



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 6108-6120

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Kesehatan Mental Dengan Pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama di Stikes Bahrul Ulum Jombang

Hanifah Nur Laili^{1✉}, Erna Ts. Fitriyah², Faishol Roni³, H. Arif Wijaya⁴, Dina Camelia⁵

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bahrul Ulum Jombang

Email: lailihanifahnur5@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Prestasi belajar peserta didik akan menurun jika peserta didik mengalami kesulitan belajar yang berkaitan dengan prestasi dan kecemasan. Maka seseorang yang memiliki intensitas belajar yang tinggi akan cenderung mendapatkan hasil belajar yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan Kesehatan Mental dengan Pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama di STIKES Bahrul Ulum Jombang. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik korelasional dengan pendekatan *Retrospektif*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa STIKES Bahrul Ulum Jombang Tahun Pertama berjumlah 94 mahasiswa dengan pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 90 responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner SRQ-29 dan hasil nilai KHS. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji statistic *rank spearman*. Hasil uji statistik menggunakan *rank spearman* didapatkan hubungan kesehatan mental dengan pencapaian prestasi akademik di STIKES Bahrul Ulum Jombang dengan nilai signifikansi cemas dan depresi $p = 0,161 > 0,05$, gangguan psikotik $p = 0,569 > 0,05$, dan PTSD $p = 0,761 > 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan kesehatan mental dengan pencapaian prestasi akademik mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum Jombang. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian yang sama dengan sampel yang berbeda dan memperhatikan alat ukur kuesioner yang akan digunakan.

Kata Kunci: *Kesehatan Mental, Prestasi Akademik, Mahasiswa Tahun Pertama*

Abstract

Student learning achievement will decrease if students experience learning difficulties related to achievement and anxiety. So someone who has a high learning intensity will tend to get good learning results. This research aims to determine the relationship between mental health and academic achievement of first year students at STIKES Bahrul Ulum Jombang. The type of research used is correlational analysis with a retrospective approach. The population in this study was all First Year STIKES Bahrul Ulum Jombang students totaling 94 students with sampling using a total sampling of 90 respondents. The research instruments used were the SRQ-29 questionnaire and the KHS score results. The statistical test in this study used the Spearman rank statistical test. The results of statistical tests using Spearman rank showed that there was a relationship between mental health and academic achievement at STIKES Bahrul Ulum Jombang with significant values for anxiety and depression $\rho = 0.161 > 0.05$, psychotic disorders $\rho = 0.569 > 0.05$, and PTSD $\rho = 0.761 > 0.05$. He research results show that there is no relationship between mental health and the academic achievement of first year students at STIKES Bahrul Ulum Jombang. It is hoped that future researchers will carry out the same research with different samples and pay attention to the questionnaire measuring instruments that will be used.

Keywords: Mental Health, Academic Achievement, First Year Students

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014, kesehatan mental adalah kondisi di mana seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial, serta mampu mengatasi tekanan, bekerja produktif, dan berkontribusi bagi komunitas (Kemenkes RI, 2014). Kesehatan mental yang buruk, seperti depresi dan kecemasan, dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa, yang biasanya diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Gangguan mental dapat menyebabkan penurunan kreativitas, motivasi belajar, dan konsentrasi, yang akhirnya memengaruhi prestasi akademik (Harahap et al., 2022).

Penelitian di Brazil dan India menunjukkan prevalensi gangguan mental yang tinggi di kalangan mahasiswa, terutama yang berada di jurusan kesehatan dan kedokteran. Di Brazil, 42% mahasiswa kesehatan mengalami gangguan mental, dan 33% di antaranya adalah mahasiswa kedokteran. Di India, prevalensi depresi mencapai 37,6%, kecemasan 52,1%, dan stres 33,7% (Costa et al., 2014 dalam Putri, 2018). Di Indonesia, penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara depresi dan prestasi akademik, di mana mahasiswa yang mengalami kecemasan dan stres cenderung memiliki IPK yang lebih rendah (Jurnal Ilmiah Simantek, 2022). Di STIKES Bahrul Ulum, beberapa mahasiswa mengalami kecemasan yang mengganggu konsentrasi dan menurunkan prestasi akademiknya.

