

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berlokasi di jalan Ringroad Barat Ambarketawang, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tiga Fakultas, yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi, dan Fakultas Ekonomi dan Sosial.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, kampus 2 Fakultas Kesehatan. Fakultas Kesehatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mempunyai delapan program studi, yaitu Keperawatan (S-1), Farmasi (S-1), Kebidanan (S-1), Kebidanan (D-3), Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (D3), Teknologi Bank Darah (D3), Profesi Ners dan Profesi Bidan.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, dimana mahasiswa keperawatan diwajibkan untuk menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sebagai syarat kelulusan.

2. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Dalam penelitian ini jumlah sampel adalah sebanyak 85 responden dengan mayoritas responden perempuan. Frekuensi masing-masing karakteristik responden (jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal) dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 4.1 Usia Responden

Variabel	Mean	Median	SD	Min-Max
Usia	21,91	22,00	0,701	20-24

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan dari tabel 4.1 didapatkan rata-rata usia responden adalah 21,91 dengan usia minimal 20 dan usia maksimal 24.

Table 4.2 Karakteristik Responden di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	16	18,8
Perempuan	69	81,2
Tempat tinggal		
Kost	61	71,8
Bersama keluarga	24	28,2

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat dilihat bahwa karakteristik responden dilihat dari jenis kelamin paling banyak adalah responden perempuan sebanyak 69 (81,2%). Responden berdasarkan tempat tinggal paling banyak tinggal sendiri atau kost yaitu sebanyak 61 (71,8%).

b. Tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil analisis univariat variabel tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dapat dilihat dalam tabel 4.3.

Tabel 4.3 Tingkat Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Keperawatan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tingkat psikologis	kesejahteraan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	Sangat rendah	0	0
	Rendah	0	0
	Sedang	62	72,9
	Tinggi	22	25,9
	Sangat tinggi	1	1,2
Total		85	100.0

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang yaitu sebanyak 62 (72,9%). Responden dengan kesejahteraan psikologis tinggi sebanyak 22 (25,9%), dan (1,2%) responden dengan kesejahteraan psikologis sangat tinggi. Tidak ada responden yang mempunyai kesejahteraan psikologis sangat rendah atau rendah.

Tabel 4.4 Skor Rata-Rata Tiap Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Dimensi kesejahteraan psikologis	Mean	Median
Penerimaan diri	22,45	23
Hubungan positif dengan orang lain	20,89	21
Autonomi	17,02	17
Penguasaan lingkungan	19,72	19
Tujuan hidup	19,64	20
Pengembangan diri	21,29	21

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.4 menunjukkan nilai rata-rata tertinggi terdapat pada dimensi penerimaan diri yaitu dengan rata-rata skor 22,45. Nilai terendah terdapat pada dimensi autonomi dengan rata-rata skor 17,02.

c. Tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil analisis univariat variabel tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disajikan dalam tabel 4.5.

Tabel 4.5 Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Yang sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tingkat Stes	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	67	78,8
Ringan	8	9,4
Sedang	7	8,2
Berat	2	2,4
Sangat berat	1	1,2
Total	85	100.0

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.5 menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat stres dalam kategori normal, yaitu sebanyak 67 (78,8%). Responden dengan stres ringan sebanyak 8 (9,4%). Responden dengan kategori berat sebanyak 2 (2,4%).

3. Analisis Bivariat

a. Hubungan Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tabulasi silang dan hasil uji statistik hubungan kesejahteraan psikologis dan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disajikan dalam Tabel 4.6 berikut:

Tabel 4.6 Tabulasi silang dan hasil uji statistik hubungan kesejahteraan psikologis dan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tingkat kesejahteraan psikologis	Tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi										Total	r	p-value	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat					
	f	%	F	%	F	%	f	%	f	%	f	%		
Sedang	45	72,6	7	11,3	7	11,	2	3,2	1	1,6	62	100	-0,791	0,001
Tinggi	21	95,5	1	4,5	0	3	0	0	0	0	22	100		
Sangat tinggi	1	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1	100		
Total	67		8		7		2		1		85		100	

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan kesejahteraan psikologis sedang memiliki

tingkat stres dalam kategori normal sebanyak 45 (72,6%), dalam kategori ringan sebanyak 7 (11,3%), dalam kategori sedang sebanyak 7 (11,3%) dan dalam kategori sangat berat sebanyak 1 (1,6%).

