

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Biodata Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar didirikan pada tanggal 23 Juni 1954. Ditinjau dari segi usia, UMI merupakan perguruan tinggi tertua dan merupakan perguruan tinggi swasta terbesar di Kawasan timur Indonesia, UMI juga merupakan satu-satunya perguruan tinggi swasta di Kawasan Indonesia Bagian Timur yang telah terakreditasi Unggul secara institusi. Dimana FKM UMI ini dipimpin oleh Prof. Dr. Suharni Andi Fachrin, S.Pd., M.Kes selaku Dekan FKM UMI.

Ada beberapa program studi yang ada di Fakultas Kesehatan Masyarakat, diantaranya Prodi Kesehatan Masyarakat, Prodi Ilmu Keperawatan, prodi Kebidanan Diploma III, prodi Profesi Ners, dan prodi Sarjana Kebidanan, serta prodi Profesi Bidan.

2. Target dan Capaian Fakultas Kesehatan Masyarakat

a. Penelitian Inovatif

Penelitian yang kreatif dan inovatif di bidang kesehatan Masyarakat, keperawatan, dan kebidanan yang dimanfaatkan secara global.

b. Lulusan Unggul

Menghasilkan lulusan yang unggul dan profesional.

c. Profesional

Profesional di bidang kesehatan Masyarakat melalui tridharma perguruan tinggi.

d. Nilai Keislaman

Mewujudkan nilai-nilai keislaman dalam penyelenggaraan tridharma perguruan tinggi.

e. Pengabdian

Pengabdian pada Masyarakat dengan mengimplementasikan hasil penelitian di bidang kesehatan masyarakat.

f. Kerja Sama Global

Mewujudkan Kerjasama dengan berbagai pihak di bidang kesehatan masyarakat secara global.

3. Visi dan Misi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

a. Visi

“Terwujudnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang unggul untuk menghasilkan tenaga islami, dan kompeten dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas pada tahun 2030.”

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) untuk menghasilkan alumni yang memiliki kompetensi yang berilmu amaliah, beramal ilmiah serta berakhlakul karimah, dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- 2) Melaksanakan kegiatan penelitian yang berkontribusi tepat guna bidang kesehatan, untuk menemukan cara memberikan solusi masalah kesehatan masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- 3) Melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat bidang kesehatan, untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas
- 4) Mengembangkan jejaring kemitraan dengan institusi pendidikan yang sejenis, industri, profesi, pemerintah dan organisasi lainnya untuk bekerja sama meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia pada bulan November 2025 - Januari 2026. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi

Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, dengan jumlah sampel sebanyak 159 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu mahasiswa aktif semester akhir yang sedang menyusun skripsi dan bersedia menjadi responden. Penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dan data dianalisis secara univariat dan bivariat.

1. Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Mahasiswa
Semester Akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

Karakteristik	n	%
Prodi		
Keperawatan	56	35,2
Kesehatan Masyarakat	103	64,8
Usia (tahun)		
19-20	14	8,8
21-22	138	86,8
≥23	7	4,4
Jenis Kelamin		
Perempuan	139	87,4
Laki-laki	20	12,6
Status Tempat Tinggal		
Bersama Orang Tua	49	30,8
Kos/Asrama	86	54,1
Sendiri	24	15,1
Frekuensi Bimbingan Skripsi		
Jarang (1x seminggu)	17	10,7
Kadang-kadang (3x seminggu)	63	39,6
Rutin Setiap Minggu	79	49,7
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.1, sebagian besar mahasiswa berasal dari Program Studi Kesehatan Masyarakat, yaitu sebanyak 103 mahasiswa (64,8%). Berdasarkan karakteristik usia, mayoritas usia 21–22 tahun (Dewasa Awal), yaitu sebanyak 138 mahasiswa

(86,8%). Berdasarkan jenis kelamin, mahasiswa perempuan mayoritas dibandingkan laki-laki, yakni sebanyak 139 mahasiswa (87,4%). Selanjutnya, ditinjau dari status tempat tinggal, mahasiswa yang tinggal di kos/asrama mayoritas sebanyak 86 mahasiswa (54,1%). Adapun berdasarkan frekuensi bimbingan skripsi, mahasiswa yang melakukan bimbingan skripsi secara rutin setiap minggu menunjukkan mayoritas sebanyak 79 mahasiswa (49,7%).

