

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN NON REGULER

Muhamad Saifudin¹, Siti Robeatul Adawiyah², Inna Mukhaira³

¹Mahasiswa Keperawatan Universitas Yatsi Madani

²Dosen Keperawatan Universitas Yatsi Madani

³Dosen Gizi Universitas Yatsi Madani

adin.thea84@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres merupakan suatu kondisi yang timbul akibat adanya interaksi dengan lingkungan yang dapat menimbulkan efek bagi sistem tubuh manusia, psikologis dan sosial dari seseorang. Mahasiswa mengalami stres sebagai tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani, termasuk aktivitas diluar akademik diantaranya bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman, suku, budaya dan lainnya. **Tujuan:** Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas YATSI Madani. **Metode:** Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel sebanyak 70 mahasiswa program studi S1 Keperawatan. Analisis yang digunakan *Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan sebagian besar berusia >35 tahun (51,4%), berjenis kelamin perempuan (70,0%), status bekerja (98,6%), IPK ≥ 3 (74,3%), tinggal bersama keluarga (65,7%), motivasi baik (75,7%) dan stres akademik sedang (64,3%). Analisis *Continuity Correction* dan *Fisher's Exact Test* didapatkan adanya hubungan jenis kelamin (p-value: 0,011) dan motivasi (pvalue: 0,001) dengan stres akademik. Sedangkan usia, pekerjaan, IPK, status tempat tinggal tidak memiliki hubungan dengan stres akademik (pvalue: >0,05). **Kesimpulan:** ada hubungan jenis kelamin dan motivasi dengan stres akademik pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas YATSI Madani. **Saran:** Diharapkan pelayanan keperawatan dapat memfasilitasi dalam upaya peningkatan motivasi mahasiswa dalam menjalankan pendidikan agar stres akademik dapat berkurang.

Kata kunci : Mahasiswa, Stres Akademik, Faktor Pengaruh

ABSTRACT

Background: Stress is a condition that arises due to interactions with the environment that can have an effect on the human body, psychological and social systems of a person. Students experience stress as the demands of academic life that must be lived, including activities outside of academics including socializing and adjusting to friends, ethnicity, culture and others. **Purpose:** To find out the factors that influence the level of academic stress in students of the Non-Regular Nursing Undergraduate Study Program Class of 2021/2022 at YATSI Madani University. **Methods:** This study uses a quantitative descriptive cross-sectional approach. A sample of 70 students of the Bachelor of Nursing study program. Analysis used Chi Square. **Results:** The results showed that the majority were >35 years old (51.4%), female (70.0%), working (98.6%), GPA ≥ 3 (74.3%), living with family (65.7%), good motivation (75.7%) and moderate academic stress (64.3%). Continuity Correction Analysis and Fisher's Exact Test found that there was a relationship between gender (p-value: 0.011) and motivation (p-value: 0.001) with academic stress. While age, occupation, GPA, status of residence have no relationship with academic stress (pvalue: >0.05). **Conclusion:** there is a relationship between gender and motivation with academic stress in Students of the Non-Regular Bachelor of Nursing Study Program Batch 2021/2022 at YATSI Madani University. **Suggestion:** It is hoped that nursing services can facilitate efforts to increase student motivation in carrying out education so that academic stress can be reduced.

Keywords : Student, Academic Stres, Influence Factor

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan kelompok khusus dimana mereka saat ini berada pada fase transisi dan kritis sebelum menjalani kehidupan yang sebenarnya di masyarakat. Pada fase ini mereka dihadapkan pada tekanan ganda yaitu menuntut ilmu dan ada yang bekerja. Mahasiswa pada masa ini akan mengalami masa transisi dimana banyak tekanan dari sekitarnya diantaranya interaksi dengan orang lain, tekanan untuk belajar, masalah dengan dosen, teman dan keluarga, masalah kesehatan diri sendiri, adaptasi lingkungan baru dan lain sebagainya dimana keadaan ini bisa memicu timbulnya stres dalam kehidupannya. (Hou, Linping, Liu, Yaozhong, 2016).

