

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI STIKES PIALA SAKTI PARIAMAN

## *THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT AND STRESS LEVELS IN STUDENTS WORKING ON THEIR THESIS AT PIALA SAKTI PARIAMAN HEALTH COLLEGE*

Deperman Kasmora<sup>1</sup>, Larasuci Arini<sup>1</sup>, Ulil Amri Tanjung<sup>1</sup>, Bismar Pardamean<sup>\*</sup>

<sup>1</sup> STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 0812374499579

\*Email: bismarpardamean11@gmail.com

Naskah Masuk: 02-06-2024

Naskah Diterima: 03-06-2024

Naskah Disetujui: 03-06-2024

### ABSTRACT

*Thesis assignment is a difficult final assignment and takes a long time so that it has an impact on psychology and physical so that it gives rise to negative attitudes in making the title or the process of working on it. Difficulties in doing thesis assignments faced by a nursing student can trigger stress. The purpose of this study was to determine the relationship between peer social support and stress levels in students working on their thesis at STIKES Piala Sakti Pariaman. This type of quantitative research with a descriptive analytical design with a Cross Sectional Study approach. The research sample consisted of 36 people. Sampling was done by total sampling. Statistical tests using Chi Square. The results of the study showed that most (61.1%) respondents received social support from peers in compiling their thesis. Most (72.2%) respondents experienced mild stress in compiling their thesis. The results of the square test statistical test obtained a value of  $P = 0.005$  ( $P < 0.05$ ). In conclusion, there is a significant relationship between peer social support and stress levels in students working on their thesis at STIKES Piala Sakti Pariaman.*

**Keywords:** *Stress, Peer Social Support*

### ABSTRAK

Tugas skripsi merupakan tugas akhir yang sulit dan membutuhkan waktu yang lama sehingga berdampak pada psikologi dan fisik sehingga memunculkan sikap negatif dalam pembuatan judul atau proses pengerjaannya. Kesulitan dalam melakukan tugas skripsi yang dihadapi seorang mahasiswa keperawatan dapat memicu terjadinya stress. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di STIKES Piala Sakti Pariaman. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dengan pendekatan Cross Sectional Study. Sampel penelitian berjumlah 36 orang. Pengambilan sampel dengan cara total sampling. Uji statistik menggunakan Chi Square. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar (61,1%) responden mendapat dukungan sosial dari teman sebaya dalam menyusun skripsi. Sebagian besar (72,2%) responden mengalami stres ringan dalam menyusun skripsi. Hasil uji statistik uji square di dapatkan nilai  $P = 0,005$  ( $P < 0,05$ ). kesimpulannya, terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Stikes Piala Sakti Pariaman.

**Kata Kunci:** *Stres, Dukungan Sosial Teman Sebaya*

## PENDAHULUAN

Stres merupakan salah satu masalah yang seringkali dialami dalam kehidupan sehari-hari. Stres adalah suatu reaksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan, atau perubahan (Tjin, 2019). Itulah sebabnya stres terkadang sulit dihindari tidak terkecuali mahasiswa (Rizal, 2019). Mahasiswa sering diperhadapkan dengan berbagai masalah termasuk akademis yang dapat menyebabkan stres.

Stres adalah suatu reaksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan, atau perubahan. Stres terbagi menjadi 2 macam, yaitu eustress dan distress. Eustress adalah stres yang bersifat positif atau dapat memberi manfaat dan distress adalah stres yang bersifat negatif atau dapat mengganggu (Sarafino, 2011). Beberapa contoh eustress seperti ketika mahasiswa yang mengerjakan skripsi dibantu temannya kemudian mahasiswa tersebut merasa menjadi lebih semangat dibanding sebelum dibantu. Kemudian eustress tersebut juga dapat membantu motivasi mahasiswa ketika mengerjakan skripsi. Beberapa contoh distress seperti dimana mahasiswa menjadi cemas, khawatir

atau gelisah ketika mengerjakan skripsi. Sehingga timbul keinginan mahasiswa untuk menghindarinya.

