

**HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP MOTIVASI MAHASISWA
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh:

I Made Afryan Susane L

1318011080



**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP MOTIVASI MAHASISWA
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

Oleh

I Made Afryan Susane L

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
SARJANA KEDOKTERAN**

Pada

**Fakultas Kedokteran
Universitas Lampung**



**POGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
2017**

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND MOTIVATION OF STUDENTS WHO COMPLETING FINAL TASK ON FINAL YEAR STUDENTS IN FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF LAMPUNG

Oleh

I MADE AFRYAN SUSANE L.

Background: Stress is a condition that is often encountered by students, especially graduate student. Stress can affect a student's positive constructive act as their motivation to do the work or final task. This study aimed to assess the relationship of stress levels on the motivation of students in completing a graduate student thesis at the Faculty of Medicine, University of Lampung.

Methods: This study used cross sectional approach. A total of 174 respondents on final year student were asked to complete two questionnaires, thesis work stress levels questionnaire and Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ).

Results: Level of stress experienced by respondents from the highest to the lowest was moderate stress (53.1%), mild stress (40.7%) and severe stress (6.2%). Most of respondents had high motivation (89,5%) and the other had low motivation (10,5%). Based on bivariate analysis by *kruskal-wallis*, obtained a significant relationship between stress on motivation with $p = 0.0001$ ($p < 0,05$).

Conclusion: There was a significant relationship between stress and motivation of students who completing final task on final year students Faculty of Medicine, University of Lampung.

Keywords: Final task, motivation, stress levels

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP MOTIVASI MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

I MADE AFRYAN SUSANE L.

Latar belakang: Stres merupakan keadaan yang sering dijumpai oleh mahasiswa terutama mahasiswa tingkat akhir. Stres dapat mempengaruhi mahasiswa untuk bertindak positif yang membangun seperti adanya motivasi mengerjakan tugas atau skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk menilai hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Metode penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sebanyak 174 responden mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung mengisi kuesioner tingkat stres dan *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) untuk menilai motivasi mengerjakan skripsi.

Hasil penelitian: Pada penelitian ini, tingkat stres tertinggi hingga terendah yang dialami oleh responden yaitu tingkat stres sedang (53,1%), stres ringan (40,7%) dan tingkat stres berat (6,2%). Hampir seluruh responden memiliki motivasi yang tinggi (89,5%) dan sisanya (10,5%). Pada uji *Kruskal-wallis* didapatkan hubungan bermakna antara stres terhadap motivasi dengan nilai $p=0,0001$ ($p<0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan motivasi mengerjakan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kata kunci: Motivasi, skripsi, tingkat stres.

Judul Skripsi : **HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP
MOTIVASI MAHASISWA DALAM
MENERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : I Made Afryan Susane L.

No. Pokok Mahasiswa : 1318011080

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran



dr. Rika Lisiswanti S.Ked., M.Med.Ed
NIP. 198010052008122001

dr. Putu Ristyning Ayu, S.Ked., M.kes., Sp.PK
NIP. -



MENGETAHUI
Dekan Fakultas Kedokteran

Dr. dr. Muhartono, S.Ked., M.Kes., Sp.PA
NIP. 197012082001121001

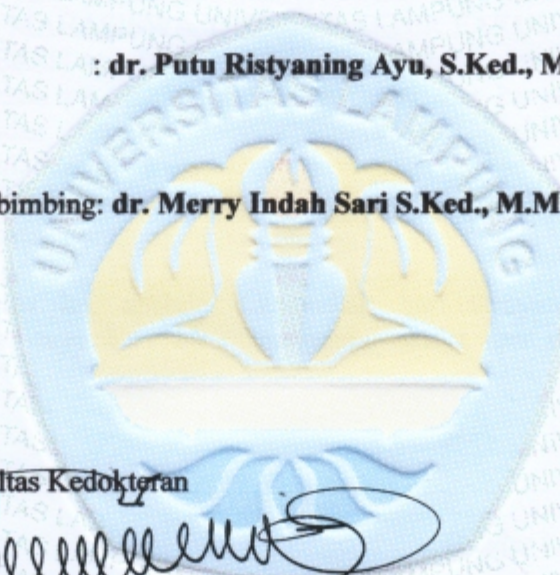
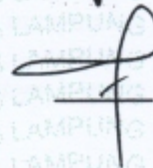
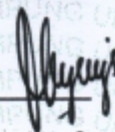
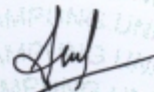
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : dr. Rika Lisiswanti, S.Ked., M.Med.Ed

Sekretaris : dr. Putu Ristyaning Ayu, S.Ked., M.Kes., Sp.PK

**Penguji
Bukan Pembimbing: dr. Merry Indah Sari S.Ked., M.Med.Ed**



2. Dekan Fakultas Kedokteran

Dr. dr. Muhartono, S.Ked., M.Kes., Sp.PA
NIP. 197012082001121001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 13 Januari 2017

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenarnya, bahwa:

1. Skripsi dengan judul “HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP MOTIVASI MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG” adalah hasil karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan atas karya penulis lain dengan cara tidak sesuai tata etika ilmiah yang berlaku dalam masyarakat akademik atau yang disebut plagiarism.
2. Hak intelektual atas karya ilmiah yang diserahkan sepenuhnya kepada Universitas Lampung.

Atas pernyataan ini, apabila dikemudian hari ternyata ditemukan adanya ketidakbenaran, saya bersedia menanggung akibat dan sanksi yang diberikan kepada saya.

Bandar Lampung, Januari 2017



I Made Airyan Susane L.

NPM 1318011080

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 8 April 1995, sebagai anak ke dua dari dua bersaudara dari Bapak I Putu Nurjana ST. MM. MT dan Ibu Dra. Ni Made Suarmiati .

Pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) diselesaikan di TK Ismaria pada tahun 2001, Sekolah Dasar (SD) diselesaikan di SD N 1 Rajabasa pada tahun 2007, Sekolah Menengah Pertama (SMP) diselesaikan di SMPN 8 Bandar Lampung pada tahun 2010, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) diselesaikan di SMAN 1 Natar pada tahun 2013.

Tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) tertulis.

Selama menjadi mahasiswa, penulis pernah aktif menjadi ketua komisi B Dewan Perwakilan Mahasiswa (DPM) 2014-2015.

SANWACANA

Puji syukur kehadirat Tuhan YME yang telah melimpahkan segala kasih, karunia, dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres terhadap Motivasi Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat masukan, bantuan, dorongan, saran, bimbingan dan kritik dari berbagai pihak. Maka dengan segenap kerendahan hati penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Hasriadi Mat Akin, M.P., Selaku Rektor Universitas Lampung;
2. Dr. dr. Muhartono, S.Ked., M. Kes., Sp. PA., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung;
3. dr. Oktadoni Saputra, S.Ked, M.Med.Ed selaku Pembimbing Utama atas kesediaannya untuk meluangkan banyak waktu, memberikan nasihat, bimbingan, saran, dan kritik yang bermanfaat dalam proses penyelesaian skripsi ini;

