

## BAB 4

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan mengenai hasil penelitian yang telah dilaksanakan tanggal 05 April 2021 dengan metode pengisian kuisioner melalui google form. Hasil penelitian akan dibagi menjadi dua bagian, yaitu (1) data umum (2) data khusus. Dalam data umum menampilkan karakteristik mahasiswa yang meliputi usia, jenis kelamin, dan kelas. Sedangkan data khusus meliputi gambaran distress (stress, depresi, asietas) dan burnout, data tersebut disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi.

#### 1.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara online dengan metode pengisian kuisioner melalui google form yang telah disebarakan oleh peneliti dan akan diikuti oleh 134 mahasiswa sebagai responden dalam penelitian ini.

##### 1.1.1 Data Umum

Data umum hasil penelitian merupakan data tentang karakteristik responden menurut : jenis kelamin, usia, kelas

**Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian**

| No | Karakteristik responden | Frekuensi | %    |
|----|-------------------------|-----------|------|
| 1  | <b>Usia</b>             |           |      |
|    | 21 tahun                | 58        | 43.3 |
|    | 22 tahun                | 60        | 44.8 |
|    | 23 tahun                | 10        | 7.5  |
|    | 24 tahun                | 6         | 4.5  |

|   |                      |            |            |
|---|----------------------|------------|------------|
|   |                      | 134        | 100        |
| 2 | <b>Jenis Kelamin</b> |            |            |
|   | Laki- laki           | 20         | 14.9       |
|   | Perempuan            | 114        | 85.1       |
|   |                      | 134        | 100        |
| 3 | <b>Kelas</b>         |            |            |
|   | A                    | 26         | 19.4       |
|   | B                    | 28         | 20.9       |
|   | C                    | 27         | 20.1       |
|   | D                    | 27         | 20.1       |
|   | E                    | 26         | 19.4       |
|   |                      | 134        | 100        |
|   | <b>Jumlah</b>        | <b>134</b> | <b>100</b> |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui sebagian besar responden berusia 22 tahun dengan jumlah 60 responden (44.8%) dan sebagian kecil responden berumur 23 tahun dan 20 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 114 responden (85,1%) dan sebagian kecil berjenis kelamin laki- laki.

### 1.1.2 Data Khusus

#### 1. Gambaran tingkat ansietas pada mahasiswa

- a. Distribusi frekuensi kejadian ansietas pada mahasiswa

**Tabel 4.2 Tingkat ansietas mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi**

| No | Tingkat Ansietas | Frekuensi | %    |
|----|------------------|-----------|------|
| 1  | Normal           | 18        | 13.4 |
| 2  | Ringan           | 14        | 10.4 |
| 3  | Sedang           | 65        | 48.5 |

|               |              |     |      |
|---------------|--------------|-----|------|
| 4             | Berat        | 29  | 21.5 |
| 5             | Sangat berat | 8   | 6    |
| <b>Jumlah</b> |              | 134 | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa tingkat ansietas dengan frekuensi tertinggi yaitu tingkat ansietas sedang sebanyak 65 (48.5%) mahasiswa. Sedangkan yang mengalami ansietas berat sebanyak 29 (21.5%) mahasiswa dan sebagian kecil mengalami ansietas ringan sebanyak 14 (10.4%) mahasiswa dan ansietas normal sebanyak 18 (13,4%) mahasiswa.

- b. Distribusi frekuensi tingkat ansietas pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

**Tabel 4.3 Tingkat ansietas mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin**

| No.           | Jenis Kelamin | Tingkat Ansietas | Frekuensi | %    |
|---------------|---------------|------------------|-----------|------|
| 1             | Laki-laki     | Normal           | 2         | 10   |
|               |               | Ringan           | 2         | 10   |
|               |               | Sedang           | 4         | 20   |
|               |               | Berat            | 10        | 50   |
|               |               | Sangat berat     | 2         | 10   |
|               |               |                  | 20        | 100  |
| 2             | Perempuan     | Normal           | 16        | 14   |
|               |               | Ringan           | 12        | 10.5 |
|               |               | Sedang           | 61        | 53.5 |
|               |               | Berat            | 19        | 16.7 |
|               |               | Sangat berat     | 6         | 5.3  |
|               |               |                  | 114       | 100  |
| <b>Jumlah</b> |               |                  | 134       | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui pada jenis kelamin laki-laki frekuensi tertinggi yaitu ansietas berat sebanyak 10 (50%) mahasiswa dan