Sumber stres terbagi menjadi tiga jenis yaitu sumber yang berasal dari diri sendiri, sumber yang berasal dari keluarga, sumber yang berasal dari komunitas dan masyarakat. Ketiga jenis sumber tersebut terjadi di dalam kehidupan individu. Di dalam kehidupan individu terdapat dukungan sosial. Menurut Sarason dkk, dukungan sosial dapat menonaktifkan efek stres, membantu seorang individu mengatasi peristiwa stres, dan mengurangi kemungkinan bahwa stres akan menyebabkan kesehatan yang buruk (Taylor, dalam mega 2017).

Salah satu faktor yang dapat mengubah persepsi individu pada kejadian yang menimbulkan stress dan dapat mengurangi potensi terjadinya stres yaitu dukungan sosial (Marbun, Arneliwati & Yufitriana, 2018). Dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena ada kehadiran orang yang mendukung. Individu yang mendapatkan 2 dukungan emosional dan fungsional terbukti lebih sehat jika dibandingkan

dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan. Mahasiswa perlu mencari teman atau kelompok yang mendukung proses penyusunan skripsi (Khalika, 2019).

Mahasiswa tingkat akhir seringkali mengalami stress, salah satu tugas yang dapat memicu munculnya problematika tersebut adalah skripsi atau tugas akhir. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Ketika menyusun skripsi mahasiswa akan dituntut lebih mandiri dan disiplin dalam mengatur jadwal untuk mencapai target-target perencanaan yang berkaitan dengan skripsinya, seperti melakukan survey lapangan, berpikir dan menulis secara ilmiah. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan skripsi setelah lulus tetapi juga dituntut untuk hidup lebih mandiri dalam menentukan masa depannya.

Adapun faktor yang menjadi penghambat dalam pengerjaan skripsi menurut Mutadin (Rozaq, 2014) antara lain kejenuhan dalam mengerjakan skripsi, proses yang lama dalam pencarian data dan pengumpulan data,

kesulitan menuangkan pikiran kedalam bentuk tulisan, kesulitan membagi waktu antara mengerjakan skripsi dengan aktivitas lainnya.

Mahasiswa tingkat akhir mengalami stres dan tekanan psikologis selama masa pengerjaan skripsi. Dari banyaknya permasalahan yang dihadapi mahasiswa yang mengerjakan skripsi ini membuatnya tidak dapat menentukan cara penyelesaian masalah dengan baik akibat tekanan yang dirasakannya, terjadilah cekcok soal skripsi yang membuat mahasiswa membunuh dosen, tidak selesai sampai disitu saja bahkan mahasiswa pun ada yang bunuh diri diduga akibat stress gara-gara skripsi.

Berdasarkan Survei menurut American College Health Association (2015) didapati juga 30 % mahasiswa mengalami stres negatif dalam kinerja akademis. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (2018), menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional termasuk stres untuk usia lebih dari >15 tahun naik dari 6% menjadi 9,8%. Bisa disimpulkan bahwa stres bersifat universal, yaitu semua orang dapat mengalami stres hanya saja setiap orang berbeda dalam cara pengungkapan atau mengatasinya. Menurut penelitian

Marbun, Arneliwati & Yufitriana (2018), gambaran stres pada mahasiswa keperawatan sekitar 67 responden (91,8%) mengalami stres sedang, 3 responden (4,1%) mengalami stres ringan, sedangkan yang mengalami stres berat sekitar 3 responden (4,1%) (Risikes Das, 2018).

Gejala psikologis yang mereka rasakan ketika mengerjakan adalah mereka menjadi cemas ketika teman-temannya sudah lulus duluan, gelisah, timbulnya perasaan sedih ketika mereka tidak dapat menyelesaikan. Kemudian gejala biologis atau fisiologis yang mereka rasakan adalah mereka menjadi pusing, deg-degan saat mau bimbingan, tertekan, menurunnya kesehatan diri. Lalu gejala kognitif yang terjadi adalah banyak pikiran, sulit mengambil keputusan, kurangnya konsentrasi saat mengerjakan dan bimbingan. Setelah itu gejala perilaku yang terjadi adalah mereka menjadi sulit tidur, mereka akan melakukan aktivitas lain yang dianggap menarik contohnya seperti lebih mengutamakan bermain game, hangout, dan nonton film dibanding mengerjakan skripsi. Apabila mahasiswa tersebut tidak dapat mengatasi kendala-kendalanya, maka mahasiswa akan merasakan stres. Stres bisa dialami oleh

setiap orang termasuk mahasiswa. Dari ketiga gejala yang mahasiswa rasakan, termasuk dalam ciri-ciri dari gejala stres. Hal ini seperti yang dikatakan Robbins (2014) bahwa gejala psikologis-kognitif, fisiologis dan perilaku merupakan gejala stress.

