

# HUBUNGAN RESILIENSI AKADEMIK DENGAN TINGKAT STRES DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS RIAU

Permata Rigina Sonia<sup>1</sup>, Bayhakki<sup>2</sup>, Hellena Deli<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Riau

Email : [permata.rigina2753@student.unri.ac.id](mailto:permata.rigina2753@student.unri.ac.id)

## Abstract

*Working on a thesis is an academic responsibility in obtaining a bachelor's degree. The obstacles faced in completing the thesis require resilience for students to avoid psychological problems such as stress. The purpose of this study was to determine the relationship between academic resilience and stress levels in doing thesis on nursing students at the 4th year of the University of Riau. This study used a cross sectional approach. The sample in this study was 119 people who were taken using random sampling technique. Data collection was taken using a questionnaire of academic resilience and stress levels. Data analysis used univariate and bivariate using chi square test. The results showed that the resilience of the students of the Faculty of Nursing, University of Riau who were working on theses mostly with low academic resilience (40.3%). The stress level of the students of the Faculty of Nursing, Riau University who are working on their thesis, most of the respondents with a severe stress level (78.2%). Based on statistical tests, it is proven that there is a significant relationship between academic resilience and stress levels of students from the Faculty of Nursing, Riau University who are working on their thesis with  $p$  value  $0.000 < (0.05)$ . There is a significant relationship between Academic Resilience and Stress Levels in Working on Thesis in Nursing Students at the University of Riau. Results Based on the research obtained, it is certain that students who work on theses can improve academic resilience to avoid stress in the completion process so that they can complete their studies on time.*

**Keywords :** Academic Resilience, Stress, Thesis

## PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan seseorang dalam suatu kelompok masyarakat yang berada di lingkup perguruan tinggi dan merupakan seorang intelektual dan calon cendekiawan (Nuryatin & Mulyati, 2021). Mahasiswa digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dengan rentang usia 18 sampai 25 tahun (Syamsu, 2014). Mahasiswa yang berada pada masa peralihan memiliki tugas perkembangan. Tugas perkembangan tersebut terjadi karena adanya perubahan pada beberapa aspek fungsional yaitu fisik, psikologis dan sosial (Hulukati & Djibran, 2018). Tanggung jawab mahasiswa adalah menyelesaikan skripsi sebagai tanggung jawab akademik untuk mendapatkan gelar sarjana.

Data Riset Perguruan Tinggi menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa strata satu se-Indonesia adalah sekitar 509.949 (Kemenristekdikti, 2020b). Sedangkan jumlah

penduduk di Indonesia adalah 268.074.000 jiwa (BPS, 2020). Artinya persentase mahasiswa di Indonesia adalah sekitar 1,9% dari populasi penduduk. Jika ditinjau dari jumlah mahasiswa berdasarkan pulau, Jumlah mahasiswa terbanyak nomor dua adalah di Pulau Sumatera dengan perkembangan jumlah mahasiswa tertinggi kedua adalah di Provinsi Riau dengan persentase kenaikan 6,9% (Kemenristekdikti, 2020b).

Permasalahan yang sering muncul pada mahasiswa adalah kesulitan menghadapi berbagai hambatan dalam menentukan ide atau topik, mencari referensi. Selain itu, kendala lain yang dihadapi mahasiswa menyelesaikan skripsi diantaranya menentukan sampel, alat ukur, sedikitnya waktu penelitian, revisi yang dilakukan berulang kali, dosen pembimbing yang memiliki sedikit waktu untuk bimbingan, dan lamanya respon yang diberikan oleh dosen pembimbing (Imandiri et al., 2017). Meskipun

tantangan ini banyak menjadi kendala mahasiswa namun, pemerintah Indonesia menetapkan penulisan skripsi sebagai syarat kelulusan perguruan tinggi, yang diatur dalam Permenristekdikti 44/2015 tentang SN Dikti Pasal 47 (Kemenristekdikti, 2020).

