BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gamabaran Umum Lokasi Penelitian

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta terletak di Daerah Istimewa Yogyakarta, Sleman, Gamping, Ambarketawang, Ring Road Barat. Pada tanggal 26 Februari 2018, Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan Stimik Jenderal Achmad Yani Yogyakarta resmi bergabung menjadi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Keputusan penggabungan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan Stimik Achmad Yani Yogyakarta dilakukan pada 2018 dengan persetujuan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Republik Indonesia (Permenristekdikti) Nomor 166/KKP/I/2018.

Program sarjana keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta merupakan bagian dari Fakultas Kesehatan (FKES). Program studi ini berdiri pada tanggal 15 Juni 2006. Program studi yang didukung oleh tenaga pendidik yang berkualitas merupakan program studi terbaru dan terakreditasi oleh Lembaga Akreditasi Mandiri Pendidikan Tinggi Kesehatan Indonesia (LAM-PTKes) dengan akreditasi B mulai tahun 2018.

Visi program sarjana keperawatan di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta adalah menjadi program sarjana yang menghasilkan perawat berprestasi di bidang pelayanan kesehatan primer.

FKES Unjaya juga memiliki program-program yang dapat membantu mahasiswa dalam menempuh pendidikan di Unjaya antara lain: Career Canter, fasilitas kampus yang memadahi, Organisasi Mahasiswa, Layanan konseling, Agenda kemahasiswaan, Pengabdian Masyarakat dan Ikatan Alumni Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Salah satu program yang dapat membantu mahasiswa meyelesaikan permasalahan

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

yang dimiliki oleh Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yaitu Layanan Unit Konseling Unjaya.

Layanan Unit Konseling Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Unjaya) diperuntukkan bagi mahasiswa unjaya yang sedang mengalami masalah akademik, non akademik, atau lainnya. Bagi Mahasiswa bisa mendapatkan konseling dengan para ahli dengan cara yang mudah berdasarkan tingkat permasalahan yang ada pada mahasiswa. Layanan unit konseling dilakukan dengan rekomendasi dari Dosen Pembimbing Akademik yang berperan sebagai salah satu tempat konseling pertama bagi mahasiswa.

2. Hasil Analsisis Univariat

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi dengan total 110 responden. Pengumpulan data primer dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung kepada responden. Hasil analisis univariat meliputi karakteristik responden, *self disclosure* dan tingkat stres yang ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi dan persentase sebagai berikut:

a. Data Karakteristik Responden

Deskripsi hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan status tempat tinggal ditampilkan dalam Tabel 4.1.

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Mean±SD
1.	Usia			
	Remaja akhir (17-25 Tahun)	110	100	**22,04 ± 0,64**
2.	Jenis Kelamin			
	Laki-laki	21	19,1	
	Perempuan	89	80,9	
3.	Status Tempat Tinggal			
	Keluarga/Orangtua	29	26,4	
	Kost/sendiri	81	73,6	
	Total	**110**	**100**	

Sumber: Data Primer, 2022

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia secara keseluruhan adalah remaja akhir dengan rentang usia 17-25 tahun (100%) dengan rata-rata usia responden adalah 22,04 tahun, jenis kelamin responden didominasi oleh perempuan sebanyak 89 orang (80,9%) dan status tempat tinggal responden mayoritas kost/sendiri yaitu sebanyak 81 orang (73,6%).

b. Distribusi Tingkat Pengungkapan Diri Mahasiswa Tingkat Akhir PSIK Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Deskripsi hasil penelitian terhadap varibel *Self Disclosure* mahasiswa Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi ditampilkan dalam Tabel 4.2.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Self Disclosure Mahasiswa di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Self Disclosure	**Frekuensi (f)**	**Presentase (%)**
Sangat Tinggi	16	14,5
Tinggi	29	26,4
Sedang	45	40,9
Rendah	14	12,7
Sangat Rendah	6	5,5
Total	**110**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.2 menunjukan bahwa dari 110 responden, didapatkan sebagian besar responden memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 45 orang (40,9%) dan sebagian kecil dari responden memiliki *self disclosure* sangat rendah sebanyak 6 orang (5,5%).

c. Distribusi Tingakat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir PSIK Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Deskripsi hasil penelitian pada varibel tingkat stres pada mahasiswa Keperawatan yang sedang menysun skripsi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilkan dalam Tabel 4.3.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	19	17,3
Sedang	69	62,7
Berat	22	20,0
Total	**110**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 110 responden, didapatkan tingkat stress mahasiswa terbanyak yaitu dalam kategori level sters sedang dengan jumlah 69 orang (62,7%) dan paling sedikit mahasiswa dengan tingkat stress ringan sejumlah 19 orang (17,3%).

