

## ABSTRAK

Fenomena maraknya kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa di Kota Bandung menjadi dorongan dilakukannya penelitian ini. Diperkirakan fenomena tersebut berawal dari stres yang tidak terkontrol dengan baik oleh mahasiswa. Stres tersebut berasal dari masalah eksternal seperti jadwal yang terlalu padat hingga persoalan interpersonal seperti ketidakyakinan melakukan suatu kegiatan. Penelitian ini dilakukan dengan observasi secara langsung, dengan metode penelitian secara kualitatif, dan menggunakan analisis matriks perbandingan dan analisis SWOT untuk menganalisa data. Stres merupakan hal yang umum dirasakan oleh mahasiswa, salah satunya yaitu stres akademik. Stres akademik dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, termasuk *self-efficacy* yang merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk membuat perancangan media edukasi pencegahan yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk menghindari stres akademik yang berlebihan, yaitu dengan meningkatkan *self-efficacy* seorang individu.

Kata Kunci: Mahasiswa, Stres Akademik, *Self-Efficacy*