Prevalensi stres berdasarkan *Journal Stresor Asean* yang dalam WHO (2019) persentase mahasiswa yang mengalami stres akademik secara global sebesar 38-71%, sedangkan di Asia tenggara sebesar 39,6- 61,3%. Di Indonesia, persentase mahasiswa yang mengalami stres akademik sebesar 36,7- 71,6% (Kemenkes RI, 2019). Di Jakarta, angka stres akademik pada mahasiswa sebanyak 89,6% (Kemenkes RI, 2019).

Stres merupakan suatu kondisi yang timbul akibat adanya interkasi dengan lingkungan yang dapat menimbulkan efek bagi sistem tubuh manusia, psikologis dan sosial dari seseorang. (Legiran, Azis & Bellinawati, 2015). Stres akademik merupakan kondisi mahasiswa yang tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan-tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan. Stres akademik adalah stres yang termasuk pada klasifikasi distres (Rahmawati, W. K. 2017). Mahasiswa memiliki aktivitas dan tugas untuk belajar, antara lain belajar pengetahuan, kehidupan organisasi, bermasyarakat, dan belajar kepemimpinan untuk mencapai kesuksesan di masa depan. Seseorang yang mengalami stres akademik ditandai dengan sulitnya berkonsentrasi, melakukan prokrastinasi, membolos kuliah, cemas, takut, dll. Selain itu, mahasiswa yang mengalami stres akademik tentunya juga akan berdampak pada indeks prestasi (IP) yang dimiliki.

Ada banyak penyebab tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan. Penelitian yang dilakukan oleh Ardiani, Lismayanti and Rosnawaty, (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan usia dengan stres akademik. Pada faktor lain ada hubungan antara faktor jenis kelamin stres akademik. Hal ini dikarenakan usia harapan hidup yang paling tinggi adalah pada perempuan. Kemudian berhubungan juga dengan pengaruh hormonal pada produktif dimana hormon estrogen mempunyai peran sebagai pelindung, sehingga menyebabkan angka harapan hidup perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Kemudian faktor Indeks prestasi kaitannya adalah dengan proses kognitif. Menurut Sari (2014) tingkat stres seseorang berpengaruh terhadap nilai indeks prestasi. Asumsi peneliti kemungkinan mahasiswa memiliki kecenderungan menggunakan respon yang adaptif terhadap stresor yang diterima dari proses akademik yang dijalankan, sehingga berdampak positif berupa prestasi akademik yang baik (Agolla & Ongori, 2019). Faktor tempat tinggal berdasarkan penelitian ini Hamzah (2020) menemukan bahwa ada hubungan faktor tinggal bersama keluarga dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir, dukungan orang tua dan komunikasi yang baik dengan anak memberikan dampak terhadap stres. Faktor lain berdasarkan Ardiani, Lismayanti and Rosnawaty (2018), menunjukkan bahwa ada hubungan antara faktor pekerjaan dengan stres akademik. Motivasi adalah bentuk dukungan yang diberikan oleh seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, dalam hal ini motivasi tentang akademik sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Studi penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kejadian yang menimbulkan dampak stres dan penuh tekanan mempunyai akibat terhadap kesejahteraan pada diri mahasiswa sehingga diperlukan motivasi yang baik secara intrinsik dan ekstrinsik sehingga diperlukan dukungan yang maksimal dalam diri mahasiswa (Faadt, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Nety, dkk (2020) menyatakan bahwa stres akademik sebaiknya tetap diantisipasi dan dikelola dengan baik, sehingga mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat memberikan pengaruh yang positif (adaptif). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ira, dkk (2018) menyatakan bahwa data demografi dan pernyataan mengenai level stres menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dan tingkat stres akademik yang signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh Purwati, Susi (2018) tingkat stres sedang didominasi oleh perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020) menyatakan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat stres sedang dikarenakan faktor usia, beban kuliah, indeks prestasi, dan status tempat tinggal. Didukung oleh penelitian Hantoro Adhi Mulya, Endang Sri Indrawati (2018) menyebutkan bahwa motivasi memberikan dampak terhadap penurunan kecemasan akademik.

