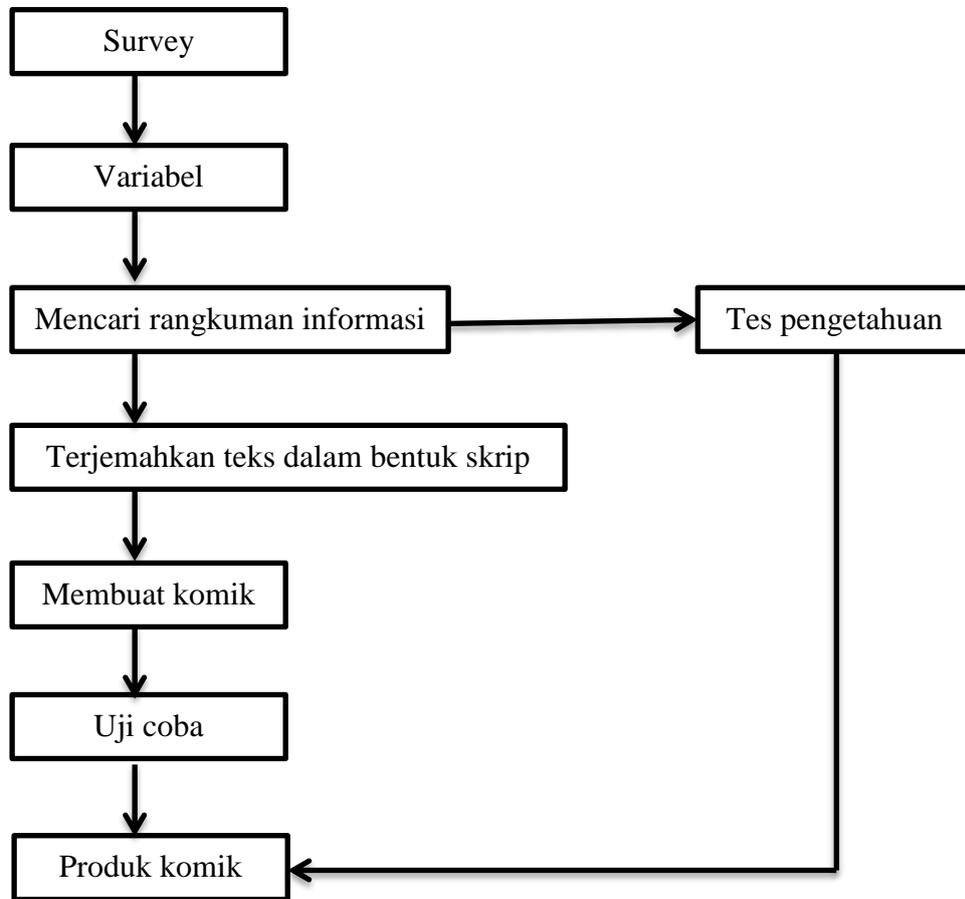
1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat memberi manfaat bagi pengembangan model layanan bimbingan dan konseling berbasis media khususnya komik dan menambah referensi penelitian yang serupa khususnya pengembangan media komik dengan tema manajemen stres sebagai media dalam pemberian layanan informasi Dan produk hasil penelitian ini yang berupa media komik dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi pembaca.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat diaplikasikan dalam proses layanan informasi dalam lingkup mahasiswa atau umum dan menjadi penambah wawasan pembaca mengenai stres akademik. Diharapkan pula subjek dari penelitian ini akan mampu mengelola stres dan mampu meningkatkan resiliensinya terhadap stres.

1.6 Kerangka Pikir



Gambar 2. Kerangka Pikir

II. LANDASAN TEORI

2.1 Stres Akademik

2.1.1 Definisi Stres Akademik

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), stres memiliki arti gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar. Stres juga dapat diartikan sebagai reaksi yang muncul akibat tekanan atau tuntutan yang dialami individu. Stres yang terjadi akibat tuntutan akademis disebut stres akademik. Dalam keadaan stres akademik *stressor* dapat berupa tugas ataupun tuntutan dari jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh individu. Barseli, dkk (2017) menjelaskan stres akademik adalah keadaan dimana seseorang tidak mampu menghadapi tuntutan akademik dan menganggap tuntutan akademik sebagai pengganggu. Stres akademik sering dialami mahasiswa karena banyaknya tuntutan akademik yang terkadang melebihi kemampuan pada diri individu tersebut (Fardani, dkk 2021).

Dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan suatu keadaan tertekan yang dialami dalam lingkungan pendidikan akibat adanya tuntutan atau tekanan dari jenjang pendidikan yang dilakukan oleh individu dan melebihi kapasitas kemampuan individu dalam mengatasi tuntutan tersebut.

2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Stres memiliki pemicu yang disebut *stressor*. *Academic stressor* merupakan penyebab stres akademik yang dimulai dari berbagai proses seperti tuntutan nilai, durasi belajar, jumlah tugas, prestasi rendah dan

kecemasan dalam menghadapi ujian (Rahmawati, 2017). Beberapa sumber stres, yaitu (1) harga diri yang berlebihan, (2) kemampuan dan kebutuhan, dan (3) karakteristik kepribadian. Langkah-langkah untuk mengatasi stres individu adalah dengan cara (1) peningkatan kesadaran diri, (2) latihan fisik, (3) pengembangan minat, hobi dan persahabatan, (4) pengembangan sikap rileks dan meditasi, (5) pengaturan waktu dan penyelesaian konflik, (6) perubahan sikap dan perilaku, dan (7) pengunduran diri (Rizal dan Zainal, 2019).

Stres akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam individu melainkan juga faktor di luar individu. Faktor internal terdiri atas *self efficacy*, *hardiness* dan motivasi, sedangkan faktor eksternal berupa dukungan sosial (Oktavia, dkk 2019).

Dalam penelitian yang dilakukan Fardani dkk tahun 2021 juga menyimpulkan stres akademik disebabkan oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri atas pola pikir, karakter, faktor fisik, persaingan teman sebaya, perubahan suasana kehidupan dan kesulitan mengelola kehidupan. Faktor kedua yaitu faktor eksternal terdiri atas pengaruh lingkungan, penugasan berlebih, manajemen waktu yang buruk dan manajemen keuangan.