3. Tabulasi silang

a. Tabulasi silang karakteristik usia dengan *self disclosure*

Hasil tabulasi silang usia dengan *self disclosure* pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam dalam Tabel 4.4:

Tabel 4. 4 Tabulasi Silang Usia dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Usia	*Self Disclosure*											
	Sangat tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat rendah		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
21 Tahun	6	5,5	7	6,4	10	9,1	0	0,0	0	0,0	23	20,9
22 Tahun	9	8,2	19	17,3	24	21,8	10	9,1	4	3,6	66	60,0
23 Tahun	1	0,9	3	2,7	8	7,3	0	0,0	1	0,9	13	11,8
24 Tahun	0	0,0	0	0,0	3	2,7	4	3,6	1	0,9	8	7,3
Total	**16**	**14,5**	**29**	**26,4**	**45**	**40,9**	**14**	**12,7**	**6**	**5,5**	**110**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa karakteristik usia responden terbanyak 22 tahun memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 24 orang (21,8%) yang diikuti *self disclosure* tinggi sebanyak 19 orang (17,3%). Hal yang sama dengan responden yang berusia 21 tahun sebagian besar memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 10 orang (9,1%) yang diikuiti dengan *self disclosure* tinggi sebanyak 7 orang (6,4%). Responden yang berusia 23 tahun sebagian besar memiliki *self*

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

disclosure sedang sebanyak 8 orang (7,3%) yang diikuti dengan *self disclosure* tinggi sebanyak 3 orang (2,7%). Hal yang berbeda pada responden yang berusia 24 tahun diketahui sebagian besar memiliki *self disclosure* rendah sebanyak 4 orang (3,6%).

b. Tabulasi silang karakteristik jenis kelamin dengan *self disclosure*

Hasil analsis karakteristik jenis kelamin dengan *self disclosure* pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam dalam Tabel 4.5:

Tabel 4. 5 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Jenis Kelamin	*Self Disclosure*											
	Sangat tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat rendah		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	1	4,8	4	19,0	9	42,9	7	33,3	0	0,0	21	100
Perempuan	15	16,9	25	28,1	36	40,4	7	7,9	6	6,7	89	100
Total	**16**	**14,5**	**29**	**26,4**	**45**	**40,9**	**14**	**12,7**	**6**	**5,5**	**110**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.5 menunjukkkan bahwa dari 89 orang (100%) yang berjenis kelamin perempuan diketahui sebagian besar memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 36 orang (40,4%) yang diikuti dengan *self disclosure* tinggi sebanyak 25 orang (28,1%). Sedangkan dari 21 orang (100%) yang berjenis kelamin laki-laki diketahui bahwa sebagian besar memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 9 orang (42,9%) yang diikuti dengan *self disclosure* rendah sebanyak 7 orang (33,3%).

c. Tabulasi silang karakteristik status tempat tinggal dengan *self disclosure*

Hasil analsis tabulasi silang karakteristik status tempat tinggal dengan *self disclosure* pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam dalam Tabel 4.6:

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Tabel 4. 6 Tabulasi Silang Status Tempat Tinggal dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tempat Tinggal	*Self Disclosure*											
	Sangat tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat rendah		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Keluarga / orang tua	3	2,7	8	7,3	11	10,0	5	4,5	2	1,8	29	26,4
Kost/sendiri	13	11,8	21	19,1	34	30,9	9	8,2	4	3,6	81	73,6
Total	**16**	**14,5**	**29**	**26,4**	**45**	**40,9**	**14**	**12,7**	**6**	**5,5**	**110**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Table 4.6 menunjukkan bahwa reponden responden dengan status tempat tinggal Kost/sendiri memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 34 orang (30,9%) yang diikuti dengan *self disclosure* tinggi sebanyak 21 orang (19,1%). Begitupula dengan responden yang tinggal bersama dengan keluarga/orang tua sebagian besar *self disclosure* sedang sebanyak 11 orang (10%) yang diikui dengan *self disclosure* tinggi sebanyak 8 orang (7,3%).

d. Tabulasi silang karakteristik usia dengan tingkat stress

Hasil analsis tabulasi silang karakteristik usia dengan tingkat stress pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam dalam Tabel 4.7:

Tabel 4. 7 Tabulasi Silang Usia dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Usia	Tingkat Stres							
	Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
21 Tahun	4	2,6	18	16,4	1	0,9	23	20,9
22 Tahun	15	13,6	34	30,9	17	15,5	66	60,0
23 Tahun	0	0,0	11	10,0	2	1,8	13	11,8
24 Tahun	0	0,0	6	5,5	2	1,8	8	7,3
Total	**19**	**17,3**	**69**	**62,7**	**22**	**20,0**	**110**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa responden yang berusia 22 tahun sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 34 orang

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

(30,9%) diikuti level stress berat sebanyak 17 orang (15,5%). Hal yang sama dengan responden berusia 21 tahun, diketahui sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 18 orang (16,4%) diikuti level stress ringan sebanyak 4 orang (2,6%). Sedangkan responden berusia 23 tahun sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 11 orang (10%) diikuti level stress berat sebanyak 2 orang (1,8%). Hal yang sama pula dengan responden yang berusia 24 tahun sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 6 orang (5,5%) diikuti level stress berat seanyak 2 orang (1,8%).

