



Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama

Deviana Sulti¹, Andri², Cut Ana Martafari³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

*Corresponding author

E-mail addresses: sultideviana26@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received August 12, 2025

Revised September 20, 2025

Accepted November 30, 2025

Available online December 31, 2025

Kata Kunci:

Strategi Penanganan ; Stres, Motivasi, Skripsi

Keywords:

Handling Strategy ; Stress level, Motivation, Thesis



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license. Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju..

ABSTRAK

Stres adalah respon tubuh terhadap tuntutan internal maupun eksternal yang memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan perilaku, sedangkan motivasi merupakan dorongan mental yang menggerakkan individu untuk mencapai tujuan. Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi stres dalam proses penyusunan skripsi yang berpotensi memengaruhi motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. Penelitian menggunakan desain observasional dengan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan pada Juli 2024 dengan instrumen *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS 42) untuk mengukur stres dan kuesioner skala *Likert* untuk menilai motivasi. Sampel penelitian sebanyak 63 mahasiswa ditentukan dengan metode total sampling. Analisis data menggunakan uji *Chi-square* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami stres sangat berat (46,0%) dan sebagian besar memiliki motivasi tinggi (58,7%). Uji *Chi-square* menghasilkan nilai $p = 0,213$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat

stres dengan motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Kesimpulannya, meskipun mahasiswa mengalami stres cukup tinggi, hal tersebut tidak memengaruhi motivasi mereka secara langsung. Faktor lain seperti dukungan sosial, kondisi pribadi, dan kualitas bimbingan akademik diduga lebih berpengaruh terhadap motivasi mahasiswa.

ABSTRACT

Stress is a bodily response to internal and external demands that can affect physical, psychological, and behavioral conditions, while motivation is a mental drive that directs individuals to achieve specific goals. Final-year students often experience stress during the thesis-writing process, which may influence their learning motivation. This study aimed to determine the relationship between stress levels and student motivation in completing theses among final-year students at the Faculty of Medicine, Abulyatama University. The study employed an Observational analytical design with a cross-sectional approach, conducted in July 2024 using the *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS 42) to measure stress levels and a *Likert-scale* questionnaire to assess motivation. The sample consisted of 63 students selected using the total sampling method. Data were analyzed with the *Chi-square* test at a 0.05 significance level. Results showed that most respondents experienced very severe stress (46.0%), while the majority demonstrated high motivation (58.7%). The *Chi-square* test produced a *p-value* of 0.213 ($p > 0.05$), indicating no significant relationship between stress levels and motivation in completing theses. In conclusion, although many students experienced high stress, it did not directly affect their motivation. Other factors such as social support, personal conditions, and the quality of academic guidance are likely more influential in determining student motivation.

1. PENDAHULUAN

Setiap individu yang berstatus mahasiswa adalah sosok yang tengah menjalani proses pendidikan di lingkungan perguruan tinggi dalam jangka waktu tertentu. Selama masa studi, mahasiswa dihadapkan pada tuntutan untuk merampungkan pendidikannya secepat dan sebaik mungkin. Salah satu persyaratan penting yang biasanya harus dipenuhi menjelang kelulusan adalah penyusunan karya ilmiah yang dikenal sebagai skripsi, yang menjadi puncak tugas akademik mereka di akhir masa studi. (P. E. Lestari et al., 2021) Penyusunan skripsi merupakan tugas akhir yang wajib dilaksanakan oleh mahasiswa tingkat akhir sebagai bagian dari proses penyelesaian studi di perguruan tinggi. Skripsi sendiri tidak hanya berfungsi sebagai syarat formal kelulusan serta pemberian gelar sarjana, tetapi juga menjadi indikator kompetensi akademik seorang mahasiswa. Setiap mahasiswa bertanggung jawab untuk menyusun skripsi secara mandiri, di mana proses ini menuntut kemandirian dalam mencari dan mengolah berbagai referensi yang relevan. Melalui aktivitas membaca dan penelusuran data, mahasiswa dapat memperluas wawasan serta memahami topik yang diteliti secara mendalam. Di samping penguasaan materi, dorongan internal dan motivasi berperan penting agar mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi secara optimal. (Seto et al., 2020)

