

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU DALAM MENYUSUN SKRIPSI DI MASA PANDEMI COVID-19

Syintya Eka Putri¹, Jumaini², Sri Utami³

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau

E-mail: syintya.eka3719@student.unri.ac.id

Abstract

Students in the process of working on a thesis are often faced with various problems that can cause stress. Students may have high self-efficacy to turn obstacles into challenges so that students don't just give up in the face of obstacles in writing a thesis. Determine the relationship between self-disclosure and self-efficacy with stress during the Covid-19 pandemic. Using descriptive correlation design, cross sectional approach. The research sample was 129 people using total sampling technique. The analysis used is univariate analysis and bivariate analysis using chi-square test. The results of the bivariate test have no relationship between self-disclosure and stress in students (p value $0.589 > 0.05$) and there is a significant relationship between self-efficacy and stress in students (p value $0.001 < 0.05$). There is no relationship between self-disclosure and stress and there is a relationship between self-efficacy and stress for students

Keywords: self efficacy, stress, students

PENDAHULUAN

Skripsi adalah mata ajar wajib untuk seluruh mahasiswa sebagai salah satu syarat akhir pendidikan akademiknya (Hasanah, 2019). Skripsi dapat dikatakan sebagai salah satu bukti yang menunjukkan kemampuan mahasiswa pada bidang akademik yang didalamnya membahas tentang suatu penelitian yang dilakukan. Akan tetapi, mengerjakan sebuah skripsi tidaklah sesederhana menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan pada umumnya (Handayani dkk., 2019).

Proses penyusunan skripsi dilaksanakan secara individu oleh tiap-tiap mahasiswa. Masing-masing mahasiswa memiliki penelitian dengan jenis yang berbeda-beda, dilakukan secara individu bertujuan supaya mahasiswa mampu menemukan penyelesaian masalah mengenai penelitian yang dilakukannya (Handayani dkk., 2019). Ketika proses mengerjakan skripsi adakalanya mahasiswa dihadapkan pada hambatan seperti kesulitan mencari fenomena penelitian, judul, jurnal dan buku untuk referensi, kesulitan menentukan metode penelitian, munculnya kecemasan ketika berkonsultasi dengan dosen pembimbing, serta waktu dan biaya yang terbatas (Kinasih, 2011).

Masalah-masalah tersebut bisa dianggap sebagai tantangan atau hambatan yang bila tidak diatasi dengan efektif dapat menimbulkan stres (Da'awi & Nisa, 2021).

Stres dalam mengerjakan skripsi terjadi apabila kemampuan mahasiswa lebih kecil dibandingkan beban yang diterimanya pada saat mengerjakan skripsi (Helpiyani dkk., 2019). Stres saat mengerjakan skripsi menimbulkan efek yang beragam mulai dari yang paling ringan, contohnya sakit kepala, tidak memiliki nafsu makan, hingga dampak yang paling berbahaya yaitu bunuh diri (Rahmawati, Mandagi, & Rattu, 2020).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Helpiyani dkk, (2019) kepada 75 orang mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Riau tentang stres akademik mahasiswa dalam menyusun skripsi ditemukan sebanyak 38 orang (50,7%) mengalami stres akademik berat dan 37 (49,3%) orang mengalami stres akademik sedang. Penelitian lain yang telah dilakukan oleh Rahmawati dkk, (2020) terhadap 71 orang mahasiswa menunjukkan sebanyak 47 orang (66,2%) mahasiswa mengalami stres berat, 12 orang (16,9%) mengalami stres sedang dan 12 (16,9%) mengalami stres ringan. Mahasiswa memerlukan unsur kognitif berupa sebuah

keyakinan agar mahasiswa mampu merubah hambatan-hambatan menjadi tantangan supaya tidak menyerah dan mampu menghadapi masalah yang ditemukan saat menyusun skripsi. Keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki seseorang dalam melakukan sesuatu disebut efikasi diri atau *self efficacy* (Purnamasari, 2014).

Self efficacy adalah suatu faktor penting harus mahasiswa miliki untuk dapat mencapai keberhasilan akademiknya, maksudnya dengan adanya efikasi diri yang tinggi, mahasiswa akan mampu menghadapi hambatan-hambatan yang ditemui selama proses penyusunan skripsi (Ana, 2014). *Self efficacy* disebut juga sebagai pencetus bagi mahasiswa untuk memenuhi tindakan dalam menggapai tujuan yang diinginkan.

