

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *MOOD SWING* PADA
MAHASISWA YANG MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR DI
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI**

SKRIPSI



OLEH :

YULITA BELA ROUNA

2019610079

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI**

MALANG

2023

RINGKASAN

Pada sekitar 20 orang, tidak ada faktor genetik menurut Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak (X) dan penanda keturunan. Berdasarkan profil hormonal 32 orang, tidak ada komponen hormonal yang mungkin berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan tanda-tanda prenatal, kurang dari 23 wanita tidak mengalami kehamilan yang berakhir dengan kematian janin. Menurut petunjuk kelahiran, 19 orang mengalami persalinan yang membahayakan anak kecil. Diperkirakan 32 orang mengalami penurunan poin faktor pasca melahirkan. Memang benar pendidikan ibu mempengaruhi tumbuh kembang anak. Indikator pendidikan ibu berjumlah 32. Penanda Status Gizi meneliti status gizi 32 orang yang mempengaruhi kemampuan tumbuh dan memproduksi seorang anak.

“Pertumbuhan dan perkembangan anak (Y) berjumlah sekitar 32 orang” merupakan komponen terakhir. Tubuh anak itu selamat dari gangguan tersebut. Sekitar 32 orang memiliki Penanda Perimeter Lengan. Anak itu dipeluk dengan aman di tengah konflik. BMI dilaporkan 32. Massa tubuh anak-anak aman di dalam tenda. Sekitar 32 orang ditemukan menggunakan Indikator Motorik Kasar. Seorang bayi pantas duduk dalam buaian Motorik Kasar. Pengguna Indikator Motorik Halus berjumlah sekitar 18 orang. Seorang bayi pantas duduk dalam buaian Motorik Kasar. Tanda-tanda bahasa motorik Ada sekitar 28 orang yang menggunakan bahasa motorik sebagai bahasa ibunya. 18 orang, atau 56,3%, adalah Socialengine Pointer. Perkembangan sosial anak penerima Kemajuan Motorik berjalan sesuai rencana.

Kata Kunci: Mahasiswa Tugas Akhir, Stres Akademik, *Mood Swing*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Siswa yang terdaftar di kursus pendidikan tinggi. Menurut Peraturan Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Persekolahan, siswa diwajibkan melakukan beberapa pekerjaan pada awal tahun ajaran dan pada semester terakhir sekolah diberikan tugas lain, terutama yang mencakup proposal. Sugiono (2013) mengartikan tesis sebagai karangan ilmiah yang harus dihasilkan mahasiswa sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar. Kesempatan belajar terpisah adalah bagian dari metode pembelajaran proposisional. Siswa harus diberi kesempatan untuk menciptakan solusi terhadap masalah yang mereka alami sebagai bagian dari peluang pertumbuhan yang luar biasa, menurut Ningrum (2011). Mahasiswa pada awalnya memiliki banyak energi, imajinasi, dan minat dalam pemikiran mereka, namun kegembiraan mendasar ini berkurang karena tantangan yang mereka hadapi yang biasanya menyebabkan siswa merasa putus asa dan stres serta menghalangi mereka menyelesaikan ujian tepat waktu (Ningrum, 2011).

Secara keseluruhan, menurut data WHO, 350 juta orang akan mengalami stres pada tahun 2020. 90% responden merasakan tekanan tersebut, menurut 4.169 responden di Inggris yang diperiksa berdasarkan pengalaman mereka dengan berbagai macam berat badan. 6,6 juta masyarakat Indonesia, atau 8% dari total penduduk negara ini, mengatakan mereka merasa kecewa. Sebanyak 873.000 penduduk Jawa Timur, atau 4,5% penduduknya melaporkan merasa cemas pada tahun 2019. (Menurut Badan Bantuan Pemerintah RI, 2019).

Stres disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor dalam dan luar. Sedangkan alasan tekanan yang terjadi pada mahasiswa tahun tertentu biasanya bersifat akademis dan permintaan waktu dewan serta pandangan individu terhadap waktu penyelesaian tugas, tekanan ini datang dari luar atau dari luar orang tersebut. Perubahan nafsu makan dan gangguan tidur (seperti sulit tidur atau terbangun di tengah malam dan tidak dapat tidur kembali) merupakan dua dari tiga kategori utama tanda dan gejala fisik stres. Gejala emosional mencakup hal-hal seperti perubahan suasana hati, kegelisahan, kekhawatiran, dan kebosanan dalam beraktivitas. Tanda-tanda psikologisnya antara lain kesulitan memusatkan pikiran, disorientasi, dan munculnya pikiran negatif, menurut Inayatillah (2015). Selain itu, beban akademik akibat perubahan gaya hidup yang membingungkan biasanya menjadi beban mahasiswa di samping kewajiban akademiknya. Menurut Suwartika dkk. (2014), faktor di luar diskusi mungkin mempengaruhi fokus, sikap, dan keberhasilan akademik siswa.

