

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

Rosalia Juwita Putri¹

Fakultas Psikolog, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

IGAA Noviekayati²

Fakultas Psikolog, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Amherstia Pasca Rina³

Fakultas Psikolog, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

E-mail: rosaliajuwitaputri@gmail.com

Abstract

Students are individuals who pursue education in higher education. When studying at the end of college students have responsibilities that must be fulfilled, one of which is a thesis. In preparing the thesis, students often experience difficulties in the process. The difficulties experienced by final students if they experience continuous obstacles will make them stressed. This study aims to determine the relationship between learning motivation and social support with the stress level of students who are preparing a thesis. In this study using quantitative methods with multiple regression analysis correlation techniques. This study used a sample of 132 Psychology Students at the University of August 17, 1945. The results showed 1) There is a relationship between learning motivation and social support with the stress level of students who are preparing a thesis. 2) There is a negative relationship between learning motivation and the stress level of students who are preparing a thesis. 3) There is no relationship between social support and the stress level of students who are preparing a thesis. This means that the higher the learning motivation and social support, the lower the stress level of students who are preparing the thesis.

Keywords: Learning Motivation, Social Support, Stress

Abstrak

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Saat menempuh pendidikan di akhir perguruan tinggi mahasiswa memiliki tanggung jawab yang harus dipenuhi, salah satunya adalah skripsi. Pada penyusunan skripsi seringkali mahasiswa mengalami kesulitan-kesulitan dalam prosesnya. Kesulitan yang dialami oleh mahasiswa akhir jika mengalami hambatan terus menerus akan membuatnya menjadi stress. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik korelasi analisis regresi berganda. Penelitian ini menggunakan sampel 132 Mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945. Hasil penelitian menunjukkan 1) Adanya hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. 2) Adanya Hubungan yang negatif antara motivasi belajar dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. 3) Tidak adanya hubungan dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya semakin tinggi motivasi belajar dan dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Motivasi Belajar, Stress

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

Pendahuluan

Pendidikan di perguruan tinggi akan mengubah posisi dari siswa menjadi mahasiswa. Selama menikmati diperkuliahan, mahasiswa akan menghadapi beberapa tantangan, serta tuntutan yang terus menerus untuk bisa menyesuaikan dan melakukan perubahan. Mahasiswa juga harus bertanggung jawab untuk menyelesaikan tantangan diperkuliahan tersebut. Tantangan kehidupan kampus dalam lingkungan baru sangat berbeda dengan lingkungan pendidikan sebelumnya. Saat melakukan penyusunan skripsi ternyata jumlahnya tidak sedikit mahasiswa saat mengalami kesulitan pada prosesnya. Kesulitan tersebut yang akhirnya menimbulkan tekanan bagi mahasiswa akhir. Semakin kompleks dalam penyusunan skripsi, maka semakin tinggi tingkat kesulitan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya hal tersebut yang akan memicu reaksi salah satunya stress.

Stress adalah suatu keadaan yang membuat individu tertekan karena adanya ketidaksesuaian antara tuntutan dengan kemampuan dalam mengatasinya (Saputri & Sugiharto, 2020). Sarafino & Smith (2011) menelaah aspek-aspek stres, termasuk: a. Dimensi Biologis, yang menimbulkan gejala fisik seperti kepala sakit, pola tidur yang berantakan, pencernaan yang terganggu, dan timbulkan keringat berlebihan. b. Dimensi Psikososial, yang mencakup gejala kognitif, emosional, dan perilaku sosial, seperti gangguan daya ingat, perubahan emosi seperti marah dan kecemasan, serta perilaku sosial negatif seperti menarik diri dari interaksi sosial. Stres dapat menimbulkan efek merugikan pada individu. (Polina & Siang, 2009) menyoroti dua faktor penyebab stres, yaitu: a. Faktor internal, mencakup kurangnya motivasi atau minat pada diri mahasiswa serta memiliki kemampuan akademik yang rendah. b. Faktor eksternal, melibatkan kesulitan dalam topik atau judul skripsi, sulit dalam mencari literatur data, dan masalah dengan dosen pembimbing. Hambatan-hambatan ini dapat memberikan beban pikiran yang signifikan pada mahasiswa, bahkan dapat menyebabkan stress.