Berdasarkan pernyataan robin di atas maka mahasiswa perlu penggunaan strategi mengatasi fokus masalah, yang pertama kali adalah berusaha untuk menghibur dan memotivasi diri mereka sendiri. Untuk memotivasi diri sendiri, mereka membutuhkan dukungan sosial yang baik dari lingkungan mereka. Oleh karena itu dukungan sosial menjadi hal yang penting bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi agar terhindar dari stress. Hal ini didukung dengan temuan Smert (1994 dalam Sari 2020) salah satu cara untuk meredakan stress adalah dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya. Karena teman sebaya merupakan orang yang paling dekat dengan mahasiswa yang tinggal di rantau, dan mereka akan merasa memiliki beban yang sama sehingga merasa dekat secara emosional.

Dukungan sosial merupakan bentuk perhatian, penghargaan, semangat, penerimaan, maupun pertolongan dalam bentuk lainnya yang

berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial dekat diantaranya orang tua, saudara, anak, sahabat, teman maupun orang lain dengan tujuan membantu seseorang saat mengalami permasalahan (Taylor, 2012).

Menurut Sarafino (dalam Erlangga; 2017) dukungan sosial yaitu kesenangan yang dirasakan oleh seseorang atas perhatian, penghargaan, dan pertolongan yang diterima dari orang lain. Berdasarkan pendapat Kumalasari & Ahyani (2012) Dukungan sosial lebih pada bagaimana seseorang memaknai bantuan dan rangkulan yang diberikan oleh orang lain kepadanya. Dukungan sosial juga berperan penting dalam meminimalisasi stress dan efek negatif pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang ditunjukkan melalui menurunnya tingkat depresi dan kecemasan pada mahasiswa (Dwayani, Sukarlan, Tunip; 2011).

Menurut Wentzel (dalam Apollo dan Cahyadi, 2012) dukungan sosial bersumber dari orang yang memiliki hubungan yang berarti bagi individu, seperti keluarga, teman dekat, pasangan, rekan kerja, saudara, dan teman-temannya. Salah satu dukungan sosial yang sangat berpengaruh bagi mahasiswa rata-rata yang sedang

mengerjakan skripsi adalah dukungan sosial teman sebaya.

Teman sebaya merupakan remaja dengan tingkat umur atau tingkat kedewasaan yang sama Menurut Papalia (2008 dalam, 2020) Kelompok teman sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman, panduan moral, tempat bereksperimen dan setting untuk mendapatkan independensi dari orang tua. Selain itu Coopersmith (1998 dalam Sari, 2020) menambahkan bahwa terdapat ciri-ciri orang yang mendapatkan dukungan sosial yang baik dari teman sebaya adalah dengan menunjukkan seperti mandiri, aktif, berani mengemukakan pendapat, dan percaya diri. hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Wahyu (2017), bahwa ada hubungan yang signifikan antaradukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa S1 Keperawatan dalam menyusun skripsi.

Penelitian yang dilakukan dari Dini dan Arif (2019), bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stress dalam menyusun tugas akhir atau skripsi. Dukungan sosial teman sebaya akan mengurangi stress pada mahasiswa sehingga kesehatan

menjadi optimal (Sarafino & Timothy, 2011).

Penelitian lain yang dilakukan Alimoradi, dkk (2014) tentang hubungan antara dukungan sosial dan masalah psikologis seperti depresi, kecemasan dan stres yang menyatakan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan masalah psikologis, yaitu semakin tingginya dukungan sosial yang diberikan kepada mahasiswa pascasarjana, maka semakin rendah masalah psikologis yang mereka rasakan. Pentingnya mengenali dan mengelola dukungan sosial supaya masalah psikologis yang dialami tidak mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Mega (2021) terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di universitas medan area, dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan sebesar 16,8% dan 83,2% disebabkan oleh faktor-faktor lain.

