

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
TINGKAT 2 KEPERAWATAN UNIVERSITAS
WIDYA NUSANTARA**

SKRIPSI



**HELMI YULIANA
202101060**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
2025**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul Hubungan *Self Efficacy* dan *Social Support* Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan kedalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi ini. Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara.

Palu, 15 Februari 2025



Helmi Yuliana
202101060

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT 2 KEPERAWATAN UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA

Helmi Yuliana, Ahmil, Ismunandar Wahyu Kindang
Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres akademik pada mahasiswa berasal dari masalah-masalah akademik yang menjadi kendala dalam pembelajarannya sehingga akan menjadi gangguan pada proses perencanaan, pelaksanaan dan juga pemaksimalannya. Studi pendahuluan mengatakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa yaitu faktor secara internal dan juga eksternal meliputi *self efficacy* dan *social support*. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

Metode: Jenis penelitian Kuantitatif menggunakan desain *observasional analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah semua mahasiswa aktif tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara sebanyak 206 mahasiswa, yang di tentukan dengan rumus slovin sehingga diperoleh sampel sebanyak 136 mahasiswa dan diambil menggunakan *proportion stratified random sampling*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 71 mahasiswa (52,2%) yang memiliki *self efficacy* dengan kategori sedang, 64 mahasiswa (47,1%) yang memiliki *social support* dengan kategori sedang, 61 mahasiswa (44,9%) yang mengalami stres akademik dengan kategori sedang. Hasil analisis dengan menggunakan rumus uji *chi square* didapatkan nilai *chi square* hitung adalah 156,6962 lebih besar dari *chi square* tabel yakni sebesar 9,488 menunjukkan ada hubungan signifikan antara *self efficacy* terhadap stres akademik, dan dari rumus uji *chi square* didapatkan nilai *chi square* hitung adalah 126,6427 lebih besar dari *chi square* tabel yakni sebesar 9,488 menunjukkan ada hubungan signifikan antara *social support* dengan stres akademik.

Simpulan : Terdapat Hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

Saran: Diharapkan mahasiswa dapat memperkuat *self efficacy* dan *social support* yang dimiliki, baik dengan cara mulai percaya dengan kemampuan diri, mulai berinteraksi dengan keluarga, teman ataupun lingkungan sekitar, bahkan dengan manajemen waktu dengan baik.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, *Social Support*, Stres Akademik

THE CORRELATION BETWEEN SELF EFFICACY AND SOCIAL SUPPORT TOWARD ACADEMIC STRESS IN 2ND YEAR OF NURSING STUDENTS AT WIDYA NUSANTARA UNIVERSITY

Helmi Yuliana, Ahmil, Ismunandar Wahyu Kindang
Nursing Science, Widya Nusantara University

ABSTRACT

Background: Academic stress toward students come from academic problems that become barrier in their learning so that it will be a disturbance in the process of planning, implementing and also maximizing it. Preliminary studies found have several factors can affect academic stress toward students such as internal and external factors including self efficacy and social support. The purpose of this study was to analyze the correlation of self efficacy and social support to academic stress toward 2nd year nursing students of Widya Nusantara University.

Methods: This is quantitative research type by using analytic observational design with cross-sectional approach. The total of population was 206 active 2nd year nursing students of Widya Nusantara University which those were determined by the slovin formula so that a total of sample was 136 responednts that taken by using proportion stratified random sampling.

Research Results: The results showed that 71 students (52.2%) had moderate self-efficacy, 64 students (47.1%) had moderate social support, 61 students (44.9%) had moderate academic stress. The results of the analysis using the chi-square test formula obtained the calculated chi square value = 156, 6962 greater than the chi square table which = 9.488, it is indicating that there is a significant correlation between self efficacy and academic stress, and from the chi square test formula obtained the calculated chi square value = 126.6427 greater than the chi square table which = 9.488, it is indicating that there is a significant correlation between social support and academic stress.

Conclusion: There is a correlation of self efficacy and social support to academic stress toward 2nd year nursing students of Widya Nusantara University.

Suggestion: It is expected that students can improve their self-efficacy and social support, either by starting to believe in their own abilities, starting to interact with family, friends or the surrounding environment, even with good time management.