2. Analisis Univariat

a. Tingkat Kecemasan

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir

Tingkat Kecemasan	n	%
Berat	14	8.8
Sedang	35	22.0
Ringan	110	69.2
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.2 diketahui bahwa dari total 159 mahasiswa, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori kecemasan ringan, yaitu sebanyak 110 mahasiswa (69,2%). Selanjutnya, mahasiswa dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 35 mahasiswa (22,0%). Sementara itu, mahasiswa yang berada pada kategori kecemasan berat merupakan proporsi paling sedikit, yaitu 14 mahasiswa (8,8%).

b. Stres Akademik

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir

Stres Akademik	n	%
Tinggi	33	20.8
Sedang	84	52.8
Rendah	42	26.4
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.3 diketahui stres akademik menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori stres akademik sedang, yaitu sebanyak 84 mahasiswa (52,8%). Mahasiswa dengan stres akademik tinggi berjumlah 33 mahasiswa (20,8%), sedangkan mahasiswa dengan stres akademik rendah sebanyak 42 mahasiswa (26,4%).

c. Dukungan Sosial

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Dukungan Sosial Mahasiswa Semester Akhir

Dukungan Sosial	n	%
Tinggi	90	56.6
Sedang	64	40.3
Rendah	5	3.1
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.4 mengenai dukungan sosial, kategori dukungan sosial tinggi menunjukkan proporsi tertinggi, yaitu sebanyak 90 mahasiswa (56,6%). Selanjutnya, mahasiswa dengan dukungan sosial kategori sedang berjumlah 64 mahasiswa (40,3%), sedangkan mahasiswa

dengan dukungan sosial kategori rendah berjumlah 5 mahasiswa (3,1%).

d. Motivasi Belajar

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Motivasi Belajar Mahasiswa Semester Akhir

Motivasi Belajar	n	%
Tinggi	133	83.6
Sedang	18	11.3
Rendah	8	5.0
Total	159	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.5 motivasi belajar menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki motivasi belajar tinggi, yaitu sebanyak 133 mahasiswa (83,6%). Sementara itu, mahasiswa dengan motivasi belajar sedang berjumlah 18 mahasiswa (11,3%), dan mahasiswa dengan motivasi belajar rendah sebanyak 8 mahasiswa (5,0%).

3. Analisis Bivariat

Untuk melihat adanya hubungan antara variabel independent dan variabel dependen, maka dilakukan uji *Chi-square*.

a. Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.6
Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Stres Akademik	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total		p
	Berat		Sedang		Ringan		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Tinggi	8	24.2	12	36.4	13	39.4	33	100	.001
Sedang	5	6.0	22	26.2	57	67.9	84	100	
Rendah	1	2.4	1	2.4	40	95.2	42	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.6 mahasiswa dengan stres akademik tinggi sebagian besar berada pada tingkat kecemasan ringan (39,4%) dan sedang (36,4%), meskipun masih terdapat kecemasan berat (24,2%). Pada stres akademik sedang, tingkat kecemasan ringan menunjukkan persentase tertinggi (67,9%), sedangkan kecemasan berat hanya sebesar (6,0%). Sementara itu, pada stres akademik rendah, hampir seluruh mahasiswa mengalami kecemasan ringan (95,2%), dan kecemasan sedang serta berat masing-masing hanya sebesar (2,4%).

Hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* diperoleh nilai $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir.

b. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.7
Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Dukungan Sosial	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total	p	
	Berat		Sedang		Ringan				
	n	%	n	%	n	%	n		%
Tinggi	6	6.7	20	22.2	64	71.1	90	100	.706
Sedang	8	12.5	14	21.9	42	66.6	64	100	
Rendah	0	0.0	1	20.0	4	80.0	5	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.7 mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (71,1%), sementara kecemasan sedang sebesar (22,2%) dan kecemasan berat sebesar (6,7%). Pada dukungan sosial sedang, kecemasan ringan sebesar (66,6%), kecemasan sedang (21,9%), dan kecemasan berat (12,5%). Sementara itu, pada dukungan sosial rendah, sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan (80,0%), dan tidak ditemukan kecemasan berat.

Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,706$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat kecemasan.

c. Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.8
Hubungan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan
Mahasiswa Semester Akhir

Motivasi Belajar	Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa						Total		p
	Berat		Sedang		Ringan				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	9	6.8	25	18.8	99	74.4	133	100	.004
Sedang	3	16.7	9	50.0	6	33.3	18	100	
Rendah	2	25.0	1	12.5	5	62.5	8	100	
Total	14	8.8	35	22.0	110	69.2	159	100	

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5.8 mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (74,4%), sedangkan kecemasan sedang dan berat masing-masing sebesar (18,8%) dan (6,8%). Pada motivasi belajar sedang, kecemasan sedang menunjukkan persentase tertinggi (50,0%), diikuti kecemasan ringan (33,3%) dan kecemasan berat (16,7%). Sementara itu, pada motivasi belajar rendah, kecemasan ringan tetap lebih banyak ditemukan (62,5%), namun persentase kecemasan berat lebih tinggi dibandingkan kelompok motivasi belajar tinggi.

Hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir.

C. Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar berada pada kategori kecemasan ringan (69,2%), diikuti kecemasan sedang (22,0%) dan kecemasan berat (8,8%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa masih mampu mengendalikan tekanan psikologis selama penyusunan skripsi.

Menurut teori stres dan coping dari Lazarus dan Folkman, kecemasan muncul ketika individu menilai tuntutan lingkungan sebagai sesuatu yang melebihi kemampuan coping yang dimiliki. Pada mahasiswa semester akhir, tuntutan akademik seperti penyusunan skripsi, proses bimbingan, revisi berulang, serta tekanan untuk lulus tepat waktu dapat dipersepsikan sebagai ancaman sehingga memicu stres yang kemudian berkembang menjadi kecemasan.⁷⁵ Sementara itu, teori Spielberger menjelaskan bahwa kecemasan yang muncul dalam situasi tertentu bersifat sementara (*state anxiety*), yaitu respons emosional terhadap kondisi yang menekan dan tidak selalu menunjukkan gangguan psikologis yang menetap.⁷⁶

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Novianti, I., Chrisellyn, G., & Betari, I. D., yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan ringan

hingga sedang selama penyusunan skripsi, sementara hanya sebagian kecil yang mengalami kecemasan berat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa tekanan akademik dan kekhawatiran terhadap kelulusan merupakan pemicu utama kecemasan, namun mahasiswa masih mampu beradaptasi melalui strategi coping dan dukungan sosial yang dimiliki.⁷⁷

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S., yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa skripsi mengalami kecemasan pada kategori sedang hingga berat. Penelitian tersebut menyatakan bahwa tingginya kecemasan dipengaruhi oleh beban akademik yang lebih berat, kesulitan dalam proses bimbingan, serta rendahnya dukungan sosial dan kemampuan coping mahasiswa.⁷⁸

Keberadaan 14 mahasiswa yang mengalami kecemasan berat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya. Kecemasan berat dalam penelitian menggunakan Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS) tidak selalu menunjukkan gangguan kecemasan klinis, melainkan tingkat gejala kecemasan yang tinggi berdasarkan persepsi individu pada saat pengisian kuesioner. Oleh karena itu, mahasiswa dengan kecemasan berat masih dapat menjalankan aktivitas akademik dan

sosial, termasuk mengikuti perkuliahan dan mengisi kuesioner penelitian. Faktor yang mungkin mempengaruhi munculnya kecemasan berat antara lain tekanan akademik yang kompleks, kesulitan dalam proses penyusunan skripsi, kekhawatiran terhadap masa depan, rendahnya self-efficacy, serta perbedaan kemampuan individu dalam mengelola stres.