Berdasarkan Survey awal yang dilakukan pada mahasiswa semester 3 program studi S1 keperawatan non regular angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani sebanyak 10 orang dengan teknik wawancara tentang perasaan mereka disaat kuliah dan didapatkan data bahwa mereka sering merasakan lelah saat kuliah (2 orang) dan pada saat kuliah mahasiswa mengeluh sulit konsentrasi (8 orang). Hal yang ditunjukkan oleh mahasiswa tersebut merupakan salah satu dari gejala stres. Hasil juga menunjukkan bahwa 8 dari 10 orang mahasiswa yang dilakukan wawancara mengeluh stres akibat jadwal perkuliahan yang dianggap terlalu padat, sulit untuk mengatur waktu antara bekerja dan kuliah dikarenakan sebagian besar mahasiswa sudah bekerja, sulit membagi peran sebagai mahasiswa dan sebagai anggota keluarga dikarenakan sebagian besar mahasiswa telah menikah/berkeluarga, usia mahasiswa sebagian besar lebih dari 30 tahun, lokasi rumah yang jauh dari kampus, penugasan yang banyak serta deadline tugas yang dirasakan sangat singkat. Akibat stres tersebut mahasiswa mengaku menjadi sering mengeluh pusing selama studi, sering sakit kepala, mengalami kesulitan tidur serta yang paling banyak dirasakan adalah sulit konsentrasi selama mengikuti perkuliahan. Respon yang dikemukakan mahasiswa tersebut merupakan bagian dari respon terhadap stres akademik. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dengan design penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan pengambilan data *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di Universitas Yatsi Madani Jl. Aria Santika No.40A, RT.005/RW.011, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114. Populasi penelitian ini sebanyak 70 mahasiswa dengan teknik *total sampling*. Analisa bivariat *Continuity Correction* atau *Fisher's Exact Test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani

No	Variabel	Frekuensi	Persentase
1	Usia		
	• ≤ 35 tahun	34	48,6%
	• >35 tahun	36	51,4%

2	Jenis Kelamin		
	• Laki-laki	21	30,0%
	• Perempuan	49	70,0%
3	Pekerjaan		
	• Tidak/Belum Bekerja	1	1,4%
	• Bekerja	69	98,6%
4	IPK		
	• < 3,0	18	25,7%
	• ≥ 3,0	52	74,3%
5	Status tempat tinggal		
	• Bersama keluarga	46	65,7%
	• Sendiri	24	34,3%
6	Motivasi		
	• Kurang	17	24,3%
	• Baik	53	75,7%
7	Stres Akademik		
	• Tidak stres	23	32,9%
	• Stress	47	67,1%
	Total	70	100,0%

Berdasarkan tabel 1 menunjukan distribusi karakteristik mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani yakni sebagian besar berusia >35 tahun sebanyak 36 responden (51,4%) sedangkan usia ≤35 tahun sebanyak 36 responden (48,6%), jenis kelamin perempuan sebanyak 49 responden (70,0%) sedangkan laki-laki sebanyak 21 responden (30,0%), status bekerja sebanyak 69 responden (98,6%) sedangkan tidak bekerja 1 responden (1,4%), IPK ≥3 sebanyak 52 responden (74,3%) sedangkan IPK <3,0 sebanyak 18 responden (25,7%), tinggal bersama keluarga sebanyak 46 responden (65,7%) sedangkan tinggal sendiri sebanyak 24 responden (34,3%), memiliki motivasi baik sebanyak 53 responden (75,7%) sedangkan motivasi kurang sebanyak 17 responden (24,3%) dan stres akademik sebanyak 47 responden (67,1%) tidak stres sebanyak 23 responden (32,9%).