Dalam penyusunan skripsi, mahasiswa sering kali mengalami beragam tantangan yang dapat memicu tekanan psikologis. Tingginya tekanan mental yang dialami siswa perguruan tinggi berkorelasi secara signifikan dengan gairah mereka untuk terus belajar dan menyelesaikan tugas akademik. Keadaan tertekan tersebut umumnya dipicu oleh faktor-faktor seperti beban fisik, pengaruh lingkungan sekitar, serta dinamika sosial yang berada di luar kendali individu. (Ambarwati et al., 2019) Stres yang berlangsung terus-menerus berpotensi menimbulkan gangguan mental, di antaranya depresi, kecemasan, risiko untuk meninggalkan perkuliahan, dan kemungkinan tindakan ekstrem seperti bunuh diri. Dengan menyadari bahwa stres membawa konsekuensi berbahaya, penting bagi individu untuk menerapkan strategi pengelolaan stres sebagai upaya menurunkan atau menghindari munculnya efek-efek merugikan tersebut. (Mentari et al., 2020)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2019 melaporkan bahwa sebanyak 450 juta individu secara global teridentifikasi mengalami gangguan stres, sebuah angka yang menempatkan stres sebagai masalah kesehatan urutan keempat terbanyak di dunia. Studi epidemiologis terhadap populasi mahasiswa secara internasional memperlihatkan tingkat stres berkisar antara 38% hingga 71%, sementara di benua Asia proporsinya tercatat antara 39% hingga 61,3%. Memasuki tahun 2020, Jakarta menempati posisi keenam dalam daftar kota dengan angka stres tertinggi, setelah kota-kota besar seperti Istanbul, Tokyo, Pakistan, Seoul, dan Manila. Pertumbuhan kasus stres di Indonesia semakin nyata, di mana laporan Riskesdas tahun 2018 mengidentifikasi prevalensi stres pada mahasiswa mencapai 36,7% sampai 71,6%. Khusus di lingkungan Fakultas Kedokteran, proporsi mahasiswa yang mengalami stres berkisar pada angka 45,8% hingga 71,6%. Lebih lanjut, riset yang dilaksanakan oleh Humaira dan rekan-rekannya (2024) mengungkapkan bahwa sebanyak 72,8% mahasiswa mengalami tekanan akademik dalam kategori sedang. Fakta ini mengindikasikan besarnya proporsi mahasiswa di Aceh yang terdampak stres akademik, sekaligus menjadi landasan yang relevan

untuk mengupas keterkaitan antara intensitas stres yang dialami dan besarnya motivasi dalam proses penyelesaian tugas akhir berupa skripsi. (Faridah et al., 2022)

Mahasiswa pada jenjang akhir kerap dihadapkan pada berbagai tekanan yang bersumber dari dua kategori utama, yaitu faktor internal maupun eksternal. Faktor-faktor internal meliputi kemampuan individu dalam menghadapi stres (coping), tingkat kecemasan yang tinggi, munculnya rasa bersalah, kemalasan, rendahnya dorongan untuk menyelesaikan tugas, serta aspek spiritual yang kurang kuat. Di sisi lain, faktor eksternal berkaitan dengan kendala dalam menjadwalkan pertemuan dengan dosen pembimbing, terbatasnya frekuensi pembimbingan, waktu tunggu yang lama untuk memperoleh respon atau masukan dari dosen, hingga adanya desakan dari pihak keluarga maupun orang tua agar mahasiswa dapat segera menyelesaikan studinya. (Sulana et al., 2020)