Hasil wawancara serta studi awal yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya pada angkatan 2019 yang mengambil skripsi. Peneliti mewawancarai kepada 5 perempuan dan 2 laki-laki yang menyebutkan bahwa dalam mengerjakan skripsi mereka sering mengeluhkan sakit kepala, kebingungan, jantung berdebar-debar dan perut terasa mulas saat ingin bimbingan dengan dosen pembimbing, mudah lelah setelah melakukan bimbingan serta khawatir pada skripsinya. Adapun studi awal yang dilakukan peneliti dalam penyebaran kuesioner, bahwa 14 mahasiswa mudah lelah, melamun, cemas, susah

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

tidur, mudah menangis, mudah tersinggung dan pembayaran yang dikeluarkan sangat banyak dan membuat stress.

Semua tuntutan yang dialami oleh mahasiswa akhir akan mudah mengalami stress karena dipengaruhi salah satu faktor internalnya, salah satunya motivasi. Pada keadaan tertekan dan kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa yang menyusun skripsi motivasi akan menjadi salah satu cara efektif dalam penanganan tersebut. Motivasi merupakan suatu pendorong mendasar yang dapat menggerakkan individu untuk bertindak, dan dorongan ini bisa dari hasrat, kebutuhan, dan minat yang ada dalam diri individu tersebut (Santrock, 2011). Selain itu menurut Efendy, dkk (2021) motivasi berperan penting dalam setiap aspek perilaku manusia. Dalam konteks pendidikan disekolah motivasi dibutuhkan siswa sebagai modal utama dalam mengarahkan dan menuntun perilaku siswa mencapai tujuannya disekolah. Motivasi belajar terbagi menjadi dua aspek: a. Motivasi Intrinsik adalah kemampuan dari dalam diri untuk mencapai keinginannya. Motivasi yang akan mencakup keinginan intrinsik, kemauan dari dalam diri, dan kesadaran dari diri sendiri. b. Motivasi Ekstrinsik adalah melakukan suatu hal dengan tujuan mendapatkan sesuatu yang lain. Ini sering melibatkan upaya untuk mencapai tujuan tertentu melalui insentif eksternal seperti nasehat atau hadiah, serta dipengaruhi oleh imbalan atau hukuman dari luar. Kompri (2016) juga menyoroti faktor-faktor motivasi belajar mahasiswa yang melibatkan: a) Cita-cita dan Aspirasi Mahasiswa: Rencana dan tujuan jangka panjang yang menjadi motivasi bagi mahasiswa. b) Kemampuan Mahasiswa: Tingkat keterampilan dan pengetahuan mahasiswa dalam memahami materi. c) Kondisi Mahasiswa: Faktor internal seperti kesehatan dan kesejahteraan emosional mahasiswa. d) Kondisi Lingkungan Mahasiswa: Faktor eksternal yang mencakup dukungan sosial dan lingkungan fisik di sekitar mahasiswa.

Ada faktor lain yang bisa mengurangi rasa stress pada mahasiswa akhir selain motivasi belajar yaitu dukungan sosial. Santoso (2020) menyatakan bahwa mengurangi tingkat stres dapat dilakukan melalui dukungan sosial. Sebuah pandangan yang sejalan dengan pendapat Hianto dan Theresia (2018) ketika individu sedang mengalami tekanan atau stress, biasanya individu akan mencari atau menerima dukungan pada sosialnya. Pada keadaan tertekan dan kesulitan dukungan sosial merupakan salah satu cara efektif dalam penanganan tersebut. Menerima dukungan sosial secara verbal dan non verbal, telah terbukti bisa mengurangi tingkat stress yang dialami individu seperti yang disampaikan Panjarianto dkk, (2020). Dukungan ini bisa berupa perhatian atau empati, penghargaan, nasehat atau saran, bimbingan dan serta jasa bantuan dari orang lain. Ketika mahasiswa mendapatkan dukungan yang baik maka dapat menimbulkan kepada individu dalam mengerjakan penulisan tugas akhir tersebut. Berbeda ketika mahasiswa yang kurang mendapatkan dukungan sosial yang baik, individu akan sering

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

merasa malas dan menghambat dalam proses penyusunan skripsi tersebut yang akhirnya bisa menimbulkan stress.