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang disusun dari hasil penelitian oleh calon sarjana dalam rangka melengkapi syarat kelulusan pada program studi di universitas (Saifuddin et al., 2018). Sehingga, mahasiswa dituntut harus mampu bertahan pada tantangan yang dihadapinya. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa tersebut harus dapat diatasi secara baik agar mahasiswa dapat bertahan dan menyelesaikan tugas belajarnya sebagai mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki ketahanan dalam menghadapi permasalahan skripsinya berarti memiliki kemampuan untuk bangkit dalam menghadapi masalah. Ketahanan akademis ini disebut dengan istilah resiliensi akademik.

Resiliensi akademik adalah suatu kondisi psikologis seseorang yang memiliki kemampuan untuk bangkit kembali dalam menghadapi rintangan dalam belajar atau menempuh pendidikan meskipun mendapatkan berbagai kesulitan karena memperhitungkan kesuksesan di masa depan (Cassidy, 2016). Seorang mahasiswa yang memiliki resiliensi (ketahanan) dalam menghadapi permasalahan akademik tentunya memiliki aset dan kualitas yang positif terhadap kesejahteraan dan stresnya (Trigueros et al., 2020). Resiliensi akademik dibutuhkan mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan akademik seperti penyusunan skripsi, karena dalam proses penyelesaian skripsi melibatkan banyak rintangan dan inovasi sehingga dibutuhkan ketegaran diri agar dalam menuntaskan skripsi dengan tepat waktu (Risma, 2016).

Resiliensi akademik yang tinggi pada mahasiswa akan menyebabkan ia sukses menghadapi tantangan seperti sulitnya mencari referensi, alat ukur dan hal lainnya sehingga adaptasi pada permasalahan yang dihadapinya menjadikannya orang yang bertahan (Anasuri & Kara, 2018). Selain itu, resiliensi akademik dapat menjadikan seseorang tangguh dalam

menghadapi permasalahan pembelajaran online selama pandemi COVID-19 (Eva et al., 2021). Dengan adanya resiliensi akademik yang baik, seorang mahasiswa yang sedang menyelesaikan tingkat akhir yang mengalami berbagai permasalahan seperti sulitnya referensi hingga perasaan tertekan yang dialami saat tidak adanya ide dalam menulis dapat dijadikan mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi dengan menyesuaikan diri dan memiliki alasan untuk tetap mengembangkan kemampuannya agar dapat menghadapi masalah yang sedang dihadapinya. Namun sebaliknya, mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah cenderung memiliki kepribadian yang pesimis, daya juang rendah dan rentan terhadap berbagai permasalahan psikologis (Harms et al., 2018; Soury & Hasanirad, 2011). Permasalahan psikologis mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi ini jika tidak ditanggulangi dengan tepat maka dapat berdampak negatif seperti menimbulkan stres.

Hasil penelitian Rahayu dan Djabbar (2019) menunjukkan bahwa resiliensi pada siswa berhubungan negatif dengan stres, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki seseorang semakin rendah stres yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa dokter muda juga dilakukan oleh Willda et al (2016) menemukan bahwa resiliensi diri memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres. Namun dari penelitian terdahulu belum ada yang menggunakan pengukuran resiliensi akademik terhadap tingkat stres mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

Mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi dan tidak mampu bertahan dapat beresiko mengalami stres yang dapat berdampak pada kinerja akademiknya. Stres didefinisikan sebagai suatu tingkatan tekanan yang mempengaruhi kinerja mental dan fisik yang dapat berakibat menjadi tidak produktif dan kreatif (Simonelli-Muñoz et al., 2018). Ketika seseorang sedang stres memiliki beberapa ciri-ciri yaitu reaksi fisik dengan gejala merasakan sakit kepala, sulit tidur, serta telapak tangan sering berkeringat; adanya reaksi emosional yang terlihat dari adanya ketidakpuasan, cemas dan mengabaikan perasaan; kemudian adanya reaksi perilaku

(behavioral) yang terlihat dari sikap agresif, mengumbar kebohongan menutupi kesalahan, atau menghindari dengan melakukan pembontakan seperti membolos, dan terakhir adanya reaksi proses berpikir, yang dilihat dari sulitnya berkonsentrasi, berpikiran negatif, dan mengabaikan prioritas hidup (Syamsu, 2014).