Hasil tabulasi uji statistik Gamma yang disajikan dalam tabel 4.6 di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan bermakna antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini yaitu $r = -0,791$ yang menunjukkan keeratan hubungan berada pada kategori kuat dengan arah hubungan negatif. Hal tersebut berarti semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa maka semakin rendah pula tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Pembahasan

1. Kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang yaitu sebanyak 62 (72,9%) dan tingkat kesejahteraan psikologis dalam kategori tinggi sebanyak 22 (25,9%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Aulia dan Panjaitan (2019) yang menunjukkan hasil lebih dari separuh responden yang sedang mengerjakan skripsi memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 57

(52,8%) responden, dan dalam kategori sedang sebanyak 51 (47,2%) responden.

Individu dengan kesejahteraan psikologis tinggi berarti mampu dalam mengontrol diri dengan efisien dan lihai dalam menghadapi masalah yang dihadapi (Aulia & Panjaitan, 2019). Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi menggambarkan bahwa individu memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu dalam penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan memiliki otonomi serta pertumbuhan pribadi.

Instrument kesejahteraan psikologis ini adalah instrumen yang memiliki enam dimensi yaitu: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Mufliha, 2020). Berdasarkan hasil penelitian dari masing-masing dimensi didapatkan bahwa dimensi kesejahteraan psikologis tertinggi adalah penerimaan diri dengan rata-rata 22,45. Dalam dimensi ini mahasiswa tingkat akhir dihadapkan dengan tiga tahapan yaitu kekhawatiran diri, penyesuaian diri dan keyakinan diri (Nurchahyo & Valentina, 2020).

Dimensi pengembangan diri menunjukkan skor rata-rata 21,29. Dimensi pengembangan diri memungkinkan seseorang untuk tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, mengenali potensi yang dimiliki, dan melihat peningkatan dalam diri dan perilakunya dari waktu ke waktu (Kurniasari, Rusman, & Budiman, 2019).

Dimensi hubungan positif dengan orang lain menunjukkan skor rata-rata 20,89. Dimensi ini dapat mencerminkan kemampuan seseorang untuk mengembangkan hubungan yang positif dan hangat, serta memiliki kemampuan dalam mencintai dan membangun hubungan persahabatan yang mendalam (Dyah & Fourianalistyawati, 2018).

Dimensi penguasaan lingkungan menunjukkan skor rata-rata 19,72. Dimensi ini memiliki minat yang besar pada hal-hal di luar dirinya, berpartisipasi dalam berbagai kegiatan di dalam lingkungan, dan juga memiliki kemampuan dalam mengontrol dan memanipulasi lingkungan yang kompleks (Ramadhani & Djunaedi, 2016).

Dimensi tujuan hidup menunjukkan skor rata-rata 19,64. Bagi mahasiswa tingkat akhir, menyelesaikan skripsi merupakan kebanggaan tersendiri bagi mahasiswa. Prestasi tersebut menjadi dasar untuk mencapai tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan masa depan yang lebih cerah (Nurchahyo & Valentina, 2020).

Dimensi autonomy didapatkan nilai rata-rata 17,02. Dimensi autonomy diterapkan untuk strategi pengaturan diri, strategi yang digunakan ketika mengerjakan skripsi secara mandiri, memungkinkan mahasiswa untuk mengatur waktu mereka secara efektif, menetapkan tujuan untuk penyelesaian skripsi, dan menelusuri sumber referensi online (Nurchahyo & Valentina, 2020).

Nilai tertinggi terdapat pada pertanyaan ke-19 yang masuk kedalam dimensi penerimaan diri yaitu “Secara umum saya bangga atas diri saya dan hidup yang saya jalani”. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan adanya kemampuan menerima diri yang apa adanya dimana kemampuan tersebut dapat memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalankannya. Individu dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik apabila individu tersebut mampu untuk bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek dalam diri baik itu positif maupun negatif, dan juga memiliki pandangan positif terhadap masa lalu.

