



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 4977-4985

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

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

Gambaran Tingkat Stres, Stresor dan Tahap Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Angkatan 2020 dan 2021 Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Gilang Ramadhan^{1✉}, Darwin Karim², Siti Rahmalia Hairani Damanik³

Universitas Riau

Email: glgrmdhn612@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pendahuluan: Stres merupakan masalah umum yang sering dihadapi oleh mahasiswa, terutama saat menyusun skripsi. Skripsi sebagai tugas akhir tidak hanya menjadi syarat kelulusan tetapi juga mencerminkan kemampuan akademik mahasiswa. Wawancara awal menunjukkan banyak mahasiswa mengalami gejala stres yang signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran tingkat stres, stresor dan tahap pengerjaan skripsi pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian adalah 216 responden dengan menggunakan teknik total sampling. Semua responden mengisi google form terkait karakteristik responden, kuesioner DASS-42 dan kuesioner stresor. Hasil: Data karakteristik responden mayoritas berada pada usia 21 tahun sebanyak 116 responden (53,7%), jenis kelamin perempuan sebanyak 195 responden (90,2%), angkatan 2021 sebanyak 137 responden (63,4%) dan tahap pengerjaan skripsi pada tahap awal sebanyak 112 responden (51,9%). Tingkat stres ringan sebanyak 103 responden (47,7%) dan mengalami stresor ringan sebanyak 98 responden (45,4%). Kesimpulan: Dapat disimpulkan bahwa rata-rata gambaran tingkat stres berada pada tahap ringan, stresor dengan tingkat sedang dan tahap pengerjaan skripsi berada pada tahap awal.

Kata Kunci: *Mahasiswa, Tahap Pengerjaan Skripsi, Tingkat Stres, Stresor*

Abstract

Introduction: Stress is a common issue faced by students, especially during thesis writing. The thesis, as a final assignment, is not only a graduation requirement but also reflects students' academic capabilities. Initial interviews indicate that many students experience significant stress symptoms. This study aims to identify the level of stress, stressors, and thesis completion stages among the 2020 and 2021 cohorts at the Faculty of Nursing, University of Riau. Methods: This quantitative study employs a correlational descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 216 respondents selected through total sampling. All respondents completed a Google Form related to respondent characteristics, the DASS-42 questionnaire and a stressor questionnaire. Results: The data on respondent characteristics showed that the majority are 21 years old with 116 respondents (53,7%), with females representing 195 respondents (90.2%). The 2021 cohort includes 137 respondents (63,4%), and 112 respondents (51,9%) are in the early stages of thesis completion. Mild stress was reported by 103 respondents (47,7%), while 98 respondents (45,4%) experienced mild stressors. Conclusion: It can be concluded that the stress levels are categorized as mild, the stressors are at a mild level and the thesis completion is in the early stages. Keywords: *Stressors, Stress Levels, Students, Thesis Completion Stage*

PENDAHULUAN

Saat ini stres menjadi masalah yang sering dialami oleh mahasiswa, salah satu stres yang dialami mahasiswa adalah pada saat mengerjakan skripsi. Menurut Rahmi dan Marnola (2020) mahasiswa pada masa perkuliahan diharuskan untuk menyelesaikan studinya tepat waktu. Biasanya di akhir masa studi mahasiswa diberi tugas akhir yang disebut skripsi. Skripsi merupakan suatu karangan ilmiah yang ditulis oleh seorang mahasiswa tingkat akhir sebagai syarat wajib untuk menyelesaikan masa perkuliahannya, seringkali skripsi juga menjadi bukti kemampuan akademik bagi seorang mahasiswa, selain sebagai persyaratan akhir skripsi juga menjadi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Rahmi & Marnola, 2020)

Dalam proses menyusun skripsi, mahasiswa seringkali mengalami kesulitan, contohnya pada saat menentukan judul skripsi, kesulitan dalam mendapatkan referensi, sulit bertemu dengan dosen pembimbing, kesulitan melakukan proses pengambilan data awal, proses revisi berulang, waktu penelitian yang terbatas, banyaknya biaya yang dikeluarkan, rasa lelah dan kesulitan untuk berkonsentrasi (Etika & Hasibuan, 2016). Stres dimulai dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki. Stresor atau sumber stres bisa berasal dari diri sendiri (internal) atau justru dari luar diri (eksternal). Penyusunan skripsi adalah merupakan tekanan psikis. Hal ini dikarenakan adanya tekanan yang diciptakan ketika persiapan dalam menghadapi skripsi yang akan berpengaruh terhadap kondisi fisik dan mental seseorang serta hasil yang didapat (Aryawan & Diniari, 2020).