Terdapat beragam strategi yang dapat diterapkan untuk menekan atau meminimalisasi risiko stres pada mahasiswa di tahap akhir masa studi. Beberapa di antaranya meliputi membangun pola pikir optimis, memperkuat dorongan internal dalam menghadapi persoalan akademik, melakukan berbagai kegiatan fisik, menjalani olahraga secara teratur, serta menikmati musik tertentu yang terbukti efektif dalam meredakan ketegangan mental. Dari berbagai alternatif tersebut, menumbuhkan dan memperkuat motivasi dinilai sebagai faktor yang sangat berpengaruh dalam upaya pencegahan stres di kalangan mahasiswa tingkat akhir. (Fahmi et al., 2022) Dorongan motivasi dapat diartikan sebagai upaya untuk membimbing dan memacu mahasiswa agar berperilaku optimal serta membangkitkan keinginan kuat demi mencapai target yang telah ditetapkan. Dalam konteks pendidikan, motivasi kerap diposisikan sebagai unsur penilaian untuk mengidentifikasi faktor-faktor pendukung keberhasilan akademik mahasiswa. Pada dasarnya, motivasi terbagi menjadi dua tipe utama, yakni motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berakar dari hasrat atau dorongan pribadi yang timbul secara alami dari dalam diri individu, tanpa dipengaruhi faktor eksternal. Sementara itu, motivasi ekstrinsik bersumber dari rangsangan atau pengaruh lingkungan sekitar yang mendorong seseorang untuk berusaha mencapai tujuan tertentu. (Seto et al., 2020)

Rasa gelisah serta tekanan yang dialami oleh mahasiswa ketika mengerjakan skripsi dapat memicu munculnya stres. Namun, apabila tekanan tersebut bersifat konstruktif atau yang dikenal sebagai eustress, hal ini mampu mendorong mahasiswa pada tahap akhir studi untuk memiliki antusiasme lebih tinggi dalam proses penulisan skripsi. Eustress ini juga berperan memberikan dorongan untuk meningkatkan kualitas hasil karya tulis mereka, sekaligus mempercepat penyelesaian skripsi berkat motivasi yang tumbuh dari situasi tertekan secara positif tersebut.

2. METODE

Penelitian ini menerapkan *desain observasional* dengan pendekatan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengeksplorasi keterkaitan antara tingkat stres dan motivasi mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi. Pengumpulan data dilakukan secara serentak pada waktu yang sama terhadap mahasiswa tingkat akhir di Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama.

Pelaksanaan penelitian ini dirancang secara *online* melalui pemanfaatan platform *Google Form* sebagai instrumen pengumpulan data. Studi ini dijadwalkan berlangsung pada bulan Juli 2024. Subjek penelitian meliputi seluruh mahasiswa aktif angkatan 2020 yang berada pada tahap akhir studi di Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, dengan jumlah peserta sebanyak 63 individu.

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan teknik *total sampling*, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden karena jumlah populasi kurang dari 100 individu. Dengan demikian, setiap mahasiswa yang memenuhi syarat, tanpa terkecuali, dilibatkan sebagai sampel. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan meliputi mahasiswa aktif di Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama yang sedang berada dalam tahap penyusunan skripsi serta bersedia untuk ikut serta dalam penelitian ini. Sementara itu, mereka yang tidak hadir pada saat pelaksanaan pengumpulan data atau tidak menyerahkan kuesioner termasuk dalam kriteria eksklusi. Pengumpulan data memanfaatkan instrumen berupa kuesioner, yang berisi serangkaian pertanyaan terstruktur guna memperoleh informasi yang relevan dengan kebutuhan peneliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji korelasi antara tingkatan stres yang dialami mahasiswa dengan dorongan mereka dalam merampungkan tugas akhir di kalangan mahasiswa pada fase akhir pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. Pemaparan data penelitian dilakukan melalui dua pendekatan, yakni analisis secara univariat dan analisis bivariat.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase
Sangat berat	29	46,03
Berat	4	6,35
Sedang	8	12,70
Ringan	6	9,52
Normal	16	25,40
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 1. di atas menampilkan data mengenai distribusi tingkat stres pada sekelompok responden. Dari total 63 responden, mayoritas berada pada kategori stres sangat berat dengan frekuensi 29 orang (46,03%). Kategori berat mencakup 4 orang (6,35%), sementara kategori sedang diwakili oleh 8 orang (12,70%). Sebanyak 6 responden (9,52%) mengalami tingkat stres ringan, dan 16 orang (25,40%) berada dalam kondisi normal. Data ini menunjukkan variasi dalam