Menurut asumsi peneliti, dominannya kecemasan ringan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi dan coping yang cukup baik, sedangkan kecemasan sedang dan berat kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan tekanan akademik, self-efficacy, serta dukungan yang diterima. Dengan demikian, kecemasan pada mahasiswa semester akhir merupakan respons wajar terhadap tuntutan akademik yang tinggi, namun tetap perlu perhatian agar tidak berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih serius.

2. Stress Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar mengalami stres akademik pada kategori sedang yaitu sebanyak 84 mahasiswa (52,8%), diikuti kategori rendah sebanyak 42 mahasiswa (26,4%), dan kategori tinggi sebanyak 33 mahasiswa (20,8%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa merasakan tekanan akademik yang

cukup signifikan selama proses penyusunan skripsi, namun masih berada pada tingkat yang relatif dapat dikendalikan.

Menurut teori stres dari Lazarus dan Folkman, stres muncul ketika individu menilai tuntutan lingkungan melebihi kemampuan coping yang dimiliki. Pada mahasiswa semester akhir, tuntutan akademik seperti penyusunan skripsi, revisi berulang, keterbatasan waktu, serta tekanan untuk segera lulus dapat dipersepsikan sebagai ancaman sehingga memicu stres akademik. Tingkat stres yang berbeda pada setiap mahasiswa dipengaruhi oleh kemampuan coping, dukungan sosial, serta penilaian individu terhadap beban akademik yang dihadapi.⁷⁵

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Ningsih, E. D. yang menemukan bahwa mahasiswa tingkat akhir umumnya mengalami stres akademik pada kategori sedang akibat beban tugas akhir dan tekanan kelulusan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa meskipun tekanan akademik tinggi, mahasiswa masih mampu menyesuaikan diri melalui strategi coping yang dimiliki.⁷⁹ Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Akhtar, S., & Akhtar, N., yang melaporkan sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik tinggi karena kesulitan manajemen waktu, tekanan akademik yang berat, serta kendala dalam proses bimbingan.⁸⁰

Keberadaan 33 mahasiswa dengan stres akademik tinggi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi tekanan yang lebih kompleks, seperti kesulitan dalam penyusunan skripsi, tuntutan akademik yang menumpuk, atau kekhawatiran terhadap masa depan. Stres akademik yang tinggi berpotensi memicu munculnya kecemasan berat karena tekanan yang berlangsung terus-menerus dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Menurut asumsi peneliti, dominannya stres akademik pada kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik yang dihadapi, meskipun tetap merasakan tekanan yang cukup besar. Sementara itu, mahasiswa dengan stres akademik tinggi kemungkinan memiliki kemampuan coping yang kurang optimal, dukungan sosial yang terbatas, atau menghadapi kondisi akademik yang lebih sulit dibandingkan mahasiswa lainnya. Dengan demikian, stres akademik pada mahasiswa semester akhir merupakan kondisi yang umum terjadi selama penyusunan skripsi, namun perlu dikelola dengan baik agar tidak berdampak pada kesehatan mental dan keberhasilan akademik.

3. Dukungan Sosial pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.4, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi yaitu sebanyak 90 mahasiswa (56,6%), diikuti kategori sedang sebanyak 64 mahasiswa (40,3%), dan kategori rendah sebanyak 5 mahasiswa (3,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memperoleh dukungan yang baik dari lingkungan sosial selama proses penyusunan skripsi.