Intensitas belajar yang tinggi berperan penting dalam mencapai prestasi akademik yang baik. Seseorang yang memiliki motivasi tinggi dan belajar dengan intens akan cenderung mendapatkan hasil belajar yang baik. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang termotivasi atau memiliki masalah kesehatan mental mungkin mengalami penurunan dalam hasil belajar. Faktor internal seperti kesehatan mental, motivasi, dan cara belajar sangat memengaruhi IPK mahasiswa, sementara faktor eksternal seperti dukungan sosial dan kondisi keluarga juga berperan.

Untuk mencegah penurunan prestasi akademik, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Pendekatan yang lebih peka terhadap kondisi mental mahasiswa dari dosen dan pihak kampus sangat diperlukan. Apresiasi terhadap usaha mahasiswa serta dukungan emosional dapat membantu mereka mengatasi stres dan kesulitan belajar, sehingga mengurangi dampak negatifnya terhadap prestasi akademik (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kesehatan Mental dengan Pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama di STIKES Bahrul Ulum Jombang. Sedangkan secara khusus bertujuan untuk : (1) Mengidentifikasi Kesehatan Mental Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum Jombang tahun pertama. (2) Mengidentifikasi Pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum Jombang. (2) Menganalisa hubungan kesehatan mental dengan pencapaian prestasi akademik di STIKES Bahrul Ulum Jombang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada 13-17 September 2024 di STIKES Bahrul Ulum Jombang, dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dan pencapaian prestasi akademik mahasiswa tahun pertama. Desain penelitian yang digunakan adalah ****analitik korelasional dengan pendekatan retrospektif****, di mana data dikumpulkan pada satu waktu dan melihat efek atau akibat yang terjadi di masa lalu (Notoatmodjo, 2012; Soekidjo, 2018).

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari ****variabel independen**** (kesehatan mental) dan ****variabel dependen**** (prestasi akademik), yang diukur melalui kuesioner SRQ-29 untuk kesehatan mental dan hasil KHS untuk prestasi akademik (Donsu, 2020). Populasi penelitian adalah 94 mahasiswa tahun pertama, dan ****total sampling**** digunakan untuk pengambilan sampel, mengingat jumlah responden yang relatif kecil (Donsu, 2020).

Data dikumpulkan menggunakan ****kuesioner**** untuk kesehatan mental dan ****studi dokumentasi**** untuk prestasi akademik, yang kemudian dianalisis melalui tahap ****editing**,

coding, scoring, dan tabulating** (Nursalam, 2017). Analisis dilakukan dengan **analisis univariat** untuk mendeskripsikan karakteristik responden (umur, jenis kelamin, KHS), dan **analisis bivariat** untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dan prestasi akademik (Donsu, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa STIKES Bahrul Ulum Jombang tahun pertama berjumlah 90 mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan jenis penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *Retrospektif*. Penelitian ini dimulai dengan melakukan skrining untuk mencari mahasiswa semester pertama kemudian diberikan kuesioner melalui google form diberi waktu selama empat hari, kemudian data-data tersebut dikumpulkan untuk diolah yang dimulai dari editing, koding, tabulasi, dan analisis.

Data Umum

Karakteristik Responden Berdasarkan Prodi

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Prodi didapatkan hampir seluruhnya 76 responden mahasiswa S1 Keperawatan (84,4%) dan sebagian kecil 14 responden mahasiswa D3 Kebidanan (15,6%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Jenis Kelamin didapatkan hampir seluruhnya 76 responden berjenis kelamin perempuan (84,4%) dan sebagian kecil 14 responden berjenis kelamin laki-laki (15,6%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Usia didapatkan hampir dari setengahnya 41 responden berusia 20 tahun (45,6%) dan sebagian kecil 14 responden berusia 21 tahun (15,6%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Nilai IPK

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Nilai IPK didapatkan hampir seluruhnya 75 responden nilai IPK masuk dalam kategori B (baik) (83,3%) dan sebagian kecil 15 responden nilai IPK masuk dalam kategori A (sangat baik) (16,7%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Penglihatan

Hasil penelitian, menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Gangguan Penglihatan didapatkan sebagian besar 62 responden tidak mengalami gangguan

penglihatan (68,9%) dan hampir dari setengahnya 28 responden mengalami gangguan penglihatan (31,1%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Pendengaran