Pada tahun 2019 dilakukan penelitian oleh Rosyad tentang tingkat stres mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta, didapatkan dari hasil penelitian diperoleh sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebesar 62,97% dan sisanya berjenis kelamin laki-laki. Hampir seluruh responden atau 96,30% berada pada masa remaja dan sisanya pada masa dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh Carsita pada tahun 2018 tentang tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi, pada penelitiannya dengan jumlah sampel sebanyak 63 mahasiswa dengan menggunakan teknik total populasi. Hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa sebanyak 28 responden (44,4%) mengalami stres berat, 25 responden (39,4%) mengalami stres sedang, dan 10 responden (15,9%) mengalami stres ringan (Carsita, 2018).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan wawancara kepada mahasiswa angkatan 2020 sebagai bentuk observasi awal kepada 10 mahasiswa akhir FKp UNRI, yang mana ditemukan gejala stres pada saat di tahap pengerjaan skripsi dialami oleh 8 dari 10 mahasiswa, termasuk merasakan sakit pada bagian kepala apabila terus memikirkan skripsi dan tidak mendapatkan ide, tidak nafsu makan, mengalami kesulitan tidur pada saat malam hari, sulit untuk berkonsentrasi, dan sering kelelahan. Kendala-kendala yang telah disampaikan sebelumnya yang mengakibatkan mahasiswa menjadi tidak memiliki motivasi yang menyebabkan terjadinya keterlambatan dalam penyusunan skripsi, sehingga kondisi tersebut menjadi penyebab timbulnya stres pada mahasiswa akhir.

Berdasarkan pendahuluan yang sudah dipaparkan diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa yang sedang menjalani proses penyusunan skripsi sangat rentan mengalami stres. Dari pemaparan yang sudah dijelaskan, Peneliti ingin mengetahui terkait bagaimana gambaran tingkat stres, stresor dan tahap pengerjaan skripsi pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 FKp UNRI.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif korelatif. Desain pada penelitian kuantitatif melibatkan penentuan subjek darimana informasi atau data akan diperoleh, teknik yang digunakan untuk memperoleh data, prosedur yang digunakan untuk mengumpulkan data dan kegiatan yang akan dilaksanakan (Neliwati, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana gambaran tingkat stres, stresor dan tahap pengerjaan skripsi pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2021.

Penelitian dilakukan pada bulan Februari 2024 hingga bulan November 2024. Ini dimulai dengan identifikasi masalah, pembuatan proposal, sampai dengan penyusunan tugas akhir. Peneliti melakukan penelitian di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Pendekatan yang digunakan adalah *total sampling*. *Total sampling* menurut Sugiyono (2019), adalah teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel, dimana dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah seluruh mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 FKp UNRI yang berjumlah 216 orang.

Alat pengukuran data yang digunakan adalah kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS-42), kuesioner stresor dan kuesioner tahap pengerjaan skripsi. Responden diberikan kuesioner yang telah ebrisi penjelasan mengenai tujuan, prosedur, dan tata cara pengisian. Dalam penelitian ini data dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan SPSS. Sampel penelitian diolah dengan analosos univariat serta dilakukan pengelompokan variabel. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan penelitian ini telah dinyatakan layak secara etik oleh komisi etik Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini menjelaskan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, angkatan dan tahap pengerjaan skripsi. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Angkatan Responden				
	2020		2021		
	(n)	%	(n)	%	
Usia Responden	19	0	0,0	2	0,9
	20	0	0,0	21	9,7
	21	14	6,5	102	47,2
	22	50	23,1	10	4,7
	23	15	7,0	2	0,9
Jenis Kelamin	Laki-Laki	7	3,3	14	6,5
	Perempuan	72	33,3	123	56,9
Tahap Pengerjaan Skripsi	Awal	28	13,0	84	38,9
	Inti	38	17,6	49	22,7
	Akhir	13	6,0	4	1,8
Total	79	36,6	137	63,4	