2.1.3 Dampak Stres Akademik bagi Mahasiswa

Stres akademik yang dialami mahasiswa harus diperhatikan karena akan berpengaruh pada perubahan proses pendidikan (Waqas, dkk 2015). Stres akademik menyebabkan penurunan performa mahasiswa baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan (Khan, dkk 2013). Perubahan-perubahan yang dialami oleh individu yang mengalami stres akademik dapat dilihat secara kognitif, afektif, fisiologis dan perilaku. Dari segi kognitif mahasiswa akan kesulitan dalam mengikuti proses belajar, kesulitan mengingat topik pelajaran, kesulitan memahami bahan belajar, berpikiran negatif terhadap diri dan lingkungannya. Secara afektif

perasaan cemas, sensitif, sedih, marah dan frustrasi menjadi tanda adanya stres akademik pada individu. Gejala stres akademik juga dapat muncul secara fisik berupa timbul reaksi wajah yang memerah, pucat, dan perasaan tidak sehat lainnya. Dan dari segi perilaku akan muncul perubahan perilaku seperti menghindari, merusak, membantah, prokrastinasi, malas dan mencari kesenangan yang beresiko (Aryani, 2016).

Stres akademik pada mahasiswa dapat memiliki efek positif dan negatif (Agolla & Ongori, 2009). Salah satu dampak positifnya adalah meningkatkan kreativitas dan salah satu dampak negatifnya beragam, salah satunya dapat melemahkan motivasi belajar. Sebuah studi yang dilakukan oleh Suvartika (2014) menemukan bahwa dampak stres akademik pada mahasiswa yaitu anoreksia, mempengaruhi penurunan berat badan, sakit kepala, dan masalah tidur.

2.1.4 Strategi Mengatasi Stres Akademik

Manajemen stres merupakan keterampilan individu untuk mengantisipasi, mencegah, mengelola dan menyembuhkan diri dari stres yang dirasakan karena adanya tekanan atau ketidakmampuan dalam *coping* yang dilakukan (Riskha, 2012). *Coping* mengacu pada sesuatu yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan yang membebani karena diluar kemampuan diri individu. Waiten dan Lloyd (Yusuf, 2011) mengemukakan *coping* merupakan upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi atau mentoleransi ancaman yang membebani perasaan karena stress. Menurut Dela (2019) *coping stress* adalah upaya dalam menanggapi dan menghadapi suatu kondisi yang menekan dan melampaui batas kemampuan individu tersebut.. *Coping* stres ini berfokus pada masalah dan emosi (Azmi, dkk 2017).

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) koping stres dapat dikategorikan menjadi dua strategi yaitu:

a. *Problem Focused Coping*

Strategi ini merupakan usaha individu dalam mengatasi stres dengan cara mengatur dan mengubah masalah atau lingkungan yang menyebabkan terjadinya tekanan. Tujuan dari *problem focused coping* adalah untuk mengurangi tuntutan dari lingkungan menekan atau memperluas sumber daya untuk mengatasinya

b. *Emotion Focused Coping*

Strategi *emotion focused coping* individu akan mengatasi stres dengan mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan.

Koping bukan sebuah proses yang berdiri sendiri melainkan perlu adanya pengaruh dari berbagai tuntutan dan sumber daya yang terdapat di lingkungan. Sumber-sumber yang berasal dari diri individu meliputi kesehatan dan tenaga, keyakinan yang positif, kemampuan memecahkan masalah. Sumber yang berasal dari lingkungan meliputi dukungan sosial dan sumber daya material. Dalam setting pendidikan dukungan sosial diperoleh dengan adanya lingkungan sekolah yang kondusif dan efektif sehingga dapat membantu mahasiswa untuk memenuhi keinginan yang sesuai kemampuan.

2.2 Layanan Informasi

2.2.1 Pengertian Layanan Informasi

Layanan bimbingan dan konseling merupakan sarana untuk mewujudkan tugas perkembangan dan potensi serta prestasi peserta didik. Upaya pemberian bantuan kepada individu merupakan bagian dari proses dalam bimbingan dan konseling oleh konselor. Kegiatan ini dapat dilaksanakan secara langsung maupun tidak langsung dan dilakukan melalui prosedur yang tetap dalam pelaksanaannya (Radjah,

2016). Salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling adalah layanan informasi. Layanan informasi bimbingan dan konseling dimaksudkan untuk membekali individu dengan kekayaan pengetahuan dan pemahaman tentang bimbingan dan nasihat yang berguna untuk identifikasi diri, perencanaan, dan pengembangan gaya hidup, sebagai siswa, anggota keluarga dan masyarakat. Pemahaman yang diperoleh melalui layanan informasi digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan aktivitas, hasil belajar, perkembangan ideal, kinerja kehidupan sehari-hari, termasuk perilaku sosial, pergaulan dan pengambilan keputusan.

Menurut Prayitno terdapat empat bidang dalam layanan informasi yaitu:

a. Layanan Bimbingan Pribadi

Layanan bidang pribadi terdiri dari beberapa pokok seperti pementapan dan pengembangan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, pemahaman kekuatan diri dan arah pengembangan melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif, baik dalam kehidupan sehari-hari di masyarakat maupun peranannya di masa depan, pemahaman bakat dan minat pribadi serta menyalurkan dan pengembangannya melalui kegiatan yang kreatif dan produktif dan pengenalan kelemahan diri dan upaya penanggulangannya.

b. Layanan Bimbingan Sosial

Layanan bidang sosial dapat berupa pengembangan kemampuan berkomunikasi baik secara lisan maupun tertulis, pengembangan kemampuan perilaku sosial baik di rumah, di sekolah maupun di masyarakat, pengembangan hubungan yang harmonis dengan teman sebaya baik di dalam maupun di luar sekolah serta masyarakat pada umumnya, pemahaman pengalaman disiplin dan peraturan sekolah.