4. dr. Putu Ristyning Ayu M.Kes Sp.PK selaku Pembimbing Kedua atas kesediaannya untuk meluangkan waktu, memberikan nasihat, bimbingan, saran, dan kritik yang bermanfaat dalam proses penyelesaian skripsi ini;
5. dr. Rika Lisiswanti M.Med.Ed selaku Penguji dan pembimbing yang telah meluangkan waktunya dalam memberikan ilmu, masukan dan saran pada skripsi ini;
6. dr. Merry Indah Sari M.Med.Ed selaku Penguji pada Ujian Skripsi, terima kasih atas waktu, ilmu dan saran-saran yang telah banyak diberikan;
7. dr. Ratna Dewi. Sp.Og selaku Pembimbing Akademik atas nasihat, bimbingan, saran dan kritik yang bermanfaat selama perkuliahan di Fakultas Kedokteran ini;
8. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Kedokteran Unila atas ilmu, waktu, dan bimbingan yang telah diberikan dalam proses perkuliahan. Terkhusus untuk Mbak Lisa, Mbak Lutfi, Mbak Qori, dan Pak Supangat yang telah sangat membantu, memberikan waktu dan tenaga serta kesabarannya selama dalam proses penyelesaian penelitian ini;
9. Terimakasih teruntuk orang tua yang saya banggakan I Putu Nurjana ST. MM. MT . dan Dra. Ni Made Suarmiati yang sangat saya cintai dan sayangi atas doa, perhatian, semangat, kesabaran, kasih sayang, dan dukungan yang selalu mengalir setiap saat. Terima kasih untuk perjuangannya memberikanku pendidikan yang terbaik, baik pendidikan akademis maupun nonakademis yang dapat digunakan untuk bekal dimasa depan;

10. Terimakasih kepada saudariku tercinta Ni Putu Sinta Kartika Amd.Keb serta seluruh keluarga besar atas doa, dukungan, semangat, kerja kerasnya, kesabaran, keikhlasan, motivasi, kasih sayang, dan bahkan celaan-celaan yang sangat membangun dan selalu menjadi alasan saya untuk merintis dan berjuang sampai saat ini;
11. Sahabat serta keluarga saya “Geng Gabut” M. Hidayatullah Saputra Kentung 1, Satya Agusmansyah Kentung 2, Bisart Ginting dan Sopian Novaldi yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta nasihat dan terimakasih juga sudah menjadi tempat berbagi suka dan duka selama ini;
12. Keluarga agak kecil lainnya “The Skippers Rises” Hidayatullah, Satya, Bisart, Sopian, Iqbal, Agung, Fuad, Marco, Firza, Fadel, Fidelis, Awan dan Tito terimakasih untuk bantuan, dukungan dan motivasi yang kalian berikan. Kita mulai sama-sama mari kita selesaikan bersama-sama pula;
13. Teman seperjuangan skripsi Siti, Mara, Aulian, Widy dan Iyem terimakasih atas bantuan kalian sehingga penelitian ini dapat terselesaikan semoga kita bisa sukses kedepannya;
14. Teman setia sepanjang masa yang selalu menemani selama pembuatan skripsi Luh Gde Indrani Ayuning Merti terimakasih semangat, dukungan dan motivasi yang telah diberikan satu sama lain sehingga kita bisa berada pada titik ini, semoga kita bisa melanjutkannya dengan baik:
15. Teman-teman dari WBTBO stevi, audy, bibol, ulpe, rizkaw, nani yang telah memberikan support positif walau hanya sedikit;

16. Teman-Teman SMA “ Y X G KUY” well, wawa, yodi cunong, ardan cuk ameng, nggun, anis suggest, monqueue, mers-sande yang telah banyak membantu dan mendoakan dalam skripsi ini:
17. Teman-teman SD “OM telolet OM” pebi, angga, ina, sari, adzka, awal, monik, hendra, Julian, hayati, tiara, putra dan dede yang telah sedikit banyak memotivasi mengerjakan skripsi ini hingga akhir:
18. Teman-teman Men Of Cere13ellums “MOC” dan Women Of Cere13ellums “WOC” yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini dengan data-data yang mutakhir, akurat dan terpercaya;
19. Teman-teman sejawat angkatan 2013 yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas kebersamaan, keceriaan, kekompakan kebahagiaan selama 3,5 tahun perkuliahan ini, semoga kelak kita bisa menjadi dokter yang amanah dan sukses dunia akhirat;
20. Adik-adik angkatan 2014, 2015, 2016 terimakasih atas dukungan, doa dan bantuannya dalam satu fakultas kedokteran.
21. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan baru kepada setiap orang yang membacanya. Terima kasih.

Bandar Lampung, Januari 2017

Penulis

I Made Afryan Susane L.

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Definisi Stres	7
2.1.1 Presepsi Stres	8
2.1.2 Sumber-Sumber Stres.....	9
2.1.3 Tingkatan Stres.....	11
2.2 Motivasi.....	13
2.2.1 Aspek-Aspek dalam Motivasi Menyelesaikan Skripsi	17
2.3 Skripsi.....	18
2.3.1 Pengaruh Stres Terhadap Skripsi	18
2.4 Kerangka Teori	20
2.6 Kerangka Konsep	21
2.7 Hipotesis	21
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	22
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
3.3 Subjek Penelitian	22
3.3.1 Populasi Penelitian.....	22
3.3.2 Sampel Penelitian.....	23

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.4.1 Variabel Terikat	23
3.4.2 Variabel Bebas	23
3.5 Definisi Operasional	24
3.6 Metode Pengambilan Data	24
3.7 Instrumen Penelitian	25
3.7.1 Instrumen Pengukuran Tingkat Stres	25
3.7.2 Instrumen Pengukuran Motivasi Mengerjakan Skripsi	25
3.8 Alur Penelitian	26
3.9 Analisis Univariat dan Bivariat	26
3.10 Pengolahan Data	27
3.10.1 <i>Editing</i>	27
3.10.2 <i>Coding</i>	27
3.10.3 <i>Entry Data</i>	27
3.10.4 <i>Scoring</i>	28
3.10.5 <i>Cleaning</i>	28
3.11 Etika Penelitian	28
BAB 4 HASIL DAN PEMBASAN	
4.1 Gambaran Umum Penelitian	29
4.2 Hasil	29
4.2.1 Analisis Univariat	30
4.2.1.1 Pengukuran Distribusi Tingkat Stres dan Motivasi	30
4.2.2 Analisis Bivariat	32
4.3 Pembahasan	33
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	41
5.2 Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Definisi Operasional Variabel	24
2. Distribusi Tingkat Stres dan Motivasi	34
3. Hubungan Tingkat Stres terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi	36
4. Hasil Validasi Tingkat Stres	57
5. Hasil Validasi Motivasi	57
6. Hasil Pemeriksaan Motivasi	59
7. Hasil Pemeriksaan Tingkat Stres	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori	20
2. Kerangka Konsep	21
3. Distribusi Tingkat Stres	31
4. Distribusi Tingkat Motivasi	32
5. Hasil Uji Statistik Bivariat	56

DAFTAR SINGKATAN

MSLQ Motivated Strategies of Learning Questionnaire

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi tuntutan–tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Sarafino, 2008). Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (*American Psychological Association*, 2013). Stres pada individu dapat diartikan sebagai adanya tuntutan-tuntutan dalam diri individu tersebut (Losyk, 2005).

Stres dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan diantaranya adalah stres normal, stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Selain itu terdapat stres normal biasanya dapat dialami secara alamiah oleh setiap individu. Stres ringan dapat diartikan sebagai *stressor* yang dihadapi selama kurun waktu beberapa menit. Stres berat adalah keadaan dimana terjadi dalam beberapa minggu sampai dengan beberapa tahun (*Psychology Foundation of Australia*, 2010).

Stres dapat timbul dari berbagai macam sumber diantaranya adalah adanya tuntutan, menurut Shenoy (2004) tuntutan terhadap mahasiswa bisa merupakan sumber stres yang potensial. Sumber stres yang potensial memicu timbulnya stres yang berhubungan dengan peristiwa akademis maupun psikologis, dalam tingkat keparahan tinggi dapat menekan tingkat ketahanan tubuh, bahkan tragisnya bisa sampai pada tindakan brutal (anarkis) terutama pada mahasiswa yang memiliki kerentanan psikologis.