Berdasarkan informasi penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Rahmawan (2021) mengenai Adversity Quotient dan Dukungan Sosial dari Teman Sebaya dalam Pengaruhnya terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi menunjukkan kolerasi yang signifikan. Sejalan dengan Saputri & Sugiharto (2020) juga telah meneliti topik tingkat stres dengan *self efficacy* dan *social support* hasil tersebut menunjukkan kolerasi yang signifikan sebesar 0,689. Selanjutnya topik tingkat stres dengan motivasi yang dilakukan Seto, dkk (2020) bahwa hasil penelitian ini terdapat hubungan yang bermakna. Pada penjelasan sebelumnya mengenai studi mengenai tingkat stres pada mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi, peneliti mencatat bahwa perbedaan utama dalam penelitian ini terletak pada populasi serta sampel dari penelitian sebelumnya dan belum ada penelitian yang secara simultan menganalisis ketiga variabel tersebut dalam satu penelitian. Penelitian ini juga bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa. Manfaat pada penelitian ini diharapkan bisa memperluas dalam pembelajaran psikologi pendidikan maupun psikologi sosial dan dapat memberikan informasi dalam upaya menurunkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Penelitian ini berfokus pada 197 mahasiswa psikologi yang terdaftar di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang sedang mengambil mata kuliah skripsi pada semester genap 2022/2023. Pengambilan sampel menggunakan tabel Krejcie, dengan membulatkan angka populasi menjadi 200, sehingga menghasilkan 132 mahasiswa sebagai partisipan. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel kuota, yang melibatkan pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu hingga kuota yang diinginkan tercapai.

Instrumen yang digunakan meliputi skala untuk mengukur motivasi belajar, dukungan sosial, dan tingkat stres dalam mengumpulkan data yang diperlukan. Skala motivasi belajar yang meliputi aspek motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Santrock, 2011). Skala dukungan sosial menggunakan penelitian dari (Sarafino & Smith, 2011) yang meliputi aspek dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Pada skala stres menggunakan (Goliszek, 2005) dengan aspek gejala fisik, gejala emosional, dan gejala perilaku. Peneliti menggunakan

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

aspek dari skala tersebut sebagai landasan untuk membangun instrumen alat ukur. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda.

Hasil

Penelitian ini berlangsung dari tanggal 23 Juni hingga 26 Juni 2023, dengan kuesioner yang disebarakan melalui Google Forms. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang berjumlah 132 responden. Pada kuesioner tersebut berisi skala motivasi belajar, skala dukungan sosial, dan skala stress.

Tabel 1

Data Demografis Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Responden
Perempuan	95 responden
Laki-laki	37 responden
Jumlah	132 responden

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Tabel 2

Data Demografis Responden Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Jumlah Responden
2019	114
2018	11
2017	4
2016	3
Jumlah	132

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Uji Prasyarat

Sebelum melakukan analisis data, peneliti terlebih dahulu melakukan uji prasyarat analisis. Pengujian ini meliputi uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heteroskedastisitas.

Tabel 3

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Keterangan
Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial - Stres	0.200	Normal

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas, variabel motivasi belajar dan dukungan sosial dalam kaitannya dengan stres menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$), yang mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Motivasi Belajar – Stres	1.439	0.107	Linier
Dukungan Sosial - Stres	1.103	0.344	Linier

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Berdasarkan hasil uji linearitas, korelasi antara motivasi belajar dan stres ditentukan sebesar 0.107 ($p > 0.05$), dan antara dukungan sosial dan stres sebesar 0.344 ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan linear yang signifikan antara motivasi belajar dan stres, serta antara dukungan sosial dan stres.