c. Layanan Bimbingan Belajar

Layanan bimbingan belajar dapat berupa pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik dalam mencapai informasi dari berbagai sumber dalam bersikap terhadap guru dan staf yang terkait, mengerjakan tugas dan mengembangkan keterampilan serta dalam menjalani program penilaian perbaikan dan pengayaan, menumbuhkan disiplin belajar dan berlatih baik secara mandiri maupun kelompok, mengembangkan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial, budaya dan lingkungan sekolah serta masyarakat sekitar untuk pengembangan pengetahuan, keterampilan dan pengembangan pribadi.

d. Layanan Bimbingan Karir

Bentuk layanan dalam bimbingan karir dapat berupa pengembangan konsep diri berkaitan dengan bakat dan kecenderungan pilihan jawaban serta arah pengembangan karir, pengenalan bimbingan kerja atau karir khususnya berkenaan dengan pilihan pekerjaan, orientasi dan informasi jabatan dan atau usaha memperoleh penghasilan, pengenalan lapangan pekerjaan yang dimaksud lulusan SD, SMP/MTS, SMA/SMK/MA dan perguruan tinggi, orientasi dan informasi pendidikan menengah umum maupun kejuruan sesuai dengan cita-cita melanjutkan ke pendidikan dan pengembangan karir.

Dengan diadakannya layanan informasi diharapkan peserta didik dapat memahami dirinya sendiri, sehingga mampu mempertahankan dirinya, berperilaku secara wajar.

2.2.2 Tujuan Pelaksanaan Layanan Informasi

Menurut Prayitno layanan informasi memiliki empat fungsi yaitu:

a. Fungsi pemahaman

Fungsi layanan ini akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh peserta layanan sesuai dengan kepentingan pengembangan peserta didik. Pemahaman ini meliputi pemahaman tentang diri peserta didik terutama oleh peserta didik sendiri, orang tua dan guru BK dan pemahaman tentang lingkungan peserta didik, orang tua dan guru BK.

b. Fungsi pencegahan

Fungsi layanan ini akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin terjadi, yang akan mengganggu, menghambat atau menimbulkan kesulitan dan kerugian tertentu dalam proses perkembangannya.

c. Fungsi pengentasan

Fungsi ini akan menghasilkan teratasinya banyak masalah yang dialami oleh peserta didik.

d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi dari layanan ini akan menghasilkan terpeliharanya dan berkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif peserta didik.

2.3 Metode Pelaksanaan Layanan Informasi

Metode pelaksanaan layanan informasi dapat menggunakan model instruksi yang dilaksanakan dalam skala kelas, kelompok maupun secara individual. Bentuk kegiatannya dapat berupa ekspositori, diskusi kelompok, permainan simulasi dan *role play*.

Menurut Tohirin (2013) layanan informasi merupakan layanan yang dapat diberikan dengan berbagai metode yaitu:

a. Ceramah, Tanya Jawab dan Diskusi

Metode ceramah merupakan cara pembelajaran yang sudah sangat lama diterapkan oleh guru, dengan penyampaian secara lisan

kepada peserta didik. Metode ini digunakan untuk materi pelajaran yang memerlukan banyak penjelasan (Hamdani, 2011). Dalam metode ceramah pemberi materi akan memberikan kesempatan kepada audiensnya untuk bertanya dan melakukan diskusi untuk meningkatkan pemahaman atas apa yang telah dipaparkan.

b. Melalui Media

Proses pelaksanaan bimbingan menggunakan media dilakukan melalui perantara atau alat bantu yang dapat digunakan konselor dalam pemberian layanan. Konselor akan berperan dalam mencegah penyalahartian pesan yang mungkin terjadi selama proses bimbingan dan konseling berjalan.

c. Acara Khusus

Bimbingan dan konseling program khusus hanya mencakup bidang-bidang tertentu seperti bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir. Penyajiannya adalah membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok kemudian peserta didik akan melakukan pertukaran informasi mengenai topik yang sedang dibahas.

d. Diberikan oleh Narasumber

Dalam metode ini peserta didik akan melakukan interaksi dengan konselor untuk bertukar pengalaman, informasi, pemecahan masalah atau pengambilan keputusan.

Selain pelaksanaan layanan secara tatap muka dalam keadaan pandemi covid-19 pelaksanaan bimbingan yang dilaksanakan pun mengalami beberapa perubahan terutama fleksibilitas pelaksanaannya yang dapat dilaksanakan secara daring menggunakan *platform WhatsApp, Google Classroom, zoom* atau aplikasi sejenis.

2.3.1 Komik Sebagai Media Layanan Informasi

Media adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim kepada penerimanya. Dalam proses pendidikan media sangat berperan dalam pemberian informasi. Menurut Briggs media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan pesan serta merangsang peserta didik untuk belajar, contohnya buku, film, rekaman dan lainnya. Media haruslah bersifat kreatif dan inovatif sehingga sasaran dari pembuatan media akan tertarik dan antusias dalam kegiatan belajar. Sehingga tingkat pemahaman terhadap bahan ajar atau informasi yang diberikan akan mudah dipahami dan diharapkan dapat diingat dalam jangka panjang.

Menurut Basri dalam jurnal Peran Media dalam Layanan BKI penggunaan media dalam bimbingan konseling dilandasi oleh beberapa hal yaitu:

1. Kemampuan belajar manusia

Dalam proses mendapatkan informasi dan keterampilan serta perubahan-perubahan sikap dan perilaku dapat terjadi karena hasil penemuan pemahaman yang datang melalui berbagai cara termasuk dalam layanan bimbingan dan konseling. dapat juga terjadi karena pengalaman baik yang dialami oleh individu secara langsung maupun tidak langsung melalui sarana media. Menurut Bruner pengalaman dapat terjadi dalam tiga tingkatan, yaitu pengalaman langsung (*enactive*), pengalaman pictorial/gambar (*iconic*) dan pengalaman abstrak (*symbolic*).

2. Kemampuan indera manusia

Levie dan levie menyatakan bahwa rangsangan secara visual menciptakan hasil belajar dan pemahaman yang lebih baik untuk tugas-tugas seperti mengenali, mengingat kembali dan menghubungkan fakta dan konsep (Arsyad, 2009).