Pada tahapan tertentu stres dapat menimpa siapa saja termasuk mahasiswa, mahasiswa adalah sekumpulan orang yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi (Indie dalam Nur Lailatul, 2008). Mahasiswa dipersiapkan menjadi sumber daya manusia yang mampu menghadapi persaingan global, sehingga sampai saat ini mahasiswa masih menjadi tumpuan dan harapan bangsa. Sebagai syarat kelulusan pada mahasiswa tingkat akhir salah satunya mengerjakan tugas akhir yang sering disebut skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama dan merupakan karya ilmiah yang ditulis yang berdasarkan hasil penelitian (Darmono & Hasan, 2002). Selama proses mengerjakan skripsi mahasiswa ditantang dan dilatih untuk melakukan serangkaian kegiatan yang bersifat ilmiah yang menguji suatu teori dan memecahkan suatu permasalahan dengan pola pikir yang kritis (*critical thinking*) (Subekti, 2009).

Pada tahun Hapsari (2004) melakukan penelitian terhadap stres yang berhubungan dengan mahasiswa, dalam penelitiannya di fakultas psikologi

Universitas Gajah Mada Yogyakarta melaporkan bahwa terdapat 45,3% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami stres. Selain itu penelitian yang dilakukan Rohmah (2006) di Universitas Gajah Mada menemukan bahwa stres pada mahasiswa yang sedang mengambil skripsi sebesar 39,2% .

Stres merupakan pengalaman pribadi, subyektif dan perorangan. Terdapat empat jenis stres diantaranya *eustress*, *distress*, *hyperstress* dan *hypostress*. Pada tingkat stres yang menghasilkan kinerja optimal, berperan baik dan berdampak positif serta konstruktif bagi individu, disebut *eustress*. Definisi lain pada stres yang bersifat buruk adalah stres yang merusak dan merugikan bagi individu, yang kemudian disebut *distress*. Stres yang bersifat positif (*eustress*) dapat menjadikan mahasiswa bersemangat dalam menulis skripsi, termotivasi untuk mengerjakan skripsi yang lebih baik, dan termotivasi mempercepat pengerjaan skripsinya (Flecher *et al.*, 2006).

Banyak mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merasa diberi beban yang berat, akibatnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang akhirnya dapat menimbulkan ketegangan, kekhawatiran, stres, rendah diri, frustrasi, dan kehilangan motivasi yang akhirnya dapat menyebabkan mahasiswa menunda penyusunan skripsinya, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya dalam beberapa waktu (Mu'tadin, 2002). Pada dasarnya motivasi terjadi karena adanya keinginan untuk memenuhi faktor-faktor yang belum terpenuhi (Schiffman & Kanuk, 2007). Motivasi dapat dikatakan salah satu fasilitas

atau kecenderungan mahasiswa untuk mencapai tujuan. Mahasiswa yang memiliki motivasi akan memiliki semangat dan kegigihan untuk melakukan aktivitasnya (Chernis & Goleman, 2001).

Mahasiswa yang merasa terbebani dan tidak tenang dalam pengerjaan skripsi akan mengalami stres. Stres yang bersifat positif (*eustress*) menjadikan mahasiswa tingkat akhir bersemangat dalam menulis dan menyelesaikan skripsi, termotivasi untuk mengerjakan skripsi yang lebih baik, dan berusaha mempercepat skripsinya (Ferrari, 1995). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.2. Rumusan Masalah

Dari pendahuluan didapatkan rumusan masalah “apakah terdapat hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.3.2. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

2. Untuk mengetahui adanya motivasi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas yang sedang menyelesaikan skripsi.
3. Untuk mengetahui hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi penulis

Dapat menambah pengalaman dan pengetahuan tata cara penulisan karya ilmiah yang baik dan mengetahui pengaruh penulisan serta hasil skripsi mahasiswa mengenai hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.4.2. Bagi institusi terkait

Dapat memaksimalkan fungsi dan mensosialisasi student *support centre* serta dapat melakukan pengecekan tingkat stres dan motivasi belajar secara berkala bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, serta memberikan informasi kepada mahasiswa mengenai teknik manajemen stres yang baik.

1.4.3. Bagi bidang ilmu kedokteran

Dapat mendukung teori-teori kedokteran yang berhubungan dengan tingkat stres dan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi.

1.4.4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melengkapi kekurangan pada penelitian ini.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Definisi stres

Stres adalah suatu keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menantang, mengancam atau merusak terhadap keseimbangan seseorang (*World Health Organization, 2003*). Selain itu stres dapat disebut juga sebagai suatu reaksi atau respon tubuh terhadap stresor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan) (Hawari, 2001). Menurut Heiman & Kariv (2005) stres merupakan suatu ketidakseimbangan yang besar antara permintaan yang berupa fisik ataupun psikologis dengan kemampuan respon saat terjadinya kegagalan untuk memenuhi permintaan yang dihadapi.

Stres dapat dialami oleh setiap orang dari berbagai usia, ras atau jenis kelamin. Tingkat stres di dunia cukup tinggi, sebagai contoh tingkat stres di negara Amerika sekitar 75% orang dewasa mengalami tingkat yang stres berat dengan jumlah yang terus meningkat dalam satu tahun terakhir (*American Psychological Association, 2013*). Sementara itu pada penduduk Indonesia, terdapat sekitar 1,33 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Pada penduduk Indonesia angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan stres akut (stres berat)

mencapai 1-3% (Hidayat, 2012). Berbagai macam penelitian menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa diantaranya pada penelitian Legiran, Azis dan Bellinawati didapatkan 50,8% mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang mengalami stres. Pada penelitian lain terdapat pengukuran tingkat stres dari Augesti (2015) yang menyatakan bahwa pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan akhir tahun 2011 ditemukan perbedaan tingkatan stres, pada 100 sampel mahasiswa, terdapat 45 responden (45%) mengalami stres ringan, terdapat 47 responden (47%) mengalami stres sedang dan terdapat 8 responden (8%) mengalami stres berat. Selain itu oleh pada penelitian Hapsari (2004) di Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada Yogyakarta bahwa terdapat 45,3% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami stres. Selain itu penelitian yang dilakukan Rohmah (2006) di Universitas Gajah Mada menemukan bahwa stres pada mahasiswa yang sedang mengambil skripsi sebesar 39,2%.

2.1.1 Presepsi stres

Terdapat dua jenis stres, yaitu *eustress* dan *distress* (Chusna, 2010). *Eustress* adalah hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). *Eustress* merupakan semua bentuk stres yang mendorong dan meningkatkan kemampuan tubuh untuk beradaptasi untuk melewati sebuah hambatan dan meningkatkan performa. *Eustress* bersifat positif, sehat, dan, menantang. Pada tingkat *eustress*, stres akan menjadi lebih optimal dari stres sebelumnya yang akan memicu keinginan tinggi. Beberapa

dampak dari adanya *eustress* yang bersifat positif adalah fleksibilitas, pertumbuhan, motivasi dan perkembangan jiwa dan mental individu, serta adanya adaptasi dari lingkungan satu ke lingkungan lainnya (Chun & Tim, 2016).

Distress adalah hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (bersifat merusak). *Distress* adalah semua bentuk stres yang membebani tubuh dan menyebabkan masalah fisik atau psikologis. Ketika seseorang mengalami keadaan *distress*, orang tersebut akan cenderung bereaksi secara berlebihan, bingung, dan tidak dapat berperforma secara maksimal (Walker, 2002). Pada umumnya dampak negatif stres dibagi menjadi lima gejala utama yaitu gejala fisiologis, psikologis, kognitif, interpersonal, dan organisasional. Gejala fisiologis yang dirasakan individu berupa sakit kepala, sembelit dan diare. Selain itu terdapat dampak perubahan kondisi psikis berupa perasaan gelisah, takut, dan mudah tersinggung perubahan ini mempengaruhi adanya perubahan kognitif diantaranya sulit berkonsentrasi (Chun & Tim, 2016)

2.1.2 Sumber-sumber stres

Terdapat berbagai macam pencetus stres diantaranya dapat berupa peristiwa atau keadaan yang menantang secara fisik atau psikologis yang sering disebut sebagai *stressor* (Sarafino, 2008). *Stressor* diklasifikasikan kedalam lima kategori, yaitu frustrasi, konflik, tekanan, identifikasi perubahan, dan keyakinan pribadi (Morris, 1990).