lainnya mengalami ansietas sedang 4 (20%) mahasiswa, ansietas ringan 2 (10%) mahasiswa dan ansietas normal 2 (10%) mahasiswa. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan diketahui bahwa frekuensi tertinggi yaitu ansietas sedang sebanyak 61 (53.5%) mahasiswa dan mahasiswa lainnya mengalami ansietas berat sebanyak 19 (16.7%) mahasiswa, ansietas normal 16 (14%) mahasiswa, ansietas ringan 12 (10.5%) mahasiswa dan 6 (5,3%) mahasiswa mengalami ansietas berat.

## 2. Gambaran tingkat stress pada mahasiswa

### a. Distribusi frekuensi tingkat stress pada mahasiswa

**Tabel 4.4 Tingkat stress mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi**

| No.           | Tingkat Stress | Frekuensi | %    |
|---------------|----------------|-----------|------|
| 1             | Normal         | 35        | 26.1 |
| 2             | Ringan         | 43        | 32.1 |
| 3             | Sedang         | 47        | 35.1 |
| 4             | Berat          | 9         | 6.7  |
| 5             | Sangat Berat   | 0         | 0    |
| <b>Jumlah</b> |                | 134       | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa tingkat stress dengan frekuensi tertinggi yaitu tingkat stress sedang sebanyak 47 (35.1%) mahasiswa. Sedangkan yang mengalami stress ringan sebanyak 43 (32.1%) mahasiswa dan sebagian kecil mengalami stress normal sebanyak 35 (26.1%) mahasiswa dan stress berat sebanyak 9 (6.7%) mahasiswa.

### b. Distribusi frekuensi tingkat stress pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

**Tabel 4.5 Tingkat stress mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin**

| No.           | Jenis Kelamin | Tingkat Stress | Frekuensi | %    |
|---------------|---------------|----------------|-----------|------|
| 1             | Laki-laki     | Normal         | 7         | 35   |
|               |               | Ringan         | 1         | 5    |
|               |               | Sedang         | 9         | 45   |
|               |               | Berat          | 3         | 15   |
|               |               | Sangat Berat   | 0         | 0    |
|               |               |                | 20        | 100  |
| 2             | Perempuan     | Normal         | 28        | 24.4 |
|               |               | Ringan         | 42        | 36.8 |
|               |               | Sedang         | 38        | 33.3 |
|               |               | Berat          | 6         | 5.3  |
|               |               | Sangat Berat   | 0         | 0    |
|               |               |                | 114       | 100  |
| <b>Jumlah</b> |               |                | 134       | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui pada jenis kelamin laki-laki frekuensi tertinggi yaitu stress sedang sebanyak 9 (45%) mahasiswa dan lainnya mengalami stress normal 7 (35%) mahasiswa, stress berat 3 (15%) mahasiswa dan stress ringan 1 (5%) mahasiswa. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan diketahui bahwa frekuensi tertinggi yaitu stress ringan sebanyak 42 (36,8%) mahasiswa dan mahasiswa lainnya mengalami stress sedang 38 (33.3%) mahasiswa, stress normal 28 (24.4%) mahasiswa, dan 6 (5,3%) mahasiswa mengalami stress berat.

### 3. Gambaran tingkat depresi pada mahasiswa

- a. Distribusi frekuensi tingkat depresi pada mahasiswa

**Tabel 4.6 Tingkat depresi mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi**

| No.           | Tingkat Depresi | Frekuensi | %    |
|---------------|-----------------|-----------|------|
| 1             | Normal          | 62        | 46.3 |
| 2             | Ringan          | 57        | 42.5 |
| 3             | Sedang          | 15        | 11.2 |
| 4             | Berat           | 0         | 0    |
| 5             | Sangat Berat    | 0         | 0    |
| <b>Jumlah</b> |                 | 134       | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.12 diketahui bahwa tingkat depresi dengan frekuensi tertinggi yaitu tingkat depresi normal sebanyak 62 (46.3%) mahasiswa. Sedangkan yang mengalami depresi ringan sebanyak 57 (42.5%) mahasiswa dan sebagian kecil mengalami depresi sedang sebanyak 15 (11.2%) mahasiswa.