Lalu hal ini juga terdapat didalam oleh Tentama (2014) menyatakan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan gangguan stres pasca trauma (PTSD) pada siswa

siswi SMPN 1 Turi Sleman Yogyakarta dimana semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki remaja, semakin tinggi gangguan stres pasca trauma yang dialami remaja.

Berdasarkan dari beberapa contoh permasalahan di atas, masalah tersebut juga terjadi pada mahasiswa Keperawatan Sikes Piala Sakti Pariaman. Hasil wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman, permasalahan terkait penyusunan skripsi yaitu terkadang sulit menemui dosen pembimbing, sulit mencari referensi, sulit mendapatkan tempat untuk mengambil data, adanya perbedaan pendapat antara dosen pembimbing satu dan dua, jenuh saat mengerjakan skripsi, malas untuk mengerjakan, dan sulit untuk menuangkan pikiran ke dalam bentuk tulisan atau ide tidak muncul. Kemudian beberapa subjek juga mengatakan bahwa mereka menghadapi skripsi karena adanya tekanan dari luar seperti dari pihak keluarga, teman.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di STIKes Piala Sakti Pariaman.

## METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik, untuk melihat hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dengan desain penelitian cross sectional study yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Piala Sakti Pariaman yaitu sebanyak 36 orang. Berdasarkan jumlah populasi yang didapatkan tidak lebih dari 100 orang respondent, maka dalam penelitian ini sampel yang di ambil adalah 100% jumlah populasi yang ada pada Mahasiswa S.1 Keperawatam Stikes Piala Sakti Pariaman yang berjumlah 36 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2011). Alasan mengambil total sampling karena menurut (Sugiyono, 2011) jumlah populasi yang kurang dari 100, seluruh populasi

dijadikan sampel penelitian semuanya. Adapun kriteria inklusi sampel adalah berada ditempat saat melakukan penelitian, mahasiswa S.1 Keperawatan yang sedang menyusun skripsi, dan mahasiswa bersedia menjadi sampel penelitian dan menandatangani informed consent. Data primer dalam penelitian ini didapatkan dari hasil wawancara dan penyebaran hasil kuesioner kepada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Data Sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari rekapan dari Stikes Piala Sakti Pariaman. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial dan stres adalah skala likert. Skala likert terdiri atas empat pilihan pernyataan yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan Sangat tidak setuju (STS). Penyusunan item skala likert dibedakan berdasarkan item yang positif (favourable) dan item yang negatif (unfavourable).

Untuk mengukur dukungan sosial. Peneliti mengadaptasi skala dukungan sosial teman sebaya Rahmasari (2016) yang terdiri dari 15 item. Skala dukungan sosial ini didukung dari 4 macam dukungan sosial (Taylor, 2003) yaitu Dukungan sosial terbentuk menjadi 4 macam yaitu Dukungan instrumental, dukungan informasi,

dukungan emosional dan dukungan penghargaan. Kemudian peneliti juga mengadaptasi skala stres Sulistiyowati (2016) yang terdiri dari 15 item yang. Skala stres terbentuk dari 3 aspek yaitu aspek biologis, aspek psikologis dan aspek perilaku sosial. Analisis univariat digunakan untuk menyajikan hasil penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekwensi sesuai dengan sub variabel penelitian dan dipersentasekan. Analisa bivariat merupakan analisis untuk memperlihatkan hubungan antara dua variabel yaitu variabel dependen dengan menggunakan tes kemaknaan berupa tes  $X^2$  (Chi square) dengan derajat kepercayaan 95%. Hasil perhitungan statistik dapat menunjukkan ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel yang diteliti yaitu dengan melihat nilai p. Jika  $p \leq 0,05$ , berarti terdapat hubungan yang signifikan antara satu variabel dengan variabel lainnya, dan jika nilai  $p > 0,05$  maka tidak bermakna dengan komputerisasi. (Dahlan, 2013).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi dukungan sosial teman sebaya dalam Menyusun skripsi pada mahasiswa STIKes Piala

Sakti Pariaman dapat terlihat pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi frekuensi dukungan sosial teman sebaya dalam Menyusun Skripsi pada mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman Jurusan S.1 Kep Reguler

Dukungan Sosial teman Sebaya	f	%
Mendukung	22	61.1
Tidak mendapat dukungan	14	38.9
<b>Jumlah</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar yaitu 22 (61,1%) responden mendapat dukungan sosial dari teman sebaya dalam menyusun skripsi. Untuk distribusi frekuensi tingkat stress mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman dalam Menyusun skripsi dapat terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa dalam Menyusun Skripsi pada mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman Jurusan S.1 Kep Reguler

Tingkat Stres Mahasiswa	Frekuensi	%
Ringan	26	72.2
Sedang	10	27.8
<b>Jumlah</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar yaitu 26 (72,2%) responden mengalami stres ringan dalam menyusun skripsi. Sedangkan hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa dapat terlihat pada Tabel 3.