Pada fase frustrasi (*frustration*) terjadi ketika kebutuhan pribadi terhalangi dan seseorang gagal dalam mencapai tujuan yang diinginkannya. Frustrasi dapat terjadi sebagai akibat dari keterlambatan, kegagalan, kehilangan, kurangnya sumberdaya, atau diskriminasi. Konflik (*conflicts*), terjadi ketika pengalaman seseorang dihadapi oleh dua atau lebih motif secara bersamaan. Tekanan (*pressure*), didefinisikan sebagai stimulus yang menempatkan individu dalam posisi untuk mempercepat, meningkatkan kinerjanya, atau mengubah perilakunya. Tipe yang keempat adalah perubahan (*changes*), tipe sumber stres yang keempat ini seperti halnya yang ada di seluruh tahap kehidupan, tetapi tidak dianggap penuh tekanan sampai mengganggu kehidupan seseorang baik secara positif maupun negatif. *Self-imposed* merupakan sumber stres yang berasal dalam sistem keyakinan pribadi pada seseorang, bukan dari lingkungan (Morris, 1990).

Selain itu terdapat dua klasifikasi stresor yaitu *stressor* internal dan eksternal. Stresor internal adalah penyebab stres dari dalam diri individu dan stresor eksternal adalah yang berasal dari dunia luar (Potter & Perry, 2005). Penyebab stres yang terjadi pada mahasiswa diantaranya ialah adanya tuntutan akademik, penilaian sosial, manajemen waktu serta biaya perkuliahan yang dapat memicu keadaan stres akademik (Kausar, 2010).

Pada tingkatan stres akademik akan berhubungan dengan segala sesuatu yang mempengaruhi kehidupan akademik bagi mahasiswa. Stres akademik diartikan sebagai adanya kondisi atau keadaan individu yang

mengalami tekanan sebagai hasil dari persepsi dan penilaian mahasiswa tentang *stressor* akademik, yang dapat dikaitkan dengan adanya hubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2004).

Stres akademik dalam keadaan ringan dan sedang dapat memotivasi proses pembelajaran. Sedangkan tingkat stres yang berat dapat menghambat pembelajaran, jika terjadi keadaan stres berat berkepanjangan maka akan menimbulkan ketidakmampuan memperhatikan atau mengerjakan sesuatu, seperti tugas kuliah bahkan skripsi (Potter & Perry, 2005). Selain itu beban stres yang berat dapat memicu seorang remaja untuk berperilaku negatif, seperti merokok, minum minuman beralkohol, tawuran bahkan mengkonsumsi obat-obatan terlarang (Widianti, 2007).

2.1.3 Tingkatan stres

Pada setiap individu mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda, stres pada mahasiswa disebabkan oleh berbagai macam *stressor*, pada mahasiswa tingkat akhir salah satu reaksi stresnya dipicu oleh skripsi, tingkatan stres secara umum diantaranya adalah:

a. Stres normal

Stres normal merupakan bagian alamiah pada kehidupan setiap manusia dan setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandunganpun seorang bayi mengalami stres normal ini. Gejala stres normal bisanya muncul saat dalam situasi

kelelahan mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, setelah aktivitas detak jantung berdebar lebih cepat (Crowford dan Henry, 2003).

b. Stres ringan

Adalah kejadian stres yang dipicu *stressor* yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Stres ringan biasanya terjadi saat dimarahi dosen, mengalami kemacetan dan terlalu banyak tidur. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan merasa lemas, goyah, berkeringat berlebihan saat *temperature* normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa sangat lega saat situasi berakhir, dengan demikian adanya *stressor* ringan dalam jumlah banyak dalam waktu singkat akan menyebabkan peningkatan risiko penyakit bagi mahasiswa (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

c. Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul diantaranya mudah marah, bereaksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

d. Stres berat

Adalah stres yang dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun, contohnya adalah adanya perselisihan dengan dosen dan teman-teman secara terus menerus, mengerjakan skripsi,

kebutuhan finansial yang kurang memadai dan penyakit kronis pada pasien. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa. Pada prinsipnya adalah semakin lama dan sering *stressor* menyebabkan stres maka semakin tinggi risiko stres yang ditimbulkan dan ketika terdapat risiko stres yang tinggi maka akan menyebabkan penurunan energi dan respon adaptif pada mahasiswa (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

2.2 Motivasi

Motivasi adalah kekuatan yang mendorong mahasiswa atau seseorang untuk belajar, konsentrasi, perhatian dan mau mengerjakan tugas-tugas pembelajaran (Gegne, 2005 *et al*). Motivasi juga dapat diartikan sebagai suatu kekuatan yang dapat mendorong mahasiswa untuk belajar atau mengerjakan tugas dan mengerjakan skripsi (Santrock, 2011). Selain itu motivasi merupakan variabel dimana dapat menimbulkan adanya faktor-faktor yang dapat mengelola, mempertahankan dan menyalurkan tingkah laku menuju suatu sasaran (Wulandari, 2012). Dimiyati & Mudjiono, (2009) berpendapat bahwa motivasi juga dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar agar lebih semangat dan terdorong untuk menyelesaikan tugas-tugas yang dimiliki mahasiswa.

Motivasi dapat dipandang sebagai suatu rantai reaksi yang dimulai dari adanya kebutuhan, kemudian timbul keinginan untuk memuaskannya (mencapai tujuan), sehingga menimbulkan ketegangan psikologis yang akan mengarahkan perilaku kepada tujuan (kepuasan). Motivasi sebagai suatu keadaan dalam diri seseorang yang mendorong, mengaktifkan atau menggerakkan, dan yang mengarahkan atau menyalurkan perilaku ke arah tujuan (Koontz, 2001).

Salmah, (2013) motivasi dibagi menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik, motivasi intrinsik adalah daya penggerak yang menjadi aktif dari dalam diri setiap individu untuk melakukan sesuatu. Salah satu contohnya adalah motivasi hasrat dan keinginan berhasil untuk mencapai cita-cita sehingga mendorong kebutuhan belajar. Selain itu menurut Santrock (2011) terdapat beberapa cara untuk meningkatkan motivasi ekstrinsik pada mahasiswa, diantaranya adalah menyediakan waktu berbicara dengan mahasiswa dan menjelaskan tentang aktivitas tugas maupun belajar yang penting bagi mahasiswa itu sendiri, memberi mahasiswa kebebasan untuk dapat memilih dan memahami sesuatu secara mandiri, lebih memperhatikan perasaan mahasiswa yang dihadapi dan manajemen kelas secara aktif dan efektif.

Selain pengaruh dari motivasi intrinsik peran yang tak kalah penting adalah motivasi ekstrinsik. Motivasi ekstrinsik adalah daya penggerak yang aktif dan fungsinya karena adanya rangsangan dari luar. Misalnya karena adanya pengaruh dari keluarga dalam hal ini orang tua, pengaruh dari teman sekolah

maupun teman bergaul, selain itu adanya *reward* dan pemberian *reinforcement* dengan waktu yang tepat dari dosen akan membantu mahasiswa semakin terpacu dengan apa yang akan ia lakukan yang diharapkan akan meningkatkan motivasi dikemudian hari (Davis *et al*, 2006). Dorongan yang menggerakkan seseorang untuk melakukan sesuatu bersumber pada suatu kebutuhan-kebutuhan yang harus dipenuhi. Selain itu, terdapat pula peran dosen yang cukup penting dimana harus mampu menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif yang nantinya akan mempengaruhi gaya belajar dan keterampilan memberikan wawasan kepada mahasiswa yang diharapkan akan dapat menciptakan peningkatan pengaruh baik dan dapat motivasi pada mahasiswa kedokteran (Regmi, 2012).