e. Tabulasi silang karakteristik jenis kelamin dengan tingkat stress

Hasil tabulasi silang karakteristik jenis kelamin dengan tingkat stress pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam dalam Tabel 4.8:

Tabel 4. 8 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Jenis Kelamin	Tingkat Stres							
	Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	1	0,9	14	12,7	6	5,5	21	19,1
Perempuan	18	16,4	55	50,0	16	14,5	89	80,9
Total	**19**	**17,3**	**69**	**62,7**	**22**	**20,0**	**110**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2022

Table 4.8 menunjukkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 55 orang (50%) dan frekuensi terendah level stress berat sebanyak 16 orang (14,5%). Begitu pula responden dengan jenis kelamin laki-laki juga memiliki leve stress sedang sebanyak 14 orang (12,7%) dan frekuensi terendah memiliki level stress ringan rendah sebanyak 1 orang (0,9%).

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

f. Tabulasi silang karakteristik status tempat tinggal dengan tingkat stress

Hasil tabulasi silang status tempat tinggal dengan tingkat stress mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam Tabel 4.9:

Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Status Tempat Tinggal dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Status Tempat Tinggal	Tingkat Stres							
	Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Keluarga/orang tua	7	6,4	15	13,6	7	6,4	29	26,4
Kost/sendiri	12	10,9	54	49,1	15	13,6	81	73,6
Total	**19**	**17,3**	**69**	**62,7**	**22**	**20,0**	**110**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2022

Table 4.9 menunjukkan bahwa responden yang berstatus tempat tinggal kost/sendiri memiliki level stress sedang sebanyak 54 orang (49,1%) dan frekuensi terendah adalah level stress ringan sebanyak 12 orang (10,9%). Begitupula dengan responden yang tinggal bersama dengan keluarga/orang tua sebagian besar memiliki level stress sedang sebanyak 15 orang (13,6%) dan frekuensi terendah level stress berat sebanyak 7 orang (6,4%).

g. Tabulasi silang *self disclosure* dengan tingkat stress

Hasil analsis tabulasi silang *self disclosure* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilakan dalam Tabel 4.10:

Tabel 4. 10 Tabulasi Silang Self Disclosure Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Self Disclosure	Tingkat Stres							
	Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Sangat Tinggi	8	7,3	7	6,4	0	0,0	15	13,6
Tinggi	7	6,4	19	17,3	4	2,6	30	27,3
Sedang	3	2,7	36	32,7	6	5,5	45	40,9
Rendah	1	0,9	6	5,5	7	6,4	14	12,7
Sangat Rendah	0	0,0	1	0,9	5	4,5	6	5,5

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

Total	**19**	**17,3**	**69**	**62,7**	**22**	**20,0**	**110**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.10 diketahui bahwa mahasiswa dengan *self disclosure* sangat tinggi sebagian besar memiliki level stres ringan sebanyak 8 orang (7,3%). Sementara pada mahsiswa dengan *self disclosure* yang tinggi mayoritas memiliki level stres sedang sebanyak 19 orang (17,3%) dan begitu pula pada mahasiswa dengan *self disclosure* yang sedang mayoritas juga memiliki level stres sedang sebanyak 36 orang (32,7%). Hal yang berbeda pada mahasiswa dengan *self disclosure* yang rendah lebih banyak memiliki level stres yang berat sebanyak 7 orang (6,4%) dan hal yang sama pula pada mahasiswa dengan *self disclosure* yang sangat rendah mayoritas memiliki level stres berat sebanyak 5 orang (4,5%). Terlihat level stress memburuk seiring dengan menurunnya *self disclosure* mahasiswa.

4. Hasil Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *kendall's tau* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ditampilkan dalam Tabel 4.11.

Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Hubungan Self Disclosure Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

	Kendall's Tau	**Tingkat Stres**
Self Disclosure	Correlation Coefficient	-0,214**
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	110

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.11 diketahui hasil perhitungan statistik menggunakan uji *kendall's tau* diperoleh *p-valuue* sebesar 0,001 (p<0,05) yang artinya bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *self disclosure* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Keeratan hubungan atau *Correlation Coefficient* kedua variabel sebesar 0,214 dengan arah

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

hubungan negatif, yaitu mengartikan hubungan yang rendah karena berada dalam rentang 0,20 - 0,399. Sementara arah hubungan yang negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi *self disclosure* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi maka semakin rendah tingkat stress yang dimiliki oleh mahasiswa.

B. Pembahasan

1. Tingkat Pengungkapan Diri (*Self Disclosure)* pada mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi

Hasil penelitian menunjukan bahwa *self disclosure* mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi sebagian besar memiliki *self disclosure* dengan tingkat sedang sebanyak 45 orang (40,9%). *Self disclosure* dengan kategori sedang mengindikasikan bahwa belum sepenuhnya mahasiswa memiliki keterbukaan diri kapada orang lain. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arifin (2021) menunjukkan bahwa dari jumlah responden sebanyak 104 orang memperoleh nilai rata-rat *self disclosure* sebesar 114,15 yang disimpulakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *self disclosure* pada kategori sedang. Ditemukan *self disclosure* sedang karena tidak semua orang yang memiliki karakteristik keterbukaan kepada orang disekelililingnya, termasuk didalamnya keterbukaan dalam hal tugas skripsi.