Berdasarkan tabel di atas terkait distribusi frekuensi karakteristik responden,

didapatkan pada bagian usia responden untuk angkatan 2020 kebanyakan usia berada pada 22 tahun sebanyak 50 responden (23,1%) dan angkatan 2021 kebanyakan usia berada pada 21 tahun sebanyak 102 responden (47,2%). Pada penelitian ini responden paling banyak berada di usia 21 tahun sebanyak 116 responden (53,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian Safitri et al. (2018) yang dimana mayoritas usia responden berada pada usia 21 tahun sebesar 76,3%. Penelitian yang dilakukan oleh Barus et al. (2022) juga sama yakni mayoritas responden berada pada usia 21 tahun sebanyak 58 responden dengan persentase sebesar 55,2%. Hal ini dikarenakan usia mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada masa dewasa awal 20-35 tahun, tugas dewasa awal memiliki perkembangan psikososial dan lebih berperan dalam masyarakat dan kehidupan sosial, usia ini juga berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang (Suwaryo & Yuwono dalam Hariaty et al. 2023).

Kemudian jenis kelamin responden pada kedua angkatan sama yakni kebanyakan dengan jenis kelamin perempuan dimana untuk angkatan 2020 sebanyak 72 responden (33,3%) dan angkatan 2021 sebanyak 123 responden (56,9%). Berdasarkan penelitian yang melibatkan 216 responden, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 195 responden (90,2%) dan laki-laki sebanyak 21 responden (9,8%). Profesi keperawatan lebih banyak diminati oleh perempuan dikarenakan jika dibandingkan dengan laki-laki, perempuan sering dihubungkan dengan sifat-sifat seperti empati, kasih sayang dan kemampuan atau keterampilan merawat, yang dianggap penting dalam profesi ini.

Kebanyakan masyarakat sering menganggap perempuan sebagai pengasuh alami, yang menyebabkan profesi keperawatan dilihat sebagai pilihan yang sesuai. Peran gender tradisional menetapkan bahwa perempuan memiliki sifat empati dan kelembutan yang dianggap penting dalam perawatan pasien (McGowan, 2016). Banyak anak perempuan yang sedari awal diperkenalkan kepada konsep perawatan melalui permainan peran dan kegiatan yang berfokus pada merawat sehingga ini dapat menumbuhkan ketertarikan awal dalam profesi keperawatan (Duchscher, 2009). Tak hanya perempuan, laki-laki yang berminat melanjutkan sekolahnya di profesi keperawatan kebanyakan karena profesi keperawatan menawarkan peluang kerja yang baik dan permintaan yang terus meningkat sehingga banyak laki-laki melihat keperawatan sebagai karir yang stabil dan menguntungkan bagi mereka (Buerhaus, 2017).

Tahap pengerjaan skripsi responden untuk angkatan 2020 kebanyakan berada pada tahap inti sebanyak 38 responden (17,6%) dan angkatan 2021 kebanyakan berada pada tahap awal sebanyak 84 responden (38,9%). Dan mayoritas angkatan 2021 dengan jumlah sebanyak 137 responden (63,4%) kemudian angkatan 2020 sebanyak 79 responden (36,6%).

Berdasarkan tabel 4.1 diatas didapatkan hasil bahwa responden pada tahap awal sebanyak 112 responden (51,9%), tahap inti sebanyak 87 responden (40,3%) dan tahap akhir 17 responden (7,8%). Mahasiswa masih banyak berada pada tahap awal dikarenakan keterbatasan sumber referensi yang sering menjadi hambatan bagi mahasiswa. Sumber yang terbatas membuat mereka merasa kurang percaya diri dalam menyusun argumen yang kuat. Ada juga mahasiswa yang tidak merasa didukung oleh dosen dikarenakan dosen sulit dijangkau atau tidak memberikan umpan balik yang baik, mahasiswa merasa terisolasi dalam proses penyusunan skripsi mereka.

