

**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA
MASA PANDEMI COVID-19
DI STIKES BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

Alimatul Misbah Almuniroh¹, Dr. Hj. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns., M.Kes²,
Heri Triwibowo, S.Kep.Ns., M.Kes³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina Sehat Ppni Mojokerto

²Dosen Keperawatan Komunitas Stikes Bina Sehat Ppni Mojokerto

³Dosen Keperawatan Komunitas Stikes Bina Sehat Ppni Mojokerto

Email :

ABSTRAK

Pada saat menjadi mahasiswa tingkat akhir tantangan yang harus dialami adalah harus melakukan penulisan karya tulis dalam bentuk skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Strata 1 (S1) Namun, dalam penyelesaian penyusunan skripsi mahasiswa harus menghadapi berbagai kendala dan hambatan dalam menyusun skripsi, kesulitan mencari referensi dan kendala berasal dari luar diri Mahasiswa yaitu kondisi lingkungan pada waktu penyelesaian studi tersebut seperti kondisi hari ini adanya wabah virus Corona yang di sebut juga pandemi covid 19. Akibatnya, kesulitan dan hambatan yang dialami mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi ini menjadikan mahasiswa berada di bawah tekanan yang dapat memunculkan respon stress dalam pembelajaran dan menyelesaikan studi atau lebih di kenal dengan stres. Berdasarkan potensi terjadinya stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi perlu dilakukan survei untuk melihat gambaran tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi dimasa pandemi covid-19 di Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto, dengan jenis penelitian kuantitatif deskriptif serta menggunakan rumus Slovin untuk menentukan besar sampel dan ditemukan hasil sebanyak 67 responden. Stres mahasiswa diukur dengan menggunakan kuesioner *PSS 10*. Hasil penelitian menyatakan frekuensi tertinggi yaitu tingkat stres berat sebanyak 32 responden (47,8%).

Kata Kunci: tingkat stres, mahasiswa tingkat akhir, skripsi, covid-19, dampak covid-19

PENDAHULUAN

Pada saat menjadi mahasiswa tingkat akhir tantangan yang harus dialami adalah harus melakukan penulisan karya tulis dalam bentuk skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Strata 1 (S1) Keperawatan di STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto (LPPM, 2020). Sebagai tugas akhir skripsi di manfaatkan untuk menguji kemampuan akademik mahasiswa dalam melakukan penelitian terhadap permasalahan dan temuan di lapangan yang berhubungan dengan bidang keilmuan mahasiswa tersebut. Berbagai bentuk skripsi telah di lahirkan mahasiswa sebagai bentuk keseriusan mahasiswa dalam melakukan tugas akhir sebagai seorang mahasiswa. Namun, dalam penyelesaian penyusunan skripsi mahasiswa harus menghadapi berbagai kendala dan hambatan yaitu, kendala yang berasal dari dalam diri seperti timbul rasa malas, kesulitan merangkai kalimat dalam menyusun skripsi, kesulitan mencari referensi dan kendala berasal dari luar diri Mahasiswa yaitu kondisi lingkungan pada waktu penyelesaian studi tersebut seperti kondisi hari ini adanya wabah virus Corona yang di sebut juga pandemi covid 19 (Peni Ramanda, 2020).

Keberadaan wabah Virus Corona (Covid-19) yang terjadi di Indonesia sejak awal tahun 2020 menjadi tekanan tambahan bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsinya. Penutupan sementara kegiatan di area kampus yang bertujuan untuk mencegah meluasnya persebaran virus Covid-19 menuntut penyesuaian dari semua pihak.

Berdasarkan dari hasil penelitian tingkat stress mahasiswa yang menyusun skripsi di STIKES Yogyakarta dengan jumlah responden 27 mahasiswa di tahun akademik 2018/2019 didapatkan hasil penelitian tersebut tingkat stress responden berada pada kategori normal sebanyak