Fenomena stres yang dialami mahasiswa yang sedang menyelesaikan studinya pada masa pandemi COVID-19 telah dilaporkan oleh berbagai penelitian. Mahasiswa yang mengalami stres sangat parah selama pada masa pandemi COVID-19 sebanyak 28% (Vrishasti et al., 2020). Mahasiswa mengalami stres berat dalam menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 sebanyak 39% karena kesulitan mencari referensi di pustaka dan minimnya bimbingan tatap muka sehingga mahasiswa merasa bingung dalam menuntaskan revisi (Destia, 2021). Mahasiswa dilaporkan stres akibat kewalahan dengan lebih banyak konten pelajaran yang harus diakses secara online dan lebih sedikit waktu untuk mendapatkan referensi secara langsung sebanyak 55,8% (Livana et al., 2020). Selain itu, pada penelitian lain dilaporkan bahwa mahasiswa mengalami stres ringan sebanyak 12,11% dalam proses studi selama masa pandemi COVID-19 (Hasanah et al., 2020). Stres mahasiswa dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau pada tahun 2019 yang diteliti sebelumnya adalah mengalami stres berat sebanyak 50,7% pada tahapan revisi skripsi, masalah stres mahasiswa ini adalah pada gejala fisik pada kategori berat sebanyak 24% dan gejala perilaku sebanyak 40% (Helpiyani et al., 2019).

Menurut Ayudanto (2018) mengatakan bahwa semakin meningkat stres saat menyelesaikan skripsi maka akan semakin meningkatkan ide bunuh diri pada mahasiswa tersebut. Sep (2019) juga menemukan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi banyak kehilangan waktu tidur, keuangan, dan nilai mereka ada sumber stres dan dapat menyebabkan ide bunuh diri.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 15 orang mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Riau yang stres dialami selama masa pandemi COVID-19 ditunjukkan bahwa semua

mahasiswa mengaku mudah marah, kesal, cemas, dan sensitif sejak proses mengerjakan skripsi. Terdapat 15 dari 15 orang (100%) mahasiswa yang kesulitan tidur akibat merasa tertekan karena belum dapat menyelesaikan proposal skripsi, selain itu terdapat 14 dari 15 (93,3%) orang mahasiswa yang mengaku pernah menangis dan bingung karena merasa kesulitan menyelesaikan revisi, dan tidak tahu bagaimana cara memulai pengerjaan skripsi meskipun telah bergadang. Hal ini menyebabkan 14 dari 15 (93,3%) mahasiswa tersebut merasa lelah, tidak bersemangat, sensitif hingga tidak selera makan. Fenomena ini menggambarkan adanya indikasi stres karena sejalan dengan teori stres yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami stres memiliki ciri-ciri reaksi fisik, emosional, perilaku dan proses berpikir (Syamsu, 2014). Selain itu menurut Priyoto (2014) stres sedang ditandai dengan sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan dan stres berat ditandai dengan gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negatifistic, penurunan konsentrasi, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, dan meningkatnya perasaan takut.