3. Kemampuan media

Menurut Gerlach dan Ely kemampuan media berkaitan dengan:

- a. *Fixative property*, berkaitan dengan kemampuan media untuk merekam, menyimpan, melestarikan dan merekonstruksikan suatu peristiwa atau objek.
- b. *Manipulative property*, perubahan suatu kejadian atau objek dimungkinkan akibat media yang memiliki ciri manipulative. Misalnya kejadian yang terjadi selama beberapa hari dapat disajikan pada konseli dalam waktu singkat dengan teknik pengambilan gambar *timelapse*. Media dapat diedit, dipercepat, diputar mundur sesuai dengan kebutuhan.
- c. *Distributive property*, ciri distributif dari media memungkinkan suatu objek atau kejadian ditransportasikan melalui ruang dan secara bersamaan kejadian tersebut disajikan kepada sejumlah besar individu atau kelompok dengan stimulus pengalaman yang relatif sama mengenai kejadian tersebut.

4. Salah satu metode bimbingan dan konseling

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dapat dilakukan secara tidak langsung yang memanfaatkan sarana media sebagai fasilitasnya. Misalnya menggunakan media komik.

Komik merupakan alat yang mempunyai fungsi untuk menyampaikan pesan tertentu kepada pembacanya. Sebagai sebuah media pesan yang disampaikan melalui komik biasanya jelas, runtut dan menyenangkan. Media komik adalah media yang tepat untuk menjadi inovasi dalam kegiatan belajar mengajar (Nursalim, 2010). Menurut Daryanto (2013) komik merupakan salah satu media pembelajaran berbentuk cetak dengan lembaran lepas yang memiliki karakter dan memerankan suatu cerita berurutan.

Komik dirancang untuk memberikan hiburan dan informasi bagi pembacanya melalui gambar-gambar. Komik edukasi adalah cerita bergambar yang disusun sesuai dengan tujuan. Umumnya isi dari komik mudah dicerna dan digunakan sesuai kebutuhan sebagai media bimbingan, pembelajaran atau media untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran (Pranowo, 2020). Komik edukasi yang digunakan dalam pemberian layanan oleh konselor harus menggunakan bahasa yang mudah dipahami agar lebih menarik (Janu, 2015). Komik berpotensi untuk menjadi sumber belajar, khususnya dalam proses layanan bimbingan dan konseling.

Wuriyanto (2009) menyatakan bahwa terdapat kelebihan dan kelemahan penggunaan komik dalam pembelajaran.

Kelebihan komik dalam pembelajaran:

- a. Komik dapat memotivasi peserta didik selama proses belajar mengajar
- b. Komik terdiri dari gambar-gambar yang merupakan media yang dapat meningkatkan kualitas pembelajaran
- c. Komik bersifat permanen
- d. Komik bisa membangkitkan minat membaca dan mengarahkan peserta didik untuk disiplin membaca khususnya mereka yang tidak suka membaca
- e. Komik adalah bagian dari budaya populer.

Kelemahan-kelemahan komik edukasi

- a. Komik membatasi bahkan memungkinkan membunuh imajinasi
- b. Penyampaian materi pelajaran melalui media komik terlalu sederhana
- c. Penggunaan media komik hanya efektif diberikan pada peserta didik yang bergaya visual

Meskipun memiliki beberapa kelemahan dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Levie and Levie (dalam Sukiman, 2012) memberikan hasil penelitian tentang belajar melalui stimulus gambar dan stimulus kata atau visual verbal menyimpulkan bahwa stimulus visual membuahkan hasil belajar yang lebih baik, di pihak lain stimulus verbal memberikan hasil belajar yang lebih apabila pembelajaran tersebut melibatkan ingatan yang berurut-urutan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media komik dalam kegiatan bimbingan akan mempermudah proses transfer informasi dari pengirim informasi kepada penerimanya. Media komik juga menjadi media yang inovatif dalam dunia pendidikan. Penggunaan komik akan meningkatkan minat dan antusiasme mahasiswa karena akan memungkinkan keterlibatan yang lebih tinggi pada mahasiswa yang kurang menyukai teks dengan jumlah banyak. Pemilihan media komik juga didasari pada kesan yang dimiliki komik yaitu komik tidak memiliki kesan menggurui.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lingkup FKIP Universitas Lampung. Waktu penelitian ini dilakukan pada tahun akademik 2022/2023.