Keywords: Self Efficacy, Social Support, Academic Stress



**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
TINGKAT 2 KEPERAWATAN UNIVERSITAS WIDYA
NUSANTARA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara



**HELMI YULIANA
202101060**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
TINGKAT 2 KEPERAWATAN UNIVERSITAS WIDYA
NUSANTARA**

SKRIPSI

**HELMI YULIANA
202101060**

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 15 Februari 2025

**Penguji I
Ns. Masri Dg. Taha, S.Kep.,M.Kep
NIK. 8918900020**




(.....)

**Penguji II
Ahmil, S.Kep, Ns., M.Kes
NIK. 20150901051**



(.....)

**Penguji III
Ns. Ismunandar Wahyu Kindang, M.Tr.Kep
NIK. 20220901133**



(.....)

Mengetahui,
**Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Widya Nusantara**



**Artiah SST,Bd,M.Keb
NIK. 20090901010**

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan *Self Efficacy* dan *Social Support* Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara". Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan di program studi S1 Keperawatan Universitas Widya Nusantara.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Widyawati Situmorang, M.Sc, selaku Ketua Yayasan Widya Nusantara.
2. Dr. Tigor H. Situmorang, M.H., M.Kes., selaku Rektor Universitas Widya Nusantara
3. Arfiah SST, Bd,M.Keb, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara.
4. Ns. I Made Rio Dwijayanto,M.Kep, selaku Ketua Prodi Ners Universitas Widya Nusantara.
5. Ahmil, S.Kep, Ns., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Ismunandar Wahyu Kindang, M.Tr.Kep, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam perbaikan skripsi ini.
7. Ns. Masri Dg. Taha, S.Kep.,M.Kep, selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen dan Staf Pengajar Universitas Widya Nusantara yang telah membimbing dan mendidik peneliti selama mengikuti Pendidikan.
9. Seluruh mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara yang telah bersedia menjadi responden sehingga sangat membantu dalam berlangsungnya proses penelitian.
10. Terima kasih kepada diri sendiri Helmi Yuliana, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak menyerah atas pendidikan yang selama ini dijalani

terutama dalam hal penyusunan skripsi, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

11. Dengan penuh rasa syukur, saya ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua saya yaitu Haerun Dahlan HI Makka Dg. Patappa dan Hasni Dg.Siri. Terima kasih atas kasih sayang, dukungan dan doa yang tiada henti. Segala perjuangan dan keberhasilan yang saya capai adalah berkat cinta dan dedikasi kalian. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat dan berkah-nya kepada kalian.
12. Dengan penuh rasa hormat, saya ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada saudara laki-laki tertua yang menjadi panutan saya Rahmat Hidayat, atas doa dan dukungan serta bantuan yang diberikan baik dalam bentuk materi dan lainnya sehingga peneliti tidak menyerah dalam menyelesaikan pendidikannya. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan berkahNya.
13. Terima kasih kepada adik kecil saya yang tercinta Rian Hidayat Dg. Patappa, atas dukungan yang telah diberikan. Terima kasih telah menjadi alasan penulis untuk tetap semangat setiap harinya.
14. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya Nadia Mahyudin, Elin Chandra, Dinda Alfiana, Ni Komang Mariasih, Uun Azzahra, Anisa Suraya dan Velisya karena telah menjadi saudari di perantauan dan menjadi saksi perjuangan saat perkuliahan sampai tahap penyelesaian skripsi.
15. Terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulisan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritis yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu keperawatan.

Palu, 15 Februari 2025



Helmi Yuliana

202101060

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
ABSTRAK	iii
LEMBAR PENGESAHAN	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN TEORI	9
A. Tinjauan teori	9
B. Kerangka Teori	29
C. Kerangka Konsep Penelitian	30
D. Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel	31
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional	35
F. Instrumen Penelitian	37
G. Teknik Pengumpulan Data	40
H. Analisis Data	43
I. Bagan Alur penelitian	45
J. Etika Penelitian	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	50
B. Hasil Penelitian	50
C. Pembahasan	54
D. Keterbatasan Penelitian	75
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	76
A. Simpulan	76
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi operasional	35
Tabel 3.2 Kisi-kisi kuisioner <i>self efficacy</i>	37
Tabel 3.3 Kisi-kisi kuisioner <i>social support</i>	38
Tabel 3.4 Kisi-kisi kuisioner stres akademik	40
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik mahasiswa tingkat 2 berdasarkan jenis kelamin, usia dan kelas di Universitas Widya Nusantara ($f=136$) ^a	50
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berdasarkan <i>self efficacy</i> mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara ($f=136$) ^a	51
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi berdasarkan <i>social support</i> mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara ($f=136$) ^a	52
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi berdasarkan stres akademik mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara ($f=136$)	52
Tabel 4.5 Hubungan <i>self efficacy</i> terhadap stres akademik mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara ($f=136$) ^a	53
Tabel 4.6 Hubungan <i>social support</i> terhadap stres akademik mahasiswa Tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara ($f=136$) ^a	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	29
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	30
Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian	45

DAFTAR LAMPIRAN

- 1 Jadwal Penelitian
- 2 Lembar Persetujuan Kode Etik (Ethical Clearance)
- 3 Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
- 4 Surat Balasan Pengambilan Data Awal
- 5 Surat Permohonan Turun Penelitian
- 6 Permohonan Menjadi Responden
- 7 Kuesioner Penelitian
- 8 Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- 9 Surat Balasan Izin Penelitian
- 10 Dokumentasi Penelitian
- 11 Riwayat Hidup
- 12 Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan hal penting dalam mewujudkan perubahan bagi bangsa, karena tanpa adanya pendidikan maka bangsa tersebut dapat dikatakan mustahil untuk berdiri sendiri. Perubahan yang baik disebabkan oleh pendidikan yang baik. Adanya dukungan yang baik dari pemerintah maupun dari masyarakat suatu bangsa, yang memberikan kesempatan bagi generasi bangsa ini menjadi lebih terdidik dan memiliki pengaruh di dalam masyarakat yang dikenal sebagai mahasiswa atau seseorang yang menjalani masa perkuliahan. (Yorri Didit Setyadi et al., 2021)

Masa perkuliahan adalah periode yang penuh perubahan serta penyesuaian, dimana mahasiswa tidak hanya belajar mengenai ilmu pengetahuan tetapi juga keterampilan, karakter, pengembangan pikiran serta membangun jaringan sosial. Secara keseluruhan, masa kuliah merupakan periode yang membentuk pondasi bagi masa depan mahasiswa. Mahasiswa dianggap memiliki kontribusi dalam upaya meneruskan bangsa dan juga ikut serta dalam peningkatan status serta pengembangan bentuk sosial, ekonomi serta budaya. Mahasiswa memiliki peran penting yang tidak hanya bertugas untuk mencari ilmu, namun juga dapat berperan menjadi agen perubahan yang mampu membawa ide-ide yang inovatif. Dalam era globalisasi dan kemajuan teknologi saat ini mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan seperti komunikasi, kepemimpinan dan kolaborasi. (Cahyono, 2019)

Perjalanan sebagai mahasiswa juga tidak lepas dari tantangan. Mahasiswa sering menghadapi berbagai tantangan maupun tuntutan yang kompleks selama masa studi di perguruan tinggi. Banyaknya tuntutan serta aktivitas yang harus dilakukan oleh mahasiswa, menuntut agar mahasiswa memiliki konsep diri serta dapat memilah permasalahan akademik yang dihadapi. Dalam pelaksanaan akademik, biasanya banyak permasalahan yang muncul pada mahasiswa sehingga banyaknya aktivitas dan juga pertanggung jawaban yang dimiliki mahasiswa serta tuntutan akademik di masa perkuliahan

juga merupakan hal yang harus dihadapi dan berdampak pada psikologis mahasiswa serta menimbulkan stres saat tuntutan tersebut tidak terpenuhi (Arum and Wibawanti, 2023). Tuntutan akademik tersebut yang menyebabkan stres akademik pada mahasiswa itu sendiri. Stres akademik yang dimaksud yakni kondisi dimana mahasiswa tidak dapat memahami dan mempersepsikan tuntutan-tuntutan akademik seperti pembelajaran yang akan diterimanya sehingga menyebabkan gangguan. (Yuda et al., 2023)