- b. Distribusi frekuensi tingkat depresi pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

**Tabel 4.7 Tingkat depresi mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin**

| No. | Jenis Kelamin | Tingkat Depresi | Frekuensi | %    |
|-----|---------------|-----------------|-----------|------|
| 1   | Laki-laki     | Normal          | 11        | 55   |
|     |               | Ringan          | 6         | 30   |
|     |               | Sedang          | 3         | 15   |
|     |               | Berat           | 0         | 0    |
|     |               | Sangat Berat    | 0         | 0    |
|     |               |                 | 20        | 100  |
| 2   | Perempuan     | Normal          | 51        | 44.7 |
|     |               | Ringan          | 51        | 44.7 |
|     |               | Sedang          | 12        | 10.5 |
|     |               | Berat           | 0         | 0    |
|     |               | Sangat Berat    | 0         | 0    |
|     |               |                 | 114       | 100  |

|               |     |     |
|---------------|-----|-----|
| <b>Jumlah</b> | 134 | 100 |
|---------------|-----|-----|

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui pada jenis kelamin laki-laki frekuensi tertinggi yaitu depresi normal sebanyak 11 (55%) mahasiswa dan lainnya mengalami depresi ringan 6 (30%) mahasiswa, depresi sedang 3 (15%) mahasiswa. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan diketahui bahwa frekuensi tertinggi yaitu depresi ringan 51 (44.7%) dan depresi normal sebanyak 51 (44.7%) mahasiswa dan mahasiswa lainnya mengalami depresi sedang 12 (10.5%) mahasiswa.

#### 4. Gambaran tingkat burnout pada mahasiswa

- a. Distribusi frekuensi tingkat burnout pada mahasiswa

**Tabel 4.8 Tingkat burnout mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi**

| No.           | Tingkat Burnout | Frekuensi | %    |
|---------------|-----------------|-----------|------|
| 1             | Tidak Burnout   | 0         | 0    |
| 2             | Ringan          | 22        | 16.4 |
| 3             | Sedang          | 122       | 83.6 |
| 4             | Berat           | 0         | 0    |
|               |                 | 134       | 100  |
| <b>Jumlah</b> |                 | 134       | 100  |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.17 diketahui bahwa tingkat burnout dengan frekuensi tertinggi yaitu tingkat burnout sedang sebanyak 122 (83.6%) mahasiswa. Sedangkan yang mengalami burnout ringan sebanyak 22 (16.4%) mahasiswa.

- b. Distribusi frekuensi tingkat burnout pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin

**Tabel 4.9 Tingkat burnout mahasiswa STIKes Bina Sehat PPNI mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin**

| No.           | Jenis Kelamin | Tingkat Ansietas | Frekuensi | %   |
|---------------|---------------|------------------|-----------|-----|
| 1             | Laki-laki     | Tidak Burnout    | 0         | 30  |
|               |               | Ringan           | 6         | 70  |
|               |               | Sedang           | 14        | 100 |
|               |               | Berat            | 0         |     |
|               |               |                  | 20        |     |
| 2             | Perempuan     | Tidak Burnout    | 0         | 0   |
|               |               | Ringan           | 16        | 14  |
|               |               | Sedang           | 98        | 86  |
|               |               | Berat            | 0         | 0   |
|               |               |                  | 144       | 100 |
| <b>Jumlah</b> |               |                  | 134       | 100 |

*Sumber: Data Primer 2021*

Berdasarkan tabel 4.18 diketahui pada jenis kelamin laki-laki frekuensi tertinggi yaitu burnout sedang sebanyak 14 (70%) mahasiswa dan lainnya mengalami burnout ringan 6 (30%) mahasiswa. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan diketahui bahwa frekuensi tertinggi yaitu burnout sedang 98 (86%) dan burnout ringan sebanyak 16 (86%) mahasiswa.