Teori hirarki kebutuhan (*hierarchy of needs*) yang dikembangkan Maslow (1954) memandang kebutuhan manusia berjenjang dari yang paling rendah hingga paling tinggi, jika suatu tingkat kebutuhan telah terpenuhi, maka kebutuhan tersebut tidak lagi berfungsi sebagai motivator. Hirarki kebutuhan Maslow adalah kebutuhan fisik dan biologis (*physiological needs*), yaitu kebutuhan untuk menunjang kehidupan manusia seperti makanan, air, pakaian, dan tempat tinggal. Menurut Maslow, jika kebutuhan fisiologis belum terpenuhi, maka kebutuhan lain tidak akan memotivasi manusia. Kebutuhan akan keselamatan dan keamanan (*safety and security needs*), yaitu kebutuhan untuk terbebas dari bahaya fisik dan rasa takut kehilangan. Kebutuhan sosial (*affiliation or acceptance needs*), yaitu kebutuhan untuk bergaul dengan orang lain dan untuk diterima sebagai bagian dari yang lain. Kebutuhan akan penghargaan (*esteem or status needs*), yaitu kebutuhan

untuk dihargai oleh orang lain. Kebutuhan ini akan menghasilkan kepuasan seperti kuasa, prestis, status dan kebanggaan akan diri sendiri. Kebutuhan akan aktualisasi diri (*self actualization needs*), yaitu kebutuhan untuk mengaktualisasikan semua kemampuan dan potensi yang dimiliki hingga menjadi orang seperti yang dicita-citakan, jadi dapat disimpulkan kebutuhan akan aktualisasi diri merupakan kebutuhan paling tinggi dalam hirarki kebutuhan.

2.2.1 Aspek-aspek dalam motivasi menyelesaikan skripsi

Motivasi dalam menyelesaikan skripsi yang baik memiliki aspek-aspek (Chernis & Goleman, 2001), sebagai berikut:

1. Dorongan untuk mencapai sesuatu

Suatu kondisi yang mana individu ingin berjuang terhadap sesuatu untuk meningkatkan dan memenuhi standar atau kriteria yang ingin dicapai dalam menyelesaikan skripsi.

2. Komitmen

Salah satu aspek yang cukup penting dalam proses menyelesaikan skripsi ini, adanya komitmen dari diri individu. Individu yang memiliki komitmen dalam proses menyelesaikan skripsinya tentu mampu menyeimbangkan mana yang harus didahulukan terlebih dahulu. Individu yang memiliki komitmen juga merupakan orang yang merasa bahwa ia memiliki tugas dan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa.

3. Inisiatif

Kesiapan untuk bertindak atau melakukan sesuatu atas peluang atau

kesempatan yang ada. Inisiatif merupakan salah satu prosesi individu dapat dilihat dari kemampuannya. Individu yang memiliki inisiatif, merupakan individu yang sudah memiliki pemikiran dan pemahaman sendiri dan melakukan sesuatu berdasarkan kesempatan yang ada. Ketika individu mengerjakan skripsi, maka ia memiliki kesempatan untuk memperluas pengetahuan serta dapat menyelesaikan hal lain yang lebih bermanfaat lagi.

4. Optimis

Suatu sikap gigih dalam mengejar tujuan tanpa peduli adanya kegagalan dan kemunduran. Individu yang memiliki sikap optimis, tidak akan menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam mengerjakan skripsi, misalnya seperti teori yang digunakan kurang cocok dengan yang diteliti, atau alat ukur yang digunakan tidak *valid*. Mereka akan terus mencoba memecahkan masalah yang ada dengan yakin. Optimis merupakan sikap yang seharusnya dimiliki oleh setiap individu, agar individu belajar bahwa kegagalan dalam menyelesaikan skripsi bukan berarti individu dapat menyerah begitu saja.

2.3 Skripsi

Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya yang berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama. Begitu panjang dan rumitnya proses pengerjaan skripsi ini sehingga membutuhkan biaya, tenaga, waktu, dan perhatian yang tidak

sedikit. Umumnya, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester atau kurang lebih sekitar enam bulan. Tetapi pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono dan Hasan, 2002). Selain itu skripsi merupakan suatu muara dari semua pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh saat mahasiswa memperoleh ilmu sebelumnya, untuk diterapkan dalam menggali permasalahan yang ada (baik dalam literatur maupun berbagai bidang) dengan adanya tahapan penelitian diharapkan dapat diperoleh temuan/karya ilmiah yang bermanfaat bagi ilmu pengetahuan (Arikunto, 2002).