Nilai terendah terdapat pada pertanyaan ke-11 yang masuk kedalam dimensi otonomi yaitu “Bagi saya, merasa puas dengan diri sendiri lebih penting daripada memperoleh persetujuan orang lain

tentang diri saya”. Individu yang memiliki aspek otonomi yang baik adalah individu yang mampu untuk menolak tekanan sosial, berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Sedangkan individu yang kurang baik dalam aspek ini cenderung akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, dimana membuat keputusan berdasarkan dari penilaian orang lain dan bersifat konformis.

Dalam penelitian ini tidak ada mahasiswa dengan tingkat kesejahteraan psikologis rendah atau sangat rendah. Sedangkan dalam penelitian Aulia & Panjaitan (2019) dari hasil analisis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi didapatkan 51 (47,2%) mahasiswa yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah. Mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis rendah akan cenderung melakukan kegiatan yang negatif, dan juga individu tersebut tidak memiliki tujuan hidup dan kepuasan dalam hidup. Sebaliknya individu dengan kesejahteraan psikologis tinggi mampu dalam mengontrol diri dan terampil dalam menghadapi tantangan yang muncul. Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi dalam mengerjakan skripsi diharapkan dapat memenuhi tantangan yang muncul yaitu proses penyusunan skripsi dan juga individu mampu dalam mengontrol diri kearah yang positif seperti memiliki semangat dalam kehidupan yaitu semangat dalam mengerjakan skripsi, memiliki tujuan dalam hidup yaitu tujuan dalam mencapai gelar sarjana dan wisuda tepat waktu.

Mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta rata-rata memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu dalam penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan memiliki otonomi serta pertumbuhan pribadi. Sehingga tidak ada mahasiswa yang memiliki

tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah atau sangat rendah. Karena setiap individu memiliki kemandirian, kemampuan dalam mengatur diri sendiri dan tingkah laku. Individu mampu dalam mencapai tujuan hidup. Seseorang yang memiliki tujuan hidup dalam hidupnya cenderung memiliki perasaan bahwa kehidupan yang ia jalani saat ini dan dimasa lalu memiliki keberartiaan yang memegang kepercayaan sehingga memberikan tujuan hidup, maka individu tersebut memiliki dikatakan memiliki aspek tujuan hidup yang baik. Individu mengembangkan potensi dalam dirinya, dan berkembang sebagai seorang manusia dan timbulnya perasaan ingin terus berkembang serta mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku seiring waktu berjalan.

2. Tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta tidak mengalami stres atau dalam kategori normal yaitu sebanyak 67 (78,8). Responden yang mengalami stres dalam kategori ringan sebanyak 8 (9,4%). Responden dengan tingkat stres dalam kategori sedang sebanyak 7 (8,2%) dan responden dengan tingkat stres dalam kategori berat sebanyak 2 (2,4%). Penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian Jannah, Rahmawati, Putri, dan Dewi (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat 15 (34,1%) mahasiswa tingkat akhir yang tidak mengalami stres atau dalam kategori normal. Dalam penelitian Ambarwati, Pinilih, dan Astuti (2019) didapatkan data 14 (13,8%) mahasiswa tingkat akhir mengalami stres dalam kategori ringan. Dalam

penelitian Aulia dan Panjaitan (2019) terdapat 77 (71,3%) responden yang mengalami stres sedang pada saat mengerjakan skripsi.

Nilai tertinggi terdapat pada pertanyaan ke-18 yaitu “Saya merasa saya agak mudah tersinggung”. Nilai terendah terdapat pada pertanyaan ke 14 yaitu “Saya tidak toleran terhadap apapun yang mengganggu saya dari mengerjakan sesuatu yang sedang saya kerjakan”. Perasaan mudah tersinggung dan tidak toleran terhadap sesuatu merupakan salah satu tanda gejala stres dilihat dari aspek psikologis seperti merasa mudah tersinggung, perasaan gugup, merasa cemas jika tidak lulus ujian, merasa takut, mudah menyerah, merasa cemas tidak bisa menyelesaikan tugas tepat waktu, merasa putus asa, emosi yang tidak stabil, sering melamun, timbulnya rasa tidak semangat, cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi (Larasati, Wakhid, & Susilo, 2015).