Fenomena mengenai stres yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir saat menyusun skripsi juga terjadi pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Pada masa pandemi Covid-19, pemerintah mengambil tindakan dengan mengeluarkan peraturan melalui surat edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020, untuk melaksanakan WFH (*Work From Home*) dan SFH (*School From Home*) artinya bekerja dan belajar dari rumah (Kemendikbud, 2020). Menurut Dirjen Dikti (2020) sebanyak 97% perguruan tinggi di Indonesia menggunakan metode pembelajaran secara online. Pembelajaran online ini juga berdampak pada kegiatan perkuliahan yang melibatkan interaksi antara mahasiswa dengan dosen yang menyebabkan mahasiswa kesulitan untuk melakukan bimbingan dalam menyusun tugas akhir serta menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam melakukan riset lapangan.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan *Self Efficacy* dengan Stres pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam Menyusun Skripsi di Masa pandemi Covid-19”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasi menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini memiliki sampel sebanyak 129 mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas

Riau yang sedang menyusun skripsi di Masa pandemi Covid-19. Penelitian dilakukan pada bulan Juli 2021 dengan menyebarkan kuesioner secara online kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini menerapkan etika penelitian diantaranya *informed consent*, *anonymity* dan *confidentiality*. Kuesioner yang digunakan diadaptasi dari penelitian yang berkaitan dengan *self efficacy* dan stres pada mahasiswa pada saat menyusun skripsi. Indikator dari setiap variabel menggunakan skala likert dengan hasil ukur ditentukan melalui uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* pada setiap variabel *self efficacy* dan stres. Sebelum digunakan kuesioner terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai r tabel (0,444). Uji validitas dan reliabilitas dilakukan sebanyak dua kali pada 40 orang mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi. Analisis univariat dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, tempat pengungkapan diri, *self efficacy* dan stres.

Analisa bivariat dilakukan pada dua variabel yaitu, variabel independen (*self efficacy*) dan variabel dependen (stres mahasiswa saat menyusun skripsi). Untuk mengetahui hubungan antara variabel digunakan uji statistik uji *Chi-Square* dengan derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$).

HASIL PENELITIAN

1. Analisis univariat

Tabel 1 *Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=129)*

	Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase
		N	%
1.	Usia		
	20 tahun	1	0,8
	21 tahun	43	33,3
	22 tahun	81	62,8
	23 tahun	4	3,1
	Total	129	100
2.	Jenis kelamin		
	Laki-laki	12	9,3
	Perempuan	117	90,7
	Total	129	100

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan bahwa sebagian besar responden berumur 22 tahun (62,8%), berjenis kelamin perempuan 117 responden (90,7%). Dan mayoritas

mengungkapkan diri pada teman yaitu sebanyak 92 orang (71,3%).

Tabel 1.2 *Distribusi Frekuensi self efficacy dalam menyusun skripsi (n=129)*

Self Efficacy	Jumlah		Persentase	
	N	%	N	%
Rendah	59	45,7		
Tinggi	70	54,3		
Total	129	100		

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan bahwa dari 129 responden, mayoritas memiliki *self efficacy* tinggi (54,3%).

Tabel 1.3 *Distribusi frekuensi stres mahasiswa dalam menyusun skripsi (n=129)*

Stres	Jumlah		Persentase	
	N	%	N	%
Ringan	16	12,4		
Sedang	92	71,3		
Berat	21	16,3		
Total	129	100		

Berdasarkan dari tabel di atas, didapatkan bahwa dari 129 mahasiswa, mayoritas mengalami stres sedang (71,3%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 2.1 Hubungan *self efficacy* dengan stres pada mahasiswa

Self Efficacy	Stres						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Rendah	2	1,6	41	31,8	16	12,4	59	45,7
Tinggi	14	10,9	51	39,5	5	3,9	70	54,3
Total	16	12,4	92	71,3	21	16,3	129	100

Hasil analisa hubungan antara *self efficacy* dengan stres mahasiswa dalam menyusun skripsi menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki *self efficacy* tinggi dengan tingkat stres sedang sebanyak 51 orang (39,5%).

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Usia

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan pada 129 responden didapatkan hasil bahwa responden berusia antara 20-23 tahun, mayoritas responden berusia 22 tahun (62,8%). Usia 22 tahun termasuk kedalam periode dewasa awal. Usia dewasa awal