Tabel 5
Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Collinearity Statistic Tolerance	VIF	Keterangan
Motivasi Belajar - Dukungan Sosial	0.974	1.026	Tidak Terjadi Multikolinieritas

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Pada uji multikolinieritas, hasil penelitian ini menunjukkan nilai tolerance sebesar 0,974 $> 0,01$ dan nilai VIF sebesar 1,206 $< 10,00$. Maka hasil ini menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas antara variabel X1 dan X2.

Tabel 6
Hasil Uji Heterokedastisitas

Variabel	Sig	Keterangan	Kesimpulan
Motivasi Belajar -stres	0.851	> 0.05	Tidak Terjadi Hetero
Dukungan Sosial-stres	0.845	> 0.05	Tidak Terjadi Hetero

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Pada uji heteroskedastisitas yang dilakukan dengan korelasi Spearman's Rho untuk variabel motivasi belajar, diperoleh tingkat signifikansi sebesar 0,851 ($p > 0,05$). Demikian pula untuk variabel dukungan sosial, diperoleh tingkat signifikansi sebesar 0,845 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan tidak adanya ketidaksamaan variasi model atau heteroskedastisitas pada kedua variabel tersebut.

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

Tabel 7

Hasil Uji Hipotesis Simultan

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial – Stres	79.800	0.000	Signifikan

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Tujuan dari uji hipotesis bersamaan ini adalah untuk mengetahui sejauh mana dampak dari motivasi belajar dan dukungan sosial terhadap tingkat stres. Temuan dari penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi belajar, dukungan sosial, dan tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Tabel 8

Hasil Uji Hipotesis Parsial

Variabel	T	Sig.	Keterangan
Motivasi Belajar – Stres	-12.556	0.000	Signifikan
Dukungan Sosial – Stres	0.639	0.524	Tidak Signifikan

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Pada uji hipotesis secara parsial mengenai motivasi belajar dan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, diperoleh nilai $t = 12,556$ dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Di sisi lain, pada uji hipotesis yang melibatkan dukungan sosial dan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, diperoleh nilai $t = 0.639$ dengan tingkat signifikansi 0.524 ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan tidak adanya korelasi negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

Tabel 9

Hasil Uji Analisis Regresi Berganda

Model	R	R Square
1	0.744	0.553

Sumber: pengolahan data peneliti (2023)

Hasil pengujian menghasilkan nilai R Square Score sebesar 0,553, yang menunjukkan bahwa 55,3% varians dalam tingkat stres dapat dijelaskan oleh variabel

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

motivasi belajar dan dukungan sosial. Sisanya, 44,7% varians disebabkan oleh variabel-variabel lain yang tidak teridentifikasi yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Pembahasan

Hasil dari analisis data yang telah diuji menggunakan SPSS, bahwa hipotesis pertama menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sementara itu, hipotesis kedua juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat signifikan antara motivasi belajar dan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Pada hipotesis ketiga, tidak ditemukan korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Hasil korelasi hipotesis pertama menghasilkan nilai signifikan pada hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial secara bersamaan terhadap stress secara parsial. Motivasi belajar menurut (Nuraini dkk, 2022) adalah dorongan dari dalam individu untuk melakukan kegiatan, menarik, serta memiliki harapan atau cita-cita untuk mencapai tujuan yang diinginkan individu. Kemampuan tersebut akan menjadi maksimal ketika mahasiswa memiliki dukungan sosial yang baik. Sejalan dengan pendapat Sarafino & Smith (2011) mahasiswa ketika dalam proses penyusunan skripsi mendapatkan dukungan yang baik mahasiswa akan memiliki perasaan nyaman, damai dan merasa dicintai dari lingkungan sekitarnya. Hasil penelitian yang diperoleh dari 132 mahasiswa menunjukkan bahwa hasil skala stress berada dikategori sedang dengan 99,2%. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi serta adanya dukungan sosial yang baik, maka akan bisa membuat mahasiswa mengurangi stress yang dialami dan lebih menjadi maksimal dalam mengerjakan skripsinya. Pada hasil uji hipotesis kedua yang terdapat korelasi antara motivasi belajar dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hal ini sejalan dengan penelitian Seto dkk (2020) dengan judul hubungan motivasi belajar terhadap tingkat stress mahasiswa dalam menulis tugas akhir (skripsi) di universitas flores, nusa tenggara timur. Dari hasil uji hipotesis memperoleh data yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan tingkat stress. Artinya semakin tinggi motivasi mahasiswa dalam menyusun skripsi maka semakin rendah tingkat stress yang dirasakan oleh mahasiswa mahasiswa akhir. Seperti teori yang telah disampaikan oleh Santrock (2005) motivasi akan mendorong mahasiswa untuk terlibat dalam proses belajar, mengerjakan tugas, dan menyelesaikan skripsi. Pada penelitian ini motivasi belajar memberikan sumbangan efektif sebesar 55.31% yang berarti bahwa motivasi belajar akan memberikan pengaruh pada tingkat stress mahasiswa akhir yang sedang Menyusun skripsi.