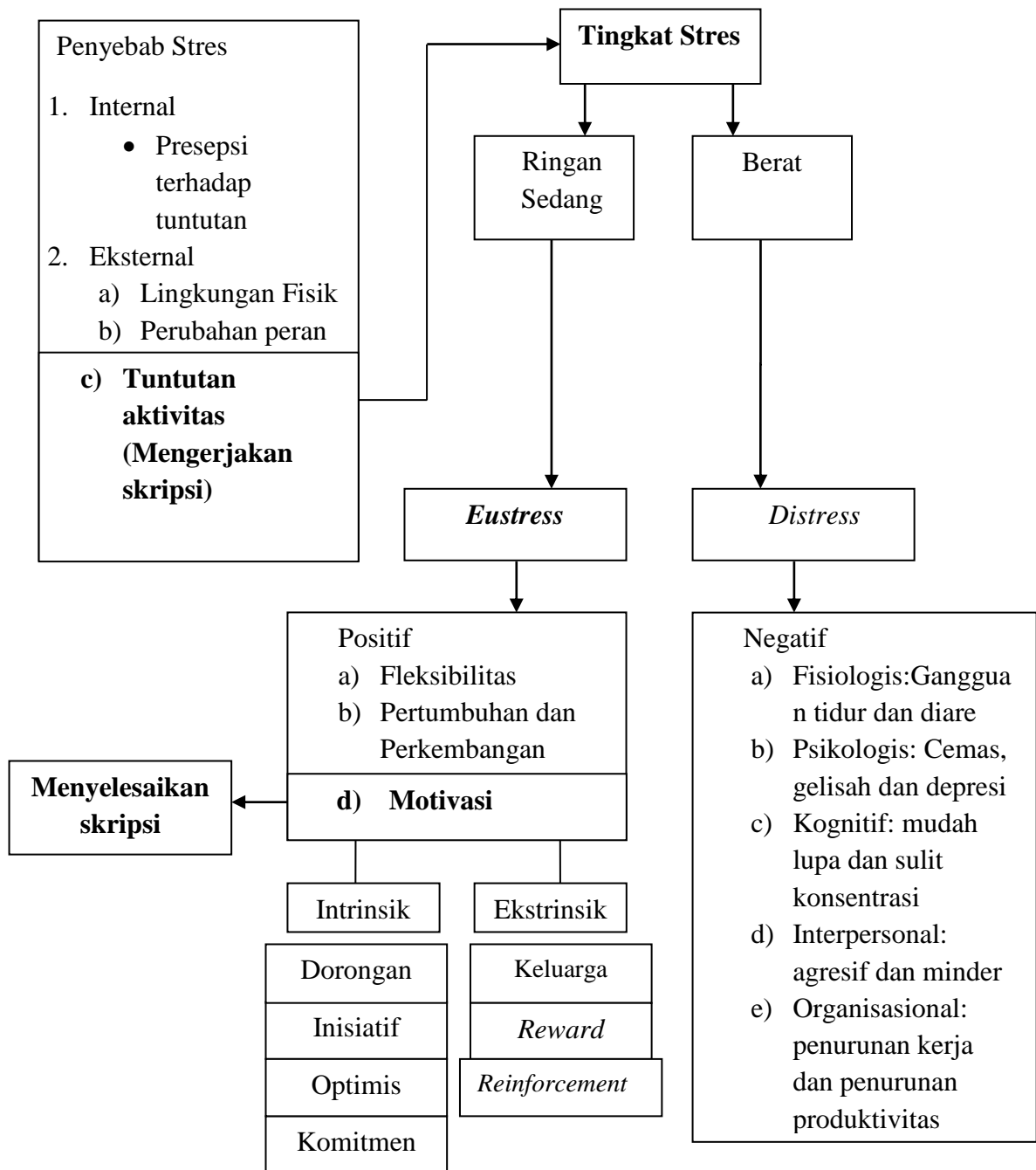
2.3.1 Pengaruh stres terhadap skripsi

Stres pada mahasiswa umumnya dipengaruhi oleh beberapa variabel yang dapat menyebabkan stres, salah satunya adalah skripsi dikarenakan adanya beberapa kesulitan salah satunya adalah sulit untuk menghadapi/menjumpai dosen, beban kuliah yang ada, hubungan atau relasi, serta hambatan keuangan selain itu, sulitnya proses bimbingan skripsi kepada dosen menjadi salah satu faktor yang menghambat dalam proses penyelesaian skripsi. Banyak dosen yang kritis menghadapi skripsi pada mahasiswa, mereka harus melakukan revisi berulang-ulang karena skripsinya belum sempurna. Terdapat dosen yang sangat teliti hingga tertera di lembar skripsi mahasiswa disertai kalimat-kalimat emosional. Beberapa dosen sibuk dengan statistik yang membingungkan mahasiswa. Selain itu terdapat dosen yang sulit untuk ditemui di kampus karena banyak bisnis di luar atau

penuh waktunya untuk mengajar di berbagai universitas lain (Juliandi, 2009). Tuntutan akademik yang dihadapi mahasiswa menjadi stresor bagi mahasiswa. *Stressor* ini berasal dari dalam diri mahasiswa atau dari dunia luar yang dapat memicu adanya stres pada mahasiswa (Lubis & Nurlaila, 2010).

Pada saat mengerjakan skripsi mahasiswa mendapatkan banyak tuntutan yang dapat menyebabkan adanya reaksi stres, reaksi stres pada saat mengerjakan skripsi dapat berupa reaksi positif maupun negatif tergantung setiap individu yang menjalani. Pada reaksi positif didapatkan adanya rasa ingin tahu yang tinggi untuk mencari referensi-referensi tambahan untuk skripsinya, mahasiswa giat untuk bimbingan dan melakukan seminar dengan percaya diri. Hal ini berbeda dengan reaksi negatif yang diantaranya dapat adanya reaksi stres yang berkepanjangan dengan menghindar dari skripsi, menunda mengerjakan, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing dan mengalami kesulitan dalam pengambilan data sehingga dapat menyulitkan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. (Agung & Budiani, 2013).

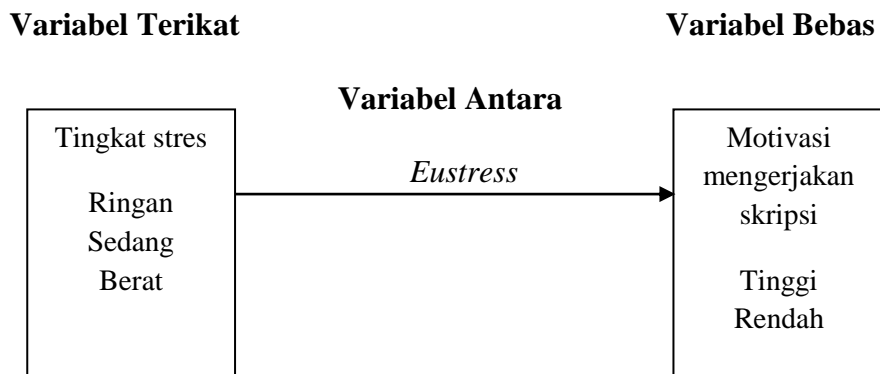
2.4 Kerangka Teori



Simbol dan kata yang bercetak tebal adalah variabel yang akan diteliti.

Gambar. 1 Kerangka Teori (Potter & Perry, 2005; Safaria & Saputra, 2009; Losyk, 2005; Chemis & Golemen, 2001 dimodifikasi)

2.5 Kerangka Konsep



Gambar.2 Kerangka Konsep

2.6 Hipotesis

H₀= Tidak adanya hubungan antara tingkat stres dan motivasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

H₁= Adanya hubungan antara tingkat stress dan motivasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian kali ini adalah analisis deskriptif yang dilakukan dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang) untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres (variabel terikat) dan motivasi menyelesaikan skripsi (variabel bebas) dengan pengambilan data yang dilakukan secara bersamaan pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan berlangsung pada bulan November hingga Desember 2016.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif tahun ketiga atau mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang keseluruhan mahasiswanya berjumlah 174 orang.

Kriteria inklusi pada penelitian ini diantaranya yaitu:

- a. Mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2013 yang sedang mengerjakan skripsi yang bersedia menjadi responden.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini diantaranya yaitu :

- a. Mahasiswa yang tidak hadir saat dilakukan penelitian.
- b. Mahasiswa yang tidak mengumpulkan kuesioner penelitian.
- c. Mahasiswa yang melakukan penelitian ini (peneliti).

3.3.2 Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* sehingga seluruh individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian.

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu:

3.4.1 Variabel terikat (*dependent*)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2013 yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.4.2 Variabel bebas (*independent*)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah motivasi mengerjakan skripsi pada mahasiswa angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.5 Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi operasional variabel

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Tingkat Stres	Tingkat stres merupakan suatu tahapan reaksi atau respon tubuh yang dialami mahasiswa terhadap stresor psikososial seperti saat mengerjakan skripsi	Kuesioner	Kuesioner tingkat stress pada mahasiswa yang menjalani skripsi yang berjumlah 20 pertanyaan skala likert dengan rentang pilihan jawaban : 1. Tidak pernah 2. Jarang 3. Kadang-kadang 4. Sering 5. Selalu (Wulandari, 2012)	0: Stres ringan, skor 1-25 1: Stres sedang, skor 26-52 2: Stres berat, skor >53	Ordinal
Motivasi mengerjakan skripsi	Motivasi adalah dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsi pada mahasiswa.	Kuesioner	Mengisi Kuesioner motivasi mengerjakan skripsi yang telah dimodifikasi dengan pilihan jawaban: 1.Sangat tidak sesuai 2. Tidak sesuai 3. Agak tidak sesuai 4. Antara tidak sesuai dan sesuai 5. Agak sesuai 6. Sesuai 7.Sangat sesuai (Lisiswanti, 2013)	Motivasi tinggi : 125-217 Motivasi rendah : 1-124	Ordinal

3.6 Metode Pengambilan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pengambilan data primer yang dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden. Kuesioner adalah seperangkat pertanyaan/pernyataan yang telah disusun sebelumnya. Kuesioner merupakan mekanisme pengumpulan data yang efisien namun tetap memiliki kekurangan dan kelebihan.

3.7 Instrumen Penelitian

3.7.1 Instrumen pengukuran tingkat stres

Instrumen yang digunakan pada penelitian kali ini adalah kuesioner tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi oleh Safaria & Saputra (2009). Uji validitas dan reliabilitas kuesioner tingkat stres yang sudah dilakukan sebelumnya oleh Wulandari (2012), pada penelitiannya terdapat 30 orang mahasiswa yang menjadi responden untuk pengisian kuesioner yang berasal dari mahasiswa rumpun *science-technology* di Universitas Negeri Jakarta, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, dan Universitas Gajah Mada yang sedang menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang menjadi responden dipilih secara acak dan memenuhi kriteria peneliti, Hasil uji validitas yang dilakukan dengan perhitungan *pearson product moment* dinyatakan valid dengan rentang r hitung $>$ r tabel. Uji reliabilitas kuesioner yang menggunakan analisis data *cronbach alpha* sebesar 0.874 yang dinyatakan reliabel.