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Gangguan Penglihatan didapatkan seluruhnya 90 responden tidak mengalami gangguan pendengaran (100,0%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Keinginan Sekolah di STIKES

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Keinginan Sekolah di STIKES didapatkan sebagian besar 63 responden sekolah di STIKES atas keinginan sendiri (70,0%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Mempunyai Skil Dasar

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Mempunyai Skil Dasar didapatkan sebagian besar 51 responden memiliki skil dasar (56,7%) dan hampir dari setengahnya 39 responden tidak memiliki skil dasar (43,3%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Sarana-Prasarana STIKES

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Sarana-Prasarana STIKES didapatkan sebagian besar 61 responden mengatakan sarana-prasarana STIKES cukup (67,8%) dan hampir dari setengahnya 29 responden mengatakan sarana-prasarana STIKES tidak cukup (32,2%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Materi Dosen

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Materi Dosen didapatkan hampir seluruhnya 88 responden mengatakan materi dosen sudah sesuai dengan silabus (97,8%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Salah Satu Keluarga Mengalami Masalah Mental

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Salah Satu Keluarga Mengalami Masalah Mental didapatkan hampir seluruhnya 89 responden tidak ada salah satu keluarganya yang mengalami masalah mental (98,9%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Penyakit Keluarga Berdampak Negatif pada Mental

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Penyakit Keluarga Berdampak Negatif pada Mental didapatkan hampir seluruhnya 86 responden tidak ada salah satu keluarganya mengalami penyakit yang berdampak negative pada mental (95,6%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Mengalami Cidera Otak

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Mengalami Cidera Otak didapatkan hampir seluruhnya 89 responden tidak mengalami cidera otak (98,9%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Mengonsumsi Alkohol/Obat-obatan

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Mengonsumsi Alkohol/Obat-obatan didapatkan hampir seluruhnya 89 responden tidak mengonsumsi alkohol/obat-obatan (98,9%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Mengalami Trauma

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Mengalami Trauma didapatkan hampir seluruhnya 80 responden tidak mengalami trauma (77,8%) dan sebagian kecil 20 responden mengalami trauma (22,2%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Hubungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Hubungan Keluarga didapatkan hampir seluruhnya 85 responden hubungan keluarganya baik (94,4%) dan sebagian kecil 5 responden hubungan keluarganya tidak baik (5,6%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan Orang Tua/Bulan

Hasil penelitian menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Pendapatan Orang Tua/Bulan didapatkan hampir dari setengahnya 40 responden penghasilan orang tua/bulan <1juta (44,4%) dan sebagian kecil 13 responden penghasilan orang tua/bulan >2juta (14,4%).

Data Khusus

Penelitian khusus ini meliputi data hasil kuesioner SRQ-29 yang terdiri dari gangguan cemas & depresi, gangguan psikoaktif, gangguan psikotik, dan PTSD serta hasil prestasi akademik:

- a. Masalah Kesehatan Mental Mahasiswa Tahun Pertama
 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Cemas & Depresi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Cemas & Depresi pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90).

Kesehatan Mental	N	(%)
Cemas & Depresi	45	50,0
Tidak ada gangguan	45	50,0
Total	90	100,0

Sumber: Data Primer (2024)

Tabel 1 menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Gangguan Cemas & Depresi didapatkan setengahnya 45 responden mengalami cemas & depresi (50,0%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Psikoaktif

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Psikoaktif pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90)

Kesehatan Mental	N	(%)
Gangguan Psikoaktif	0	0
Tidak ada gangguan	90	100,0
Total	90	100,0

Sumber: Data

Primer (2024)

Tabel 2 menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Gangguan Cemas & Depresi didapatkan seluruhnya 90 responden tidak mengalami gangguan psikoaktif (100,0%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Psikotik

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Psikotik pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90)

Kesehatan Mental	N	(%)
Gangguan Psikotik	36	40,0
Tidak ada gangguan	54	60,0
Total	90	100,0

Sumber: Data

Tabel 3

Primer (2024)

menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Gangguan Psikotik didapatkan sebagian besar 54 responden tidak mengalami gangguan psikotik (60,0%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan PTSD

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan PTSD pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90)

Kesehatan Mental	N	(%)
PTSD	63	70,0
Tidak ada gangguan	27	30,0
Total	90	100,0

Sumber: Data

Tabel 4

Primer (2024)

menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan

menunjukkan data responden karakteristik PTSD

didapatkan sebagian besar 63 responden mengalami PTSD (70,0%).

b. Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nilai IPK pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90)

Nilai IPK	N	(%)
A (3,51-4.00)	15	16,7
B (2.75-3.50)	75	83,3
Total	90	100,0

Sumber: Data Primer (2024)

Tabel 5 menunjukkan data tentang distribusi responden berdasarkan karakteristik Nilai IPK didapatkan hampir seluruhnya 75 responden nilai IPK masuk dalam kategori B (baik) (83,3%) dan sebagian kecil 15 responden nilai IPK masuk dalam kategori A (sangat baik) (16,7%).

c. Hubungan Kesehatan Mental dengan Pencapaian Prestasi Akademik

Tabel 6. Hasil Analisis Rank Spearman Kesehatan Mental dengan Pencapaian Prestasi Akademik pada Mahasiswa tahun pertama di STIKES Bahrul Ulum tanggal 13 September – 17 September 2024 (n=90)

			Kesehatan Mental	Prestasi Akademik
Spearman's rho	Cemas & Depresi	Correlation	1.000	.149
		Coefficient	.	.161
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Prestasi Akademik	Correlation	.149	1.000
		Coefficient	.161	.
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Gangguan Psikoaktif	Correlation	.	.
		Coefficient	.	.
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Prestasi Akademik	Correlation	.	1.000
		Coefficient	.	.
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Gangguan Psikotik	Correlation	1.000	.061
		Coefficient	.	.569
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Prestasi Akademik	Correlation	.061	1.000
		Coefficient	.569	.
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	PTSD	Correlation	1.000	.033
		Coefficient	.	.761
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		
	Prestasi Akademik	Correlation	.033	1.000
		Coefficient	.761	.
		Sig. (2-tailed)	90	90
		N		

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil uji Spearman Rank diketahui bahwa nilai koefisien pada cemas dan depresi $\rho = 0,161 > 0,05$, pada gangguan psikotik $\rho = 0,569 > 0,05$, dan pada PTSD $\rho = 0,761 > 0,05$ yang artinya tidak ada hubungan kesehatan mental dengan pencapaian prestasi akademik.

Pembahasan

Kesehatan Mental Mahasiswa Tahun Pertama

Penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari 45 responden mahasiswa tahun pertama mengalami kecemasan dan depresi (50%), sementara sebagian besar tidak mengalami gangguan psikoaktif (100%) dan psikotik (60%). Sebagian besar responden juga mengalami PTSD (70%). Observasi dan wawancara dengan tiga mahasiswa mengungkapkan bahwa kecemasan terkait perkuliahan berdampak pada penurunan prestasi akademik dan kurangnya fokus. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa mahasiswa, terutama di semester awal, sering mengalami kecemasan dan stres yang memengaruhi kesehatan mental dan akademiknya.

Kesehatan mental mahasiswa tahun pertama sering terganggu akibat proses adaptasi dengan lingkungan baru, tekanan akademik, dan pola hidup yang tidak seimbang, seperti kurang tidur dan gangguan pola makan. Stres yang berkepanjangan dapat mengganggu konsentrasi dan menyebabkan penurunan prestasi. Data menunjukkan bahwa mahasiswa usia 20-21 tahun sering mengalami stres, yang sesuai dengan temuan penelitian lain yang menunjukkan kelompok usia ini lebih rentan terhadap stres.

Terkait dengan hubungan keluarga, sebagian besar mahasiswa melaporkan hubungan yang baik dengan keluarga (94,4%), namun ada sebagian kecil yang mengalami trauma (22,2%). Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang otoriter atau permisif dapat memengaruhi kesehatan mental remaja, dengan pengaruh signifikan terhadap kecemasan dan depresi. Selain itu, faktor lain seperti jenis kelamin juga berperan, di mana mahasiswa perempuan lebih cenderung mengalami kecemasan dan depresi dibandingkan laki-laki, sesuai dengan temuan survei yang menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada perempuan.

Secara keseluruhan, penelitian ini mengungkapkan bahwa gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan PTSD dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa, terutama di tahun pertama, dan faktor-faktor seperti usia, hubungan keluarga, serta jenis kelamin turut memengaruhi kondisi tersebut.

Pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tahun pertama memiliki IPK di kategori B (baik) (83,3%), dengan sebagian kecil memperoleh IPK kategori A (sangat

baik) (16,7%). Hampir seluruh responden (97,8%) menyatakan bahwa materi dosen sesuai dengan silabus, sementara 67,8% menganggap sarana-prasarana di STIKES cukup memadai, meskipun 32,2% merasa sarana-prasarana tersebut tidak cukup. Selain itu, 56,7% responden melaporkan memiliki keterampilan dasar yang memadai.

Prestasi akademik mahasiswa, yang diukur melalui IPK, dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kualitas pengajaran, sarana-prasarana, serta kesiapan mental mahasiswa dalam menghadapi pendidikan. Menurut Fatimah (2019) dan penelitian lainnya, faktor kesehatan mental dan kemampuan beradaptasi sangat berperan dalam kesuksesan akademik. Mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik, baik secara fisik maupun mental, cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik. Selain itu, kualitas pengajaran yang baik, penguasaan materi yang diajarkan oleh dosen, serta kesesuaian antara materi kuliah dengan silabus juga memengaruhi pencapaian akademik mahasiswa (Dwipurwani, 2012; Nalim & Pramesti, 2020).

Selain itu, prestasi akademik juga dipengaruhi oleh dukungan sosial, terutama dari keluarga. Dukungan orang tua yang positif dan motivasi internal mahasiswa untuk belajar dapat meningkatkan semangat dan kinerja akademik mereka. Mahasiswa yang memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas akademik dan mampu mengelola waktu dengan baik cenderung meraih prestasi yang baik. Hal ini juga menciptakan pemahaman yang lebih baik mengenai prioritas dalam pendidikan, sehingga mereka dapat menghindari penundaan dan menyelesaikan tugas tepat waktu, yang akhirnya berkontribusi pada pencapaian nilai IPK yang tinggi.

Secara keseluruhan, penelitian ini mengonfirmasi bahwa keberhasilan akademik mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan akademis, tetapi juga oleh kesiapan mental, kualitas lingkungan pendidikan, serta dukungan dari keluarga dan faktor-faktor eksternal lainnya. Mahasiswa yang dapat mengelola stres, beradaptasi dengan lingkungan akademik, dan memiliki dukungan sosial yang baik akan lebih mudah mencapai tujuan akademiknya.

Hubungan Kesehatan Mental dengan Pencapaian Prestasi

penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kesehatan mental dan pencapaian prestasi akademik mahasiswa. Berdasarkan uji Spearman Rank, nilai koefisien untuk kecemasan dan depresi ($p = 0,161$), gangguan psikotik ($p = 0,569$), dan PTSD ($p = 0,761$) semuanya menunjukkan nilai $> 0,05$, yang berarti tidak ada hubungan antara kondisi kesehatan mental dan IPK.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Saputri (2017) yang menemukan bahwa tingkat stres, kecemasan, dan depresi tidak memiliki hubungan signifikan dengan prestasi akademik pada santri. Putri (2018) juga menemukan bahwa depresi, kecemasan, dan stres tidak mempengaruhi IPK secara signifikan. Faktor-faktor lain, seperti waktu belajar, juga berperan penting dalam pencapaian akademik. Mahasiswa dengan IPK tinggi cenderung menghabiskan lebih banyak waktu untuk belajar, terutama pada siang hari dan akhir pekan (Putri, 2018).

Selain itu, Ulfah (2020) menjelaskan bahwa pembentukan karakter yang baik dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) juga berperan dalam prestasi akademik yang baik. Dengan demikian, meskipun kesehatan mental penting, faktor-faktor lain seperti waktu belajar, kemampuan manajemen waktu, dan karakter pribadi turut mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa.

Mahasiswa semester pertama sering menghadapi stres akademik yang berhubungan dengan proses adaptasi terhadap tugas baru dan tekanan akademik. Namun, stres ini dapat diminimalkan jika mahasiswa memiliki semangat belajar yang tinggi, kemampuan emosional yang baik, dan bisa beradaptasi dengan lingkungan akademik. Dengan kesiapan mental yang matang, mahasiswa dapat mengatasi stres dan meraih prestasi akademik yang optimal.