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

Berdasarkan hasil uji hipotesis ketiga yang tidak terdapat kolerasi antara dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Pada penelitian ini memang ada berkesinambungan antara motivasi belajar dan dukungan sosial ke stress mahasiswa. Namun ketika dukungan sosial ke stress mahasiswa tidak terjadi signifikan, hal ini terjadi karena mahasiswa mendapatkan dukungan yang tidak sesuai dengan harapannya. Ada beberapa faktor, diantaranya Sarafino & Smith (2011), kemungkinan mendapatkan dukungan sosial sesuai harapan seseorang menjadi tidak mungkin jika orang tersebut tidak aktif dalam kegiatan sosial, tidak pernah memberikan bantuan kepada orang lain, dan tidak mengungkapkan kebutuhannya kepada orang lain. (Taylor, 2018) memperkuat itu karena bentuk dukungan yang paling berguna adalah dukungan yang sesuai dengan penerima dukungan. Pada penelitian ini dukungan sosial tidak sesuai dengan kebutuhan yang diterima oleh mahasiswa dan menyebabkan dukungan tersebut menjadi tidak efektif, sehingga mahasiswa merasa dukungan sosial yang diberikan tidak sesuai dengan apa yang mahasiswa butuhkan hal tersebut bisa memperparah stress yang dialami. Stress mahasiswa tidak cukup jika hanya dengan dukungan sosial saja, sebesar dukungan apapun jika mahasiswa tidak berusaha dalam dirinya maka juga tidak cukup untuk mengatasi stresnya. Sama dengan hasil jurnal yang diteliti (Suhandiah, dkk (2021) bahwa mahasiswa memang senang saat berkumpul dengan teman-temannya dengan melakukan diskusi, namun ternyata hal tersebut tidak cukup untuk mempengaruhi untuk menurunkan stress pada mahasiswa akhir. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan (Daawi & Nisa, 2021) yang tidak adanya pengaruh dukungan sosial 46 terhadap tingkat stress dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Selain itu menurut Putri & Wulandari (2023) kecilnya pengaruh yang diberikan oleh persepsi dukungan sosial disebabkan oleh anggapan bahwa tidak semua aspek dukungan sosial dapat membantu seseorang dalam melawan rasa stresnya. Keterbatasan dari penelitian ini adalah dari sekian banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stress seperti *self-efficacy*, *hardinnes*, *optimism*, *prokrastinas*. Peneliti hanya mengkaitkan dua faktor peneliti saja yaitu motivasi belajar dan dukungan sosial.