3.7.2 Instrumen pengukuran motivasi mengerjakan skripsi

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah *Motivated Strategies of Learning Questionnaire* atau MSLQ yang pernah digunakan oleh Lisiswanti (2013), pada kuesioner ini berisikan 31 pertanyaan. Pada penelitian kali ini kuesioner motivasi mengerjakan skripsi telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 30 orang mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati dengan hasil uji reliabilitas yang menggunakan analisis data *chrombach*

alpha sebesar 0.945, sedangkan uji validitas pada keseluruhan pertanyaan yang ada pada kuesioner dengan perhitungan *pearson product moment* dinyatakan valid dengan dengan nilai r hitung $>$ r tabel yaitu >0.361 . Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas dilanjutkan dengan pengolahan data dengan analisis univariat untuk mengetahui distribusi, frekuensi dan persentase selanjutnya dilanjutkan dengan analisis bivariat dengan metode *Kruskal-wallis* (Sudijono, 2007).

3.8 Alur Penelitian

Pada awal penelitian ini terdapat berbagai macam tahapan, diantaranya adalah tahap pembuatan proposal dan pengurusan surat izin etik, setelah itu dilanjutkan dengan penyebaran kuesioner pada responden yang terdiri dari pengisian lembar *informed consent* dan pengisian kuesioner tingkat stres mengerjakan skripsi serta kuesioner motivasi mengerjakan skripsi, setelah dilakukan pengisian dilakukan pencatatan hasil dan melakukan analisis univariat dilanjutkan dengan analisis bivariat. Setelah data di analisis oleh program computer maka dilakukan pembuatan hasil dan kesimpulan dari penelitian yang telah dilaksanakan.

3.9 Analisis Univariat dan Bivariat

Data yang diperoleh dari proses pengumpulan data akan diolah menggunakan program komputer kemudian di analisis sebagai berikut:

1. Penelitian dengan metode analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi, frekuensi dan persentase tingkatan stres dan

motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

2. Analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan antara kedua variabel penelitian dengan variable bebas adalah tingkat stres mengerjakan skripsi dan variabel terikat adalah motivasi mengerjakan skripsi. Karena jenis penelitian ini berjenis data kategorik maka dilakukan pengukuran menggunakan analisis data menggunakan metode *Kruskal-Wallis*, dengan hasil $p < \alpha$ ($0,0001 < 0,05$) yang berarti hipotesis pada penelitian ini dianggap bermakna.

3.10 Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan secara manual dengan langkah-langkah sebagai berikut:

3.10.1 Editing

Penyempurnaan kuesioner yang kurang atau tidak sesuai, belum lengkap, tentang kejelasan data, konsistensi data, dan kesesuaian respondensi (mengkoreksi data yang telah diperoleh).

3.10.2 Coding

Setelah dilakukan *editing*, peneliti memberikan kode variabel tingkat stres dan motivasi mengerjakan skripsi untuk memudahkan dalam tahap analisis data.

3.10.3 Entry data

Pada tahapan ini, hasil dari pemeriksaan kemudian dimasukkan ke dalam program komputer untuk selanjutnya dapat dianalisis menggunakan software statistik untuk menilai distribusi dan

hubungan antar variabel yang akan di teliti.

3.10.4 Scoring

Memberikan skor pada setiap hasil perhitungan kuesioner tingkat stres dan motivasi mengerjakan skripsi.

3.10.5 Cleaning

Mengecek dan memperbaiki kembali data pengisian kuesioner yang sudah di-*entry* ke dalam program computer.

3.11 Etika Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa angkatan 2013 dengan memperhatikan aspek etika dalam penelitian dengan cara:

1. Sebelum dilakukan penelitian akan dilakukan pengisian kuesioner oleh responden, peneliti akan meminta responden untuk mengisi lembar ketersediaan menjadi responden (*informed consent*) dan peneliti akan menjamin kerahasiaan identitas, melindungi serta menghormati hak responden.
2. Penelitian ini telah mengajukan persetujuan etik kepada tim Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Lampung no.048/un26.8/dl/2016

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap motivasi mengerjakan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
2. Tingkat stres tertinggi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung adalah tingkat stres sedang dan yang terendah adalah tingkat stres berat.
3. Hampir dari keseluruhan mahasiswa tingkat akhir termotivasi dalam mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung memiliki motivasi tinggi.

5.2 Saran

1. Penulis, dapat menambah pengalaman dan pengetahuan tata cara penulisan karya ilmiah yang baik dan mengetahui pengaruh penulisan serta hasil skripsi mahasiswa mengenai hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

2. Institusi dapat memaksimalkan fungsi dan mensosialisasi student *support centre* serta dapat melakukan pengecekan tingkat stres dan motivasi belajar secara berkala bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran universitas Lampung, serta memberikan informasi kepada mahasiswa mengenai teknik manajemen stres yang baik.
3. Dapat mendukung teori-teori kedokteran yang berhubungan dengan tingkat stres dan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melengkapi kekurangan pada penelitian ini dengan menggunakan alat ukur yang memiliki tingkat validitas yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. 2002. Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktek. Dalam: Pratiwi EY. 2001. Hubungan antara motivasi berprestasi dan kemampuan akademik dengan proses penulisan skripsi mahasiswa jurusan ips. [Skripsi] Lampung: Universitas Lampung
- Agung G & Budiani MS. 2013. Hubungan kecerdasan dan self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi [Skripsi]. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- American Psychological Association. 2013. Stress in america: missing the health care connection [Online Journal] [diunduh pada 6 juni 2016]. Tersedia dari: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2012/full-report.pdf>.
- Anggrita N. 2009. Efektivitas relaksasi progresif terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi [Skripsi]. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Bandura A. 1986. Self Efficacy : To ward a uniflying theory of behavioral change, preview. *Psychological Journal*. 24(84)191-215.
- Brannon L & Feist J. 2007. Health psychology: An Introduction to behavior and Health. USA: Wads worth.
- Chernis C & Goleman D. 2001. The emotionally intelligent workplace. San Fransisco: Jossey Bass a Willey Company. [Online Journal] [diunduh pada tanggal 6 Juni 2016]. Tersedia dari: <http://www.eiconsortium.org/index.html>.
- Chusna JA. 2010. Hubungan beban kerja perawat dengan stres kerja di instalasi rawat inap RSUD Islam Surakarta. [Skripsi]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Chun TL Jiannong C & Tim LHM. 2016. Eustress or distress: an empirical study of perceived stress in everyday college life. China: Hong Kong Polytechnic University. [Online Journal] [Diakses pada tanggal 6 juni 2016]. Tersedia dari: <http://dl.acm.org/citation.cfm?id=2968309>.