Secara teoritis, dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima individu dari orang lain yang dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Menurut Sarafino dan Smith, dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu mengatasi stres serta meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap situasi yang menekan. Pada mahasiswa semester akhir, dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing sangat penting untuk membantu menghadapi tekanan akademik selama penyusunan tugas akhir.⁸¹

Hasil penelitian ini sejalan dengan Wulandari, P., & Metia, C. yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki dukungan sosial tinggi, terutama dari keluarga dan teman sebaya, sehingga mampu membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik dan menjaga kesejahteraan psikologis.⁸²

Namun, hasil ini tidak sejalan dengan Ifroh, Riza Hayati, et al., yang melaporkan bahwa sebagian mahasiswa memiliki dukungan sosial rendah akibat keterbatasan interaksi sosial dan kurangnya komunikasi dengan keluarga.⁸³

Interpretasi hasil tabel menunjukkan bahwa dominannya dukungan sosial tinggi mengindikasikan bahwa mahasiswa semester akhir masih memiliki jaringan sosial yang kuat yang dapat memberikan bantuan emosional maupun praktis dalam menyelesaikan skripsi. Sementara itu, meskipun jumlahnya kecil, mahasiswa dengan dukungan sosial rendah berpotensi mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan akademik karena keterbatasan sumber dukungan yang dimiliki.

Menurut asumsi peneliti, tingginya dukungan sosial pada mahasiswa semester akhir disebabkan oleh peran keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing yang memberikan motivasi, bantuan, serta perhatian selama proses penyusunan skripsi. Dukungan tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan coping mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial rendah kemungkinan mengalami hambatan komunikasi atau keterbatasan interaksi sosial sehingga berisiko lebih tinggi mengalami stres dan kecemasan. Dengan demikian, dukungan sosial merupakan faktor penting yang membantu

mahasiswa semester akhir mempertahankan kondisi psikologis yang stabil selama menyelesaikan studi.

4. Motivasi Belajar pada Mahasiswa Semester Akhir

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.5, dari 159 mahasiswa semester akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, sebagian besar memiliki motivasi belajar pada kategori tinggi yaitu sebanyak 133 mahasiswa (83,6%), diikuti kategori sedang sebanyak 18 mahasiswa (11,3%), dan kategori rendah sebanyak 8 mahasiswa (5,0%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki dorongan yang kuat untuk menyelesaikan studi meskipun berada pada tahap akhir perkuliahan yang penuh tekanan.

Secara teoritis, motivasi belajar merupakan dorongan internal maupun eksternal yang mengarahkan individu untuk mencapai tujuan akademik. Menurut teori Self-Determination dari Deci dan Ryan, motivasi yang kuat muncul ketika kebutuhan dasar individu akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan terpenuhi, sehingga individu terdorong untuk belajar secara mandiri dan mencapai keberhasilan akademik. Pada mahasiswa semester akhir, motivasi belajar tinggi umumnya berkaitan dengan keinginan untuk segera lulus, memperoleh gelar, dan mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.⁸⁴

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Fartisia, O. N. P., & Laily, N. yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki motivasi belajar tinggi karena adanya dorongan untuk menyelesaikan skripsi dan mencapai kelulusan tepat waktu. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa motivasi internal dan dukungan lingkungan berperan penting dalam mempertahankan semangat belajar mahasiswa.⁸⁵

Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Pradika, S., Firayanti, Y., & Marhamah, M., yang menemukan bahwa sebagian mahasiswa tingkat akhir memiliki motivasi belajar sedang hingga rendah akibat kelelahan akademik, tekanan tugas, dan kejenuhan selama proses penyusunan skripsi.⁸⁶

Interpretasi hasil tabel menunjukkan bahwa dominannya kategori motivasi belajar tinggi mengindikasikan bahwa mahasiswa semester akhir memiliki tujuan akademik yang jelas serta kesiapan untuk menyelesaikan studi. Sementara itu, mahasiswa dengan motivasi sedang dan rendah kemungkinan mengalami hambatan seperti kelelahan, kurangnya minat, atau kesulitan dalam penyusunan tugas akhir.

Menurut asumsi peneliti, tingginya motivasi belajar pada mahasiswa semester akhir disebabkan oleh dorongan untuk segera menyelesaikan studi, harapan memperoleh pekerjaan, serta dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Sebaliknya,

mahasiswa dengan motivasi rendah kemungkinan mengalami kejenuhan akademik, kurangnya kepercayaan diri, atau kesulitan dalam proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, motivasi belajar merupakan faktor penting yang membantu mahasiswa mempertahankan ketekunan dan keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikan.