Perbedaan yang signifikan dalam tahap pengerjaan skripsi antara mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 ini menunjukkan bahwa ada variasi yang jelas pada skripsi yang sedang dikerjakan. Dimana angkatan 2020 kebanyakan berada pada tahap akhir sedangkan angkatan 2021 kebanyakan berada pada tahap awal. Menurut Perry et al. (2013) efektivitas bimbingan atau kualitas bimbingan akademik merupakan salah satu yang bisa mempengaruhi kemajuan pengerjaan skripsi. Penelitian menunjukkan bahwa bimbingan yang efektif dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi.

Gambaran Tingkat Stres Responden

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Angkatan Responden	Tingkat Stres						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%		
2020	26	12,0	39	18,0	14	6,5	79	36,6
2021	77	35,7	52	24,1	8	3,7	137	63,4
Jumlah	103	47,7	91	42,1	22	10,2	216	100,0

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa tingkat stres angkatan 2020 terbanyak berada pada tingkatan sedang sebanyak 39 responden (18,0%) dan tingkat stres angkatan 2021 terbanyak berada pada tingkatan ringan sebanyak 77 responden (35,7%).

Didapatkan responden dengan tingkat stres ringan sebanyak 103 (47,7%) responden, 91 (42,1%) responden dengan tingkat stres sedang dan 22 (10,2%) responden dengan tingkat stres berat. Mahasiswa dengan tingkat stres ringan ini masih bisa mengerjakan skripsi sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya dan merasa bahwa tidak mempunyai tekanan yang besar sehingga bisa menghambat pengerjaan skripsinya. Manajemen waktu dan emosi yang dimiliki oleh mahasiswa membuat mereka masih bisa untuk beristirahat

dan tidak mudah emosi serta kesal dikala mengerjakan skripsi mereka.

Beberapa mahasiswa yang mengalami stres berat terutama angkatan 2020 disebabkan oleh keberadaan semester mereka yang sudah lewat dari ketentuan yang ada. Angkatan 2020 yang belum selesai berada pada semester 9 yang mana mengharuskan mereka untuk membayar UKT lagi untuk melanjutkan pengerjaan skripsi yang belum selesai sepenuhnya. Beberapa mahasiswa yang mengalami stres berat ini merupakan mahasiswa yang berada pada tahap awal pada pengerjaan skripsi mereka. Kebanyakan dari mereka masih menyusun proposal skripsi yang dimana disebabkan kurangnya referensi yang didapatkan dan sulitnya untuk melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing mereka.

Sedangkan mahasiswa angkatan 2021 kebanyakan mengalami tingkat stres ringan yang seringkali disebabkan oleh fakta yang menyatakan bahwa banyak dari mereka masih berada di tahap awal, yaitu menyusun hingga merevisi proposal yang telah diseminarkan. Dikarenakan mereka belum memulai penelitian, maka tingkat stres yang dirasakan masih tergolong tingkat stres ringan.

Gambaran Stresor Responden

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Stresor

Angkatan Responden	Stresor						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%		
2020	26	12,0	37	17,1	16	7,4	79	36,6
2021	72	33,4	54	25,0	11	5,1	137	63,4
Jumlah	98	45,4	91	42,1	27	12,5	216	100,0

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa stresor angkatan 2020 terbanyak berada pada tingkatan sedang sebanyak 37 responden (17,1%) dan stresor angkatan 2021 terbanyak berada pada tingkatan ringan sebanyak 72 responden (33,4%).