Perbedaan *self disclosure* pada penelitin ini dimungkinkan karena usia mahasiswa yang sudah beranjak dewasa, dimana usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *self disclosure*. Berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan secara keseluruhan usia responden berada dalam rentang 17-25 tahun (100%) dengan rata-rata usia responden adalah 22 tahun memiliki *self disclosure* sedang. Usia tersebut termasuk kedalam kategori remaja akhir atau dewasa awal (Depkes RI, 2009), berdasarkan perkembangan emosi pada usia ini lebih matang, memungkinkan responden untuk lebih dewasa dalam menghadapi situasi apapun, sehingga

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

tidak perlu lagi melampiaskan atau berbagi masalah utama dengan orang lain. Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden dengan usia 22 tahun terdapat sebesar (3,6%) memiliki *self disclosure* sangat rendah. Hal ini terlihat pada jawaban terendah item keusioner "saya kurang suka menceritakan perasaan sedih saya kepada orang lain". Hal tersebut mengindikaikan bahwa responden sudah kurang berminat untuk menceritakan kesedihannya kepada orang lain karena menurutnya merupakan hal yang tidak penting. Hal ini didukung oleh pernyataan Astuti & Endah (2014) yang menyebutkan masa remaja akhir atau dewasa awal merupakan saat dimana individu menyesuaikan diri pada pola kehidupan yang baru serta harapan-harapan sosial baru yang berbeda dengan tahap perkembangan sebelumnya seperti sering bercerita atau curhat masalahnya kepada teman-temannya.

Self disclosure sedang dapat pula dipengaruhi oleh jenis kelamin. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa karakteristik jenis kelamin perempuan sebagian besar memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 36 orang (40,4%) dan sebesar (6,7%) memiliki *self disclosure* sangat rendah. Berdasarkan hasil analisis jawaban terendah pada item pernyataan dikuesioner terdapat pada "Saya membatasi pengungkapan informasi mengenai diri saya sendiri". Hal tersebut mengindikasikan bahwa pengungkapan diri dibatasi karena menurutnya tidak semua masalah yang dihadapi harus diceritakan kepada orang lain. Hal ini juga berkaitan dengan risiko yang akan diterima jika tidak membatasi hal-hal yang diceritakan. Hal ini didukung oleh Nugroho et al., (2016) yang menyatakan perempuan yang memiliki *self disclosure* rendah karena membatasi dirinya untuk bercerita. Hal tersebut karena disebabkan oleh adanyan pikiran khwatair untuk membuka diri kepada orang lain berkaitan tentang resiko yang diterimanya, seperti ketika orang lain mengetahui kelemahan seseorang. Hambatan dalam mengungkapkan diri juga berhubungan dengan perasaan aman dan percaya pada diri sendiri. Rasa aman akan tercapai bila seseorang percaya dan memiliki pikiran

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

positif bahwa orang lain tidak akan merendahkan dirinya setelah mengetahui keadaan yang sebenarnya.

Begitu pula dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki juga memiliki *self disclosure* sedang sebanyak 9 orang (42,9%) dan terdapat sebesar (4,8%) memiliki *self disclosure* sangat tinggi. Jenis kelamin laki-laki yang memiliki *self disclosure* sangat tinggi tersebut terlihat pada jawaban item kuesioner tertinggi pada "Saya terbiasa memberitahukan masalah yang saya alami". Hal tersebut mengindikasikan bahwa responden memiliki sifat yang terbuka terhadap orang lain yang sudah memiliki keakraban dengan dirinya. Hal ini didukung oleh (Prawesti & Dewi, 2017) menyebutkan bahwa *self disclosure* dipengaruhi oleh keakraban antar individu, dimana semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka akan semakin terbuka kepada orang tersebut.

Namun demikian, secara umumnya hasil penelitian ini menunjukkan jenis kelamin antara perempuan dengan laki-laki memiliki perbedaan *self disclosure*, dimana *self disclosure* laki-laki lebih rendah dibandingkan dengan perempuan. Hal ini terlihat dari analisis tabulasi silang diketahui bahwa sebagian besar responden yang tidak terbuka yaitu berasal dari jenis kelamin laki-laki. Hal yang membedakanya karena jenis kelamin perempuan bisanya lebih senang curhat dengan teman sekelilingnya dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sesuai dengan yang disebutkan Masur (Masur, 2019) bahwa pria pada umumnya merasa lebih malu saat mengungkapkan perasaan atau informasi pribadinya dibandingkan wanita. Cozby dalam Putra (Putra, 2020) juga menjelaskan bahwa terdapat perbedaan nilai keintiman antara subjek pria dan wanita. Kedalaman akan perasaan kedekatan didalam penelitiannya membandingkan keterbukaan diri dengan orang-orang yang dianggap penting dalam kehidupan individu seperti ayah, ibu, teman pria, dan teman wanita.