merupakan periode usia yang penuh dengan ketegangan emosional, periode komitmen, periode isolasi sosial, kreativitas, ketergantungan serta penyesuaian diri terhadap pola hidup yang baru (Jahja, 2011). Dari segi emosi, periode dewasa awal adalah puncak emosionalitas, maksudnya emosi yang tinggi berkembang pada tahap ini. Pada tahap dewasa awal individu di tuntut untuk bisa mencapai kematangan emosional, seperti mampu mengelola, mengendalikan dan mengekspresikan emosi dengan cara yang benar (Fadlunnida, 2019).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ambarwati, Pinilih, dan Astuti (2017) tentang gambaran tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang didapatkan bahwa mayoritas responden juga berusia 22 tahun. Penelitian lain yang dilakukan Thapar (2012) didapatkan hasil bahwa faktor usia bisa mempengaruhi stres karena faktor usia berkaitan erat dengan tingkat kedewasaan seseorang, sehingga dengan bertambahnya usia diharapkan seseorang mampu melaksanakan tugas dan mampu bertanggung jawab. Pada periode usia ini mahasiswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan tugas dan tanggung jawabnya sebagai seorang pelajar yang mana apabila hal tersebut dilakukan dapat menimbulkan stres.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 129 responden didapatkan mayoritas perempuan (90,7%). Perempuan umumnya mempunyai tingkat yang stres lebih tinggi daripada laki-laki karena laki-laki menggunakan logika sehingga lebih santai dalam menghadapi masalah sedangkan perempuan menggunakan perasaan sehingga lebih beresiko mengalami stres (Goff, 2018). Populasi mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Riau didominasi oleh perempuan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Marbun, Arneliwati, dan Amir (2018) yang menunjukkan mayoritas responden perempuan dengan jumlah 63 orang (86,3%).

c. Self Efficacy Mahasiswa

Mayoritas tingkat *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa dalam menyusun skripsi

adalah *self efficacy* dengan kategori tinggi sebanyak 70 orang (54,3%). Menurut (Bandura, 1997) efikasi diri merupakan hasil dari mekanisme kognitif berupa keyakinan, keputusan, dan harapan tentang sejauh mana seseorang memperkirakan kemampuan yang dimilikinya melaksanakan suatu tugas atau tindakan tertentu yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil yang maksimal. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Alimah dan Khoirunnisa (2021) yang mengatakan bahwa *self efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa mayoritas pada kategori tinggi. *Self efficacy* yang dimiliki meningkatkan keyakinan mahasiswa pada kemampuannya agar bisa menyelesaikan skripsi. Mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi sehingga dengan keyakinan yang dimilikinya, rasa terbebani dengan adanya tuntutan skripsi yang dirasakan diharapkan bisa menurunkan stres yang dialami oleh mahasiswa selama pengerjaan skripsi.

d. Stres Mahasiswa

Mayoritas tingkat stres yang dimiliki mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah stres dengan kategori sedang sebanyak 92 orang (71,3%). Stres terjadi ketika terdapat perbedaan antara harapan dengan kenyataan yang diterima oleh mahasiswa sehingga bisa menimbulkan ketegangan yang mana ketegangan tersebut dapat berpengaruh terhadap proses pikir, emosi dan kondisi individu (Anggraeni, 2017). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Putri dan Arif (2019) yang menunjukkan mahasiswa mengalami stres sedang sebanyak 30 orang (41,7%). Stres pada mahasiswa ketika menyusun skripsi terjadi karena berbagai hambatan seperti di masa pandemi Covid-19 ini proses konsultasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing dilakukan secara daring tanpa tatap muka langsung yang mana hal ini dapat menyulitkan bagi mahasiswa untuk menerima dan memahami pesan yang disampaikan pembimbing saat konsul, adanya perbedaan persepsi dan lain sebagainya, dan dengan adanya stres yang dirasakan oleh mahasiswa menghambat proses pengerjaan skripsi sehingga menghabiskan waktu yang lebih lama.

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan *Self Efficacy* dan Stres pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 ($p\text{ value} = 0,001 < \alpha 0,05$). Menurut Anindya dan Sartika (2018) efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk bisa menyelesaikan tugasnya. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Anindya (2018) yang menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas mahasiswa memiliki *self efficacy* yang tinggi dan stres sedang sebanyak 51 orang (39,5%). *Self efficacy* yang tinggi menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam menghadapi masalah selama proses pengerjaan skripsi yang mana keyakinan terhadap kemampuan diri tersebut membuat mahasiswa optimis sehingga bisa segera menuntaskan skripsinya. Dengan adanya keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri sendiri dapat menurunkan stres yang dialami karena mahasiswa yakin bisa menghadapi tantangan dalam menyelesaikan skripsi. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Sagita dkk (2017) juga mengatakan bahwa mahasiswa yang berada pada kategori *self efficacy* tinggi, terbukti mengalami tekanan yang lebih rendah ketika berhadapan dengan hal-hal yang dapat menimbulkan stres. Namun pada penelitian ini, terdapat mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah dengan stres yang rendah pula, yakni berjumlah 2 orang dengan persentase 1,6%. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketidakpercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi tidak serta merta membuat mahasiswa menilai situasi tersebut sebagai salah satu stresor, mahasiswa tersebut tidak mempersepsikan tugas dalam menyusun skripsi sebagai hal yang mengancam sehingga tingkat stresnya juga rendah.