Stres akademik pada mahasiswa berasal dari masalah-masalah akademik yang menjadi kendala dalam pembelajarannya sehingga akan menjadi gangguan pada proses perencanaan, pelaksanaan dan juga pemaksimalannya (Juniasi and Huwae, 2023). Tingginya aktivitas seorang mahasiswa dan juga tuntutan secara akademik yang dibebankan, serta manajemen waktu yang tidak dapat dilakukan dengan baik menjadi faktor stres bagi mahasiswa apabila tuntutan yang diharapkan tersebut tidak terpenuhi (Putri, 2021). Ketika mahasiswa tidak mampu untuk menyelesaikan beberapa tugas dan tuntutannya, maka hal ini akan dapat memicu terjadinya stres dalam hal akademik dimana model pembelajaran yang tidak seperti biasa, kesulitan dalam menghadapi persiapan ujian, rendahnya prestasi akademik dan menunda penyelesaian dari tugas-tugas yang ada. (Renwarin et al., 2022)

Mahasiswa yang mengalami stres, cenderung bukan menyelesaikan masalah melainkan berpotensi menambah masalah baru. Mahasiswa tidak akan memiliki kemampuan dalam memecahkan masalah serta berpikir secara kritis, sehingga sangat diperlukan adanya manajemen dan pengaturan stres dengan baik yang menyebabkan keadaan rileks dan memiliki sifat positif dalam menghadapi keadaan yang tidak memungkinkan apabila dialami oleh mahasiswa yang stres (Wahyuningtiyas et al., 2019). Penurunan pada kemampuan mahasiswa secara akademik dapat disebabkan oleh tingginya stres yang dialami mahasiswa itu sendiri sehingga akan berpengaruh pada nilai indeks prestasi yang dimiliki oleh mahasiswa. Kondisi stres tersebut terasa berat sehingga konsentrasi menjadi terganggu, memori berkurang, upaya menyelesaikan masalah yang berkurang dan prestasi serta kemampuan mahasiswa secara akademik akan berkurang. (Fernandes et al., 2023)

Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres yaitu sebesar 38-71% dan untuk asia sendiri sebesar 39,6-61,3%. (Jeong et al., 2019) Berdasarkan penelitian di King Khalid University Abha Arab Saudi 2023 pada mahasiswa kedokteran didapatkan, persentase tertinggi mahasiswa merasakan stres sedang hingga berat karena stresor terkait akademis (97,1%), diikuti oleh stresor terkait pengajaran dan pembelajaran (93,9%) dan stresor terkait kegiatan kelompok (88,3%). (Al-Shahrani et al., 2023)

Indonesia memiliki mahasiswa dengan tingkat stres mencapai 36,7% sampai dengan 71,6% (Yuda et al., 2023). Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hasanudin Provinsi Sulawesi Selatan didapatkan sebanyak 90% mahasiswa mengalami tingkat stres akademik berat pada tahun pertama perkuliahan, 89% mengalami tingkat stres berat pada tahun perkuliahan kedua dan 73% mengalami tingkat stres berat pada tahun perkuliahan ketiga. (Yuhbaba et al., 2024)

Stres akademik yang muncul pada mahasiswa apabila tuntutan yang mereka hadapi dianggap sebagai beban, sehingga mereka memiliki anggapan bahwa mereka tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi hal tersebut. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik itu sendiri yang terjadi pada mahasiswa yaitu faktor secara internal dan juga eksternal meliputi *self efficacy* dan *social support*. (Fernandes et al., 2023)

Pada hakikatnya, faktor yang dapat berpengaruh pada stress akademik mahasiswa adalah *self efficacy* yang berupa faktor kognitif yaitu kondisi dimana mereka berpikir apakah mereka memiliki keyakinan dan kemampuan dalam mengatasi masalah secara efektif (Saputri and Sugiharto, 2020). Semakin rendah *self efficacy* mahasiswa menyebabkan tingginya peningkatan stres yang dimiliki oleh mahasiswa itu sendiri, begitupun sebaliknya semakin tinggi kemampuan *self efficacy* maka rendah pula tingkat stres secara akademik yang dimiliki mahasiswa. *Self efficacy* yang kuat di dalam diri mahasiswa akan menyebabkan mahasiswa bertahan dari stressor yang ada, sehingga akan lebih memiliki upaya memotivasi diri serta memiliki kemampuan tetap bertahan dalam proses belajar untuk pencapaian dalam hal akademik (Fernandes et al., 2023). Masalah kecil menjadi terlihat sebagai hambatan besar pada mahasiswa

dengan tingkat *Self efficacy* yang rendah sehingga dapat memperburuk stres. Banyaknya seseorang yang sudah menyerah dan tidak berusaha saat bertemu dengan permasalahan, karena ia meragukan kekuatan yang dimilikinya. Namun pada orang yang memiliki *self efficacy* yang kuat dapat menyebabkan penguasaan terhadap masalah dan lebih memiliki upaya untuk menyelesaikannya (Saputri and Sugiharto, 2020). Dalam perkembangan era globalisasi dan juga persaingan dunia kerja sangat dibutuhkan adanya keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki di dalam diri. Banyak hal dalam dunia pendidikan yang terjadi dimana mahasiswa sangat tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya serta selalu bersikap pasrah dengan permasalahan yang dihadapi. Apabila keadaan ini dibiarkan maka akan memiliki dampak buruk terhadap masa depan yang dialami oleh mahasiswa tersebut. (Nurhaliza, 2021)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur Aisyah 2023 dengan judul Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Selama Pembelajaran Jarak Jauh bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa angkatan 2019 yang dibuktikan dengan hasil uji korelasi memberikan hasil nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,590$ dengan $p\text{-value } 0,000 (<0,05)$, begitu pula pada mahasiswa angkatan 2020 terdapat hubungan yang signifikan negatif antara *self efficacy* dengan tingkat stres dengan nilai $r = -0,620$ dan nilai $p 0,000 (<0,05)$. Hal ini mengartikan adanya hubungan signifikan antara *self efficacy* dengan stres akademik mahasiswa, dan arah hubungannya negatif, memiliki makna yaitu semakin tinggi *self efficacy* mahasiswa maka semakin rendah stres akademiknya, sebaliknya *self efficacy* yang rendah maka semakin tinggi pula stres akademik yang dialami mahasiswa. (Aisah, 2023)

Penelitian yang dilakukan oleh Arum dan Ambarwati tahun 2023 mengenai Hubungan Antara Efikasi dan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Akademik Yang Dialami Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi di Fakultas Psikologi UPIYAI (Universitas Persada Indonesia Yayasan Administrasi Indonesia) bahwa analisis yang terjadi berdasarkan variabel efikasi diri dengan stress akademik pada 127 responden dengan teknik *bivariat*

corelation diperoleh nilai r adalah $-0,618$ dan nilai p adalah $0,00$ lebih kecil dari $0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan adanya pengaruh yang cukup jelas dengan arah yang negatif antara efikasi diri dan juga stres akademik mahasiswa, oleh karena itu disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi pada diri seseorang maka tingkat stres akan menjadi semakin rendah begitu juga sebaliknya apabila efikasi rendah maka tingkat stres akan menjadi tinggi yang terjadi pada mahasiswa di fakultas psikologi UPIYAI dalam penyelesaian skripsi. (Arum and Wibawanti, 2023)