Perbedaan *self-disclosure* tidak terlepas dari beberapa faktor lain seperti perbedaan budaya antar mahasiswa. Perbedaan budaya

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

dilingkungan kampus Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sangat bervariasi yang terlihat dari persebaran mahasiswa di kampus tersebut yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia dengan latar belakang budaya yang beragam. Perbedaan budaya ini juga terlihat dari status tempat tinggal mahasiswa yang berbeda-beda. Hasil penelitian ini diketahui bahwa mayoritas responden bersetatus tempat tinggal di kost/sendiri (73,6%) yang mengindikasikan bahwa mahasiswa berasal dari luar daerah Yoyakarta. Hasil tabulasi silang diketahui responden yang tinggal kost/sendiri memiliki *self disclosure* sedang (30,9%) dan terdapat sebesar (3,6%) memiliki *self disclosure* sangat rendah. Hal ini terlihat pada jawaban item keusioner terndah terdapat pada "Saya biasa meminta bantuan teman apabila tidak dapat menyelesaikan suatu permasalahan". Artinya bahwa ketika responden dengan status tempat tinggal kost/sendiri membutuhkan bantuan kepada teman atau orang lain mengalami kesulitan. Hal ini didukungn oleh penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa keterbukaan diri mahasiswa perantauan lebih cendrung mengalami kesulitan ketika membutuhkan bantuan. Selain itu, teman dari kampus dan teman dari tempat tinggal biasanya berasal dari latar belakang yang berbeda. Ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru menyebabkan pengungkapan diri yang rendah (Boentoro & Murwani, 2018).

Perbedaan *self disclosure* antara mahasiswa yang tinggal bersama orang tua dengan yang tinggal sendiri terlihat pada hasil tabulasi silang menunjukkan responden yang tinggal bersama dengan keluarga/orang tua sebagian besar *self disclosure* sedang (10%).Walaupun memiliki persamaan *self-disclosure* dengan kategori sedang, namun responden yang tinggal bersama keluarga/orang tua banyak pula yang memiliki *self disclosure* tinggi (7,3%) dan sangat tinggi (2,7%). Artinya bahwa mahasiswa yang tinggal bersama keluarga seperti tinggal bersama orang tuanya lebih cenderung memiliki *self-disclosure* lebih tinggi. Hal ini terlihat pada responden yang tinggal bersama keluarag/orang tua diketahui

PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

jawaban tertinggi pada item kuesioner terdapat pada “Jika kondisi fisik saya sedang tidak sehat, saya memberitahukannya pada orang lain”. Artinya bahwa ketika responden mengalami keluhan kondisi fisik maka akan lebih cepat meminta bantuan dengan orang tua atau keuarganya dibanding dengan responden yang tinggal sendiri. Perbedaan tingkat *self-disclosure* berdasarkan status tempat tinggal ini ditunjukan oleh Boentoro & Murwani (2018) dimana terdapat perbedaan tingkat *self disclosure* mahasiswa yang status tempat tinggalnya kost/kontrakan dengan mahasiswa yang tinggal bersama keluarganya di lingkungan Universitas Multimedia Nusantara.

Self disclosure sedang pada responden dalam penelitian ini juga terlihat pula dari jawaban tertinggi terdapat pada aspek *amount* (jumlah/frekuensi) yang menunjukkan bahwa mahasiswa/i masih merasa sering bercerita namun yang disampaikan hanya sebatas cerita saja tanpa disertai kedalaman atau penilaian (valensi) terhadap isi dari *self disclosure*. Pengungkapan diri yang dilakukan hanya sekedar cerita, karena mereka bertemu secara kebetulan tanpa niat untuk memahami dan memecahkan masalah. Sehingga aspek tujuan dan maksud yang menjadi salah satu aspek dalam tercapainya *self disclosure* tidak tercapai. Penting untuk mempertimbangkan tujuan dan maksud pengungkapan diri karena mengukur informasi yang perlu dibagikan untuk memenuhi tujuan pengungkapan diri. Hal ini disumpulkan bahwa mahasiswa/i yang sedang menysusun skripsi hanya bercerita tanpa mengutamakan *self disclosure* lainnya seperti kejujuran, keakraban, tujuan dan maksudnya. Artinya responden hanya mengobrol untuk meredakan perasaan dan tidak memiliki nilai penting di dalamnya.

Tidak hanya itu, hal yang memungkinkan mahasiswa/i memiliki *self disclosure* sedang juga karena sudah tidak aktif setiap hari untuk berangkat kekampus, mengingat adanya perbedaan individu dalam hal waktu konsultasi, maka kesempatan untuk bertemu dan berbincang dengan teman semakin kecil. Beberapa responden yang peneliti amati

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

mengungkapkan perasaan dan masalahnya hanya melalui media sosial. Hal ini didukung oleh penelitian Gamayanti et al., (2018) yang menyatakan bahwa pengungkapan diri seorang mahasiswa tingkat akhir berada pada ketegori sedang karena sebagaian mahasiswa saling mengungkapkan hambatannya yang terjadi secara tidak sengaja ketika mereka bertemu saat bimbingan dengan mahasiswa lain yang juga sedang bimbingan dengan dosen pembimbing yang berbeda. Biasanya itu hanya cerita sederhana tanpa ada unsur kedalaman atau hubungan di antara mereka.