5. Hubungan Stres Akademik dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan stres akademik tinggi memiliki kecenderungan mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan stres akademik rendah. Mahasiswa dengan stres akademik tinggi sebagian besar mengalami kecemasan ringan (39,4%), kecemasan sedang (36,4%), dan kecemasan berat (24,2%). Sebaliknya, mahasiswa dengan stres akademik rendah hampir seluruhnya mengalami kecemasan ringan (95,2%).

Temuan ini sejalan dengan teori Lazarus dan Folkman, yang menjelaskan bahwa stres akademik terjadi ketika mahasiswa menilai tuntutan akademik sebagai sesuatu yang mengancam dan merasa bahwa kemampuan coping yang dimiliki tidak cukup untuk

mengatasinya. Ketika kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus, maka stres yang dialami dapat berkembang menjadi kecemasan.⁷⁵

Secara teori, hal ini dapat dijelaskan dalam teori Spielberger mengenai *state anxiety* juga menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul sebagai respon emosional sementara terhadap situasi tertentu yang dianggap menekan. Dalam konteks mahasiswa semester akhir, tekanan akademik seperti penyusunan skripsi, tuntutan kelulusan, serta persaingan akademik dapat menjadi situasi yang memicu munculnya *state anxiety*.⁷⁶

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Khadka, C. yang menunjukkan bahwa stres akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menemukan bahwa mahasiswa dengan tekanan akademik yang tinggi cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tuntutan akademik yang berlebihan dapat memicu munculnya tekanan psikologis yang berdampak pada peningkatan kecemasan mahasiswa.⁸⁷

Namun hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih, Eka Dwi, yang menemukan bahwa stres akademik tidak selalu berhubungan secara langsung dengan

kecemasan mahasiswa. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa beberapa mahasiswa mampu mengelola tekanan akademik dengan baik melalui strategi coping yang efektif, sehingga meskipun mengalami stres akademik yang tinggi, mereka tidak selalu mengalami kecemasan yang tinggi. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, lingkungan akademik, serta kemampuan coping yang dimiliki oleh mahasiswa.⁷⁹

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar mahasiswa memang mengalami kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mampu mengelola tekanan akademik yang dihadapi melalui berbagai strategi coping, seperti mencari dukungan dari teman, berkonsultasi dengan dosen pembimbing, atau mengatur waktu belajar secara lebih efektif.

Pada penelitian ini juga menemukan bahwa masih terdapat 14 mahasiswa (8,8%) yang mengalami kecemasan berat. Kondisi ini tidak selalu menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami gangguan kecemasan secara klinis. Dalam penelitian yang menggunakan instrumen *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS), kategori kecemasan berat menggambarkan tingkat gejala kecemasan yang tinggi berdasarkan persepsi responden terhadap kondisi yang mereka rasakan pada saat pengisian kuesioner.

Mahasiswa yang berada pada kategori kecemasan berat kemungkinan sedang mengalami tekanan akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya, misalnya karena kesulitan dalam proses bimbingan skripsi, banyaknya revisi yang harus diselesaikan, atau kekhawatiran terhadap keterlambatan kelulusan. Meskipun demikian, mahasiswa tersebut masih dapat menjalankan aktivitas akademik, berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta mengisi kuesioner penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan berat dalam penelitian ini lebih menggambarkan tingginya tekanan psikologis yang dirasakan mahasiswa, bukan kondisi gangguan psikologis yang menyebabkan individu tidak mampu berfungsi secara sosial maupun akademik.⁸⁸

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, peneliti berasumsi bahwa stres akademik merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir. Semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin besar pula kemungkinan munculnya kecemasan. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membantu mahasiswa dalam mengelola stres akademik, seperti peningkatan dukungan akademik dari dosen pembimbing, penguatan manajemen waktu, serta penyediaan layanan konseling di lingkungan kampus guna membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik yang mereka hadapi.

6. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir, yang ditunjukkan oleh nilai $p = 0,706$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat kecemasan yang mereka alami.

Secara teori, dukungan sosial seharusnya dapat membantu individu dalam mengurangi tingkat kecemasan karena individu yang mendapatkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya cenderung merasa lebih mampu menghadapi tekanan yang dialami. Hal ini juga dijelaskan dalam teori *buffering hypothesis* yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills, yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berperan sebagai penyangga (*buffer*) yang melindungi individu dari dampak negatif stres dan tekanan psikologis.⁸⁹

Namun dalam penelitian ini, dukungan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, sebagian besar mahasiswa melaporkan bahwa mereka memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya maupun keluarga selama proses penyusunan skripsi, seperti motivasi, saran, maupun bantuan dalam menyelesaikan tugas akademik. Meskipun

demikian, kecemasan yang dialami mahasiswa kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat stres akademik, kemampuan coping individu, serta kemampuan mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik yang dihadapi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Worley, Justin T., et al, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu memiliki hubungan langsung dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa meskipun mahasiswa memiliki dukungan sosial yang cukup baik, tingkat kecemasan yang dialami tetap dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan individu dalam mengelola stres.⁹⁰

Namun hasil berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzia, D., & Pebriani, L.V yang menemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki dukungan sosial rendah. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, lingkungan akademik, serta kemampuan coping yang dimiliki oleh mahasiswa.⁹¹

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang

mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir. Meskipun mahasiswa memperoleh dukungan dari keluarga maupun teman, tekanan akademik yang tinggi seperti tuntutan penyelesaian skripsi dan kekhawatiran terhadap kelulusan tetap dapat memicu munculnya kecemasan. Oleh karena itu, selain dukungan sosial, faktor lain seperti kemampuan coping, manajemen waktu, serta kesiapan akademik mahasiswa juga memiliki peran penting dalam mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa.

7. Hubungan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester akhir dengan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Berdasarkan hasil tabulasi silang, mahasiswa dengan motivasi belajar yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar dapat menjadi salah satu faktor yang membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik yang dihadapi.

Hubungan antara motivasi belajar dan tingkat kecemasan dapat dijelaskan melalui *Self Determination Theory* yang

menyatakan bahwa individu yang memiliki motivasi intrinsik yang kuat cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan serta menghadapi berbagai tantangan dalam proses pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi biasanya memiliki tujuan akademik yang jelas serta keyakinan diri yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas akademik. Hal tersebut dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi tekanan psikologis sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih rendah.⁸⁴

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner motivasi belajar, sebagian besar responden menunjukkan adanya dorongan yang kuat untuk menyelesaikan studi tepat waktu serta memperoleh hasil akademik yang baik. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung memiliki tujuan yang jelas dalam menyelesaikan skripsi, sehingga mereka lebih fokus dalam menyelesaikan tugas akademik yang dihadapi. Sebaliknya, mahasiswa dengan motivasi belajar yang rendah cenderung lebih mudah merasa terbebani oleh tuntutan akademik sehingga berpotensi mengalami kecemasan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhayyaroh, L., & Winta, M. V. I. yang menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan kondisi psikologis mahasiswa, termasuk tingkat kecemasan. Penelitian

tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan akademik sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih rendah.⁹² Namun demikian, beberapa penelitian juga menunjukkan hasil yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Waterhouse (2024) menemukan bahwa motivasi belajar tidak selalu berhubungan secara langsung dengan kecemasan mahasiswa, karena kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti stres akademik, dukungan sosial, serta kemampuan coping individu.⁹³

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa motivasi belajar memiliki peran penting dalam mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan akademik karena memiliki tujuan belajar yang jelas serta keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah cenderung lebih mudah merasa tertekan oleh tuntutan akademik sehingga berpotensi mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Dengan demikian, peningkatan motivasi belajar menjadi salah satu faktor penting yang dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi tingkat kecemasan selama proses penyusunan skripsi.