## 1.2 Pembahasan

### 1. Gambaran Distress Psikologis Mahasiswa Mengerjakan Skripsi di STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto

Distress psikologis dalam penyusunan skripsi adalah tinggi rendahnya suatu keadaan penderitaan emosional mahasiswa yang ditandai dengan gejala stress, depresi dan gejala kecemasan ketika

sedang menyusun karya ilmiah yang menjadi persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kondisi distress psikologis yang memberikan pengaruh pada kondisi distress penyusunan skripsi pada mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan hampir semua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami kecemasan, sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 48.5%, sedikit saja yang mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 6%. Namun tidak semua mahasiswa mengalami hal tersebut karena ada juga mahasiswa yang memilih berfikir positif terkait pengerjaan skripsi dengan landasan bahwa mereka yakin tentang apa yang mahasiswa tulis dalam skripsi yang sedang dikerjakan. Dibuktikan dalam hasil penelitian bahwa sebanyak 10,4% mahasiswa mengalami ansietas ringan dan 13,4% mahasiswa mengalami ansietas dalam batas normal.

Gangguan kecemasan dianggap berasal dari suatu mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alamiah oleh makhluk hidup bila menghadapi sesuatu yang mengancam dan berbahaya. Kecemasan yang dialami dalam situasi semacam itu memberi isyarat kepada makhluk hidup agar melakukan tindakan mempertahankan diri untuk menghindari atau mengurangi bahaya atau ancaman (Anwar 2007) dalam (Syarifah, 2013)

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh (Syarifah, 2013) yang berjudul “Gambaran Tingkatan Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Saat Menghadapi Ujian Skill Lab Di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah” menyebutkan bahwa dari 47 responden 50.3% responden juga mengalami ansietas sedang. Ansietas atau kecemasan merupakan hasil dari proses biokimia dalam tubuh dan otak yang meningkatkan dan membutuhkan perhatian. Perubahan terjadi dalam respon terhadap situasi akademik, seperti menyelesaikan tugas-tugas kuliah, diskusi di kelas atau ketika ujian berlangsung. Adapun gejala-gejala kecemasan akademik yang dapat dibagi menjadi dua, yaitu berat dan ringan.

Pada kondisi stress hasil penelitian menunjukkan hampir semua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami stress, sebagian besar mengalami stress sedang yaitu sebanyak 35,1%, sedikit saja yang mengalami stress berat yaitu sebanyak 6,7%. Hal ini disebabkan oleh adanya kondisi fisik atau kesehatan, perilaku maupun sikap, minat mahasiswa terhadap skripsi, kecerdasan emosi mahasiswa, kecerdasan intelektual yang dimiliki oleh mahasiswa, dan kecerdasan spiritual yang dapat menyeimbangkan emosi dari diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, adanya kondisi situasi di sekitar mahasiswa juga dapat menjadi sebuah faktor yang dapat mempengaruhi kondisi stress

mahasiswa diantaranya tugas perkuliahan ditengah proses pengerjaan skripsi, lingkungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa, serta lingkungan fisik baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan kampus memiliki peran yang cukup besar juga terhadap tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa. Dalam hal ini mekanisme koping dalam diri mahasiswa sangat berperan dalam mengontrol kondisi stress yang dialami. Terbukti dengan hal bahwa sebanyak 32,1% mahasiswa mengalami stress ringan dan 26,1% mahasiswa dalam batas stress normal, sehingga dengan hasil tersebut dapat menggambarkan bahwa stress mahasiswa dapat dikontrol asalkan ada manajemen stress yang baik.