Kesimpulan

Mahasiswa tingkat akhir merujuk kepada mahasiswa yang tengah mengembangkan penelitian atau menyelesaikan tugas akhirnya Mahasiswa akhir rentan dalam mengalami stress pada penyusunan skripsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat kolerasi antara motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Responden ini

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

berjumlah 132 Mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945. Metode pengujian ini menggunakan teknik analisa regresi berganda. Berdasarkan hasil pada penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya semakin tinggi motivasi belajar dan dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stress mahasiswa yang Menyusun skripsi. Hasil penelitian yang lain adalah ada hubungan antara motivasi belajar dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan tidak terdapat kolerasi antara dukungan sosial dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Saran yang diajukan oleh peneliti bagi perguruan tinggi disarankan untuk memfasilitasi literatur untuk mahasiswa akhir, seperti melengkapi buku-buku referensi di perpustakaan, melengkapi dan memperbaharui pada e-jurnalnya kampus. Sehingga bisa mempermudah mahasiswa akhir dalam mencari referensi topik yang akan dikaji oleh peneliti. Bagi mahasiswa disarankan untuk lebih semangat lagi dalam menyusun skripsi, seperti terus mencari referensi topik, rajin untuk melakukan bimbingan, manajemen waktunya dengan cara mengatur jadwal untuk mengerjakan skripsi. sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan baik serta tepat waktu. Bagi orang tua disarankan untuk lebih memperhatikan anaknya, mendengarkan keluh kesahnya, tidak membandingkan anaknya dengan yang lain, serta memiliki tempat rumah yang bersih dan tenang, sehingga mahasiswa memiliki rumah dan tempat belajar yang nyaman. Untuk peneliti yang akan melakukan penelitian pada topik yang serupa, disarankan untuk meluaskan cakupan atau ruang lingkupnya dengan mencari faktor lain yang dapat mempengaruhi stress seperti *self-efficacy*, *hardinnes*, *optimism*, *prokrastinasi*, aktivitas religious, dll.

Referensi

- Efendy, M., Murwani, D., Hitipeuw, I., & Rahmawati, H. (2021). MOTIVASI BERPRESTASI SISWA DI SEKOLAH, BAGAIMANA PERAN RELASI GURU DAN SISWA?. *Jurnal Psikologi Konseling Vol, 19*(2).
- Goliszek, A. (2005). *60 second manajemen stres : cara tercepat untuk rileks dan menghilangkan rasa cemas* (Ed. 1). Jakarta : Bhuana Ilmu Populer.
- Hianto dan Theresia Indira Shanti Magister Profesi Pendidikan, S., & Psikologi UNIKA Atma Jaya, F. (2018). Dinamika Stres, Strategi Coping, dan Dukungan Sosial yang Diharapkan Mahasiswa Skripsi di Universitas XYZ. In *Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan* (Vol. 11).
- Kamsyach Kompri, A. (2016). *Motivasi pembelajaran*. Bandung : Remaha Rosdakarya, 2016.
- Mujib Daawi, M., & Isna Nisa, W. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi. *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 67–75. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v1i1.556>

Tingkat stres saat menyusun skripsi: Bagaimana peran motivasi belajar dan dukungan sosialnya?

- Nuraini dkk. (2022). Hubungan antara dukungan keluarga dengan motivasi belajar siswa smp tunas dharma karawang pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*.
- Polina, A., & Siang, J. (2009). *Cara cepat menyusun skripsi*. Yogyakarta .
- Putri, & Wulandari. (2023). Peran persepsi dukungan sosial terhadap tingkat stress akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(11), 1167–1175. <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i11.374>
- Rizki Rahmawan, F. (2021). *Hubungan adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa yang menyelesaikan skripsi*.
- Santoso, M. D. Y. (2020). Review article: dukungan sosial dalam situasi pandemi covid-19. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1), 11–26. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i1.184>
- Santrock. (2011). *Educational psychology 5th*.
- Sarafino & Smith. (2011). *Health psychology 7ed*.
- Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di fip unnes tahun 2019. *KONSELING EDUKASI “Journal of Guidance and Counseling,”* 4(1). <https://doi.org/10.21043/konseling.v3i2.6010>.
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan motivasi terhadap tingkat stress mahasiswa dalam menulis tugas akhir (skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Suhandiah, S., Ayuningtyas, A., & Sudarmaningtyas, P. (2021). Tugas Akhir dan Faktor Stres Mahasiswa. *JAS-PT (Jurnal Analisis Sistem Pendidikan Tinggi Indonesia)*, 5(1), 65. <https://doi.org/10.36339/jaspt.v5i1.424>
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology*.