Tabel 2 Distribusi Hubungan Berdasarkan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani

No	Variabel	Stres Akademik				P-value
		Tidak Stres		Stres		
		n	%	n	%	
1	Usia					
	• ≤ 35 tahun	13	56,5	21	44,7	0,499
	• >35 tahun	10	43,5	26	55,3	
2	Jenis Kelamin					0,011*
	• Laki-laki	12	57,1	9	19,1	
	• Perempuan	11	47,8	38	80,9	
3	Pekerjaan					0,329
	• Tidak/Belum Bekerja	1	4,3	0	0,0	
	• Bekerja	22	95,7	47	100,0	
4	IPK	7	30,4	11	23,4	0,733

	• < 3,0	16	69,6	36	76,6	
	• ≥ 3,0					
5	Status tempat tinggal	16	69,6	30	63,8	
	• Bersama keluarga	7	30,4	17	36,2	0,836
	• Sendiri					
6	Motivasi	12	52,2	5	11,1	
	• Kurang	11	47,8	42	88,9	0,000*
	• Baik					

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani berdasarkan data di atas dengan uji korelasi *Continuity Correction dan Fisher's Exact Test* diketahui usia (pvalue: 0,499), jenis kelamin (pvalue:0,011), pekerjaan (pvalue:0,329), IPK (pvalue: 0733), status tempat tinggal (pvalue: 0,836) dan motivasi (pvalue: 0,000). Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan jenis kelamin dan motivasi dengan tingkat stres akademik pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani.

PEMBAHASAN

Hubungan Usia Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 2 pada uji staitistik *chi square* menunjukkan bahwa Usia tidak ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nety, dkk (2020) menyatakan bahwa usia tidak ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa. Namun berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020) menyatakan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat stres sedang dikarenakan faktor usia. Berbanding terbalik juga dengan penelitian Hantoro Adhi Mulya, Endang Sri Indrawati (2018) yang menyebutkan bahwa usia memberikan dampak terhadap penurunan kecemasan akademik.

Usia adalah salah satu karakteristik yang mempengaruhi kesehatan dan kinerja, hal ini dimungkinkan dengan bertambahnya usia juga dapat mempengaruhi kecemasan pada seseorang. Nursalam & Pariani (2014) menjelaskan bahwa semakin dewasa usia seseorang, tingkat kematangan dan kekuatan akan lebih matang atau lebih baik dalam berpikir maupun bertindak. Usia sangat erat kaitannya dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi stresor, sehingga semakin bertambah usia seseorang, maka kemampuan seseorang dalam hal pengelolaan stres semakin baik, sehingga tingkat stres akademik pada usia yang semakin meningkat semakin rendah dengan karakteristik stresor yang sama.

Namun menurut peneliti terkait usia adalah semua orang pasti akan bertambah usia, tapi menjadi dewasa itu pilihan. Usia hanya masalah angka, akan tetapi tidak dengan kedewasaan. Kedewasaan tidak selalu dilihat dari usia, namun kedewasaan adalah kemampuan berpola pikir matang dan mampu mengelola emosi atau stres dengan bijak, hal tersebut diasumsikan bahwa pada tingkat stres akademik tidak bisa hanya dipandang berdasarkan usia responden.