Tabel 3. Hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman Jurusan S.1 Kep Reguler

Dukungan sosial	Tingkat stres				Total	
	Ringan		Sedang		f	%
	F	%	f	%		
Mendukung	20	90.9	2	9.1	22	100
Tidak mendapat dukungan	6	42.9	8	57.1	14	100
<b>Total</b>	26	72.2	11	27.8	36	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa persentase tingkat stres sedang lebih banyak ditemukan pada responden yang tidak mendapat dukungan sosial teman sebaya dibandingkan dengan responden yang mendapatkan dukungan (57.1% : 9.1%). Hasil uji statistik di dapatkan dengan  $P=0,005$  ( $P < 0.05$ ), artinya ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Stikes Piala Sakti Pariaman.

Hasil penelitian tentang dukungan sosial teman sebaya pada Mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman didapatkan bahwa sebagian besar (62,2%) responden mendapat dukungan sosial dari teman sebaya.

Dukungan sosial merupakan interaksi interpersonal seperti pemberian perhatian emosi, pemberian bantuan instrumental, penyediaan informasi, ataupun pertolongan dalam bentuk

lainnya (Sarafino, 2011). Dukungan sosial membuat individu merasa mampu menghadapi rintangan ketika melakukan sesuatu, Seperti halnya mahasiswa yang menulis skripsi, dukungan sosial dapat memungkinkan mereka untuk mengatasi stres, menurunkan tingkat stres dan melakukan berbagai upaya untuk mencapai sasaran atau tujuan.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arif Iswanto (2019), Pada penelitiannya tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran juga didapatkan sebagian besar responden 52%. mendapat dukungan sosial dari teman sebaya yaitu sebanyak 38 orang (52,8%).

Menurut peneliti responden memberi dukungan sosial kepada teman sebaya sedang mengerjakan skripsi karena memandang skripsi suatu tugas yang harus dilalui yang menjadikan responden lebih berpikir positif dan dari responden banyak yang sudah mengerjakan skripsi hingga bab terakhir harapannya untuk mendapat gelar sarjana. Selain itu usia juga dapat mempengaruhi pemberian dukungan sosial teman sebaya sedang mengerjakan

skripsi, penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia antara 21 hingga 22 tahun, dengan bertambahnya usia seseorang sehingga mampu mengatasi dan berpikir positif tentang penyusunan skripsi secara cepat, tepat dan mudah dalam pelaksanaannya.

Hasil penelitian Hasil penelitian tentang stres pada Mahasiswa STIKes Piala Sakti Pariaman menunjukkan bahwa sebagian besar yaitu 26 (70,3%) responden mengalami stres ringan. Stres adalah berupa tekanan, ketegangan, kekuatan eksternal yang tidak menyenangkan, Pada hakekatnya stress adalah interaksi individu dengan lingkungan, menyebabkan adanya suatu tekanan dan mempengaruhi aspek fisik perilaku, kognitif dan emosional. (Fatmawati & sari 2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi antara lain: Faktor internal mahasiswa Jenis kelamin, Intelligensi dan tugas akademik (skripsi), yang dianggap berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stres. Hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya, hubungan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan lingkungan sosialnya meliputi dukungan sosial yang diterima

dan integrasi dalam hubungan interpersonal dengan lingkungan sosialnya.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arif Iswanto (2019), Pada penelitiannya tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran juga didapatkan sebagian besar responden 43,1% mengalami stres ringan.