59,3%, kategori stres ringan sebesar 18,8%, kategori sedang 11,1%, kategori berat 7,4%, dan sisanya dalam kategori sangat berat (Rosyad, 2019). Kemudian dari hasil penelitian di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, tingkat stres akademik mahasiswa Program Bimbingan dan Konseling dalam penyusunan skripsi di kelas pandemi Covid-19 menunjukkan tingkat stres akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling termasuk dalam kategori tinggi yaitu 46,9%, tingkat stres akademik dalam menyusun skripsi berdasarkan faktor frustrasi, faktor konflik, faktor tekanan, faktor peluang, faktor pemaksaan diri, faktor psikologis, faktor emosional, faktor perilaku dan faktor kognitif. Dengan demikian pandemi COVID-19 berdampak signifikan terhadap proses belajar mengajar mahasiswa, khususnya dalam mengerjakan skripsi (Peni Ramanda, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti didapatkan dari bagian akademik sebanyak 201 mahasiswa yang menempuh skripsi dari angkatan 2017. Sepuluh mahasiswa yang diajukan pertanyaan mengenai hambatan selama menempuh skripsi menyebutkan bahwa 6 orang mengatakan malas, terlalu banyak tugas, manajemen waktu yang kurang dan jadwal kuliah yang padat sedangkan 4 orang lainnya mengatakan bahwa literatur susah, terlalu sering rapat, sibuk dengan organisasi, birokrasi surat yang lama, dan dosen yang susah ditemui. Hambatan-hambatan yang dialami selama skripsi sebanyak 6 orang merasakan tertekan atau stres, 2 orang merasa kewalahan dan seperti dikejar-kejar deadline, sedangkan 2 orang lainnya tidak merasakan tertekan..

Sesudah terjadi pandemi, ditemukan beberapa hambatan yang dialami mahasiswa dalam mengerjakan skripsi seperti kesulitan

berkomunikasi karena proses bimbingan dilakukan secara daring/*online*, kesulitan dalam pencarian literatur, pengambilan data dan proses ujian (Peni Ramanda, 2020). Stres yang dialami mahasiswa dapat mengganggu dan membahayakan mahasiswa tersebut, serta berdampak pada orang disekitarnya. Bahkan stress jangka panjang pada mahasiswa dapat menimbulkan kecemasan dan depresi, keinginan untuk bunuh diri, pola hidup yang buruk, gangguan pola tidur, sakit kepala, dan perasaan tidak berdaya (Karimah I, 2018).

Dampak stres yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulia Sosiady dan Ermansyah yang menunjukkan gejala fisik seperti tidur tidak teratur, kelelahan kronik, gejala ansietas disorder. Sedangkan gejala emosional yang ditunjukkan seperti berpikiran buruk serta gagal paham sehingga melemahkan kemampuan intelektual diantaranya kemampuan visual dan verbal (Mulia Sosiady, 2020).

Temuan di lapangan tentang kondisi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki berbagai permasalahan seperti semangat dan motivasi yang rendah dalam menyelesaikan skripsi, ketakutan untuk tidak dapat lulus tepat waktu, kesulitan mencari sampel penelitian, permasalahan yang terlihat susah di analisis, tidak mampu melakukan penelitian karena di rumah saja, kekurangan referensi, dan masalah lain yang merupakan hambatan dan kesulitan mahasiswa pada masa pandemi covid-19.

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi dimasa pandemi covid-19 di Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan peneliti adalah desain penelitian deskriptif kuantitatif.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto. Besar populasi terjangkau dalam penelitian sebanyak 201 mahasiswa.

Sampling dalam penelitian ini menggunakan *Probability Sampling*. Dalam penelitian ini besar sampel di tetapkan dengan menggunakan rumus Slovin. Adapun rumus Slovin adapun sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = nilai kritis (batas ketelitian) yang di inginkan (persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel populasi)

Dengan menggunakan nilai e sebesar 10% atau 0,1 maka hasil yang di dapat :

$$n = \frac{201}{1 + 201(0,1)^2}$$

n = 66,7 dibulatkan menjadi 67 responden

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi sejumlah 67 mahasiswa. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan kriteria-kriteria sebagai berikut:

1. Kriteria inklusi
 - 1) Mahasiswa S1 yang sedang menyelesaikan skripsi.
 - 2) Mahasiswa Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto
2. Kriteria eksklusi
 - 1) Mahasiswa selain dar prodi S1

- 2) Bukan mahasiswa dari Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Dalam penelitian ini terdapat 2 kuesioner . Kuesioner yang pertama yang terdiri dari data demografi responden yang terdiri dari nama dan jenis kelamin. Kemudian lembar kuesioner yang kedua menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS)

HASIL PENELITIAN

1. Distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa skripsi

Tabel Error! No text of specified style in document..1 Distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa skripsi

No	Tingkat Stres	Frekuensi	%
1	Ringan	4	6,0
2	Sedang	31	46,3
3	Berat	32	47,8
4	Total	67	100.0

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa tingkat stres mahasiswa yang sedang skripsi frekuensi tertinggi yaitu tingkat stres berat sebanyak 32 responden (47,8%). Sedangkan sebagian kecil mengalami stres ringan dengan jumlah 4 responden (6,0%).