Seiring dengan itu, penulis juga melakukan wawancara tentang resiliensi akademik. Sebanyak 13 dari 15 (86,7%) orang mahasiswa yang merasakan reaksi stres umumnya mengabaikan revisi yang sulit dipahami dan mengalihkan perhatian ke hal lain seperti menonton, atau bercengkrama dengan teman agar tidak semakin cemas saat melihat skripsi yang tidak kunjung selesai. Sehingga saat kembali memulai mengerjakan skripsi timbul perasaan tidak nyaman, sulit berkonsentrasi, menjadi sensitif dan merasa tidak cukup waktu lagi untuk menyelesaikannya. Namun hal yang berbeda dilakukan oleh salah seorang mahasiswa yang mengaku bahwa tidak merasakan gejala seperti cemas, mudah marah dan sensitif selama menyelesaikan skripsi karena berusaha dengan mengorbankan waktu bersantai, dan bergadang hingga larut malam agar dapat memahami hal-hal sulit sebagai tantangan dalam proses menyelesaikan skripsi. Hal ini mengindikasikan mahasiswa yang memiliki

stres cenderung memiliki resiliensi akademik yang rendah.

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan resiliensi akademik dengan tingkat stres dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Riau. Diharapkan dapat memberikan informasi bagi mahasiswa ilmu keperawatan mengenai hubungan resiliensi akademik dengan stres yang berhubungan dengan keperawatan jiwa.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau yang dimulai dari bulan Februari sampai bulan Juli 2021. Desain penelitian ini adalah *Cross Sectional*. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Penelitian ini terdiri dari variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Variabel independen pada penelitian ini adalah resiliensi akademik sedangkan variabel dependen adalah stres.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2017 yang sedang menyelesaikan skripsi berjumlah 170 orang dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 119 orang. Pengambilan Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, yaitu teknik sampel secara acak yang diambil dari populasi menggunakan sistem undi.

Alat pengumpul data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini terdiri atas dua bagian yaitu, bagian pertama berisi tentang karakteristik responden/sampel berupa data demografi yaitu umur, dan jenis kelamin. Bagian kedua berisi pertanyaan kuesioner tentang resiliensi akademik dan stres.

## HASIL PENELITIAN

### A. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah analisa data yang digunakan untuk mendapatkan gambaran masing-masing variabel yang terdiri dari karakteristik responden meliputi umur dan jenis kelamin.

## 1. Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 1.

*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin*

No	Karakteristik responden	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Umur		
	20 tahun	1	0,8
	21 tahun	40	33,6
	22 tahun	75	63,1
2	23 tahun	3	2,5
	Jenis kelamin		
	Laki-laki	3	2,5
	Perempuan	116	97,5
	Jumlah	119	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 119 responden, responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 3 responden (2,5%), sedangkan responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 116 responden (97,5%). Umur responden adalah 22 tahun sebanyak 75 responden (63,1%), sedangkan yang paling sedikit adalah pada umur 20 tahun sebanyak 1 responden (0,8%).

## 2. Gambaran Resiliensi Akademik

Tabel 2.

*Distribusi Frekuensi Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Skripsi*

No	Resiliensi akademik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	24	20,2
2	Sedang	47	39,5
3	Rendah	48	40,3
	Jumlah	119	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden dengan resiliensi akademik tinggi berjumlah 24 responden (20,2%), kemudian responden dengan resiliensi akademik sedang berjumlah 47 responden (39,5%), sedangkan responden dengan resiliensi akademik rendah adalah sebanyak 48 responden (40,3%). Selanjutnya untuk melihat persebaran data dari setiap aspek resiliensi akademik.

Tabel 3.

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Skripsi*

Aspek	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase (%)
Ketekunan ( <i>perseverance</i> )	Tinggi	$X > 32$	31	26,05
	Sedang	$16 \leq X \leq 32$	56	47,06
	Rendah	$X < 16$	32	26,89
<i>reflecting and adaptive help-</i>	Tinggi	$X > 18,7$	37	31,09
	Sedang	$9,3 \leq X \leq$	44	36,97