Hasil pada penelitian ini didapatkan bahwa kebanyakan responden yakni sebanyak 98 responden (45,4%) mengalami stresor ringan, stresor sedang sebanyak 91 responden (42,1%) dan 27 responden (12,5%) mengalami stresor berat. Mahasiswa sering mengalami stres pada saat mengerjakan skripsi, terutama dengan tantangan dalam menyelesaikan latar belakang yang ditandai dengan kebanyakan mahasiswa berada ditahap awal. Keinginan untuk menghasilkan latar belakang yang sempurna juga menjadi sumber frustrasi, dimana mahasiswa terperangkap dalam siklus revisi tanpa henti, berusaha untuk menjadikan tulisan mereka semakin maksimal. Hal ini sering disebabkan oleh beberapa

faktor, seperti ketidakjelasan tujuan penelitian yang membuat mereka kesulitan untuk merumuskan apa yang ingin dicapai. Selain itu, keterbatasan sumber referensi yang relevan dapat menghambat proses penulisan skripsi, sehingga mahasiswa merasa terjebak dan tidak memiliki bahan yang cukup untuk mendukung pendapat mereka.

Menurut Misra dan Castillo (2004) temuan bahwa mayoritas responden mengalami stresor dari sekolah, lingkungan fisik dan keluarga menunjukkan bahwa sumber utama stres untuk mahasiswa relatif konsisten diseluruh angkatan. Stresor dari sekolah, seperti beban tugas dan ujian, merupakan masalah umum yang sering dihadapi oleh mahasiswa, kemudian stresor dari lingkungan fisik dan keluarga juga berperan namun lebih spesifik dan tetap konsisten.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 216 responden di wilayah Fakultas Keperawatan Universitas Riau tepatnya melalui penyebaran kuesioner secara *online* menunjukkan mayoritas responden berada pada usia 21 tahun yaitu sebanyak 116 responden (53,7%). Pada karakteristik jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 195 responden (90,2%). Tahap pengerjaan skripsi mayoritas berada pada tahap awal sebanyak 112 responden (51,9%).

Kebanyakan tingkat stres responden berada pada tingkat stres ringan yaitu sebanyak 103 responden (47,7%) dan mengalami stresor tingkat ringan sebanyak 98 responden (45,4%). Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi pada tingkat stres, stresor dan tahap pengerjaan skripsi serta untuk mengeksplorasi bagaimana agar stresor dapat diatasi dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryawan, P. K. D., & Diniari, N. K. S. (2020). Gambaran stresor dan koping stres dalam proses penyelesaian skripsi pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas Udayana tahun 2016. *Jurnal Medika Udayana*, 9(9), 87–92.
- Barus, M., Saragih, H., & Bakara, J. K. (2022). *Self-Efficacy Berhubungan Dengan Stres Mahasiswa*. 5(1), 53–63.
- Buerhaus, P. I. (2017). The Future of the Nursing Workforce in the United States: Data, Trends, and Implications. *Nursing Economics*.
- Carsita, W. N. (2018). Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Menyusun Skripsi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 6(2), 76. <https://doi.org/10.36973/jkih.v6i2.151>

- Duchscher, J. E. B. (2009). Transitioning from Student to RN: A Programmatic Approach. *Nursing Leadership*.
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 3(1), 40–45. <https://doi.org/10.33373/kop.v3i1.265>
- Hariaty, Elita, V., & Dilaluri, A. (2023). Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 11(1), 1–7.
- McGowan, J. (2016). Nursing: A Historical Perspective. *Journal of Nursing History*.
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic Stress Among College Students: Comparison of Student and Faculty Perceptions. *College Student Journal*.
- Neliwati. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Kajian Teori dan Praktek)*. Medan : Widya Puspita.
- Perry, R. P., Heidrich, D., & Hladkyj, S. (2013). The Role of Baccalaureate Academic Advising in Student Achievement: An Investigation of the Link Between Advising and Academic Success. *Journal of College Student Development*, 659–674.
- Rahmi, Y., & Marnola, I. (2020). Peningkatan Kemampuan Membaca Pemahaman Siswa Melalui Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading and Compotion (Circ). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 662–672. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.406>
- Safitri, A. D., Maftukhin, A., & Afandi, A. A. (2018). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Semester Akhir di Akademi Kesehatan Rejakwesi Bojonegoro. *Asuhan Kesehatan*, 8(2), 17–21.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : ALFABETA.