Self disclosure atau keterbukaan diri merupakan komunikasi yang disengaja tentang informasi tentang diri sendiri, secara lisan atau dalam bentuk tertulis kepada orang lain atau sekelompok orang (Masur, 2019). Selain itu, *Self disclosure* juga merupakan pengungkapan informasi pribadi dan rahasia tentang diri seseorang kepada individu yang ditargetkan, bagian penting dari pengembangan, dan pemeliharaan persahabatan dengan mengungkapkan informasi pribadi dan mendalam tentang diri seseorang, sehingga seseorang dapat berkontribusi pada perasaan kedekatan, dan keintiman dengan teman (Green, T., Wilhelmsen, T., Wilmots, E., Dodd, B., & Quinn, 2016).

2. Tingkat stres pada mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress mahasiswa keparawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta sebagian besar pada level sters sedang dengan jumlah 69 orang (62,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putra (2020) yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tingkat stres studinya memiliki tingkat stres sedang atau 228 (66,86%). Penelitian ini tidak jauh berbeda secara signifikan dengan penelitian Aulia & Panjaitan (2019) yang dilakukan pada 108 mahasiswa keperawatan FIK UI yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

stres sedang sebanyak 77 responden (71,3%), 16 responden (14,8%) mengalami stres berat dan 15 responden (13,9%) mengalami stres ringan.

Tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menysun skripsi ditinjau dari usia menunjukan bahwa karakteristik usia 17-25 tahun (100%) dengan rata-rata usia responden adalah 22,04 tahun sebagian besar mengalami tingkat stress sedang (62,7%). Usia 22,04 tahun merupakan kelompok usia remaja akhir atau dewasa awal. Disetiap tahapan usia memiliki tugas perkembangan yang harus diselsaikan, tidak terkecuali usia dewasa awal. Hal ini dijelaskan oleh Papalia & Feldman, (2014) menyebutkan bahwa melanjutkan pendidikan tinggi adalah salah satu hal yang dipilih atau dilakukan oleh individu dewasa awal. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Zakiyah (2017) mengemukakan bahwa seseorang melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi merupakan salah satu upaya yang dilakukan sebagai individu usia dewasa untuk mencapai tugas perkembangannya.

Responden dengan usia 22 tahun dalam penelitian ini juga banyak yang mengalami level stress berat (15,5%). Hal ini terlihat pada jawaban pada frekuensi jawaban responden yang paling tinggi adalah “ketakutan akan kegagalan dalam mata kuliah/pembelajaran” mengenai tugas akhir yang sedang mahasiswa tempuh. Rasa ketakutan gagal untuk menyelsaikan tugas akhir yang dialami oleh responden dapat membuatnya menjadi semakin tertekan dan banyak pikirian, sehinggga hal inilah yang memungkinkan mahasiswa mengalami stres. Sedangkan untuk frekuensi terrendah terdapat pada pernyataan “ketersediaan waktu untuk rekreasi”, dimana hal tersebut mengindikasikan bahwa melakukan rekreasi pada tahap usia tersebut sudah bukan merupakan hal yang penting lagi terlebih bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Stuart (2016) mengemukakan bahwa usia mempengaruhi individu dalam menghadapi stressor, variasi pada sumber dukungan, dan kemampuan koping. Namun walaupun usia merupakan salah satu karakteristik individu yang dapat mempengaruhi koping, usia tidak dapat bekerja sendiri dalam

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

mempengaruhi koping tersebut, melainkan berinteraksi dengan karakteristik individu yang lain, sehingga usia terkadang tidak menjadi *predictor* yang baik dalam menilai koping individu.

Selain dilihat dari usia, tingkat stress juga ditinjau dari karakteristik jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan memiliki level stress sedang (50%). Begitu pula responden dengan jenis kelamin laki-laki juga memiliki leve stress sedang (12,7%). Artinya bahwa jenis kelamin antara laki-laki dengan perempuan tidak memiliki perbedaan tingkat stress karena memiliki kategori stress yang sama. Namun selama proses pendidikan berjalan, perempuan memiliki kesempatan lebih besar untuk mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Zakiyah (Zakiyah, 2017) menyebutkan bahwa mahasiswa keperawatan sebagain besar didominasi oleh perempuan (78%). Mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mendapatkan stressor selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini didukung oleh Stuart (Stuart, 2016) menyebutkan bahwa stressor dialami oleh laki-laki 7%-12% dan sebesar 20%-30% dialami oleh perempuan, dan rata-rata stressor pada perempuan dialami oleh remaja perempuan dan perempuan dewasa.