Aspek	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase (%)
seeking		18,7		
	Rendah	$X < 9,3$	38	31,93
Negative affect and emotional response	Tinggi	$X > 13,3$	51	42,86
	Sedang	$6,7 \leq X \leq 13,3$	23	19,33
	Rendah	$X < 6,7$	45	37,82
<b>Total</b>			<b>119</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa pada aspek ketekunan dalam resiliensi akademik pada mahasiswa yang terbanyak adalah termasuk ke dalam kategorisasi ketekunan yang sedang yaitu terdapat 56 mahasiswa dengan persentase 47,06%, kategorisasi ketekunan rendah terdapat 32 mahasiswa dengan persentase 26,89%, kategorisasi ketekunan yang tinggi yaitu terdapat 31 mahasiswa dengan persentase 26,05%. Pada aspek kedua *reflecting and adaptive* mahasiswa dengan kategorisasi merefleksikan dan mencari bantuan sedang terdapat 44 mahasiswa dengan persentase 36,97%, kategorisasi rendah terdapat 38 mahasiswa dengan persentase 31,93%, kategorisasi *reflecting and adaptive help seeking* tinggi terdapat 37 mahasiswa dengan persentase 31,09%. Pada aspek respon negatif dan respon emosional, mahasiswa dengan kategorisasi tinggi terdapat 51 mahasiswa, sebesar 42,86%, kategorisasi dengan kategori rendah terdapat 45 mahasiswa dengan persentase 37,82%, sedangkan kategori sedang terdapat 23 mahasiswa dengan persentase 19,23%.

### 3. Gambaran Stres

Tabel 4.

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Skripsi*

No	Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1	Berat	93	78,2
2	Sedang	25	21
3	Ringan	1	0,8
<b>Jumlah</b>		<b>119</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden dengan tingkat stres berat berjumlah 93 responden (78,2%), kemudian responden dengan tingkat stres sedang berjumlah 25 responden (21,0%), sedangkan responden dengan tingkat stres ringan adalah sebanyak 1 responden (0,8%). Selanjutnya untuk melihat persebaran data dari

setiap aspek stress mahasiswa dapat dilihat pada tabel 14 berikut.

Tabel 5.

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Variabel Stres Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Skripsi*

Aspek	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase (%)
Konsep diri ( <i>self concept</i> )	Tinggi	$X > 32$	84	70,59
	Sedang	$16 \leq X \leq 32$	30	25,21
	Rendah	$X < 16$	5	4,20
Keramahan ( <i>sociability</i> )	Tinggi	$X > 18,7$	95	79,83
	Sedang	$9,3 \leq X \leq 18,7$	17	14,29
	Rendah	$X < 9,3$	7	5,88
Ketidakpastian ( <i>uncertainty</i> )	Tinggi	$X > 18,7$	58	48,74
	Sedang	$9,3 \leq X \leq 18,7$	54	45,38
	Rendah	$X < 9,3$	7	5,88
Gangguan somatis ( <i>somatization</i> )	Tinggi	$X > 13,3$	107	89,92
	Sedang	$6,7 \leq X \leq 13,3$	12	10,09
	Rendah	$X < 6,7$	0	0
<b>Total</b>			<b>119</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa mahasiswa pada aspek konsep diri, kategori terbanyak adalah pada kategorisasi sedang terdapat 84 mahasiswa dengan persentase 70,59%, kemudian pada kategori sedang terdapat 30 mahasiswa dengan persentase 25,21%, dan kategorisasi rendah hanya 5 mahasiswa dengan persentase 4,20%. Pada aspek keramahan mahasiswa terbanyak berada pada kategorisasi tinggi yaitu 95 mahasiswa dengan persentase sebesar 79,83%. Kemudian pada kategorisasi sedang sebesar 17 mahasiswa sebesar 14,29%, selanjutnya pada kategorisasi rendah sebesar 7 mahasiswa sebesar 5,88%. Pada aspek ketiga yaitu ketidakpastian yang terbanyak pada kategori tinggi sebesar 58 mahasiswa sebesar 48,74%. Kemudian adalah pada kategorisasi sedang sebanyak 54 mahasiswa dengan persentase sebesar 45,38%. Selanjutnya adalah kategorisasi rendah sebanyak 7 orang dengan persentase 5,88%. Pada aspek keempat adalah gangguan somatis, kemudian yang terbanyak adalah pada kategorisasi tinggi sebanyak 107 orang dengan persentase 89,92%. Selanjutnya pada kategorisasi sedang sebesar 12 mahasiswa atau setara dengan 10,09%. Sedangkan pada kategorisasi rendah tidak

terdapat mahasiswa yang termasuk kedalamnya.