3.2 Metode dan Desain Penelitian

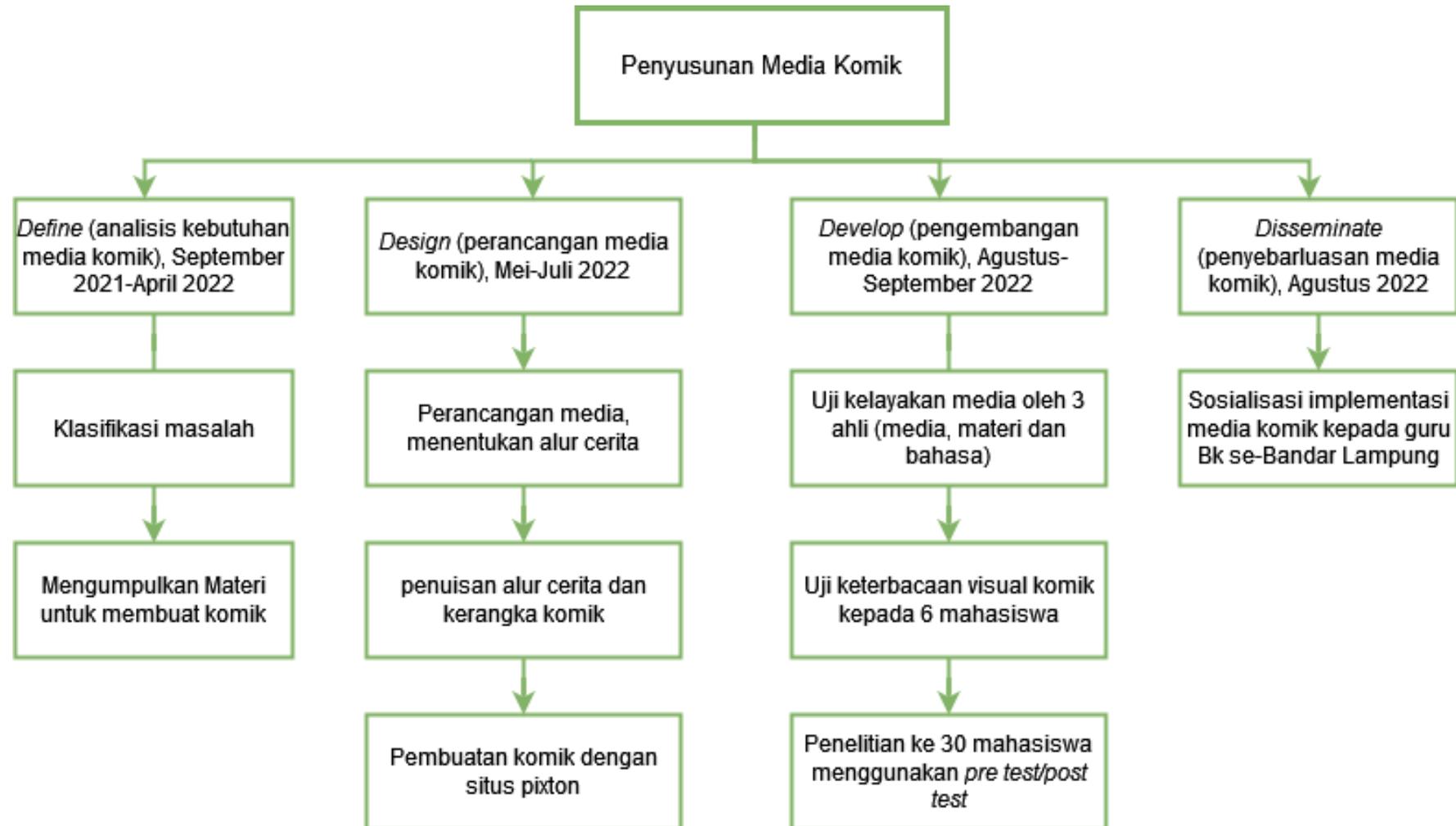
a. Model Pengembangan

Menurut Sugiyono (2015), penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Produk-produk tersebut dapat berupa: kebijakan, sistem, metode kerja, kurikulum, buku ajar, media, model pembelajaran, alat-alat peraga, media pembelajaran, prototipe, simulator, *training/science kit*, instrument asesmen dan sebagainya. Penelitian ini ditujukan untuk membuat hasil berupa produk baru dan kemudian melakukan uji efektivitas produk tersebut sehingga dapat digunakan dalam proses pembelajaran.

b. Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan disusun dalam tahapan-tahapan yang berurutan. Prosedur dalam penelitian pengembangan ini adalah prosedur dalam model 4D. Model ini dikembangkan oleh S. Thiagarajan, Dorothy S. Semmel, dan Melvyn I. Semmel (1974: 5). Model pengembangan 4D terdiri atas 4 tahap utama yaitu: *Define* (Pendefinisian), *Design* (Perancangan), *Develop* (Pengembangan) dan *Disseminate* (Penyebaran). Dan menurut Triyanto model pengembangan 4D dapat diadaptasikan menjadi 4P yaitu pendefinisian, perancangan,

pengembangan dan penyebaran. Dalam penelitian ini model produk yang akan dikembangkan adalah komik yang akan digunakan sebagai media pelaksanaan layanan informasi. Komik ini akan membahas mengenai stres akademik dalam lingkup mahasiswa. Dalam kegiatan penelitian pengembangan pengujian produk yang telah dikembangkan sangat penting karena melihat dari tujuan penelitian adalah pengujian efektivitas. Penggunaan model penelitian 4D sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengembangkan media sekaligus melakukan uji efektivitas produk pengembangan.



Gambar 3. Alur Pembuatan Komik

Berikut merupakan tahapan penelitian pengembangan yang terdiri dari 4 bagian, yaitu sebagai berikut:

a. Tahap Pendefinisian (*Define*)

Tahap pendefinisian digunakan dalam menentukan dan mendefinisikan kebutuhan-kebutuhan dan mengumpulkan berbagai informasi yang berkaitan dengan produk yang akan dikembangkan.

b. Tahap Perencanaan (*Design*)

Setelah mendapatkan permasalahan dari tahap pendefinisian selanjutnya dilakukan perancangan media komik. Tahapan ini dilakukan dengan membuat kerangka konseptual skrip cerita dan komik serta melakukan simulasi media dalam lingkup kecil.

Pengenalan latar komik.	Emon: Tumben kesini, ada apa? Popo: Gue telpon daritadi lo.	Emon: Ketiduran gue. Popo: Nah ini penyakit mahasiswa.	Emon: Gue ngga tipes. Popo: Itu mah yang lo tau Mon.
Emon: (Menolak perkataan Popo). Popo: Menghela napas.	Emon: Terus gimana dong? Popo: Pas banget nanya ke gue.	Solusi dari Popo.	Emon: kalo udah terlanjur stres gimana? Popo: Tugas lo Cuma ditumpuk kali.
Emon: iya sih. Popo: Itu mah resiko Mon. Kesel gue lama-lama.	Emon: Pusing gue liat orang pada gercep. Padahal kan tugas banyak.	Popo: Ya maka dari itu langsung dikerjain biar ngga numpuk.	Emon: Tapi capek gue Po. Popo: Coba buat list tugas aja biar gampang ceknya.
Emon: Belum pernah buat list-list kayak gitu si. Popo: iya makanya coba dulu.	Emon: Makasih saran lo Po. Popo: Yoi, bisa nentuin waktu healing juga lo kalo buat list.	Emon: Yaudah gue mau ngerjain tugas dulu. Popo: Okey gua mau balik deh.	Artikel tambahan