Tingkat stres akademik sedang maupun berat perlu diantisipasi karena dapat berpengaruh serius bagi kondisi fisik, psikologis dan prestasi akademik responden (Aulia & Panjaitan, 2019). Menurut *Psychology Foundation of Australia* (2010), pada kondisi stres akademik sedang, mahasiswa cenderung menjadi mudah marah dan juga mahasiswa menjadi tidak fokus sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi dalam pembelajaran. Mahasiswa dengan stres sedang mengalami gangguan fisiologis misalnya kurang konsentrasi dan cenderung merasa cemas atau gelisah. Tingkat stres yang dirasakan mahasiswa menjadi lebih berat dengan adanya tugas kuliah dan skripsi, sehingga menimbulkan banyak kendala yang dialami oleh mahasiswa dan mahasiswa merasa memiliki beban yang cukup berat untuk ditanggung sehingga menimbulkan stres (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2019).

3. Hubungan Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Dari hasil tabulasi uji statistik Gamma yang disajikan dalam tabel 4.6 di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan bermakna antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini yaitu $r = -0,791$ yang menunjukkan keeratan hubungan berada pada kategori kuat dengan arah hubungan negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yaitu penelitian Aulia dan Panjaitan (2019) dimana hasil analisis bivariat antara kesejahteraan psikologis dan tingkat stres diketahui $r = -0,649$ dan $p = 0,000$ yang berarti ada hubungan antara kesejahteraan psikologis dan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir. Penelitian Aulia dan Panjaitan (2019) dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, jumlah populasi dan sampel 108 dengan menggunakan teknik *total sampling*.

Penelitian Jannah, Rahmawati, Putri, dan Dewi (2021) menunjukkan hubungan kesejahteraan psikologis dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir, dengan hubungan yang rendah dengan arah hubungan negatif (nilai $r = -0,25$; $p = 0,047$). Lokasi penelitian ini dilakukan di Universitas Harapan Bangsa pada Fakultas Kesehatan S1 Keperawatan dan S1 Farmasi. Populasi sebanyak 159 dan besar sampel 61 responden dengan teknik *simple random sampling*. Perbedaan lainnya yaitu uji yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji *Spearman Rank*.

Dalam penelitian ini tingkat stres dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, salah satunya yaitu jenis kelamin. Dalam penelitian ini

mayoritas responden adalah perempuan yaitu sebanyak 69 (81,2%) dan responden laki-laki sebanyak 16 (18,8%). Sutjiato (2015) mengatakan bahwa diantara tingkat stres ringan, sedang, berat persentase perempuan yang mengalami stres paling tinggi dibandingkan laki-laki. Dalam penelitian Sundari (2012) stres tinggi lebih sering terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena mahasiswa jenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada mahasiswa jenis kelamin laki-laki.

Faktor lainnya yang mempengaruhi tingkat stres adalah usia, dimana dalam penelitian ini mayoritas responden berusia 22 tahun yaitu sebanyak 52 (61,2%). Usia 22 tahun termasuk usia dewasa awal, pada masa dewasa awal ini mahasiswa mengalami stres karena faktor internal yang kurang bisa memahami masalah dengan baik, sedangkan dari faktor eksternal karena bertambahnya beban kuliah yaitu tugas akhir (skripsi) (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2019). Dalam penelitian ini mahasiswa dengan usia 22 tahun paling dominan mengalami stres, diantaranya stres ringan yaitu 5 responden, stres sedang 3 responden, stres berat 1 responden. Dalam penelitian Ambarwati, Pinilih, & Astuti (2019) berdasarkan hasil penelitian menurut usia didapatkan bahwa usia 22 paling dominan mengalami stres dengan jumlah 48 mahasiswa (47,4%). Dengan hasil yang mengalami stres ringan 14 mahasiswa (13,8%), stres sedang 30 mahasiswa (29,7%), dan stres berat 4 mahasiswa (4,0%).

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah saat peneliti melakukan penelitian, peneliti menyebar kuesioner menggunakan *whatsapp group* karena peneliti tidak dapat bertemu langsung atau bertatap muka secara langsung kepada responden karena masih dalam pandemi COVID-19. Sehingga komunikasi antara peneliti dan

responden tidak terjalin dengan baik. Banyak dari responden yang mengabaikan untuk mengisi kuesioner online.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN