



UNIVERSITAS ANDALAS

**DETERMINAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2026**

Oleh :

SANDI KELANA

NIM. 1911212021

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2026

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, 26 Juli 2026

SANDI KELANA, NIM. 1911212021

**DETERMINAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI UNIVERSITAS ANDALAS**

xi + 103 halaman, 16 tabel, 3 gambar, 5 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola tidur, pengaruh teman sebaya, dan dukungan orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Andalas Tahun 2026.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain cross sectional yang dilaksanakan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas. Sampel penelitian berjumlah 130 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat serta bivariat menggunakan uji Chi-Square. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2026.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir mengalami stres akademik kategori tinggi (57,7%). Meskipun sebagian besar responden memiliki pola tidur yang baik, pengaruh teman sebaya yang memadai, dan dukungan orang tua yang tinggi, hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola tidur ($p=0,352$), pengaruh teman sebaya ($p=0,520$), maupun dukungan orang tua ($p=0,662$) dengan stres akademik.

Kesimpulan

Stres akademik masih menjadi permasalahan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas. Pola tidur, pengaruh teman sebaya, dan dukungan orang tua tidak menunjukkan hubungan yang bermakna dengan stres akademik. Oleh karena itu, upaya promosi kesehatan di perguruan tinggi perlu difokuskan pada penguatan kemampuan manajemen stres, strategi koping adaptif, serta optimalisasi layanan pendampingan kesehatan mental bagi mahasiswa tingkat akhir.

Daftar Pustaka : 45 (1984 - 2026)

Kata Kunci : Stres Akademik, Pola Tidur, Pengaruh Teman Sebaya,
Dukungan Orang Tua, Mahasiswa Tingkat Akhir

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, 26 July 2026

SANDI KELANA, NIM. 1911212021

**DETERMINANTS OF ACADEMIC STRES AMONG FINAL-YEAR
STUDENTS AT ANDALAS UNIVERSITY**

xi + 103 pages, 16 tables, 3 figures, 5 appendices

ABSTRACT

Objectives

This study aimed to determine the relationship between sleep patterns, peer influence, and parental support with academic stres among final-year students at Andalas University in 2026.

Methods

This study employed a cross-sectional design involving final-year students at Andalas University. A total of 130 respondents were selected using an accidental sampling technique. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed through univariate and bivariate analyses using the Chi-Square test. The study was conducted in July 2026.

Results

The results showed that the majority of final-year students experienced high levels of academic stres (57.7%). Although most respondents had good sleep patterns, adequate peer influence, and high parental support, bivariate analysis indicated no significant relationship between sleep patterns ($p = 0.352$), peer influence ($p = 0.520$), or parental support ($p = 0.662$) and academic stres.

Conclusion

Academic stres remains a significant concern among final-year students at Andalas University. Sleep patterns, peer influence, and parental support were not significantly associated with academic stres. Therefore, health promotion efforts in higher education should focus on strengthening students' stres management skills, enhancing adaptive coping strategies, and optimizing mental health support services for final-year students.

Bibliography : 45 (1984 - 2026)

Keywords : Academic Stres, Sleep Patterns, Peer Influence, Parental Support, Final-Year Students