Tabel 1. Skrip Komik

Skrip komik dibuat berdasarkan kebutuhan informasi yang diberikan komik meliputi pengertian, ciri-ciri, penyebab, dampak dan cara mengatasi stres akademik. Dalam skrip panel nomor 4 berisi pengertian stres akademik yang diungkapkan oleh karakter Popo setelah karakter Emon menceritakan keluhannya yang berupa ketidakmampuan dalam menghadapi tugas-tugas perkuliahan (Barseli, 2017). Panel nomor 1, 2 dan 3 berisi ciri-ciri mahasiswa yang terkena stres akademik. Karakter Popo digambarkan memiliki kulit yang pucat dan memiliki perilaku prokrastinasi sesuai dengan pernyataan Aryani (2016) dampak stres akademik dapat berpengaruh secara kognitif, afektif, fisiologis dan perilaku. Panel nomor 9 dan 10 berisi penjelasan mengenai penyebab stres akademik berupa stressor yang dialami karakter Emon. Dan untuk panel lain merupakan tips yang dikemas dalam percakapan ringan antara karakter Popo terhadap Emon.

c. Tahap Pengembangan (*Develop*)

Tahap pengembangan atau *develop* dibagi menjadi dua kegiatan yaitu *expert appraisal* dan *developmental testing*. *Expert appraisal* merupakan teknik untuk memvalidasi atau menguji kelayakan rancangan produk dalam hal ini media komik. Kegiatan ini dilakukan oleh Dosen Ahli dalam bidangnya. Saran-saran yang didapat dari uji ahli kemudian digunakan untuk memperbaiki rancangan komik yang telah disusun oleh peneliti. *Developmental testing* adalah kegiatan uji coba rancangan produk pada subjek terbatas. Hasil uji coba ini digunakan untuk memperbaiki komik yang telah dirancang.

Tahap penyebaran terdiri dari tiga kegiatan yaitu *validation testing*, *packaging*, dan *diffusion and adoption*. Tahap *validation testing* yaitu produk yang telah direvisi pada tahap pengembangan kemudian diuji cobakan kepada subjek terbatas. Uji validasi

dilakukan oleh ahli yang kemudian akan memberikan validitas media yang telah dibuat. Hasil implementasi ini nantinya akan dinilai oleh mahasiswa penilai yang berasal dari Universitas Lampung untuk melihat kesesuaian hasil *pre-test* dan *post-test*.

d. Tahap Penyebaran (*Disseminate*)

Setelah dilakukan uji coba dan revisi, tahap terakhir yaitu *packaging* (pengemasan) dan *diffusion and adoption*. Tahap ini dilakukan agar produk (media komik) dapat dimanfaatkan oleh orang lain. Pengemasan ini dapat dilakukan dengan mencetak media komik. Setelah dicetak komik tersebut disebarluaskan agar dapat diserap (*diffusion*) atau dipahami orang lain dan dapat digunakan (*adoption*) oleh konselor atau praktisi BK.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 3-6 orang mahasiswa yang akan memberikan penilaian terhadap komik yang telah dirancang oleh peneliti dalam bentuk pernyataan keterbacaan visual. Uji coba penelitian ini menggunakan subjek terbatas yang artinya produk penelitian akan diujicobakan pada kelompok kecil untuk mengetahui keterlaksanaan dan manfaat komik edukasi sebelum komik digunakan secara umum. Mahasiswa penilai yang menjadi subjek dalam penelitian akan menilai produk penelitian yang berupa komik. Kemudian ada juga uji kelas besar yang diberikan kepada 30 mahasiswa menggunakan *pre test* dan *post test*.

Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah kriteria inklusi. Menurut Nursalam (2013), kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mahasiswa aktif
- b. Mahasiswa baik berjenis kelamin pria ataupun wanita

- c. Tidak terbatas agama maupun budaya tertentu
- d. Minimal mahasiswa semester 5
- e. Bersedia mengikuti layanan secara sukarela

Penelitian ini memiliki sasaran utama mahasiswa sebagai tujuan dari pengembangan produk komik. Penelitian ini merupakan payung penelitian dari riset komik edukasi Pengembangan Model Layanan Informasi Menggunakan Media Komik tentang permasalahan-permasalahan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Dalam kesempatan ini peneliti mendapat tema stres akademik mahasiswa. Oleh karena itu hasil komik yang telah dikembangkan dapat digunakan untuk mahasiswa dalam memahami stres akademik yang dialami.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian. Menurut Arikunto (2010), instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mempermudah dalam pengolahan data. Peneliti menggunakan dua instrumen sebagai alat untuk validasi produk (komik edukasi) yang akan diuji oleh dosen ahli dan sebagai alat penilaian *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan komik edukasi yang dikembangkan.

Instrumen *pre-test* dan *post test* akan dibuat dalam bentuk skala likert. Menurut Sugiyono (2010), skala model likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Aspek yang terdapat pada Skala Likert akan dijabarkan menjadi indikator, lalu indikator akan dijadikan sebagai tolak ukur untuk menyusun item-item instrumen berupa pertanyaan atau pernyataan.

Instrumen pertama yang digunakan untuk mengukur tingkat kelayakan media komik dengan skala model likert memiliki empat kategori kesetujuan dan memiliki skor 1-4. Skala yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai 4 alternatif jawaban yaitu “sangat sesuai”, “sesuai”, “tidak sesuai”, dan “sangat tidak sesuai”. Instrumen kedua yang digunakan untuk menilai hasil *pre test* dan *post test* sesuai dengan komik yang telah dikembangkan. Kuesioner yang diberikan berupa pertanyaan tertutup dan responden memilih salah satu dari jawaban yang telah disediakan oleh peneliti.

Indikator-indikator penilaian menurut Danaswari (2015) terdiri dari beberapa aspek yaitu karakter, ekspresi wajah, balon kata, latar dan panel. Berikut merupakan kisi-kisi instrument yang digunakan untuk mengukur kelayakan media komik.