Tingkat stress sedang yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditinjau dari status tempat tinggal. Hasil dari hasil tabulasi silang diketahui bahwa responden yang kost/sendiri memiliki level stress sedang (49,1%). Begitupula dengan responden yang tinggal bersama dengan keluarga/orang tua sebagian besar memiliki level stress sedang (13,6%). Artinya tidak ada perbedaan tingkat stress antara mahasiswa yang berstatus tempat tinggal kost/sendiri dengan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga/orang tua karena kategori stress yang dimiliki yaitu sama. Namun jika dilihat dari analisis kuesioner umumnya tingkat stress lebih tinggi dialami oleh mahasiswa yang tempat tinggalnya di kost/sendiri. Mahasiswa bertempat tinggal di kost/sendiri memiliki beberapa alasan, seperti berarasal dari luar daerah atau lokasi kampus jauh

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

dari rumah, efisiensi biaya transportasi ke tempat kuliah, dan fasilitas yang disediakan di kost/kontrakan. Zakiyah (Zakiyah, 2017) menyebutkan bahwa satu dari beberapa faktor lingkungan yang mempengaruhi stress pada mahasiswa keperawatan adalah adanya perubahan lingkungan tempat tinggal. Selain itu, menyebutkan bahwa ketidakadekuatan fasilitas tempat tinggal mempengaruhi terjadinya stress pada mahasiswa keperawatan.

Di sisi lain, tidak dapat dipungkiri bahwa setiap orang akan mengalami stres termasuk mahasiswa keperawatan semester akhir. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Seseorang sering stres karena beban yang terlalu besar, bagi mahasiswa keperawatan khususnya merupakan kewajiban yang wajib dilakukan dalam waktu singkat. Semakin cepat mereka menyelesaikan skripsi maka semakin cepat mereka lulus dan mendapatkan pekerjaan (Rohma & Sumiyarini, 2021). Hal ini dikemukakan oleh Ambarwati et al, (2019) yang menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir seringkali merasa lelah secara fisik, emosional, dan mental karena terlibat dalam situasi sulit yang muncul dari proses penulisan skripsi.

Hal ini didukung oleh penelitian Dewi (Dewi, 2017) yang mengemukakkan bahwa stres yang dihadapi oleh seorang mahasiswa tingkat akhir tentunya seringkali lebih tinggi daripada mahasiswa tingkat bawah, karena tidak hanya sekedar tugas kuliah, tetapi juga memiliki tambahan tugas untuk diselesaikan seperti tugas akhir yaitu skripsi. Oleh sebab itu sebagin besar dari mahasiswa merasa ketakutan akan kegagalan dalam menyelsaikan sekripsi, merasa kurang waktu untuk bersantai karena dituntut untuk menyelsaikan skripsinya, sehingga hal inilah yang membuat mahasiswa memiliki level *academic stress* yang semakain tinggi.

Academic stress didefinisikan sebagai motivasi yang terjadi dalam konteks belajar, di mana tekanan dari kegagalan akademik atau ketakutan akan kegagalan dinilai secara negatif di kemampuan seseorang dan mempengaruhi perubahan fisiologis dan psikologis. Secara garis besar Taylor (2015) berbagi ide yang sama yaitu membagi respon stres menjadi

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

respon fisiologis dan psikologis. Respon psikologis dibagi lagi menjadi kognisi, emosi dan perilaku. Oleh sebab itu, stress sedang hingga berat dapat terjadi pada mahasiswa tingkat akhir sangat perlu diantisipasi karena permasalahan tersebut memberikan dampak terhadap kondisi fisik, psikologis dan prestasinya. *Psychology Foundation of Australia* (2010) juga mengemukakkan bahwa dalam kondisi stres sedang, mahasiswa lebih cenderung menjadi hipersensitif yang dapat mempengaruhi kemampuan dan konsentrasi dari setiap aktivitas belajar mahasiswa. Tidak hanya itu, Glozah & Pevalin (2014) mengemukakan bahwa stres dapat menimbulkan efek psikologis lain seperti gangguan kejiwaan, emosi labil, mudah tersinggung, bahkan depresi. Stres berat yang berkepanjangan dapat berdampak buruk bagi tubuh seseorang berupa penyakit fisik seperti penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan sesak napas (Berman et al., 2016).

3. Hubungan *self disclosure* dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara *self disclosure* dengan tingkat stress pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dibuktikan dengan nilai *p value*= 0,001 ($p<0,05$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pinakesti (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self disclosure* dengan stres. Hubungan antara kedua varibel tersebut adalah negatif dengan koefisien korelasi (r) -0,130. *Self disclosure* memberikan kontribusi hanya sebesar 1,7% pada tingkat stres mahasiswa. Demikian pula pada penelitian Arifin (2021) yang berjudul hubungan *self disclosure* dengan kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda, memperoleh hasil hubungan yang negatif dan signifikan sebesar -0,192 antara *self disclosure* dengan kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa semakin rendah keterbukaan diri mahasiswa maka semakin tinggi

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

tingkat kecemasan mahasiswa pada saat penyusunan skripsi, dan sebaliknya semakin tinggi tingkat keterbukaan diri mahasiswa maka semakin rendah pula tingkat kecemasan mahasiswa dalam menulis skripsi.