Pernyataan diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Aji, 2020) yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” menyatakan bahwasannya dari 76 mahasiswa 40,78% mengalami stres sedang. Stres sedang berlangsung lebih lama daripada stress ringan. Penyebab stres sedang yaitu situasi yang tidak terselesaikan dengan rekan, kondisi sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga. Ciri-ciri stres sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan (Rahmayani, Liza, & Syah, 2019). Tingkat stres dapat dipengaruhi oleh respons seseorang terhadap stres. Respons terhadap stres dikelompokkan

menjadi 4 bagian yaitu respons fisiologis, respons kognitif, respons emosi, serta respons tingkah laku. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan perbedaan tingkat stres seseorang adalah mekanisme koping. Mekanisme koping yang buruk dapat memperparah stres seseorang, begitupun sebaliknya. Jika seseorang bisa melawan stres yang ia rasakan dengan melakukan mekanisme koping yang benar, maka stres tersebut bisa berkurang bahkan bisa menghilang

Kondisi depresi dari hasil penelitian menunjukkan adanya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami depresi ringan dan depresi dengan batas normal dengan selisih prosentase yang tidak terlalu signifikan, yaitu pada depresi ringan sebanyak 42,5% dan pada mahasiswa dengan depresi dalam batas normal sebanyak 46,3% . Hal ini disebabkan oleh adanya ketegangan psikis yang mungkin saja dialami oleh mahasiswa, stress yang memburuk juga dapat mengakibatkan depresi pada mahasiswa dan hal ini bisa memburuk dan memunculkan isu kesehatan mental lain seperti, perfeksionisme dalam diri mahasiswa dan gangguan obsesif kompulsif yakni gangguan mental yang menyebabkan penderitanya merasa harus melakukan suatu tindakan secara berulang-ulang. Bila tidak dilakukan, maka individu tersebut akan diliputi kecemasan atau ketakutan. Hal tersebut bisa saja terjadi apabila stress terjadi secara berlarut-larut dan tidak ada tindakan dalam mengatasi stress yang merupakan sebuah tekanan dalam diri mahasiswa. Dampak

terburuk yang mungkin saja dilakukan mahasiswa yaitu tindakan bunuh diri karena kondisi depresi yang sudah memburuk dan coping dalam diri mahasiswa sudah tidak dapat dilakukan dengan baik.

Pernyataan diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Maulida, 2012) yang berjudul “Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana Yang Melakukan Konseling Di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia” yang menyebutkan bahwa dari 32 responden terdapat 15 mahasiswa dengan kondisi tingkat depresi normal. Teori Learned Helplessness menjelaskan bahwa depresi muncul akibat peristiwa menyakitkan yang tidak dapat dikontrol. Peristiwa yang menyakitkan tersebut diperoleh dari pengalaman hidup yang tidak menyenangkan dan trauma yang gagal dikontrol oleh individu. Kondisi seperti itu akan menghasilkan ketidakberdayaan yang memicu depresi. Kemudian ada teori hopelessness menjelaskan bahwa munculnya depresi berawal dari adanya peristiwa yang menyakitkan serta tekanan dalam dirinya. Selanjutnya akan muncul perasaan tidak ada harapan, tidak ada respon yang memungkinkan untuk mengatasi situasi dan perkiraan.

Berdasarkan kondisi distress psikologis terjadi pada mahasiswa mayoritas pada gangguan ansietas sedang mengacu pada frekuensi tertinggi dari keseluruhan klasifikasi dalam distress psikologis, hal ini disebabkan karena adanya rasa ketakutan atas

kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, tentang kurangnya pemahaman atas apa yang akan disusun dalam skripsi dan diimbangi juga oleh jadwal bimbingan dengan para dosen pembimbing.. Belum lagi perasaan cemas yang timbul akibat dari keigintahuan diri terhadap teman terkait revisi yang diberikan oleh dosen pembimbing yang sama, hal tersebut juga secara tidak langsung dapat meningkatkan rasa kecemasan yang akan dialami oleh mahasiswa sebelum melakukan bimbingan terkait skripsi yang sedang dikerjakan.

Sedangkan saat ditinjau dari jenis kelamin mayoritas yang mengalami ansietas sedang yaitu perempuan hal ini disebabkan oleh keterkaitan erat dengan tanda-tanda kelamin primer, sekunder, perlakuan orang tua dan masyarakat yang merupakan indikator jenis kelamin yang mempengaruhi tidak hanya secara fisik tapi juga secara psikologis, laki-laki dikenal lebih rasional, lebih memegang prinsipnya, cepat mengambil keputusan dan lebih menguasai, sementara perempuan cenderung kurang rasional, manja dan lebih mudah memahami perasaan orang lain, penakut, dan inferior.