Menurut peneliti usia dapat mempengaruhi stres mahasiswa sedang menyusun skripsi. hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar (75%) responden memiliki jenis kelamin perempuan, karena perempuan mempunyai 2 hormone yang memicu stress dan sehingga mengalami beban yang berat wanita pun mulai menggunakan perasaannya sehingga semakin berat beban dan masalah maka akan mudah sedih, gelisah, binggung hingga akan lebih mudah stress pada mahasiswa perempuan sehingga akan terjadinya stress pada mahasiswa tersebut. selain itu, usia dapat berpengaruh terhadap stres hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar (75%) responden memiliki umur

pada rentang 21-22 tahun. Menurut peneliti pada umur 23 rentang terjadi stress kerana tekanan akademik yang bertambah dengan adanya tugas akhir penyusunan skripsi sehingga pada umur tersebut mulai tidak mampu menganalisa masalah dengan baik dan pemikiran yang pendek justru akan berdampak pada fisik dan psikologi seorang mahasiswa tersebut akan lebih mudah marah, putus asa sehingga akan terjadinya stress pada mahasiswa tersebut.

Hasil penelitian didapatkan persentase tingkat stres sedang lebih banyak ditemukan pada responden yang tidak mendapat dukungan sosial teman sebaya dibandingkan dengan responden yang mendapatkan dukungan (57.1% : 9.1%). Hasil uji statistik di dapatkan dengan  $P= 0,005$  ( $P < 0.05$ ), artinya ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Stikes Piala Sakti Pariaman.

Mahasiswa yang memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya tinggi memiliki dukungan emosional yang baik. Individu memiliki rasa empati yang baik terhadap temannya, merasa mendapat perhatian dan mendapat kepercayaan dari teman-temannya.

Individu mendapatkan kenyamanan saat berada bersama teman-temannya saat belajar bersama atau melakukan kegiatan secara bersama. Kaitan dukungan sosial teman sebaya dengan stres dalam mengerjakan skripsi sangatlah penting. Karena dukungan sosial teman sebaya berkontribusi positif dalam memberi dukungan teman-temannya. House & Kahn (dalam Arham, 2015).

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahakratat (2021) terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas keperawatan UNKLAB dimana koefisien korelasi hubungan yang sedang dengan arah korelasi negatif yang artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka tingkat stres mahasiswa juga akan semakin rendah atau semakin tinggi tingkat stress maka semakin rendah dukungan sosial teman sebaya.

Menurut peneliti respondent memiliki tingkat stress sedang karena masih gelisah memikirkan skripsi yang belum selesai dan banyaknya mahasiswa yang berfikir positif sehingga tekanan internal maupun eksternal atau beban yang dihadapi dalam menyusun skripsi

semakin kecil sehingga stress yang terjadi tingkat stress ringan lebih banyak dari tingkat stress sedang.

## KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Stikes Piala Sakti Pariaman..

## REKOMENDASI

Rekomendasi peneliti terhadap responden yaitu diharapkan mahasiswa dapat selalu meningkatkan pertemanan dengan teman sebaya untuk bisa mendapatkan dukungan didalam pembelajaran terutama saat menyusun skripsi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimoradi, Mahnaz, dkk. (2014). The Study of links between social support psychological problems among youth. *International Journal of Basic Sciences & Applied Research*. Vol. 3 (SP), 270-27
- Dahlan, M. Sopiudin, 2013, *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat: Seri 1, edisi 3*, Salemba Medika, Jakarta. Editions. USA: Pearson
- Khalika N, N. (2019). Depresi karena skripsi, kampus dan dosen wajib menolong mahasiswa. Diakses 15 November 2020 <https://bit.ly/35vcIjm>
- Marbun A. P. S., Arneliwati, Yufitriana A. (2018). Faktor faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa program transfer keperawatan yang sedang menyusun skripsi *Journal Online Mahasiswa*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas). (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Diakses dari <https://bit.ly/3cmPCNR>
- Robbins, Stephen P & Judge, Timothy A. (2014). *perilaku organisasi*. Edisi keenam belas. Jakarta: PT Salemba Empat
- Sarafino, E.P . (2011) *Health Psychology: (Biopsychologysosial Interaction edition)*. New York : McGraw-Hill Inc Boston
- Sugiyono. (2011). *Meode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sulistiyowati, Mulia. (2016). Hubungan self efficacy dengan stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Mala*
- Fatmawati & sari (2015). *Hasil tingkat stress pada mahasiswa*. Universitas surakarta