Selain *self efficacy*, *social support* juga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik mahasiswa. Seorang mahasiswa berpotensi mengalami stres akademik apabila kurang mendapat *social support*. Mahasiswa merasa kurang dihargai, kurang disayangi, bahkan tidak diterima oleh lingkungan sehingga dapat mengalami kesulitan untuk menghadapi masalah terutama dalam perkuliahan apabila tidak mendapat *social support* dengan penuh (Maulana and Rini Lestari, 2023). *Social support* dapat menggambarkan bagaimana bentuk pengaruh dan juga peranan dari orang lain yang akan ditimbulkan serta memiliki arti bagi seseorang. Sehingga *social support* merupakan bentuk-bentuk hubungan sosial yang sangat berarti dan juga menimbulkan hal positif untuk orang yang menerimanya. Dengan banyak orang yang berada di sekitar mahasiswa, sehingga mahasiswa cenderung ingin mendapatkan dukungan serta harapan yang ada dari orang-orang tersebut, baik dari keluarga maupun teman. Tanpa adanya dukungan dari orang lain mahasiswa akan terasa lebih kesepian dan terisolasi dalam menghadapi tantangan akademik sehingga dapat menimbulkan cemas bahkan frustrasi atau kewalahan menghadapi tugas-tugas (Arum and Wibawanti, 2023). Seseorang yang mengalami stres karena akademik akan sangat membutuhkan adanya *social support*, dengan demikian orang tersebut akan merasa nyaman, lebih dicintai dan juga mendapat dukungan yang penuh dari orang sekitar, membangun nilai yang dimiliki kompetensi dan juga harga diri seseorang sehingga orang tersebut akan memiliki kemampuan untuk menghadapi segala bentuk permasalahan dan hambatan pada saat akan melaksanakan kegiatan tertentu. Melalui dukungan yang ada, mahasiswa akan memiliki keyakinan dan

juga semangat terhadap kemampuannya serta memiliki upaya untuk mencapai apa yang diinginkan seperti target maupun harapan. (Saputri and Sugiharto, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulana dan Rini 2023 yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa, bahwa hasil korelasi pearson yang dilakukan menunjukkan hasil berupa signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan hasil korelasi sebesar -0,533 (negatif). Dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik yang dialami mahasiswa psikologi seluruh Jawa Tengah selama masa new normal, sehingga hipotesis dapat diterima. Hasil uji menunjukkan dukungan sosial berpengaruh sebesar 28,4% terhadap stres akademik. (Maulana and Rini Lestari, 2023)

Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan Arum dan Wibawanti, 2023 dengan judul Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI, bahwa hasil analisis *bivariate correlation* hubungan dukungan sosial dengan stres akademik diperoleh nilai r sebesar -0,993 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara dukungan sosial dan stres akademik. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI dan begitu sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang didapat oleh mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UPI YAI. (Arum and Wibawanti, 2023)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti kepada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara melalui wawancara bahwa, 7 dari 10 mahasiswa yang diwawancarai memiliki ciri-ciri mengalami stres akademik. 5 mahasiswa mengatakan kurang percaya diri saat presentasi di depan kelas bahkan gugup dan juga kaki sering gemetar, tidak merasa puas dengan nilai yang didapatkan saat ujian bahkan khawatir tidak

dapat menjawab saat diberikan kuis oleh dosen, takut gagal dalam ujian terutama ujian osce sehingga membuat mahasiswa merasa tidak yakin atas keberhasilan yang didapatkan, takut melakukan kesalahan saat akan praktik klinik pertama kali di rumah sakit, menunda mengerjakan tugas karena merasa tidak mampu serta merasa tugas yang diberikan sulit dan akhirnya tugas dikerjakan saat *deadline*. Sementara itu, 2 mahasiswa lainnya mengatakan merasa ragu untuk bicara atau bertanya dalam diskusi kelas karena berpikir teman akan memberikan kritik seperti menghakimi, ragu menceritakan masalah yang dialami kepada teman ataupun orang lain karena mendapatkan respon seadanya tanpa menawarkan bantuan atau solusi sehingga merasa tidak ada tempat untuk berbagi cerita, serta keluarga yang membandingkan prestasi mahasiswa dengan anggota keluarga lainnya sehingga menciptakan tekanan untuk mahasiswa, akhirnya mahasiswa merasa tidak percaya diri dan kurang mendapat dukungan sosial dari keluarga.

Berdasarkan wawancara yang disebutkan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan *Self Efficacy* dan *Social Support* Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat 2 Keperawatan Universitas Widya Nusantara".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu adalah "Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dan *Social Support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara?"