tingkat stres yang dialami oleh para responden, dengan proporsi terbesar mengalami stres yang sangat berat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama

Motivasi	Frekuensi	Persentase
Tinggi	37	58,7
Sedang	23	36,5
Rendah	3	4,8
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 2. di atas menunjukkan tingkat motivasi dari sekelompok responden yang berjumlah 63 orang. Dari tabel tersebut, sebanyak 37 responden (58,7%) berada pada kategori motivasi tinggi. Sebanyak 23 orang (36,5%) berada pada kategori motivasi sedang, sementara hanya 3 orang (4,8%) yang termasuk dalam kategori motivasi rendah. Data ini memberikan gambaran mengenai sebaran motivasi di antara responden, dengan mayoritas berada pada tingkat motivasi yang tinggi.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama.

Tingkat Stres	Motivasi						Jumlah		P-Value
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Sangat Berat	12	19,0	15	23,8	2	3,2	29	46,03	0,213
Berat	3	4,8	1	1,6	0	0,0	4	6,35	
Sedang	5	7,9	2	3,2	1	1,6	8	12,70	
Ringan	6	9,5	0	0,0	0	0,0	6	9,52	
Normal	11	17,5	5	7,9	0	0,0	16	25,40	
Jumlah	37	58,7	23	36,5	3	4,8	63	100,0	

Data yang tercantum pada tabel 3 memperlihatkan bagaimana keterkaitan antara derajat stres dan tingkat motivasi pada sejumlah 63 partisipan penelitian, di mana analisis p-value turut dilibatkan guna menilai tingkat signifikansi secara statistik. Informasi dalam tabel tersebut mengelompokkan mahasiswa sesuai dengan lima klasifikasi stres, yakni Sangat berat, Berat, Sedang, Ringan, serta Normal. Sementara itu, aspek motivasi mahasiswa dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu Tinggi, Sedang, dan Rendah.

Pada kelompok mahasiswa yang mengalami tingkat stres sangat berat, sebanyak 29 individu atau 46,0% dari keseluruhan partisipan teridentifikasi; di antaranya, 12 orang (19,0%) menunjukkan tingkat motivasi yang tinggi, 15 orang (23,8%) berada pada kategori motivasi sedang, dan 2 orang (3,2%) diklasifikasikan memiliki motivasi rendah. Sementara itu, pada kategori stres berat, ditemukan 4

mahasiswa (6,3%), dengan rincian 3 responden (4,8%) menunjukkan motivasi tinggi dan hanya 1 responden (1,6%) di tingkat motivasi sedang, sedangkan pada kelompok ini tidak terdapat mahasiswa dengan motivasi rendah. Adapun pada kelompok stres sedang, terdapat 8 responden (12,7%) yang terdiri dari 5 orang (7,9%) bermotivasi tinggi, 2 orang (3,2%) bermotivasi sedang, dan 1 orang (1,6%) dengan motivasi rendah.