## B. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu resiliensi akademik dengan stres pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

Tabel 6.

*Hubungan Resiliensi Akademik Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Skripsi*

Resiliensi akademik	Stres						Total		p value
	Ringan		Sedang		Berat		f	%	
	f	%	f	%	f	%			
Rendah	0	0	1	0,8	47	39,5	48	40,3	0,000
Sedang	0	0	9	7,6	38	31,9	47	39,5	
Tinggi	1	0,8	15	12,6	8	6,7	24	20,2	
Jumlah	1	0,8	25	21,0	93	78,2	119	100	

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki resiliensi akademik rendah mempunyai stres berat berjumlah 47 responden (39,5%), sedangkan pada resiliensi akademik yang tinggi diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres yang ringan berjumlah 1 responden (0,8%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square*, didapatkan p value  $0,000 < \alpha (0,05)$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak menunjukkan ada hubungan resiliensi akademik dengan tingkat stres dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Riau.

## PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

##### a. Umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 119 responden didapatkan umur responden terbanyak adalah berusia 22 tahun sekitar 75 orang (63,1%) dan responden paling sedikit berusia 20 tahun berjumlah 1 orang (0,8%). Hal ini dikarenakan usia mahasiswa sedang menyelesaikan skripsi adalah berada pada fase dewasa awal yang berada pada rentang usia 18 – 25 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Indarwati (2018) yang menemukan bahwa seluruh mahasiswa yang menyelesaikan skripsi berada pada usia 18-25 tahun atau dewasa awal. Masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial baru. Individu pada fase dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru dan nilai-nilai baru sesuai tugas baru (Hurlock, 2012).

#### b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan (97,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian Indarwati (2018) yang menemukan bahwa sebagian besar responden yang menyelesaikan skripsi adalah perempuan (85,2%). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nasrani dan Purnawati (2019) menemukan bahwa perempuan cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yaitu 50,3% dan 4,9%.

Jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stres. Ada perbedaan respon antara laki-laki dan perempuan saat menghadapi konflik. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah, dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif. Dengan kata lain, ketika perempuan mendapat tekanan, maka umumnya akan lebih mudah mengalami stres (Nasrani & Purnawati, 2019).

#### 2. Resiliensi Akademik

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki resiliensi akademik rendah (40,3%). Hasil penelitian sejalan dengan Alvarado et al., (2017) yang menemukan bahwa mahasiswa-mahasiswa tingkat akhir lebih memiliki resiliensi rendah jika dibandingkan dengan mahasiswa tahun awal. Menurut Masdianah (2010) mahasiswa dengan resiliensi rendah cenderung

mempersepsikan masalah sebagai suatu beban dalam hidupnya. Masalah yang dipandang sebagai beban tersebut membuatnya merasa terancam dan cepat merasa frustrasi.

Hal ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Cheng dan Catling (2015) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah cenderung kurang dapat mengatasi tekanan dan perubahan akademis sehingga dapat bermasalah secara mental.

### 3. Stres

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat stres berat (78,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Marbun et al (2017) yang menemukan bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi berada pada kategori berat (91,8%). Hal ini dikarenakan mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk mampu menyelesaikan skripsi secara tepat waktu. Menurut Marbun et al (2017) rasa ketakutan dan kekhawatiran terhadap kemampuan menyusun skripsi seharusnya tidak terjadi karena mahasiswa tingkat akhir sudah dibekali ilmu tentang metodologi penelitian yang diperoleh mahasiswa pada semester-semester sebelumnya.