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Teranalisis hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

2. Tujuan Khusus:

- a. Teridentifikasi *self efficacy* pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

- b. Teridentifikasi *social support* pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.
- c. Teridentifikasi stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.
- d. Teranalisis hubungan *self efficacy* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.
- e. Teranalisis hubungan *social support* terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Pengetahuan Dan Pendidikan

Hasil dalam penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi terkait hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres akademik mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

2. Bagi Mahasiswa

Menjadi bahan bacaan bagi mahasiswa dalam memperoleh informasi mengenai hubungan *self efficacy* dan *social support* terhadap stres mahasiswa tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

3. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Sebagai informasi dan menambah bahan bacaan di perpustakaan terkait hubungan *self efficacy* serta *social support* terhadap stres akademik mahasiswa Tingkat 2 keperawatan Universitas Widya Nusantara.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Pertama. Etakan Pertama. Yayasan Kita Menulis. Denpasar.
- Aisah, N., 2023. Hubungan Antara Self Efficacy dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa pendidikan Kimia Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kimia Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Al-Shahrani, Alasmri, Al-Moalwi, Qahtani, A., Siddiqui, 2023. The Prevalence and Associated Factors of Academic Stress Among Medical Students of King Khalid University: An Analytical Cross-Sectional Study. *Healthc.* (Basel). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10378871/>. 11 Agustus 2024 (19:00).
- Arum, R.P., Wibawanti, I., 2023. Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Fakultas Psikologi UPI YAI. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*. 1(3): 73–84.
- Bayantari, N.M., Indonesiani, S.H., Apsari, P.I.B., 2022. Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran. *Jurnal Imiah Pendidikan dan Pembelajaran* 3(6): 609–618.
- Cahyono, H. 2019. Peran Mahasiswa di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudi*. 1(1):33-34.
- Christanti, A., & Wati, C. L. S. 2023. Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa yang berdomisili di dormitory unika atma jaya. *Jurnal Psiko Edukasi*. 21(2): 107.
- Fatmana, A. C., & Eko Hardi Ansyah. 2024. Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Jurnal Psikologi*. 9(1): 30.
- Fazila, Z., 2021. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh Di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*.

- Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Banda Aceh.
- Fernandes, F., Ananda, Y., Rahmili, F.T., 2023. Efikasi Diri dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tahun Awal di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2(7): 225-226.
- Hale, I.k., 2023. Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Stres Terhadap Pola Makan Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Widya Nusantara Palu. *Skripsi*. Pogram studi Ners Universitas Widya nusantara.
- Handara, M. F., Irafahmi, D. T., & Malang, U. N. 2021. Self-Efficacy Dan Stres Akademik Mahasiswa Di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi*. 20(5):15.
- Herviolita Ray Shafa, & Brebahama, A. 2024. Academic Self Efficacy and Student Academic Stress in the Pandemic Transition Period. *Journal Psikogenesis*. 12(1): 57.
- Hikmawati, F., 2024. *Metodologi Penelitian*. Edisi Keempat. Cetakan Keempat. Rajagrafindo Persada. Depok.
- Istiqama, N. 2022. Gambaran self regulated learning pada mahasiswa fakultas psikologi univeristas bosowa makassar. *Skripsi*. Fakultas psikologi universitas bosowa makassar.
- Jeong, E. J., Ferguson, C. J., & Lee, S. J. (2019). Pathological gaming in young adolescents: A longitudinal study focused on academic stress and self-control in South Korea. *Journal of Youth and Adolescence*. 48. 2333–2342.
- Juniasi, A.F., Huwae, A., 2023. Problematika Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama: Bagaimana Keterhubungannya Dengan Konsep Diri?. *Journal of Behaviour and Mental Health*. 1(4): 49–65.
- Kumparan.com, 2021. *4 Fase Mahasiswa dari Tingkat Awal Hingga Akhir Millennial*. 17 Juli. Halaman 1. Jakarta.
- Maulana, M.I., Rini Lestari, 2023. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa di Mas New Normal. *Ums Library*. 3(1): 2-4.
- Musikhah, W., & Nastiti, D. 2022. Academic Stress of University of Muhammadiyah Sidoarjo Students Who Study While Working Class of 2021. *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*. 2(2):4.
- Naibaho, S. L., & Murniati, J. (2022). Dukungan sosial sebagai faktor pendukung keberhasilan adaptasi mahasiswa perantau yang tinggal di asrama Jakarta. *Jurnal*

Psikologi Ulayat.10(2): 5.