Hubungan Jenis Kelamin Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 2 pada uji stastistik *chi square* menunjukkan bahwa jenis kelamin ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agolla & Ongori (2019), Walker & Goff. A. M. (2018) yang menemukan bahwa tingkat stres pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh Purwati, Susi (2018) tingkat stres sedang didominasi oleh perempuan. Menurut Anggola & Ongori (2019), hal tersebut karena perempuan lebih sering menggunakan mekanisme koping yang berorientasi terhadap tugas, sehingga perempuan lebih mudah diidentifikasi jika mengalami kondisi stres. Sedangkan laki-laki cenderung menggunakan mekanisme koping yang berorientasi kepada ego, sehingga laki-laki lebih santai dalam menghadapi stresor yang berasal dari kehidupan akademik. Kecenderungan variasi tingkat stres akademik antara laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh respon dari masing-masing mahasiswa. Namun, berdasarkan hasil penelitian diperoleh ($p=0,001$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres akademik.

Mahasiswa perlu melakukan penyesuaian diri dan adaptasi atas tuntutan dan kewajiban yang diterima sebagai bagian dari akademisi. Penyesuaian dan adaptasi digunakan untuk mengkoping perubahan-perubahan yang terjadi dan diterima selama masa perkuliahan. Menurut Potter & Perry (2014) perubahan tersebut terkadang tidak sesuai dengan nilai-nilai pribadi yang dimiliki oleh individu. Selain itu, konflik dalam diri mahasiswa dapat terjadi akibat perasaan identitas yang tidak matur yang disebabkan oleh lingkungan perkuliahan, teman sebaya, dan proses pelajaran yang membingungkan yang bertentangan dengan identitas diri yang sudah terbentuk baik laki-laki ataupun perempuan.

Hubungan Pekerjaan Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 4.2 pada uji stastistik *chi square* menunjukkan bahwa pekerjaan tidak ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ira, dkk (2018) menyatakan bahwa tidak ada hubungan status pekerjaan dengan stres akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020) menyebutkan bahwa tidak ada hubungan pekerjaan dengan stress yang dialami mahasiswa p -value: 0,986. Hal ini sejalan dengan penelitian Muhadi (2018) yang membuktikan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan stres akademik (p value = 0,357). Didukung oleh penelitian Muhadi (2018) menyatakan bahwa pekerjaan tidak memiliki pengaruh terhadap stress akademik. Julham (2020) menyatakan bahwa pekerjaan berpengaruh dalam pengambilan keputusan yang berdampak terhadap stres.

Semakin lama masa kerja yang dijalani oleh seorang pekerja maka kemampuan untuk mengatasi berbagai masalah dalam pekerjaan akan meningkat. Karyawan yang menghabiskan waktu yang lebih lama untuk bekerja cenderung mengalami stres akademik. Jam kerja yang berlebih dapat menyebabkan berkurangnya waktu tidur dan meningkatnya kelelahan. Hal ini tentunya dapat meningkatkan risiko stres.

Hubungan IPK Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 2 pada uji stastistik *chi square* menunjukkan bahwa IPK tidak ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2020), bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara indeks prestasi dengan tingkat stres akademik mahasiswa ($p=0,318$). Sejalan pula dengan hasil penelitian Sari (2014) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan indeks prestasi dikalangan mahasiswa dengan p -value: 0,119. Mahasiswa yang menghadapi ujian akan merasa cemas, kecemasan akan memicu respon stres sehingga otak melepaskan hormon yang dapat memicu adrenalin. Namun penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Goff.A.M (2011) bahwa tingkat stres berpengaruh terhadap kemampuan akademik.

Belajar merupakan suatu proses yang pada akhirnya akan membuahkan suatu hasil yang disebut prestasi, yang tercermin dalam bentuk Indeks Prestasi (IP) di lingkungan mahasiswa. Indeks prestasi kaitannya adalah dengan proses kognitif. Proses kognitif seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah keluarga, sekolah, dan masyarakat. Menurut Sari (2014) tingkat stres seseorang tidak berpengaruh terhadap nilai indeks prestasi. Asumsi peneliti kemungkinan mahasiswa memiliki kecenderungan menggunakan respon yang adaptif terhadap stresor yang diterima dari proses akademik yang dijalankan, sehingga berdampak positif berupa prestasi akademik yang baik (Agolla & Ongori, 2019).