Perubahan suasana hati (mood swing) menurut Kaplan (2015) merupakan perubahan suasana hati yang terjadi secara cepat dan biasanya dramatis, dimana seseorang secara bergantian merasa senang dan puas dengan emosi marah. Mahasiswa yang mengalami fluktuasi suasana hati yang tidak biasa biasanya mengaitkannya dengan beban kerja, tugas sekolah, tugas akhir, atau pekerjaan rumah tangga biasa. Hormon estrogen, yang sangat terkait dengan perubahan suasana hati, akan mengubah serotonin, zat kimia di otak yang mengatur suasana hati dan emosi serta dapat mengganggu tugas sehari-hari, mengganggu pembelajaran dan perhatian, serta mengganggu interaksi sosial.

Perubahan pola pikir siswa Banyak faktor lain yang juga mempengaruhi perasaan anak. Tidak benar jika dikatakan bahwa akibat negatif dalam menyelesaikan tugas akhir merupakan unsur utama yang mempengaruhi terjadinya ledakan emosi, karakter, dan setting keseharian mahasiswa, yang dapat mempengaruhi perubahan perasaannya. Desmet (2016) menegaskan bahwa momen-momen tertentu mungkin mempengaruhi perasaan dan pemikiran seseorang tentang keadaan yang dihadapi siswa.

Menurut penelitian Mayoral (2006), mahasiswa yang menulis tesis lebih cemas. Sebagian besar mahasiswa yang melaporkan merasa cemas dalam menangani hipotesis mereka termasuk dalam kategori tekanan sedang, menurut penelitian yang dipimpin oleh (Pasaribu, 2018). Keterkaitan kedua faktor negatif tersebut, menurut hasil penelitian, melemah seiring dengan seberapa stres mahasiswa saat mengerjakan skripsi. Szalavitz (2011) menegaskan bahwa meningkatnya jumlah situasi dan tekanan menyebabkan siswa merasa lebih stres.

Sepuluh mahasiswa program studi keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi angkatan 2019 diwawancarai prinsipnya untuk studi pendahuluan pada tanggal 10 Oktober 2022 bagi yang telah menyelesaikan tugas akhir skripsinya. Diketahui 8 orang mengatakan mereka sangat khawatir karena banyaknya tugas dan menghadapi perubahan tugas akhir yang belum selesai, sedangkan 2 orang mengatakan mereka sadar akan perkembangan zaman sehingga semuanya baik-baik saja dengan asumsi ada banyak tugas dan mereka berpartisipasi selama waktu yang dihabiskan untuk membuat tugas akhir. Dua dari delapan orang yang mengaku penyelesaian tugas akhirnya tertunda karena diketahui ada beberapa modifikasi melakukannya. Mahasiswa tugas akhir tersebut

mengklaim bahwa stres akibat mengerjakan skripsi membuat mahasiswa tingkat akhir kesulitan menangani tekanan dan tantangan. Diakui para siswa, orang tua memberikan tekanan kepada mereka untuk lulus secepatnya agar mereka bisa melihat teman-temannya yang lebih mudah atau lulus duluan berhasil. Fenomena yang terjadi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhirnya adalah ada mahasiswa yang berhenti karena stres dalam mengerjakannya. Siswa sering melaporkan perasaan tertekan saat mengerjakan tesis mereka dengan dosen pembimbing yang sulit ditemukan. Tingkat stres yang dialami siswa dapat berubah-ubah tergantung pada kemampuannya individu dalam menangani tekanan. Untuk mencegahnya berkembang menjadi tekanan yang parah, penyakit tidak nyaman ini perlu dicari solusi pengobatannya sejak dini. Berdasarkan latar belakang di atas dan fenomena yang terjadi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan stres akademik dengan *mood swing* pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan stres akademik dengan *mood swing* pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi ?

1.3 Tujuan Masalah

1.3.1 Tujuan umum

Mengidentifikasi hubungan stres akademik dengan *mood swing* pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi stres akademik pada masalah yang terjadi di Universitas Tribhuwana Tungadewi
2. Mengidentifikasi mood swing pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tungadewi
3. Menganalisis hubungan stres akademik dengan *mood swing* pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tungadewi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Bagi keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu keperawatan dan menambah kajian ilmu keperawatan khususnya tentang hubungan stres akademik dengan *mood swing* pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir di Universitas Tribhuwana Tungadewi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Instansi pendidikan

Hasil penelitian dapat menjadi masukan bagi pihak yang menyelenggarakan pendidikan (pihak mahasiswa) untuk memenuhi kriteria sarjana S1 dengan waktu yang telah ditentukan.

- b. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pihak lain (peneliti selanjutnya) dalam penyajian informasi untuk mengadakan penelitian serupa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H. M., Alkanhal, A. A., & Mahmoud, E. S. (2011). *Stress and Its Effects on Medical Students : A Cross-sectional Study at a Stress and Its Effects on Medical Students : A Cross-sectional Study at a College of Medicine in Saudi Arabia*. (October), 5 12. <https://doi.org/10.3329/jhpn.v29i5.8906>.
- Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta .
- Alimah, S., Swasti, K. G, & Ekowati, W. (2016). Gambaran burnout pada mahasiswa keperawatan di Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2).
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). *The Description Of Stress Levels Incollege Student*. 5(5).`
- Arikunto , S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ashari AM., & Hartati S.2017. Hubungan Antara Stres, Kecemasan Depresi Dengan Kecenderungan Aggressivedrivng Pada Mahasiswa. *Jurnal Empati* 6 (1). Universitas Diponegoro.
- Aulia N., & Sasmita TH. 2019. Analisa Hubungan Faktor Resiko Bunuh diri dengan ide bunuh diri pada remaja. *Jurnal keperawatan 11 (1)*. Poltekkes Kemenkes .
- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi II*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Barseli M., Ifdil & Nikarijal. 2017. Konsep Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal konseling Dan Pendidikan* 5 (3). Universitas Negeri Padang. Diakses pada tanggal 23 Desember 2020.
- Barseli, Ifdil & Nikmarijal . 2017 Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Peendidikan* 5 (3) Universitas Negeri Padang.
- Busari, A.O. (2011). Stress Inoculation Techniques in Foresting Adjusment to Academic Stress among Undergraduated Students. *British Journal of Humanities and Social Sience*. Volume 1 No 2.
- Daud, M & Khumas, A. 2012. Stres akademik dan manajemen waktu. skripsi tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Hanum, L. (2012). Hubungan Antara Harapan Orang Tua Dan Keyakinan Diri Dengan Stres Akademik Siswa Kelas Unggulan. *Jurnal Psikologi*. Vol 4, No 14.
- Hawari, Dadang. (2011). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

- Hidayat, Aziz Alimum. 2012. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data* (Ed 1).
- Inayatillah, v. 2015. Hubungan antara adversity quotient dengan kecenderungan stres dalam menyelesaikan tugas akhir (penulisan skripsi) pada mahasiswa (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Kemendes RI. 2019. *Gambaran Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Statistik Bunuh Diri*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Khasanah, U. (2019). Skripsi IAIN Purwokerto. Pengaruh Suasana Hati (Mood) Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Quran Peserta Didik SMP IT Mutiara Hati Kecamatan Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara , 5.
- Kusmayanti NKWD., Swedarma KE., & Nurhesti POY. 2020. Hubungan Faktor Psikologis Dengan Resiko Bunuh Diri Pada Remaja SMA Dan SMK Dibangli Dan Klungkung. *Community Of Publishing In Nursing (Coping)* 8 (2). Universitas Udayana Diakes Pada Tanggal 21 Desember 2020.
- Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. 8(1), 103 – 111.
- Mandasari L., & Tobing DL., 2020 Tingkat Depresi Dengan Bunuh Diri Pada Remaja. *Indonesian Jurnal Of Health Develoment2* (1). Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta .
- Mayoral, L. (2006). Exam stress, depression, social support, and sleep disturbance. San Jose State University.
- Norkasioni & Tamher. 2009. Kesehatan usia lanjut dengan pendekatan asuhan keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta :Salemba Medika.
- Nursalam. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* : Jakarta : SalembaMedika.
- Pasaribu, B. (2018). Hubungan Tingkat Stres dengan Motivasi Mahasiswa Mengerakan Skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat USU. Universitas Sumatera Utara.
- Purwati, S. 2012. Tingkat stres akademik pada mahaiswa regular angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. skripsi tidak diterbitkan. FIK UI DEPOK.

- Rahmadani, C. S. M. 2014. Hubungan antara Sense of Humor dengan Stress Akademik pada Siswa Kelas Akselerasi SMA Negeri 1 Bireun (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Rahmayani, Liza, & Syah. (2019). *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada*.
- Sanrock, J. (2003). *Adolescence : Ninth Edition*. New York :McGraw-Hill Companies Inc.
- Sarafino, E. P. & Smith T. W. (2011). *Health psychology: Biopsycosocial interactions (7th Ed.)*. New Jersey, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P. & Smith T. W. (2011). *Health psychology: Biopsycosocial interactions (7th Ed.)*. New Jersey, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Sigfusdottir, ID. Kristjansson, AL. Thorlindsson, T. dan Allegrante, JP. (2017). Stress and Adolescent Well-Being: The Need For An Interdisciplinary framework. *Health Promotion International*. 32, 1081-1090. Diakses pada tanggal 26 Februari 2020.
- Sugiyono 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suwartika, I., A. Nurdin dan E. Ruhmadi. 2014. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman* 9 (3): 173- 189.
- Syamsuddin. (2017). *Komparasi Tingkat Stres Antara Mahasiswa Input MA dan Input SMA Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah, IX(2)*, pp. 237–248.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *WASIS : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18.
- Zhang, J. (2017). *How Do Academic Stress And Leisure Activities Influence College Students Emotional Well Being? A Daily Diary Investigation*. *Journal Of Adolescence* No 60.