PEMBAHASAN

1. **Gambaran Tingkat Stres mahasiswa skripsi di masa pandemic**

Berdasarkan pada tabel tingkat stres, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang sedang skripsi sebagian besar mengalami stres berat yaitu sebanyak 32 mahasiswa (47,8%). Hal ini disebabkan karena adanya kondisi fisik atau kesehatan, perilaku ataupun

sikap dalam menanggapi pengerjaan skripsi di masa pandemi Covid-19.

Stres merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang dipersepsikan sebagai sebuah ancaman atau tantangan yang perlu adanya penyelesaian, yang dapat menimbulkan akibat yang kurang menyenangkan, agar individu dapat menyesuaikan dengan tuntutan tersebut (Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, 2016). Stres yang muncul pada diri mahasiswa nampak dalam beberapa aspek dalam dirinya. Aspek fisik subyek mengeluhkan tidur tidak teratur, pusing kepala, makan tidak teratur dan kelelahan; aspek emosi yang dikeluhkan seperti gelisah, ketakutan, mudah marah, aspek kognitif misalnya mengeluhkan mudah lupa, mudah melakukan kesalahan, sulit menemukan ide, aspek interpersonal misalnya minder dan lebih suka menyendiri.

Namun banyak faktor yang dapat mengatasi dalam menyikapi stressor yang menyebabkan mahasiswa stres. Seperti halnya lingkungan dan dukungan orang terdekat serta mekanisme koping dalam diri mahasiswa sangat berperan dalam mengontrol kondisi stres yang dialami. Dibuktikan mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang hingga berat terbilang cukup banyak.

Berdasarkan hasil penelitian disebutkan yang mengalami stres sedang menunjukkan sebanyak 31 responden (46,3%) yang mengalami stres ringan sebanyak 4 responden (6,0%). Faktor eksternal yang mempengaruhi motivasi belajar salah satunya adalah tempat tinggal mahasiswa selama kuliah. Para orang

tua yang tinggal bersama mahasiswa lebih banyak memperhatikan lingkungan belajar mahasiswa serta kebutuhan akan sarana untuk belajar, sehingga proses belajar dapat berjalan lebih baik. Dibuktikan dengan berdasarkan hasil penelitian yang lebih banyak mengalami stres ringan hingga sedang yang bertempat tinggal di rumah yaitu berjumlah 11 responden (42,3%) untuk stres sedang dan 3 responden (11,5%) yang mengalami stres ringan.

Dukungan orang tua pun menjadi salah satu motivasi mahasiswa dalam mengatasi stres mengerjakan skripsi di masa pandemi ini.. Dukungan sosial teman sebaya adalah suatu pemberian bantuan atau dukungan yang diberikan teman sebaya yang dapat dirasakan individu (perceived support) disaat yang diperlukan, sehingga individu merasa dicintai dan dihargai oleh lingkungan sekitar (Taylor & Peplau, 2012).

SIMPULAN

Gambaran tingkat stres mahasiswa skripsi sebagian besar mengalami stres berat sejumlah 32 mahasiswa (47,8%), (%). Sedangkan sebagian kecil mengalami stres ringan dengan jumlah 4 responden (6,0%).

SARAN

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi evaluasi dalam melakukan penelitian selanjutnya, khususnya dalam metode penelitian, jumlah sampel, dan lokasi penelitian, sehingga dapat lebih bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan dan kesehatan. Kemudian peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberi solusi dalam manajemen stres, seperti guided imagery.

Khususnya pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sehingga tidak ada keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi.