- Chaplin CP. 2001. Kamus lengkap Psikologi. Jakarta: Raja Grafindo
- Darmono A & Hasan AM. 2005. Menyelesaikan skripsi dalam satu semester. Dalam: Sasmito YR. 2014. Hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa uiversitas muhammadiyah Surakarta. [Skripsi] Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Davis K, Winsler A, & Middleton M. 2006. Student's preception of rewards for academic performance by parents and teache: a realitions with achievement and motivation in college. *J Gen Psychol.* 167(2):211-20
- Dujija N. 2011. Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja. Bandung: Institut Manajemen Telkom. 2(2)195-206.
- Dimiyati & Mudjiono. 2009. Belajar dan pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta. Dalam: Islakhudin A. Pengaruh motivasi belajar terhadap penggunaan media internet di kalangan mahasiswa program studi pendidikan ekonomi tahun angkatan 2008-2010. [Skripsi] Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Ferrari J. 1995. Self handicapping by procrastinator: Protecting self esteem, social esteem, or both. *Journal research in personality.* 25(2):245-61.
- Fletcher R, Gardner D & McGowan J. 2006. Positive and negative affective outcomes of occupational stress. *New Zealand: NZJP.* 35(2): 92-6.
- Govaerst S & Gregoire J. 2004. Stressfull academic situations: study on appraisal variables in adolescence. *British journal of clinical psychology.* 54(4); 261-71.
- Gagne R, Wager G, Golas K, & Keller J. 2005. Principles of Instructional Design. Dalam: Lisiswanti R, Sanusi R. & Prihatiningsih ST. 2015. Hubungan motivasi dan hasil belajar mahasiswa kedokteran. *JukE.* 4(1) 1-5.
- Hapsari AD. 2004. Hubungan antara prokrastinasi akademi dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Hawari D. 2001. Manajemen stres, cemas, dan depresi. [Skripsi] Jakarta: Universitas Indonesia.
- Heiman T & Kariv D. 2005. Task oriented versus emotion oriented coping strategies: the case of college students. *college student journal.* 39 (1): 72-89.
- Hidayat BA. 2012. Hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro [Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro.

- Juliandi A. 2009. Menjadi mahasiswa baru dengan skripsi. [Online Journal] [Diunduh pada 6 juni 2016]. Tersedia di: <http://UMSU-AzuarJuliandi.com>
- Kausar R. 2010. Perceived stress, academic workloads and use of coping strategies by university students. *JBS* 1(20); 32-8.
- Koontz H. 2001. Manajemen. Jakarta: Erlangga. Dalam: Anggraini SI. 2005. Motivasi belajar dan faktor-faktor yang berpengaruh: sebuah kajian pada interaksi pembelajaran mahasiswa. [Online Journal] [diunduh pada 7 Januari 2017]. Tersedia dari: <http://e-journal.ikipgprimadiun.ac.id/index.php/PE/article/view/39/37>.
- Legiran, Azis MZ & Bellinawati N. 2015. Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Palembang: Universitas Sriwijaya. 2(2):197-202.
- Lubis & Nurlaila. 2010. Mengapa tingkat stres pelajar makin tinggi [Artikel]. [diunduh pada 6 Juni 2016]. Tersedia dari: www.vivanews.com/news/read/120642mengapa_tingkat_stres_pelajar_makin_tinggi.
- Martadiputra BAP. 2008. Hand out mata kuliah metoda statistika. Jakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Mandala Indonesia. [Online Journal] [diunduh pada 9 Juni 2016]. Tersedia dari: file.upi.edu/.../hand_out/hand_out__statistika_2_2009
- Mayoral, L. 2006. Exam stress depression, social support, and sleep disturbance. San Jose State University: Proquest Information and Learning Company.
- Mu'tadin Z. 2002. Kesulitan menulis skripsi. [Online Journal] [diunduh pada 6 Juni 2016]. Tersedia dari: <http://www.e-psikologi.com/lain-lain/zainun.htm>.
- Maghfiroh NL. 2008. Hubungan antara distress dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi [Skripsi]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Maslow. HA. 1954. Motivation and personality. Dalam: Putri RA, Turniasih & Rahayu. 2011. Keberadaan kampus pgsd upp tegal yang terpisah dari kampus pusat unnes: studi kasus dampak psikologis mahasiswa. [Skripsi] Surabaya: STIKOM.
- Psychology Foundation of Australia. 2010. Depression anxiety stress scale [Online Journal] [diunduh pada 6 juni 2016]. Tersedia dari: <http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass>.
- Potter PA & Perry AG. 2005. Fundamental nursing: concepts, process, and practice. Dalam: Setiawan SN. 2015. Hubungan perilaku agresif pasien

dengan stres perawat di psikiatri intensive care unit (picu) rsjd. [Skripsi]. Surakarta. Surakarta: Stikes Kusuma Husada.

- Regmi K. 2012. A review of teaching methods lecturing and facilitation in higher education: a summary of the publish evidence. *Journal of Effective Teaching*. 12(3):61-76.
- Rohmah FA. 2006. Efektivitas diskusi kelompok dan pelatihan efikasi diri untuk mengurangi stres pada mahasiswa yang sedang skripsi. [Skripsi]. Yogyakarta: ETD Universitas Gadjah Mada.
- Sarafino WP. 2008. *Health psychology: biopsychosocial interactions*. Canada: John Willey & Son. [Online Journal]. [diunduh pada 8 juni 2016]. Tersedia dari: <http://as.wiley.com/WileyCDA/WileyTitle/productCdeHEP003010.html>
- Santrock J. 2011. *Educational psychology*. Dalam: Mayasari D. 2011. Pengaruh orientasi tujuan dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar siswa sma peserta bimbingan belajar lbb primagama. [Skripsi]. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Sudaryono & Bharata. 2004. *Perilaku Belajar di Perguruan Tinggi*. [Online Journal] [diunduh 29 Desember 2016]. Tersedia dari: <https://diblokdcma.files.wordpress.com/2009/09/perilaku-belajar-di-perguruan-tinggi.pdf>.
- Safaria T & Saputra NE. 2009. *Manajemen emosi*. Wulandari RP. 2012. Hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu Fakultas Rumpun Science Technology Universitas Indonesia. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Schiffman LG & Kanuk LL. 2007. *Consumer behavior*. Dalam: Wijaya SV. 2015. Pengaruh motivasi, persepsi, motivasi dan sikap konsumen terhadap keputusan pembelian mobil honda di kawasan kabupaten kudas. [Skripsi]. Semarang: Universitas Dian Nuswantoro.
- Sukadiyanto. 2010. *Stres dan cara menanggulangnya*. Cakrawala Pendidikan. Dalam: Augesti G, Saputra O. Lisiswanti R. & Nisa K. 2015. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir fakultas kedokteran. *JuKe*. 4(4)50-6.
- Suzanne & Brend. 2008. *Text book of medical surgical nursing*. Dalam: Hussain W. 2014. Tingkat stres pada mahasiswa Malaysia semester 1 fakultas kedokteran gigi universitas Sumatra utara tahun akademik 2013/2014 [Skripsi]. Medan: Universitas Sumatra Utara.
- Sudjana. 2009. *Metoda statistika*. Tarsito.

- Shenoy UA. 2004 Colledge stress and symptom expression in international students: a comperative study [Jurnal Online]. [Diunduh 6 juni 2016]. Tersedia dari: di <http://scholarlib.vt.edu/thesis/available/etd.07022001>. 2010;29(1):56.
- Simatupang JE. 2015. Hubungan motivasi belajar dengan prestasi akademik pada mahasiswa tngkat satu akademi kebidanan bina husada tangerang tahun 2014. *Jurnal Bina Cendikia Kebidanan*. 1(1)61-5.
- Taylor RT. 2012. Reviess of motivated strategies for learning questionnaire (MSLQ) using reliability generalization techniques to asses scale reliability [Disertasi]. Alabama: Auburn University.
- Utami D. 2012. Hubungan motivasi kerja dan prestasi kerja bidan diruang kebidanan siloam hospital kebon jeruk [Skripsi]. Jakarta: Universitas Esa Tunggal.
- Walker J. 2002. Teens in distress series adolescent stress and depression, minnesota university [Online Journal] [diunduh pada 6 juni 2016]. Tersedia dari: <http://www.extension.umn.edu/distribution/youthdevelopment/DA3083.html>.
- Widianti E. 2007. Remaja dan permasalahannya: bahaya merokok, penyimpangan seks pada remaja dan bahaya penyalahgunaan minuman keras dan narkoba. [Online Journal] [diunduh pada 2 november 2016] Tersedia dari: <http://prov.bkkbn.go.id>