Hal ini sejalan dengan teori Stres menurut Sarafino dan Smith (2011) yang menyatakan bahwa kondisi yang disebabkan ketika perbedaan seseorang atau lingkungan yang berhubungan dengan individu, yaitu antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial individu tersebut. Stres juga merupakan suatu keadaan tertekan baik secara fisik maupun psikologis.

#### B. Analisa Bivariat

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square*, didapatkan *p value*  $0,000 < \alpha$  (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan resiliensi akademik dengan tingkat stres dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Riau.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Hernández et al., (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara resiliensi akademik dengan tingkat stres. Selain itu penelitian Hussain & Thakur (2019) menemukan hubungan antara resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa.

Hasil analisis tabulasi silang resiliensi akademik dengan stres pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi didapatkan hasil bahwa dari mayoritas responden yang memiliki resiliensi akademik rendah mempunyai stres berat berjumlah 47 responden (39,5%), sedangkan pada resiliensi akademik yang tinggi diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres yang ringan berjumlah 1 responden (0,8%). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik yang rendah berhubungan dengan tingkat stres yang berat. Hasil ini sejalan dengan penelitian Septiani & Fitria (2016) terkait resiliensi dan stres akademik pada mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan yang hasilnya berkorelasi negatif, artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah stres yang dialami. Penelitian ini sejalan dengan asumsi peneliti namun berbeda dengan hasil penelitian ini. Penelitian lain yang serupa terkait pengaruh stress akademik dan resiliensi yakni penelitian Kennett et al., (2020) yang hasilnya individu yang memiliki stres akademik tinggi lebih cenderung menjadi kurang resilien dan memiliki kontrol stres yang lebih rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik memiliki hubungan dengan stres.

Hal ini sesuai dengan teori Broto (2016) yang mengatakan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor internal berupa kemampuan maupun kecerdasan mahasiswa itu sendiri. Sedangkan faktor eksternal berupa tuntutan kampus, keluarga, maupun finansial. Menurut Musradinur (2016) stres berat yang belum berlangsung berbulan-bulan dapat diatasi dengan meningkatkan persepsi terhadap daya tahan (*resilien*). Jadi selama kita memandang diri kita masih bisa menahankan tekanan tersebut (yang kita persepsi lebih ringan dari kemampuan kita menahannya) maka cekaman stress belum nyata.

## PENUTUP SIMPULAN

Karakteristik mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebesar 97,5% yang memiliki usia terbanyak 22 tahun sebesar 63,1%. Resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang sedang mengerjakan skripsi sebagian besar dengan resiliensi akademik rendah sebesar 40,3%. Tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang sedang mengerjakan skripsi sebagian besar responden dengan tingkat stres berat sebesar 78,2%. Terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi akademik dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang sedang mengerjakan skripsi.

## SARAN

Agar dosen menumbuhkan daya tahan (resiliensi) mahasiswa lebih baik lagi dengan menggunakan metode – metode yang mendorong saat pembelajaran berlangsung sehingga mahasiswa terhindar dari stres saat menyelesaikan skripsi. Agar dapat meningkatkan resiliensi akademik untuk terhindar dari stres dalam proses penyelesaian skripsi sehingga bisa menyelesaikan studi tepat waktu. Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai dasar bagi peneliti selanjutnya sebagai pedoman dalam melakukan penelitian dengan variabel lainnya yang berbeda.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang telah memberikan wadah dalam menyelesaikan skripsi ini.