2. Bagi Instansi Pendidikan

diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam melakukan evaluasi dan perubahan terhadap sistem penyusunan skripsi yang dilaksanakan pada era pandemi Covid-19

3. Bagi Mahasiswa

diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan agar mahasiswa lebih memperhatikan kondisi stres yang dialami selama sistem pembelajaran pada era pandemi COVID-19. Mahasiswa dengan kondisi tingkat stres berat dan sangat berat juga disarankan untuk melakukan konsultasi agar mahasiswa dapat beradaptasi dalam menghadapi situasi yang menyebabkan stress.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). THE DESCRIPTION OF STRES LEVELS IN COLLEGE STUDENT, 5(5), 40–47.
- Anggawati, F., Satwika, P. A., Kecil, O. L., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Maret, U. S. (2020). Karakteristik Hardiness Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Waktu Pengerjaan Skripsi. *Prosidingn Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XIII)*, (Temilnas Xii), 219–226.
- Anggraeni. (2012). Stres dan Coping dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Stikes Aisyiyah Yogyakarta.
- Aziz N A, M. (2017). Strategi Coping terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil dengan Riwayat Keguguran di Kehamilan Berikutnya.
- E. Andreou, E. C. Alexopoulos, C. Lionis,

- and L., & Varvogli. (2011). Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Greece. *Environ. Res. Public Hea*, 4.
- E, R. (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi Afirmasi terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.
- Faridah, R. A. (2006). Pengaruh Diskusi Kelompok untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi. *Jurnal Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 3, 50–62.
- Ismiati. (2015). Problematika dan Coping Stress Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Al-Bayan*.
- Karimah I, M. S. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 74. <https://doi.org/https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, A. A. (2016). *BUKU AJAR KEPERAWATAN KESEHATAN JIWA Teori dan Aplikasi Praktik Klinik*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka.
- LPPM. (2020). Buku panduan penyusunan skripsi. Mojokerto.
- Mulia Sosiady, E. (2020). ANALISIS DAMPAK STRES AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN TUGAS AKHIR (SKRIPSI) STUDI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI MANAJEMEN. *Jurnal El-Riyasah*, 11, 14–28.
- Negeri, T. K. K. D. (2020). PEDOMAN UMUM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 BAGI PEMERINTAH DAERAH PENCEGAHAN, PENGENDALIAN, DIAGNOSIS DAN MANAJEMEN. Jakarta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (5th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Peni Ramanda, D. D. S. (2020). STRES AKADEMIK MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI DIMASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal KOPASTA*, 94–100.
- Poerwowidagdo. (2016). *Model Institusimetrika untuk Perencanaan Pendidikan*. Surabaya: Hang Tuah University.
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019). Instrumen “ Perceive Stress Scale ” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat, 311–314.
- Retno Permatasari, Miftahul Arifin, R. P. (2020). STUDI DESKRIPTIF DAMPAK PSIKOLOGIS MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING UNIVERSITAS PGRI BANYUWANGI DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19, 2(1), 127–141.
- Rosyad, Y. S. (2019). TINGKAT STRES MAHASISWA SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YOGYAKARTA DALAM MENYUSUN SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2018/2019. *CAHAYA PENDIDIKAN*, 5(1), 56–64.
- Sadikin, A., Hamidah, A., Pinang, K., Ji, M., Ma, J., Km, B., ... Indonesia, P. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19 (Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 6(1), 214–224.
- Segerahayu. (2013). Pengaruh Manajemen Stres pada Narapidana di LPW Malang.
- Setiadi. (2013). Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (2nd ed.). Graha Ilmu.
- Shahsavarani A M, Azad E, M. A. & K. M. H. (2015). ‘Stress: Medical, Facts and Theories through Literature Review’. *International Journal of Reviews*, 230-

241.

- Sri Wahyuni, R. S. (n.d.). GAMBARAN STRESS MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM PENYUSUNAN KTI DITENGAH WABAH COVID 19.
- Sudarya, Wayan, Bagia, Wayan, S. (2014). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi.
- Swarjana, I. K. (2016). *Statistik Kesehatan* (1st ed.). Yogyakarta: ANDI.
- Triyana, M., T, Hardjajani., N.A, K. (2015). Hubungan antara Resiliensi dengan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Progam Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Tua, N., & Gaol, L. (2016). Teori Stres : Stimulus , Respons , dan Transaksional, *24*(1), 1–11.
<https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Wiryan, I. W. (2020). KEBIJAKAN PEMERINTAH DALAM PENANGANAN PANDEMI VIRUS CORONA DISEASE 2019 (COVID-19) DI INDONESIA. *Prosiding Seminar Nasional Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati Denpasar, 2019*(6), 179–188.