

BAB 4

HASIL DAN ANALISIS

4.1. Karakteristik Studi

Tabel 4.1 Karakteristik umum dalam penyelesaian studi (n=12)

Kategori	N	%
Tahun publikasi		
2015	1	8
2016	1	8
2017	2	17
2018	3	25
2020	5	42
Total	12	100
Database		
Scopus	6	50
Science Direct	1	8
ProQuest	5	42
Total	12	100
Desain penelitian		
Cross sectional	11	92
Observational study	1	8
Total	12	100

Penelitian *literature review* ini menggunakan jurnal internasional sebanyak dua belas jurnal yang melewati screening sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditentukan. Artikel atau jurnal yang akan di-*review* meliputi database, tahun penerbitan, dan desain penelitian sesuai dengan tabel 4.1. Secara keseluruhan, dua belas jurnal tersebut menjelaskan faktor penyebab stress pada mahasiswa yang skripsi. Desain penelitian yang banyak digunakan untuk membahas topik tersebut adalah *cross sectional*.

Studi yang telah di screening menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan stress pada mahasiswa skripsi diantaranya adalah faktor biologis (kondisi kesehatan yang buruk) (Sajid, Ahmad and Khalid, 2015), faktor psikologis (Guo *et al.*, 2020; Hyseni Duraku and Hoxha, 2018) dan faktor sosiokultural (Onuoha and Idemudia, 2020; Ramón-Arbués *et al.*, 2020; Vyas,

Stratton and Soares, 2017; Kristina, Widayanti and Sari, 2020; Bath, 2018).

4.2. Faktor yang berhubungan dengan stress

Tabel 4.2 Faktor yang berhubungan dengan stress

No.	Variable	Jurnal	Sumber
1	Faktor biologis - Kondisi kesehatan	- Sajid, Ahmad and Khalid, 2015	ProQuest
		- Rathnayake, Res and Ekanayaka, 2016	ProQuest
		- Kristina, Widayanti and Sari, 2020	ProQuest
2	Faktor psikologis - Konsep diri - Motivasi - Locus of control	- Hyseni Duraku and Hoxha, 2018	Scopus
		- You, 2018	ProQuest
		- Guo <i>et al.</i> , 2020	Science Direct
3	Faktor sosiokultural - Umur	- Bhat U. <i>et al.</i> , 2018	Scopus
		- Ramón-Arbués <i>et al.</i> , 2020	Scopus
	- Jenis kelamin	- Vyas, Stratton and Soares, 2017	ProQuest
		- Kristina, Widayanti and Sari, 2020	Proquest
		- Ramón-Arbués <i>et al.</i> , 2020	Scopus
		- Stangvaltaite-Mouhat <i>et al.</i> , 2020	Scopus
	- Dukungan sosial	- Maharajan <i>et al.</i> , 2017	Scopus
		- Onuoha and Idemudia, 2020	Scopus
		- Hyseni Duraku and Hoxha, 2018	Scopus
		- Bhat U. <i>et al.</i> , 2018	Scopus

4.2.1. Faktor Biologis

1. Kondisi kesehatan

Studi yang ditinjau menunjukkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan stres adalah kesehatan yang buruk (Sajid, Ahmad and Khalid, 2015; Rathnayake, Res and Ekanayaka, 2016; Kristina, Widayanti and Sari, 2020). Sekitar 26 % mahasiswa yang mengalami stres yang disebabkan karena kondisi kesehatan yang buruk (Sajid, Ahmad and Khalid, 2015). Pada penelitian lain juga menyebutkan bahwa faktor masalah kesehatan dapat menjadi salah satu stressor dan penyebab masalah kesehatan mental yang lain bagi mahasiswa di tahun terakhir (Rathnayake, Res and Ekanayaka, 2016; Kristina, Widayanti and Sari,

2020). Sekitar 18,5% mahasiswa ditemukan memiliki kesehatan yang buruk (Rathnayake, Res and Ekanayaka, 2016).

4.2.2. Faktor Psikologis

1. Konsep diri

Studi yang ditinjau menunjukkan bahwa konsep diri dapat menjadi indikasi terjadinya distress psikologi dan kecemasan (Hyseni Duraku and Hoxha, 2018). Dari penelitian yang ditinjau menunjukkan bahwa konsep diri yang semakin tinggi secara langsung berhubungan dengan prestasi akademik mahasiswa (Hyseni Duraku and Hoxha, 2018).

2. Motivasi

Dari studi yang ditinjau faktor motivasi, academic self-efficacy dan task value, merupakan predictor terkuat dari persistensi dalam belajar. Motivasi yang kuat dapat membantu individu dalam menghadapi stressor akademik. Mahasiswa dengan task value dan academic self-efficacy yang tinggi dilaporkan memiliki ketekunan tertinggi dalam pembelajaran, terlepas dari tingkat stres akademik. Hal ini mengimplikasikan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi kuat tidak terlalu terpengaruh oleh stres dan kondisi lingkungan yang menuntut (You, 2018).

3. Locus of control

Dari studi yang ditinjau ditemukan bahwa locus of control berhubungan positif dengan moral disengagement yang kemudian akan mempengaruhi emotional well-being dan emosi negative (Guo *et al.*, 2020). Emosi negative termasuk didalamnya adalah stres, kecemasan, depresi, marah, sedih, frustrasi

(Guo *et al.*, 2020).

4.2.3. Faktor Sosiokultural

1. Umur

Beberapa studi yang ditinjau menunjukkan bahwa umur mempunyai hubungan dengan stres yang dialami oleh mahasiswa (Ramón-Arbués *et al.*, 2020; Bath, 2018). Bath (2018) ditemukan bahwa umur berhubungan negative dengan distress yang dialami (Bath, 2018). Penelitian lain juga menyatakan bahwa mahasiswa dengan umur <21 memiliki hubungan dengan kejadian stres (Ramón-Arbués *et al.*, 2020).

2. Jenis kelamin

Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan cenderung lebih sering mengalami stress (Vyas, Stratton and Soares, 2017; Kristina, Widayanti and Sari, 2020; Ramón-Arbués *et al.*, 2020; Stangvaltaite-Mouhat *et al.*, 2020). Mahasiswa perempuan menunjukkan prevalensi symptom stress yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki (Ramón-Arbués *et al.*, 2020). Pada penelitian yang lain juga ditemukan bahwa mahasiswa perempuan memiliki rata-rata skor stres lebih tinggi daripada laki-laki (Vyas, Stratton and Soares, 2017; Kristina, Widayanti and Sari, 2020).

3. Dukungan social

Beberapa studi yang ditinjau menunjukkan bahwa dukungan social atau support memiliki hubungan terhadap stres yang dialami mahasiswa (Maharajan *et al.*, 2017; Bath, 2018; Onuoha and Idemudia, 2020). Dukungan social dan

emosional yang berasal dari dosen pembimbing dan teman sebaya pada mahasiswa dapat mengurangi kecemasan dan stress dalam proses penyelesaian proyek penelitian (Maharajan *et al.*, 2017). Dukungan dari keluarga memainkan peran penting dalam rendahnya stres yang dialami mahasiswa (Bath, 2018). Selain itu, penelitian lain juga menyebutkan bahwa tingginya dukungan social yang didapat memberikan efek pada tingkat stres yang dialami mahasiswa dan juga memberikan manfaat dengan melindungi mahasiswa terhadap tekanan-tekanan yang dialami (Onuoha and Idemudia, 2020).