Kategori stres Ringan hanya memiliki 6 responden (9,5%) dengan motivasi tinggi, tanpa ada yang berada di kategori motivasi sedang atau rendah. Kategori Normal mencakup 11 responden (17,5%) dengan motivasi tinggi dan 5 responden (7,9%) dengan motivasi sedang, tanpa adanya responden dengan motivasi rendah, total 16 orang (25,4%). Secara keseluruhan, distribusi responden berdasarkan motivasi adalah 37 orang (58,7%) dengan motivasi tinggi, 23 orang (36,5%) dengan motivasi sedang, dan 3 orang (4,8%) dengan motivasi rendah.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa p-value yang diperoleh adalah 0,213, angka ini melampaui ambang batas signifikansi yang ditetapkan sebesar 0,05. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa antara tingkat stres dengan dorongan mahasiswa dalam menuntaskan tugas akhir, khususnya di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, tidak ditemukan korelasi yang berarti secara statistik).

Pembahasan

Dalam analisis distribusi stres yang dilakukan pada mahasiswa tahun terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, ditemukan bahwa proporsi terbanyak, yaitu 29 orang (46,0%), mengalami stres pada kategori sangat berat. Sementara itu, sebanyak 4 mahasiswa (6,3%) tergolong dalam kelompok stres berat, 8 mahasiswa (12,7%) berada pada tingkat stres sedang, dan 6 mahasiswa (9,5%) mengalami stres ringan. Sisanya, yakni 16 partisipan (25,4%), berada dalam kisaran normal tanpa gejala stres yang signifikan. Temuan ini menunjukkan kemiripan dengan hasil studi sebelumnya oleh Silalahi. V (2021), yang bertajuk "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya", di mana teridentifikasi sebanyak 21 individu (38%) dari total 56 responden berada pada level kecemasan yang sangat tinggi, jumlah tersebut mendominasi dibandingkan tingkat kecemasan lain dalam penelitian tersebut. (Silalahi, 2021) Temuan yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan hasil yang diungkap oleh Handayani dan Pratama (2020) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, di mana lebih dari 40 persen responden pada tingkat akhir mengalami stres berat, utamanya dipicu oleh beban akademik dan persiapan menghadapi ujian akhir. Namun demikian, hasil tersebut bertentangan dengan penelitian Sari dan rekan-rekannya (2019) yang dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Dalam penelitian tersebut, sebagian besar mahasiswa tingkat akhir dilaporkan hanya mengalami stres pada level ringan hingga sedang. Salah satu faktor yang diduga menjadi penyebab perbedaan ini ialah tersedianya layanan dukungan akademik yang memadai serta keberadaan program *student support centre* yang berjalan secara optimal di lingkungan fakultas tersebut.

Menurut hasil studi yang melibatkan 63 partisipan dari mahasiswa tingkat akhir, teridentifikasi bahwa proporsi terbesar responden berada dalam kategori stres sangat berat, yakni sebanyak 29 individu atau sekitar 46,0%. Sementara itu,

kelompok yang tergolong stres berat berjumlah 4 orang (6,3%), diikuti oleh mereka yang terkena stres sedang sebanyak 8 orang (12,7%). Dalam kategori stres ringan terdapat 6 mahasiswa (9,5%), sedangkan sisanya, sebanyak 16 responden (25,4%), memiliki tingkat stres yang dapat dikategorikan normal. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan serupa dengan penelitian yang telah dilakukan Rahmawati dan tim pada tahun 2020 di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi Manado. Penelitian tersebut mengkaji keterkaitan antara tingkat stres dan motivasi mahasiswa yang tengah menyusun skripsi. Hasilnya, sebagian besar mahasiswa berhasil mempertahankan motivasi dalam tingkat tinggi, yaitu sebanyak 39 orang (54,9%), sedangkan mahasiswa dengan motivasi rendah mencapai 32 orang atau 45,1% dari keseluruhan subjek yang diteliti. (Rahmawati et al., 2020) Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti et al (2021), yang menginvestigasi tingkat motivasi mahasiswa pada fase akhir studi di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Dalam penelitian tersebut, terungkap bahwa sebanyak 60% partisipan menunjukkan tingkat motivasi yang tinggi, yang terutama dipengaruhi oleh kuatnya dukungan keluarga serta relasi pertemanan yang positif. Di sisi lain, hasil yang didapat bertolak belakang dengan studi Amalia dan Putra (2019) di lingkungan Fakultas Ilmu Sosial Universitas Airlangga. Mereka justru menemukan mayoritas mahasiswa tingkat akhir memiliki motivasi yang rendah dalam menyelesaikan skripsi. Rendahnya motivasi tersebut dihubungkan dengan kendala dari luar diri mahasiswa, antara lain keterbatasan akses terhadap literatur penelitian, proses bimbingan yang lambat, dan munculnya kecemasan berlebihan terhadap penilaian dari dosen pembimbing.

Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan metode *Chi-square*, ditemukan bahwa tidak terdapat korelasi yang bermakna antara derajat stres dengan motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di kalangan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, yang ditunjukkan oleh nilai P sebesar 0,213. Temuan ini bertentangan dengan hasil studi sebelumnya yang dilakukan oleh Anggita et al (2023). Dalam penelitian yang berjudul "Hubungan Antara tingkat Stres dengan Motivasi Penyusun Skripsi Pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 Universitas Sanata Dharma," mereka menemukan adanya kaitan signifikan antara tingkat stres dan motivasi mahasiswa penyusun skripsi, sebagaimana terlihat pada P-Value sebesar 0,010. (A. K. Lestari & Hastuti, 2023)

Temuan dalam penelitian ini bertentangan dengan hasil penelitian Juhariya (2022) yang berjudul "Hubungan Antara Motivasi dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Prodi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember". Melalui analisis statistik, penelitian tersebut memperoleh P-value sebesar 0,000 yang mengindikasikan adanya korelasi yang bermakna antara stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir dan motivasi mereka dalam menyelesaikan tugas skripsi. (Juhariya, 2022) Sri dan kolega (2024) dalam studinya yang berfokus pada keterkaitan antara motivasi dan stres pada mahasiswa STIKES Santa Elisabeth Medan yang tengah menyelesaikan skripsi tahun 2024, menemukan hasil yang berbeda dari penelitian ini. Melalui analisis data, mereka memperoleh nilai P sebesar 0,013, menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang

signifikan antara tingkat motivasi dan stres pada mahasiswa yang sedang menjalani proses penulisan skripsi di institusi tersebut pada tahun yang sama. (Sri et al., 2024)

Pada dasarnya, motivasi dapat dimaknai sebagai suatu proses sadar yang bertujuan membangkitkan, mengarahkan, serta mempertahankan perilaku individu sehingga ia bersedia mengambil langkah-langkah tertentu demi meraih pencapaian atau tujuan yang diharapkan. Dalam konteks psikologis, motivasi merupakan dorongan internal yang mendorong seseorang untuk memenuhi beragam kebutuhan serta keinginannya. Motivasi penyusunan skripsi pada penelitian ini termasuk dalam kategori *Need for Achievement*, di mana mahasiswa terdorong untuk memperoleh pengakuan sebagai individu yang sukses dalam pandangan sosial. Keberhasilan dalam menuntaskan skripsi sering dipersepsikan sebagai pencapaian signifikan dalam dunia pendidikan, sebab mahasiswa yang berhasil menyelesaikan skripsi berarti telah melalui tahap final dari studinya. Tidak semua individu memiliki kesempatan untuk menempuh pendidikan tinggi, sehingga ketika seseorang dapat mencapai jenjang tersebut, rasa kebanggaan cenderung meningkat. Proses penulisan skripsi sendiri merupakan tahapan kritis bagi mahasiswa demi memperoleh gelar sarjana, di mana gelar tersebut secara umum dianggap sebagai modal utama dalam meraih masa depan yang lebih baik dan prospektif. (Sri et al., 2024).

4. SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti pada Juli 2024 di lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama menunjukkan bahwa berdasarkan distribusinya didapatkan frekuensi reponden dengan tingkat stres sangat berat sebanyak 29 reponden (46,0%) dan menjadi tingkat frekuensi terbanyak setelah kategori tingkat stres normal dengan frekuensi 16 responden (25,4%). Berdasarkan distribusinya didapatkan frekuensi responden dengan tingkat motivasi yang tinggi 37 responden (58,7%) menjadi yang terbanyak setelah kategori tingkat motivasi yang sedang sebanyak 23 reponden (36,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara statistik, tidak ditemukan keterkaitan yang bermakna antara besarnya tekanan psikologis dengan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam proses penyusunan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, yang ditunjukkan oleh nilai P sebesar 0,213.

Saran

Beberapa saran dapat diberikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, sebagai berikut (1) Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi sebagai bahan acuan sekaligus memperkaya wawasan di lingkup pendidikan, terutama terkait dinamika stres serta dorongan motivasi pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan dalam kajian ini diharapkan dapat memicu mahasiswa untuk mengasah penguasaan pengetahuan dan memperbaiki kemampuan pengelolaan stres, sekaligus memperkuat motivasi personal dalam menghadapi dan merampungkan tahap penyusunan tugas akhir. (2) Bagi peneliti selanjutnya, Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti di masa mendatang dalam memperluas cakupan variabel yang diteliti. Untuk penelitian selanjutnya, dianjurkan agar mempertimbangkan penambahan unsur atau

determinan lain yang berpotensi memengaruhi tingkat stres serta motivasi, di samping menerapkan variasi pendekatan atau rancangan penelitian guna memperoleh gambaran yang lebih luas dan mendalam. Bagi institusi terkait, khususnya Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, diharapkan dapat meningkatkan program student support dan layanan konseling bagi mahasiswa tingkat akhir. Dengan adanya dukungan akademik dan psikologis yang baik, mahasiswa dapat mengelola stres secara efektif dan mempertahankan motivasi hingga menyelesaikan studinya.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Fahmi, A. Y., Soekardjo, S., & Hasanah, A. L. (2022). Tingkat Spiritual Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat IV S1 Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 127. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.127-136>
- Faridah, I., Afiyanti, Y., Fatonah, S., & Tangerang, S. Y. (2022). PENGARUH APPLICATION MOBILE MINDFULNESS (MM) TERHADAP TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA DI TANGERANG RAYA The Effect of Application Mobile Mindfulness (MM) on Stress Level on Students in Tangerang Raya. *Nusantara Hasana Journal*, 1(8), Page.
- Juhariya. (2022). Hubungan Antara Motivasi Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Prodi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Kian Acehmad Siddiq. *September*, 1-106.
- Lestari, A. K., & Hastuti, M. M. S. (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Motivasi Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 Universitas Sanata Dharma. *Jurnal Konseling Dan Pengembangan Pribadi*, 5(2), 17-25.
- Lestari, P. E., Ramaita, R., & Ameliati, S. (2021). Studi Literatur: Hubungan Tingkat Stres Dengan Motivasi Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 6(1), 15. <https://doi.org/10.26751/ijp.v6i1.869>
- Mentari, A. B., Liana, E., & Pristya, T. Y. R. (2020). Teknik Manajemen Stres yang Paling Efektif pada Remaja: Literature Review Most Effective Stress Management Techniques in Adolescents: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(4), 191-196.
- Rahmawati, A., Mandagi, C. K. F., & Rattu, Joy. A. M. (2020). Hubungan antara tingkat stres dengan motivasi mahasiswa penulis skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*, 9(7), 53-58.
- 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>
- Silalahi, V. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 1-10. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.213>

- Sri, L., Laia, G. P., & Hao, N. P. (2024). *Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI STIKES SANTA ELISABETH MEDAN 2024*. 6, 97-103.
- Sulana, I., Sekeon, S., & Mantjoro, E. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(7), 37-45.