Masa pandemi Covid-19 ini

menimbulkan kegelisahan dan keresahan bagi mahasiswa yang harus bisa menyesuaikan diri dan harus tetap menjalankan kewajibannya agar lulus tepat waktu dari perguruan tinggi. Seperti yang dikatakan oleh (Son dkk, 2020) adanya pandemi Covid-19 ini meningkatkan stres pada mahasiswa. Tuntutan lain bagi mahasiswa agar bisa lulus tepat waktu adalah karena biaya perkuliahan yang harus dibayar lebih apabila mahasiswa tidak bisa menyelesaikan perkuliahannya tepat waktu. Tuntutan dan tekanan yang dihadapi mahasiswa inilah yang selanjutnya akan dianggap sebagai stresor yang tidak dapat dikendalikannya (Gamayanti dkk, 2018). Mahasiswa yang dengan efikasi diri yang tinggi ketika mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya untuk bisa menyelesaikan skripsi dengan baik. Hal ini membuat mahasiswa lebih bersemangat dan tidak menyerah ketika mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19 ini. Oleh sebab itu penting bagi mahasiswa untuk yang sedang menyusun skripsi untuk memiliki *self efficacy* yang tinggi dalam dirinya, dengan adanya *self efficacy* yang dimiliki membuat mahasiswa dapat terus konsisten dalam mengerjakan skripsi meskipun mahasiswa juga mengalami stres dan dihadapkan pada tuntutan-tuntutan selama proses penyusunan skripsi tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *self efficacy* dan stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19 yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa: mayoritas responden berusia 22 tahun yaitu sebanyak 81 orang, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 117 orang, mayoritas responden memiliki *self efficacy* dengan kategori sebanyak 70 orang dan mayoritas responden dalam menyusun skripsi mengalami stres sedang sebanyak 92 orang. Hasil analisa bivariat yang telah dilakukan pada variabel *self efficacy* dan stres didapatkan p value $0.001 < 0.05$ yang dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *self efficacy* dan stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi.

SARAN

Bagi perkembangan ilmu keperawatan, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan jiwa yang mana dengan adanya penelitian ini maka secara teoritis bidang ilmu *self efficacy* dan stres dapat dibuktikan. Penelitian ini memiliki keterbatasan, oleh sebab itu peneliti menyarankan supaya ada penelitian serta kajian-kajian yang lebih luas serta mendalam lagi mengenai *self efficacy* dan stres. Pengembangan kajian literatur akan dapat membantu pihak-pihak terkait seperti peneliti, praktisi maupun mahasiswa agar dapat lebih memahami pentingnya *self efficacy* dengan stres.

Bagi mahasiswa yang mengalami stres ketika mengerjakan skripsi diharapkan diharapkan senantiasa memiliki *self efficacy* yang tinggi untuk mampu menghadapi kendala menyusun skripsi.

¹**Syintya Eka Putri:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

²**Ns. Jumaini, M.Kep., Sp.Kep.J :** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Jiwa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

³**Ns. Sri Utami, S.Kep., M.Biomed :** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Maternitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Alimah, C., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(02), 160–170. Retrieved from <http://repository.unika.ac.id/id/eprint/5574>
- Anindya, G. S., & Sartika, D. (2018). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Stress pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Revisi). Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Da'awi, M. M., & Nisa, W. I. (2021).

- Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stres dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi*. 1(1), 67–75.
- Dahlan, M. S. (2009). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Devita, R. (2016). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya*. 8–41.
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi antar manusia* (ed. 5). Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Donsu, J. D. T. (2019). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Fernandi, A. (2021). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Academic Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Jakarta Barat Hubungan Self-Efficacy Dengan Academic Stress*.
- Forest, A. L., & Wood, J. V. (2012). When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on facebook. *Psychological Science*, 23(3), 295–302. <https://doi.org/10.1177/0956797611429709>
- Ghufron, & Risnawati. 2016. *Teori-teori Psikologi*. (R. Kusumaningratri, Ed.). Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Giyarto. (2018). Stres pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi universitas muhammadiyah surakarta dalam mengerjakan skripsi. *Skripsi*, 6–9.
- Harahap, N. F. (2018). *Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Istri Di Kelurahan Mangga , Medan Skripsi Oleh : Nursyah Fitri Harahap Fakultas Psikologi*.
- Hardjana, A. M. (2002). *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres* (Cetakan Ketujuh). Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Helpiyani, H., Jumaini, & Erwin. (2019). Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi. 2019, 8719(2006), 363–369.
- Tabroni, I., Nauli, F. A., & Arneli. (2021). Gambaran Tingkat Stres dan Stresor pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri. *Jurnal Keperawatan*, 13.