Secara keseluruhan, meskipun kesehatan mental penting, faktor-faktor lain seperti waktu belajar dan kesiapan emosional mahasiswa lebih dominan dalam mempengaruhi pencapaian akademik. Keberhasilan akademik mahasiswa tidak hanya bergantung pada kondisi psikologis, tetapi juga pada kemampuan beradaptasi dengan tuntutan pendidikan dan lingkungan kampus.

SIMPULAN

Kehadiran Jalan Tol membuat alur transportasi dan logistic menjadi lebih lancar dan lebih cepat. Dari hasil model dan simulasi yang telah dilakukan didapatkan hasil selisih waktu 68 menit ketika menggunakan jalan tol jika dibandingkan dengan jalan nasional. Untuk bahan bakar Ketika menggunakan jalan tol lebih hemat 0.3 Liter jika dibandingkan dengan jalan nasional. Nilai efisiensi waktu dan bahan bakar lebih hemat jalan tol namun ada biaya tambahan Rp. 60.000 yang harus dikeluarkan. Untuk penggunaan jalan nasional masih ekonomis karena bisa lebih hemat namun lebih lambat 68 Menit.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyana, L., Salmah, E., Sriningsih, S., Harsono, I., & Kunci, K. (2023). Analisis Dampak Pembangunan Infrastruktur Terhadap Pertumbuhan Ekonomi Inklusif Pada Kabupaten/Kota di Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2016-2021. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 5(1).
- Ahmad Fakhurozi, A. D. N. S. R. A. (2020). KAJIAN STUDI DAMPAK PEMBANGUNAN JALAN TOL TRANS SUMATERA (JTTS) TERHADAP INFRASTRUKTUR DAN LINGKUNGAN. *Jurnal Ilmiah Penalaran Dan Penelitian Mahasiswa*, 14–29.
- Arumandani, A., & Zen, F. (2023). Jurnal Anggaran dan Keuangan Negara Indonesia The Impact Of Toll Roads On Regional Economy And Fiscal. *Jurnal Anggaran Dan Keuangan Negara Indonesia*, 5(1). <https://anggaran.e-journal.id/akurasi>
- Dedi Mulyadi. (2011). Pengembangan Sistem Logistik Yang Efisien dan Efektif Dengan Pendekatan Supply Chain Management. *Jurnal Riset Industri*, Vol.V,No.3, 2750252.
- Devira Ramady, G., Ghea Mahardika, A., Sri Lestari, N., Castrena Abadi, S., Kurniawan Sukandi, G., & Tinggi Teknologi Mandala, S. (2020). PERANCANGAN MODEL SIMULASI SISTEM PENGENDALI SUHU RUANG KELAS BERBASIS INTERNET OF THINGS. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL RISET TEKNOLOGI TERAPAN*.
- Ervianto, W. I. (2017). TANTANGAN PEMBANGUNAN INFRASTRUKTUR DALAM PROYEK STRATEGIS NASIONAL INDONESIA. *Prosiding Simposium II – UNIID*. <https://conference.unsri.ac.id/index.php/uniid/article/view/588>
- Fakhrur, M., Sekolah, R., Pembangunan, T., Desa, M., & Apmd, ". (2023). Pembangunan Infrastruktur Dan Pemerataan Ekonomi Di Indonesia. *Jurnal Masyarakat Dan Desa*, 3(2), 151–163.
- Faradibah, A., & Suryani, E. (2019). PENGEMBANGAN MODEL SIMULASI SISTEM DINAMIK UNTUK MENINGKATKAN EFISIENSI SISTEM OPERASIONAL TRANSPORTASI. *ILKOM Jurnal Ilmiah*, 11(1), 67–76. <https://doi.org/10.33096/ilkom.v11i1.413.67-76>
- Manaor Hara Pardede, A., Ramadani, S., Khair, H., & Syahputra, S. (2019). SIMULASI ANTRIAN PELAYANAN PADA GARDU TOL BINJAI. *Jurnal Manajemen Informatika & Komputerisasi Akuntansi*, Vol.3 No.1, 54–60.
- Munawar, A., Wismadi, A., Prasetio Nugroho, D., Prabowo Harmanto, J., & Pasaribu, R. (2022). Konektivitas Jaringan Infrastruktur Transportasi Pariwisata: Studi Kasus Mandalika dan Labuan Bajo. In *Jurnal Transportasi Multimoda* (Vol. 20, Issue 2).