Aspek	Indikator
Karakter	Kesederhanaan penggambaran karakter dari tokoh dalam komik
Ekspresi wajah	Kesesuaian ekspresi wajah karakter dengan konteks cerita
Balon kata	Kesesuaian balon kata dengan konteks nada (intonasi suara) dan karakter dari tokoh
Latar	Kesesuaian gambar dengan isi komik
Panel	Kesederhanaan urutan dari setiap gambar atau alur dalam komik
Garis tegak	Kesesuaian antar garis tegak dalam komik

Tabel 2. Kisi-kisi kelayakan Media

Aspek	Indikator
Karakter	Kesederhanaan penggambaran karakter dari tokoh dalam komik
Ekspresi wajah	Kesesuaian ekspresi wajah karakter dengan konteks cerita

Balon kata	Kesesuaian balon kata dengan konteks nada (intonasi suara) dan karakter dari tokoh
Latar	Kesesuaian gambar dengan isi komik
Panel	Kesederhanaan urutan dari setiap gambar atau alur dalam komik
Garis tegak	Kesesuaian antar garis tegak dalam komik

Tabel 3. Kisi-kisi kelayakan Materi

Aspek	Indikator
Komunikatif	Pemahaman terhadap pesan atau informasi
Dialogis dan interaktif	Kemampuan memotivasi pembaca
Kesesuaian dengan perkembangan	Kesesuaian dengan perkembangan intelektual pembaca

Tabel 4. Kisi-kisi Kelayakan Bahasa

Aspek	Indikator
Tampilan	Kemenarikan ilustrasi
	Kesesuaian proporsi warna
	Keseimbangan tata letak teks dan gambar
	Kesesuaian karakter
Bahasa	Ketepatan pemilihan bahasa
	Kesederhanaan kalimat
pembelajaran	Kesesuaian komik dengan tingkat perkembangan

Tabel 5. Kisi-kisi Uji Keterbacaan Visual

Aspek	Indikator
Pengertian Stres Akademik	Mahasiswa memahami definisi stres akademik
Faktor yang Mempengaruhi Stres	Mahasiswa dapat memahami faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres akademik

Akademik	
Dampak Stres Akademik	Mahasiswa dapat memahami dampak yang terjadi jika mengalami stres akademik
Tips Mengatasi Stres Akademik	Mahasiswa memahami bagaimana cara untuk menangani stres akademik.

Tabel 6. Kisi-kisi *Pre test* dan *Post Test*

3.5 Teknik Analisis Data

3.5.1 Analisis Statistik Deskriptif

Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif kuantitatif adalah suatu riset kuantitatif yang bentuk deskripsinya dengan angka. Maksudnya adalah penelitian tersebut berkaitan dengan penjabaran dengan angka-angka statistik. Data kuantitatif diperoleh melalui analisis skor pada jawaban subjek dalam lingkup pelaksanaan layanan informasi dengan tema stres akademik menggunakan instrumen yang diberikan. Kemudian data kualitatif juga diperoleh dari hasil penilaian berupa komentar, kritik dan saran yang dituliskan pada instrumen penilaian. Penilaian yang telah didapat digunakan sebagai dasar dalam melakukan revisi dan perbaikan komik edukasi yang dikembangkan.

Keterangan	Skor Pernyataan
SS (Sangat Sesuai)	4
S (Sesuai)	3
TS (Tidak Sesuai)	2
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1

Tabel 7. Skor Penilaian

Menurut Khoirot (2015) analisis untuk menghitung kelayakan media komik dapat digunakan dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\text{Persentase Kelayakan (\%)} = \frac{\text{skor yang diobservasi}}{\text{skor yang diharapkan}} \times 100\%$$

Gambar 4. Rumus Persentase Kelayakan Media

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100 \%$$

Menurut Arikunto (2010), data kuantitatif yang berwujud angka-angka hasil perhitungan atau pengukuran dapat diproses dengan cara dijumlah, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh persentase. Hasil perhitungan digunakan untuk menentukan kesimpulan atau kategori kelayakan media komik dan kategori penilaian hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan aspek-aspek yang diteliti.

No	Persentase	Kategori
1	>80%-100%	Sangat Layak
2	>60%-80%	Layak
3	>40%-60%	Cukup Layak
4	>20%-40%	Tidak Layak
5	>0%-20%	Sangat Tidak Layak

Tabel 8. Persentase Kelayakan

Rumus untuk menghitung persentase kenaikan *pre test* dan *post test* yaitu:

$$\text{Persentase (\%)} = \frac{(\text{persentase post test} - \text{persentase pre test})}{\text{persentase pre test}} \times 100\%$$

Gambar 5. Rumus Persentase Peningkatan *Pre Test/Post Test*

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengembangan media komik dengan tema stres akademik dalam pelaksanaan layanan informasi maka dapat disimpulkan:

1. Penelitian ini menghasilkan produk media layanan informasi berupa komik dengan tema stres akademik pada mahasiswa FKIP Universitas Lampung.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media yang dikembangkan layak digunakan sebagai media layanan informasi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji kelayakan yang dilakukan oleh ahli yang masing-masing terdiri dari dosen bimbingan dan konseling sebagai ahli materi, dosen pendidikan Bahasa dan sastra Indonesia sebagai ahli Bahasa dan lembaga lukis Ohayo Drawing School sebagai ahli media mendapat persentase kelayakan kelayakan materi 100%, kelayakan Bahasa 85% dan kelayakan media sebesar 66,7%. Kemudian hasil penilaian uji keterbacaan mahasiswa yang dinilai oleh 6 orang mahasiswa diperoleh persentase kelayakan sebesar 85% dan termasuk kategori sangat layak.
3. Hasil penelitian menggunakan *pre test* dan *post test* yang dilakukan kepada 30 mahasiswa untuk mengukur peningkatan pemahaman sebelum dan sesudah perlakuan (membaca komik dan artikel) diperoleh rata-rata *pre test* 5,679 dan *post test* 8,7. Adapun persentase peningkatan adalah sebesar 45,8%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan terdapat peningkatan pemahaman setelah diberikan komik dengan tema stres akademik sebagai media layanan informasi.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Pengembangan Media Komik dengan tema Stres Akademik dalam Layanan Informasi pada Mahasiswa layak digunakan sebagai media layanan informasi pada mahasiswa FKIP Universitas Lampung.