Pada dasarnya masalah akademik menjadi masalah tertinggi bagi mahasiswa dikarenakan dari sudut pendidikan, kualitas SDM yang tinggi dapat dicerminkan dari tercapainya prestasi akademik yang tinggi. Tolak ukur dari prestasi akademik ialah IPK yang tinggi (Nugrasanti, 2006) dalam (Maulida, 2012). Mahasiswa yang tidak

dapat mencapai standar minimum IPK yang ditetapkan akan mengalami masalah akademik. Masalah akademik disebabkan karena adanya prokrastinasi akademik, yaitu perilaku mahasiswa menunda- menunda mengerjakan skripsi atau menyelesaikan tugas akademik. Perilaku menunda-nunda untuk memulai dan menyelesaikan skripsi, menunda untuk membaca bahan skripsi, malas bimbingan. Fenomena seperti itu seringkali juga terjadi pada mahasiswa. Fenomena tersebut mengakibatkan mahasiswa berada pada posisi yang kurang menguntungkan yang seakan dituntut karena sikap menunda-nunda sehingga skripsi tak kunjung selesai.

## **2. Gambaran Burnout Mahasiswa Mengerjakan Skripsi di STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto**

Burnout atau kelelahan akademik dapat didefinisikan sebagai reaksi emosional, fisik, dan mental yang negatif terhadap studi yang berkepanjangan yang mengakibatkan kelelahan, frustrasi, kurangnya motivasi dan penurunan kemampuan. Kondisi ini adalah puncak dari berminggu-minggu atau berbulan-bulan mempelajari materi yang sama atau mengerjakan proyek yang sama, atau dari tahun-tahun sekolah yang berkelanjutan.

Hasil penelitian menunjukkan semua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami burnout, sebagian besar mengalami burnout sedang yaitu sebanyak 83,6%, sedikit saja yang mengalami burnout ringan yaitu sebanyak 16,4%. Hal ini disebabkan

oleh adanya faktor individu dalam menanggapi setiap pekerjaan atau sebuah tuntutan, jenis kepribadian, dan organisasi yang mungkin saja dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun mental mahasiswa. Hal tersebut juga dapat berkaitan dengan kondisi stress dalam mengerjakan skripsi yang akan berdampak pada kondisi psikologis maupun fisiologis mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi.

Penyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Alimah & Swasti, 2018) yang berjudul “Gambaran Burnout pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto” menyatakan bahwa dari 156 mahasiswa terdapat 56.4% mahasiswa mengalami burnout sedang. Dari hasil yang didapatkan dapat menggambarkan dari mayoritas mahasiswa mengalami burnout sedang saat mengerjakan skripsi didukung oleh pernyataan yang dikemukakan oleh Pines dan Aranson bahwa “burnout akan membuat penderitanya merasa sangat kelelahan secara fisik dan emosional”. Sedangkan menurut Namora “burnout adalah keadaan seseorang yang ditandai dengan menurunnya produktivitas karena stres yang terus menerus”. Dari pernyataan tersebut apabila mahasiswa menjadikan skripsi sebagai sumber stress secara terus menerus dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami burnout dimana sindrom ini memang mempengaruhi kondisi fisik dan emosional individu

Sedangkan berdasarkan jenis kelamin mayoritas mahasiswa mengalami burnout sedang hal ini terjadi karena beberapa penelitian yang menyatakan bahwa wanita dapat mengalami burnout karena ekspresi emosional di dalam organisasi dilihat secara gender. Berdasarkan perspektif teoritis disebutkan bahwa hubungan interpersonal memainkan peran yang lebih besar untuk wanita dibandingkan pria. Studi empiris menunjukkan bahwa wanita memiliki lebih banyak tendensi yang didasarkan pada penghargaan diri sendiri dalam hubungan social, hal ini kelihatannya beralasan untuk mengharapkan bahwa wanita akan menemukan konflik interpersonal lebih berat dibandingkan pria. Dalam hal penyusunan skripsi, ditemui adanya perbedaan beban stress, yang dapat disebabkan oleh konflik interpersonal yang tidak lebih berat di antara mahasiswa laki-laki dan wanita yang akan memperburuk kondisi burnout.