Hubungan Status Tempat Tinggal Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 2 pada uji staitistik *chi square* menunjukkan bahwa status tempat tinggal tidak ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Johantan (2018) yang menyebutkan tidak ada hubungan antara status tinggal bersama keluarga atau tinggal sendiri dengan stres akademik yang terjadi pada mahasiswa. Berbanding terbalik dengan penelitian Hamzah (2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara status tinggal bersama keluarga dengan penurunan tingkat stres akademik.

Status tempat tinggal dalam penelitian ini adalah apakah seseorang tersebut tinggal bersama keluarga atau tinggal sendiri atau kost. Hal tersebut berhubungan dengan dukungan dari keluarga (Kuntadi, 2018). Dalam penelitian ini meskipun sebagian besar mahasiswa tinggal bersama orang tua atau keluarga, mendapat dukungan penuh dari keluarga yang seharusnya stres akademik bisa dihindari namun ternyata didapatkan masih banyak mahasiswa yang mengalami stres akademik sedang hingga berat, hal ini menurut peneliti dikarenakan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga walaupun mereka mendapat dukungan penuh tetapi mereka juga harus mampu berbagi peran dalam lingkungan keluarga.

Seorang mahasiswa harus mampu mengendalikan konflik antara tugas akademik dengan tugas keluarga, sejalan dengan teori Potter & Perry dalam Suartika (2019) jika konflik ini tidak dapat diselesaikan dengan baik maka konflik tersebut dapat menimbulkan stres pada mahasiswa.

Hubungan Motivasi Dengan Stres Akademik

Berdasarkan tabel 2 pada uji staitistik *chi square* menunjukkan bahwa motivasi ada hubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa program Studi S1 Keperawatan Non Reguler Angkatan 2021/2022 Universitas Yatsi Madani.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020) menyatakan bahwa ada hubungan motivasi dengan tingkat stres akademik dengan nilai p -value: 0,000. Didukung oleh penelitian Hantoro Adhi Mulya, Endang Sri Indrawati (2018) menyebutkan bahwa motivasi memberikan dampak terhadap penurunan kecemasan akademik dengan p -value: 0,05.

Motivasi adalah bentuk dukungan yang diberikan oleh seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, dalam hal ini motivasi tentang akademik sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Nety, dkk (2020) seseorang yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi akan mengalami hal baru dimana akan muncul kepentingan baru dimana stimulus yang mendominasi kehidupan sehari-hari mahasiswa yang akan dirasakan berat sebelum masuk ke tingkat tiga.

Studi penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kejadian yang menimbulkan dampak stres dan penuh tekanan mempunyai akibat terhadap kesejahteraan pada diri mahasiswa sehingga diperlukan motivasi yang baik secara intrinsik dan ekstrinsik sehingga diperlukan dukungan yang maksimal dalam diri mahasiswa (Faadt, 2018). Didukung oleh penelitian Hantoro Adhi Mulya, Endang Sri Indrawati (2018) menyebutkan bahwa motivasi memberikan dampak terhadap penurunan kecemasan akademik.