---

<sup>1</sup>**Permata Rigina Sonia:** Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

<sup>2</sup>**Ns. Bayhakki, M.Kep.,Sp.KMB, PhD:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

<sup>3</sup>**Ns. Hellena Deli, S.Kep., M.Kep:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Maternitas Dan Anak Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, G. & Dubay, L. 2014. Exploring Instability and Children Well-Being: *Insights from a Dialogue among Practitioners, Policy Makers and Researchers*. United States: Urban Institute.
- Despard, M. R., Taylor, S. H., Perantie, D. C., & Grinstein-Weiss, M. (2016, May). *The burden of student debt: Findings from a survey of low- and moderate-income households* (CSD Research Brief No. 16-15). St. Louis, MO: Washington University, Center for Social Development.
- Dewi, W.A.F. (2020). Dampak covid-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di sekolah dasar. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2 (1), April, 2020, 55-61.
- Faiko & N.B. Astrella. (2017). Perbedaan AQ (*Adversity Quotient*) Remaja Ditinjau dari Keluarga Utuh dengan keluarga Tidak Utuh. *Jurnal Psikologi*. 4(1), 34-42
- Gershenfeld, S., Zhan, M., & Hood, D.W. (2019). The Impact of a Promise: A Loan Replacement Grant, Low-Income Students, and College Graduation. *The Review of Higher Education*. Johns Hopkins University Press. 42 (3), Spring. Doi: 10.1353/rhe.2019.0030
- Heyman, E. (2010). *Overcoming student retention issues in higher education online programs: A Delphi study (Doctoral dissertation)*. Diakses dalam <https://eric.ed.gov/?id=ED520316>, ProQuest Dissertations and Theses database. (ProQuest document ID: 748309429).
- Khaerunnisa, E. (2016). Studi Deskriptif *Adversity Quotient* Matematis Mahasiswa Pendidikan Matematika Berdasar Jenis Kelamin dan Kemampuan Mahasiswa. *JPMM*. 9(1), 83-92.
- Kurniawati, W.D. (2014). Pengaruh kondisi ekonomi dan motivasi orang tua

- terhadap prestasi belajar siswa kelas IV SDN Banyubiru 04 kecamatan banyubiru kabupaten semarang tahun pelajaran 2013/2014. Skripsi. STAIN Salatiga.
- Lestari, E. 2014. Hubungan Orientasi Masa Depan dengan Daya Juang pada Siswa-Siswi Kelas XII Di SMA Negeri 12 Samarinda Utara. *e-Journal Psikologi*. 2(3): 314-326.
- Listiawati, Nur. 2017. Persepsi Siswa terhadap Daya Juang Mereka serta Pola Asuh Orangtua dan Guru Di Sd Berakreditasi A dan C Di Kabupaten Bantul dan Bone Bolango. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 1(3): 295-316.
- Nurpriani, S.A. (2011). Perbedaan adversity quotient antara mahasiswa anggota dan bukan anggota pecinta alam universitas negeri jakarta. *Skripsi*, Universitas Negeri Jakarta.
- Patenaude, M. (2015). Stress in Low-income Families can Effect Children's Learning. University of Rochester, <http://www.rochester.edu/newscenter/stress-in-low-income-families-can-affect-childrens-learning-108182/>
- Santrock, W. J. (2003). *Adolescence perkembangan remaja* (Edisi ke enam) Jakarta: Erlangga
- Sandstrom, H. & Huerta, S. (2013). The Negative Effects of Instability on Child Development: A Research Synthesis. United States: Urban Intitute Report: Low Income Working Families Fact Sheet diakses dalam <http://www.urban.org/sites/default/files/a-lfresco/publication-pdfs/412908-The-Negative-Effects-of-Instability-on-Child-Development-Fact-Sheet.PDF>,
- Stoltz, G.P. (2007). *Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. alih bahasa: Hermaya.T. Jakarta: PT Grasindo
- Wardani, Wiwit Salindri Kusuma, and Satih Saidiyah. (2016). Daya Juang Mahasiswa Asing. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 3.2 (2016): 213-224.
- Webley, P. & Nyhus, E. K. 2006. Parents' Influence on Children's Future Orientation and Saving. *Journal of Economic Psychology*, 27, 140-164. <http://home.uia.no/ellenkn/WebleyNyhus2006.pdf>., diakses 26 September 2020.
- Zainuddin. (2011). Pentingnya adversity quotient dalam meraih prestasi belajar. *Jurnal Guru Membangun*. 26 (2), 1-10