5.2 Saran

Saran dari penelitian yang telah dilakukan yaitu:

1. Bagi praktisi bimbingan dan konseling
Mengadakan layanan informasi menggunakan media komik yang telah dikembangkan.
2. Bagi mahasiswa
Memanfaatkan media komik ini sebagai referensi pelaksanaan layanan informasi.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Subjek penelitian jumlahnya dapat diperbanyak sehingga akan semakin mewakili jika nantinya lingkup sasaran pelayanan lebih luas. Penggunaan istilah asing yang mungkin tidak dipahami oleh subjek dapat diganti. Aspek yang diukur tidak hanya kognitif dapat ditambah dengan aspek sikap dan perilakunya. Dan untuk pelaksanaan *pre test/post test* diberikan jeda waktu untuk meningkatkan efek *long term memory*.
4. Bagi bidang ilmu bimbingan dan konseling serta psikologi
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pengembangan media pada layanan informasi bagi bidang keilmuan BK dan psikologi, khususnya pengembangan media komik dengan tema stres akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, J. E., & Ongori, H. 2009. An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 4: 63-70.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineke Citra, Jakarta.
- Aryani, F. 2016. *Stres Belajar : Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*.: Edukasi Mitra Grafika. Makassar.
- Azmy, A. N., Nurihsan, A. J., & Yudha, E. S. 2017. Deskripsi gejala stress akademik dan kecenderungan pilihan strategi koping siswa berbakat. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2): 197- 208.
- Barseli, dkk. 2017. Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5 (03): 143-148.
- Borg, W. R. and M. D. Gall. 2003. *Education Research: An Introduction*. Seventh Edition. New York and London: Longman.
- Dahlan. S. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- Daryanto, D. 2013. *Media pembelajaran peranannya sangat penting dalam mencapai tujuan pembelajaran*. Gava Media.
- Dela, V. L. 2019. Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Yang Menyusun Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2): 90-94.
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak, Usia SD, SMP, dan SMA*. Remaja Rosdakarya. Bandung.

- Dihyah, M. 2021 Pengembangan Media Komik Strip Melalui Aplikasi IBIS paint X untuk Pembelajaran Akidah Akhlak. Masters Thesis, IAIN Pare.
- Fardani, A. L., Jumhur, A. A., & Ayuningtyas, N. 2021. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TATA RIAS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA. *Jurnal Pendidikan*, 22(2): 134-140.
- Hamdani. 2011. Strategi Belajar Mengajar. Pustaka Setia. Bandung.
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R., 2020. Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1): 10-14.
- Janu, A dan Simon, I.M. 2015. Pengembangan Komik Moral sebagai Media Layanan Informasi bagi Siswa SMP. *Seminar Nasional Pengembangan Karir Pendidik Berbasis Karya Ilmiah*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Khan, M. S., Altaf, S., & Kausar, H. 2013. Effect of perceived academic stress on students performance. *FWU Journal of Social Sciences*. 7(2): 146-151.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984. *Stress, appraisal and coping*. Springer. New York.
- Lee, N. dan Philip K. 2011. *Social Marketing: Influencing Behaviors for Good*. Sage Publication, Inc. US.
- Munadi, Y. 2013. *Media Pembelajaran (Sebuah Pendekatan Baru)*. Referensi Jakarta.
- Nurihsan. A. J. 2010. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Kehidupan*. PT Revika Aditama. Bandung.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika, Jakarta.
- Nursalim, M. & Mustaji. 2010. *Media Bimbingan dan Konseling*. Unesa University Press. Surabaya.
- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 142-149).
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah. Kemendikbud RI. Jakarta.

- Pranowo, T. 2020. Komik Edukasi Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*. Volume 2, No. 1, Mei 2020, pp. 48-54.
- Pritandhari, M. 2016. Penenrapan Komik Strip Sebagai Media Pembelajaran Mata Kuliah manajemen keuangan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Metro. *Jurnal Program Studi Pendidikan Ekonomi* Volume 4 No. 2.
- Radjah, C. L. 2016. Keterampilan konseling berbasis metakognisi. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(3): 90–94.
- Rahmanto, P. dkk 2019. Pengembangan media Komik untuk Mencegah Perilaku Bullying siswa kelas VII. *Genta Mulia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*.
- Rahmawati, W. K. 2017. Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Menangani Stres Akademik Siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*.
- Riskha, B. 2012. Manajemen Stres Kerja Pada Beberapa Karyawan dan Buruh PT Monier Tangerang. Tesis Fakultas Psikologi: UI.
- Rizal, S. dan Zainal, E. 2019. Kepemimpinan Pendidikan Dalam Perspektif Hadis Telaah Hadis Filosofis. Kencana. Jakarta.
- Rosidah. 2017, Manajemen Sumber Daya Manusia. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Sudjana, N. 2013. Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar. Sinar Baru. Bandung.
- Sukiman, S. 2012. Pengembangan media pembelajaran. Yogyakarta: Pedagogia: PT. Pustaka Insan Madani.
- Survey demografi umur pembaca komik Lxlc 2020.
https://twitter.com/comic_lxlc/status/1300739947620519938. (diakses pada 26 Februari 2022 pukul 14.30).
- Suwartika, I., Nurdin, A., & Ruhmadi, E. 2014. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 173-189.
- Thiagarajan, S. et. Al. 1974. *Instructional Development for Training Teacher of Exceptional Children*. Bloomington Indiana: Indiana University.
- Tohirin. 2013. Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan Dan Bimbingan. Konseling. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.

- Triyanto. 2010 Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif,: Kencana. Jakarta.
- Waqas, A., Khan, S., Sharif, W., Khalid, U., & Ali, A. 2015. Association of Academic Stress with sleeping difficulties in medical school: A cross sectional survey. PeerJ 3:e840; DOI 10.7717/peerj.840.
- Wurianto, E. 2009. Komik Sebagai Media Pembelajaran. Diakses melalui www.powerpoint-search.com/media-pembelajaran-komik-ppt.html Pada tanggal 11 November 2021.
- Yusuf, S. 2011. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung
- Yusuf, S. 2012. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Remaja Rosdakarya. Bandung.