Pada hasil penelitian menyebutkan bahwa motivasi ada hubungan dengan tingkat stres akademik, berdasarkan hal tersebut berasumsi bahwa motivasi yang diberikan secara intrinsik dan ekstrinsik akan memberikan dampak baik terhadap penurunan stres akademik pada mahasiswa. Motivasi dalam diri seorang mahasiswa serta dukungan keluarga dan manajemen tempat responden bekerja akan memberikan efek stres yang lebih rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Rani A.A., Fauzi A., (2018), *Ilmu Penyakit Dalam : Infeksi Helicobacter Pylori dan Penyakit Gastro-Duodenal*, Edisi IV. FKUI, Jakarta
- Astarini, Made Indra Ayu, Yusuf, Ah, Purwaningsih (2017). Relationship Centered Care dengan Metode Preceptorship untuk Menurunkan Stres dan Meningkatkan Perilaku Caring Mahasiswa Profesi Ners. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. Volume VIII Nomor 4 Oktober 2017. Diunduh dari <http://www.google scholar.com> pada tanggal 21 Februari 2018 pukul 14.00 WIB
- Black, J.M. & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah : Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan*. Ed.8-Buku 1+3. Editor : Ns. Akliia Suslia, SKep, dkk. Singapura : Elsevier Darmawan. 2010. *Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Ed.3. Jakarta : EGC.
- Evanjeli, A. L. (2018). *Hubungan Antara Stres, Somatisasi Dan Kebahagiaan*. Laporan Penelitian (hal. 1-26). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Govaerst & Gregoire, golla, J.E & Ongori, H. (2018). An assasment of academic stres among undergraduate students. *Academic journals, Educational research and review*. Vol 4(2), pp.063-067. Diunduh dari <http://www.library.unusa.ac.id> pada tanggal 21 Februari 2018 pukul 20.00 WIB
- Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences* Vol. 4, No. 2, September 2020, Hal. 59-67 ISSN 2549-2721 (Print), ISSN 2549-2748 (Online)
- Hantoro Adhi Mulya, Endang Sri Indrawati (2018). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik. *Jurnal Empati*, April 2016, Volume 5(2), 296-302
- Hou, Linping, Liu, Yaozhong. (2016). The Influence of Stresful Life Events of College Students on Subjective WellBeing : The Mediation Effect of the Operational Effectiveness. *Open Journal of Sosial Sciences* 2016 page 70-76. Diunduh dari <http://www.file.scirp.org> pada tanggal Desember 2020 pukul 13.00 WIB
- Ira Suwartika, Agus Nurdin, Edi Ruhmadi (2020). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, Volume 9, No.3, Juli 2020

- Keliat, B.A, dkk. (2019). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas: CMHN (Basic Course)*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kozier,B.,Glenora Erb, Audrey Berman dan Shirlee J.Snyder. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (Alih bahasa : Esty Wahy Sudoyo, et al, 2017).
- Legiran. Azis, M., Z., & Bellinawati, N. (2017). *Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya Pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, Vol 2, (No 2). Hal 197-198.
- Mufadhal Barseli , Ifdil Ifdil2& Nikmarijal Nikmarijal (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* ISSN Cetak: 2337-6740 - ISSN Online: 2337-6880 DOI: <https://doi.org/10.29210/119800> <http://jurnal.konselingindonesia.com> Volume 5 Nomor 3, 2017, Hlm 143-148
- Mufadhal Barseli, Riska Ahmad, Ifdil Ifdil (2018). *Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar*. *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET)*. Volume 4 Nomor 1, April 2018, Hlm 40-47
- Nety Mawarda Hatmanti, Yurike Septianingrum (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan*. Program Studi S1 Keperawatan UNUSA nety.mawarda@unusa.ac.id. Naskah Publikasi Keperawatan
- Smet, K.G. (2014). *Social Support Survei*. *Journal of Social Science & Medicine* : 32 (705-706). Diunduh dari <http://www.google scholar.com> pada tanggal 06 Maret 2018 pukul 12.00 WIB
- Zyga, S (2013). *Stres in Nursing Students*. *Internasional Journal of Caring Science*. 6 (1). Diunduh dari <http://www.google scholar.com> pada tanggal 01 Desember 2022 pukul 14.00 WIB
- Sukaryanto & Puspitasari, Y. P., Abidin, Z., & Sawitri, D. R. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) Pada Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 1-17.
- Sukoco, A. S. (2018). *Tingkatan Stres*. *Fakultas Psikologi. Jurnal Ilmiah*
- Syhabuddin. Padmiarso M. Wijoyo, (2018) *Cara Mudah Mencegah dan Mengatasi Stres* Bogor: Bee Media Pustaka