- Nurhaliza, S., 2021. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Siswa kelas XI MAN 1 Medan dan Implikasinya Dalam Bimbingan Konseling. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri. Medan.
- Pangemanan, V. O., Manery, D. E., Ukratalo, A. M., Nanere, B. E., Embisa, Y. A., & Assagaf, A. R. 2024. Hubungan Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Biologi FMIPA Universitas Pattimura Dalam Proses Penyusunan Skripsi. *Jurnal Anestesi*. 2(3): 31.
- Paramita, P. A. P., Putere, S. P. P. L. M., & Sumadewi, K. T. 2022. Hubungan antara Self Efficacy dengan Tingkat Stres Mahasiswa Baru FKIK Universitas Warmadewa Angkatan 2020. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*. 1(2): 49–50.
- Priyoaji, K. S. 2023. Gifted Underachiever: Analisis Self-Determination Theory. *Edunomika Journal*. 08(1): 2–3.
- Putri, c.s., 2023. Hubungan antara motivasi belajar dengan kemandirian belajar mahasiswa keperawatan. *Skripsi*. Program Studi S1 keperawatan Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Islam Sultan Agung. Semarang.
- Putri, E.R., 2021. Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Malang.
- Rasmun. 2018. *Stres Koping dan Adaptasi*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. CV Sagung Serto. Jakarta.
- Rekozar, S. S. L., & Damariyanti, M. 2022. Dukungan Sosial Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Psikologi*. 1(4): 192.
- Renwarin, M., Saija, A., Huwae, L., 2022. Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*. 2 (15): 118–131.
- Rimonda, R., Duana, M., Fanonta, M., Indriani, N., Radiah, Mariana, & Izzatulatirah. 2020. Tingkat Stres Dan Mekanisme Koping Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Akhir. *Journal of guidance and conseling inspiration*. 11(1): 5.
- Safiany, A., & Maryatmi, A. S. 2020. Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri 4 Jakarta Pusat. *Ikhrat Journal*. 10(2): 5.

- Sahir, S.H., 2022. *Metodologi Penelitian*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. KBM Indonesia. Yogyakarta.
- Saputri, K.A., Sugiharto, D., 2020. Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019. *Journal of Guidance and Counseling*. 9 (4): 111-114.
- Shadrina, L. N., Sarwili, I., & Herliana, I. 2023. Hubungan Social Support Teman Sebaya dan Self Efficacy dengan Tingkat Kecemasan saat Presentasi pada Mahasiswa. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*. 2(9): 9.
- Singal, E.M., Manampiring, A.E., Nelwan, J.E., 2021. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Rumah Sakit Mata Provinsi Sulawesi Utara. Sam Ratulangi. *Journal of Public Health*. 2 (1): 40.
- Sugiyono, P.D. 2023. *Metode penelitian studi kasus (Pendekatan : Kuantitatif,kualitatif dan kombinasi)*.
- Suprpto, S.A.P., 2024. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Santri Pondok Pesantren Di Mediasi Oleh Resiliensi. *Tesis*. Direktorat Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
- Veronica, A., Ernawati, Rasdiana, Abas, M., Yusriani, Hadawiah, Hidayah, N., Sabtohad, J., Marlina, H., Mulyani, W., Zulkarnaini, 2022. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. PT.Global Eksekutif Teknologi. Padang.
- Wahyuningtias, S. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau. *Skripsi*. Universitas Islam Sultan Tanah Agung Semarang.
- Wahyuningtias, E.P., Fasikhah, S.S., Amalia, S., 2019. Hubungan Manajemen Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal RAP UNP*. 1 (10): 29.
- Yorri, D.S., Wulandari D., Lestari L.D, Meliasari W.O., Sari I.N. 2021. Peran Mahasiswa Kampus Mengajar 2 Sebagai “Agent Of Change dan Social Control.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 5(6): 1542–1543.
- Yuda, M.P., Mawarti, I., Mutmainnah, M., 2023. Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Pinang Masak Nursing Jurnal*. 1 (2): 38–

42.

Yuhbaba, Z.N., Budiman, M.E.A., Sya'id, A., Kirana, A.P., 2024. Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*. 1 (12): 10-11.