Self disclosure dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah topik yang dibahas, keakraban dan budaya (Prawesti & Dewi, 2017). Topik pembahasan merupakan faktor yang juga mempengruhi lemahnya hubungan *self esteem* (harga diri) dengan *self disclosure* (pengungkapan diri). Faktor keakraban semakin dekat hubungan dengan orang lain, semakin terbuka orang tersebut, dan topik pembicaraan juga akan semakin luas dan mendalam . Selanjutnya adalah faktor budaya atau etika yang berlaku yang menganggap bahwa orang yang terlalu banyak bicara tentang diri sendiri terutama tentang kelebihan dan keberhasilannya seperti misalnya keberhasilan menyelsaikan skripsinya, adalah orang yang sombong dan suka pamer, sehingga dengan demikian akan kurang mendapat penerimaan dari lingkungan, bahkan cenderung dijauhi (Prawesti & Dewi, 2017).

Tingkat *self disclosure* sangat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, karena keterbukaan diri merupakan salah satu faktor yang secara signifikan mempengaruhi stres, maka terdapat hubungan yang kuat antara keterbukaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jendral Ahmad Yani Yogyakarta. Pengungkapan diri mahasiswa yang lebih tinggi berarti mahasiswa lebih terbuka tentang masalah pribadi mereka, lebih mudah beradaptasi, lebih percaya diri, kompeten, dapat dipercaya, dan menjadi lebih terbuka, maka tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dapat berkurang, sehingga mahasiswa dapat mengerjakan tugas maupun skripsi secara maksimal. Hal ini didukung oleh Coker & McGill, (2020) menyatakan bahwa ketika seseorang mengungkapkan pikiran, perasaan, dan detail pribadi tentang kehidupannya kepada orang lain, maka dapat meningkatkan ikatan ketika membangun dan memelihara hubungan dan

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

mungkin bermanfaat bagi kesehatan psikologis. Sebagaimana yang disebutkan oleh Cameron et al dalam (Arifin, 2021) menyatakan *self disclosure* merupakan proses pengungkapan informasi pribadi kepada orang lain yang merupakan komponen penting dalam membangun kedekatan dan kepercayaan, dimana pengungkapan diri dikaitkan dengan peningkatan kualitas kesehatan fisik dan psikologis.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang konsisten dengan hipotesis penelitian bahwa pengungkapan diri berpengaruh terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Hal ini juga menunjukkan ada faktor lain selain kecerdasan emosional yang dapat mempengaruhi tingkat stres, seperti kecerdasan mental, kecerdasan intelektual, manajemen stres, manajemen emosi. Hal ini sesuai dengan yang disebutkan oleh Pinakesti (Pinakesti, 2017) bahwa sebesar 98,3% tingkat stress pada mhasiswa tingkat akhir dapat dipengaruhi oleh faktor lain selain dari *self disclosure* misalnya seperti strategi koping, *self esteem*, serta faktor sosial maupun faktor akademik.

Devito (2011) membagi *self disclosure* dalam 5 ranah, yaitu ranah jumlah dan frekunesi dari waktu ke waktu untuk mengekspresikan pernyataan yang diinginkan, ranah valensi yang terkait dengan ekspresi individu tentang hal-hal yang menyenangkan atau tidak menyenangkan, ranah ketetetapan atau kejujuran yang didalamnya membrikan pernyataan sesuai dengan situasi yang sebenarnya sehingga pihak lain dapat memahami dengan jelas situasi tersebut, keluasan yang dapat diungkapkan sesuai dengan jangkauan informasi yang diungkapkan dan kedalaman yang dapat mampu mengungkapkan hal-hal pribadi dan khusus tentang dirinya. Dari kelima ranah *self disclosure* tersebut jika digunakan secara baik oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi maka memiliki kemampuan mengelola stres dan kemampuan mengelola emosi dengan baik ketika menghadapi suatu masalah. Hal ini disebutkan oleh Saputri & Sugiharto (2019) bahwa kondisi stres yang dialami mahasiswa

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

tingkat akhir dapat diminimalisir dengan peningkatan keyakinan, serta dorongan dari teman seperjuangan. Semakin yakin seorang mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya, serta adanya dukungan dari teman sebaya, seperti saling berbudaya, belajar atau membuat skripsi, saling menceritakan keluh kesah, mampu menurunkan kondisi stres pada mahasiswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dibatasi dengan tujuan agar penelitian yang dilakukan menjadi lebih terarah. Namun kenyataanya pada saat pelaksanaannya masih terdapat keterbatasan penelitian, antara lain sebagai berikut:

a. Dalam proses penelitian ini, peneliti tidak mengetahui secara pasti keadaan subjek saat mengisi skala, sehingg kemungkinan pengisian yang tidak sesuai dengan situasi sebenarnya.
b. Peneliti hanya melihat *self disclosure* sebagai salah satu faktor penyebab stres, tetapi ada faktor lain di luar kendali peneliti yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN