

BAB 4: HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Universitas Andalas merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang berlokasi di Kecamatan Pauh, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat. Perguruan tinggi ini diresmikan pada tanggal 13 September 1956 oleh Wakil Presiden Republik Indonesia saat itu, Drs. Mohammad Hatta. Universitas Andalas dikenal sebagai perguruan tinggi negeri tertua di luar Pulau Jawa. Pada tahun 2021, Universitas Andalas resmi berstatus sebagai Perguruan Tinggi Negeri Badan Hukum (PTN-BH) berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 95 Tahun 2021 yang ditetapkan pada tanggal 31 Agustus 2021. Dengan status tersebut, Universitas Andalas diharapkan mampu memberikan kontribusi yang lebih besar dalam menghasilkan sumber daya manusia yang unggul, berdaya saing, dan berperan dalam pembangunan bangsa. Selain itu, Universitas Andalas telah memperoleh akreditasi institusi dengan peringkat unggul yang berlaku hingga tahun 2028 serta terus berupaya mewujudkan visi sebagai *World Class University*.⁽⁴³⁾

Saat ini Universitas Andalas memiliki 15 fakultas dengan total 142 program studi yang meliputi 4 Program Diploma III, 52 Program Sarjana (S1), 44 Program Magister (S2), 19 Program Doktor (S3), 14 Program Spesialis (Sp-1), 2 Program Subspesialis (Sp-2), dan 7 Program Profesi. Jumlah tenaga pendidik yang dimiliki mencapai 1.565 dosen. Pada tahun 2022, Universitas Andalas memperoleh pendanaan pembangunan Laboratorium Sentral Riset melalui program Surat Berharga Syariah Negara (SBSN). Selain itu, universitas ini juga memiliki Laboratorium Biota Sumatera sebagai salah satu fasilitas penelitian unggulan. Di samping kampus utama yang berlokasi di Kota Padang, Universitas Andalas juga memiliki dua kampus di luar lokasi utama, yaitu Kampus II di Kota Payakumbuh dan Kampus III di Kabupaten Dharmasraya.⁽⁴³⁾

4.2 Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 130 mahasiswa tingkat Akhir Universitas Andalas sebagai responden. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. 1 Distribusi Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki - Laki	64	49,2
Perempuan	66	50,8
Umur		
20	4	3,1
21	35	26,9
22	47	36,2
23	34	26,2
24	7	5,4
25	2	1,5
26	1	0,8

Berdasarkan Tabel 4.1 Berdasarkan Tabel 4.1, penelitian ini melibatkan sebanyak 130 mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas sebagai responden. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 66 orang (50,8%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 64 orang (49,2%).

Berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar responden berusia 22 tahun, yaitu sebanyak 47 orang (36,2%). Selanjutnya, responden berusia 21 tahun berjumlah 35 orang (26,9%), diikuti responden berusia 23 tahun sebanyak 34 orang (26,2%). Responden yang berusia 24 tahun sebanyak 7 orang (5,4%), usia 20 tahun sebanyak 4 orang (3,1%), usia 25 tahun sebanyak 2 orang (1,5%), dan usia 26 tahun merupakan jumlah paling sedikit, yaitu 1 orang (0,8%).

4.3 Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti. Hasil analisis univariat pada penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Stres Akademik		
Tinggi	75	57,7
Rendah	55	42,3
Pola Tidur		
Buruk	53	40,8
Baik	77	59,2
Pengaruh Teman Sebaya		
Tidak Memadai	61	46,9
Memadai	69	53,1
Dukungan Orang Tua		
Rendah	62	47,7
Tinggi	68	52,3
Total	130	100

Berdasarkan Tabel 4.2, distribusi responden menurut tingkat stres akademik menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres akademik kategori tinggi, yaitu sebanyak 75 orang (57,7%), sedangkan 55 orang (42,3%) berada pada kategori rendah. Berdasarkan variabel pola tidur, sebagian besar responden memiliki pola tidur yang baik, yaitu sebanyak 77 orang (59,2%), sementara 53 orang (40,8%) memiliki pola tidur yang buruk. Pada variabel pengaruh teman sebaya, lebih dari separuh responden memperoleh dukungan teman sebaya yang memadai, yaitu sebanyak 69 orang (53,1%), sedangkan 61 orang (46,9%) berada pada kategori tidak memadai. Berdasarkan variabel dukungan orang tua, lebih dari separuh responden memperoleh dukungan orang tua yang tinggi, yaitu sebanyak 68 orang (52,3%), sementara 62 orang (47,7%) memperoleh dukungan orang tua yang rendah.

Untuk memperoleh gambaran yang lebih rinci mengenai masing-masing variabel penelitian, dilakukan analisis distribusi jawaban responden pada setiap item pernyataan. Distribusi jawaban responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 3 Distribusi Jawaban Responden pada Variabel Stres Akademik

No	Pernyataan	SS		S		N		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Saya merasa terbebani oleh	36	27,7	48	36,9	27	20,8	17	13,1	2	1,5

	tugas akademik yang harus diselesaikan.												
2	Saya merasa cemas ketika memikirkan penyelesaian skripsi.	44	33,8	48	36,9	23	17,7	10	7,7	5	3,8		
3	Saya kesulitan berkonsentrasi karena tekanan akademik.	17	13,1	38	29,2	39	30,0	30	23,1	6	4,6		
4	Saya khawatir tidak dapat menyelesaikan studi tepat waktu.	35	26,9	45	34,6	29	22,3	14	10,8	7	5,4		
5	Saya tetap tenang meskipun menghadapi banyak tugas akademik	6	4,6	24	18,5	46	35,4	42	32,3	12	9,2		
6	Saya mampu mengelola tekanan akademik dengan baik	7	5,4	23	17,7	41	31,5	42	32,3	17	13,1		

Berdasarkan Tabel 4.3, secara umum responden menunjukkan adanya tingkat stres akademik yang tinggi. Hal ini tercermin dari dominannya jawaban setuju dan sangat setuju pada pernyataan yang berkaitan dengan beban akademik, kecemasan terhadap penyelesaian skripsi, serta kekhawatiran dalam menyelesaikan studi tepat waktu. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan akademik masih menjadi masalah yang dirasakan oleh sebagian besar mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas.

Pernyataan yang paling dominan terdapat pada item "Saya merasa cemas ketika memikirkan penyelesaian skripsi", di mana 70,7% responden menyatakan setuju dan sangat setuju. Selain itu, sebanyak 64,6% responden juga menyatakan merasa terbebani oleh tugas akademik yang harus diselesaikan, serta 61,5% mengaku khawatir tidak dapat menyelesaikan studi tepat waktu. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan terkait penyelesaian skripsi dan

tuntutan akademik merupakan sumber stres yang paling menonjol pada mahasiswa tingkat akhir.

Di sisi lain, pada pernyataan positif mengenai kemampuan mengelola stres, sebagian besar responden memberikan jawaban netral hingga tidak setuju. Sebanyak 54,6% responden menyatakan tidak setuju atau sangat tidak setuju bahwa mereka tetap tenang meskipun menghadapi banyak tugas akademik, sedangkan 45,4% responden juga menyatakan tidak setuju atau sangat tidak setuju bahwa mereka mampu mengelola tekanan akademik dengan baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan koping dalam menghadapi tekanan akademik masih belum optimal, sehingga berpotensi meningkatkan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

Tabel 4. 4 Distribusi Jawaban Responden pada Variabel Pola Tidur

No	Pernyataan	SS		S		N		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Saya tidur selama 7–9 jam setiap malam.	46	35,4	46	35,4	13	10,0	17	13,1	8	6,2
2	Saya memiliki jadwal tidur yang teratur setiap hari.	41	31,5	56	43,1	14	10,8	14	10,8	5	3,8
3	Saya merasa segar ketika bangun pada pagi hari.	28	21,5	47	36,2	26	20,0	21	16,2	8	6,2
4	Saya mengalami kesulitan untuk mulai tidur pada malam hari.	13	10,0	42	32,3	25	19,2	28	21,5	22	16,9
5	Saya sering terbangun pada malam hari.	8	6,2	47	36,2	35	26,9	33	25,4	7	5,4
6	Saya merasa mengantuk saat mengikuti kegiatan perkuliahan.	7	5,4	28	21,5	35	26,9	43	33,1	17	13,1

Berdasarkan Tabel 4.4, secara umum responden menunjukkan pola tidur yang baik, yang ditandai dengan dominannya jawaban setuju dan sangat setuju pada pernyataan mengenai durasi tidur yang cukup serta keteraturan waktu tidur. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian

besar mahasiswa telah menerapkan kebiasaan tidur yang cukup sesuai dengan kebutuhan istirahat harian.

Pernyataan yang paling dominan terdapat pada item "Saya memiliki jadwal tidur yang teratur setiap hari", di mana sebanyak 74,6% responden menyatakan setuju dan sangat setuju. Selain itu, sebanyak 70,8% responden juga menyatakan memperoleh waktu tidur selama 7–9 jam setiap malam. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden telah memiliki durasi dan jadwal tidur yang relatif baik.

Meskipun demikian, masih terdapat proporsi responden yang mengalami gangguan tidur. Sebanyak 42,3% responden menyatakan setuju atau sangat setuju mengalami kesulitan untuk mulai tidur pada malam hari, sedangkan 42,4% responden mengaku sering terbangun pada malam hari. Namun demikian, pada pernyataan "Saya merasa mengantuk saat mengikuti kegiatan perkuliahan", sebagian besar responden memberikan jawaban tidak setuju dan sangat tidak setuju (46,2%), yang menunjukkan bahwa gangguan tidur tersebut belum banyak berdampak pada rasa kantuk selama mengikuti aktivitas perkuliahan.

Tabel 4. 5 Distribusi Jawaban Responden pada Variabel Pengaruh Teman Sebaya

No	Pernyataan	SS		S		N		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Teman-teman saya memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi.	31	23,8	60	46,2	25	19,2	12	9,2	2	1,5
2	Teman-teman saya memotivasi saya untuk belajar lebih giat.	27	20,8	70	53,8	21	16,2	10	7,7	2	1,5
3	Saya sering berdiskusi dengan teman mengenai tugas akademik.	28	21,5	63	48,5	24	18,5	12	9,2	3	2,3
4	Saya merasa tertekan ketika melihat teman lebih cepat menyelesaikan skripsi	16	12,3	39	30,0	39	30,0	31	23,8	5	3,8
5	Saya mengikuti keputusan teman meskipun tidak sesuai dengan keinginan saya.	4	3,1	10	7,7	33	25,4	71	54,6	12	9,2
6	Teman-teman memberikan pengaruh positif terhadap semangat belajar saya.	18	13,8	57	43,8	45	34,6	9	6,9	1	0,8

Berdasarkan Tabel 4.5, secara umum responden menunjukkan bahwa teman sebaya memberikan pengaruh yang positif terhadap proses penyelesaian studi. Hal ini terlihat dari dominannya jawaban setuju dan sangat setuju pada pernyataan yang berkaitan dengan dukungan emosional, motivasi belajar, serta diskusi akademik dengan teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan teman sebaya berperan sebagai sumber dukungan dalam menghadapi tuntutan akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Pernyataan yang paling dominan terdapat pada item "Teman-teman saya memotivasi saya untuk belajar lebih giat", di mana 74,6% responden menyatakan setuju dan sangat setuju.

Hasil serupa juga terlihat pada pernyataan "Teman-teman saya memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi" (70,0%) dan "Saya sering berdiskusi dengan teman mengenai tugas akademik" (70,0%). Selain itu, 57,6% responden juga menyatakan bahwa teman sebaya memberikan pengaruh positif terhadap semangat belajar. Temuan ini mengindikasikan bahwa motivasi belajar, dukungan selama penyelesaian skripsi, dan interaksi akademik merupakan bentuk pengaruh positif teman sebaya yang paling menonjol.

Di sisi lain, pengaruh negatif dari teman sebaya relatif lebih rendah. Hal ini terlihat pada pernyataan "Saya mengikuti keputusan teman meskipun tidak sesuai dengan keinginan saya", di mana 63,8% responden menyatakan tidak setuju dan sangat tidak setuju, sehingga menunjukkan bahwa sebagian besar responden tetap memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan. Meskipun demikian, masih terdapat 42,3% responden yang menyatakan setuju dan sangat setuju merasa tertekan ketika melihat teman lebih cepat menyelesaikan skripsi. Kondisi ini menunjukkan bahwa perbandingan pencapaian akademik dengan teman sebaya masih menjadi salah satu sumber tekanan psikologis bagi sebagian mahasiswa, meskipun secara keseluruhan pengaruh teman sebaya cenderung bersifat positif.

Tabel 4. 6 Distribusi Jawaban Responden pada Variabel Dukungan Orang Tua

No	Pernyataan	SS		S		N		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Orang tua memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan skripsi.	45	34,6	62	47,7	17	13,1	6	4,6	0	0,0
2	Orang tua memberikan perhatian terhadap perkembangan studi saya.	40	30,8	52	40,0	31	23,0	7	5,4	0	0,0
3	Orang tua membantu memenuhi kebutuhan saya selama kuliah.	49	37,7	52	40,0	25	19,2	4	3,1	0	0,0

No	Pernyataan	SS		S		N		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
4	Orang tua memberikan saran ketika saya mengalami kesulitan dalam perkuliahan	39	30,0	48	36,9	38	29,2	5	3,8	0	0,0
5	Saya merasa orang tua kurang peduli terhadap kesulitan akademik yang saya hadapi.	5	3,8	14	10,8	36	27,7	48	36,9	27	20,8
6	Orang tua jarang memberikan motivasi kepada saya dalam menyelesaikan studi.	4	3,1	15	11,5	33	25,4	52	40,0	26	20,0

Berdasarkan Tabel 4.6, secara umum responden menunjukkan bahwa orang tua memberikan dukungan yang baik selama proses penyelesaian studi. Hal ini tercermin dari dominannya jawaban setuju dan sangat setuju pada pernyataan yang berkaitan dengan dukungan emosional, perhatian terhadap perkembangan studi, pemenuhan kebutuhan selama perkuliahan, serta pemberian saran ketika menghadapi kesulitan akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memperoleh dukungan yang memadai dari orang tua dalam menyelesaikan pendidikan.

Pernyataan yang paling dominan terdapat pada item "Orang tua memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan skripsi", di mana 82,3% responden menyatakan setuju dan sangat setuju. Persentase yang tinggi juga terlihat pada pernyataan "Orang tua membantu memenuhi kebutuhan saya selama kuliah" (77,7%), "Orang tua memberikan perhatian terhadap perkembangan studi saya" (70,8%), serta "Orang tua memberikan saran ketika saya mengalami kesulitan dalam perkuliahan" (66,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan emosional, perhatian, dan dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan orang tua yang paling menonjol pada responden.

Sebaliknya, pada pernyataan yang bersifat negatif, sebagian besar responden memberikan jawaban tidak setuju dan sangat tidak setuju. Sebanyak 57,7% responden menyatakan tidak setuju bahwa orang tua kurang peduli terhadap kesulitan akademik yang dihadapi, sedangkan 60,0% responden juga tidak setuju bahwa orang tua jarang memberikan motivasi dalam menyelesaikan studi. Temuan tersebut memperkuat bahwa mayoritas responden merasakan keterlibatan dan dukungan orang tua yang konsisten selama menjalani proses perkuliahan, baik dalam bentuk perhatian, motivasi, maupun pendampingan akademik.

4.4 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara setiap variabel independen yang meliputi pola Tidur, Pengaruh Teman Sebaya, dan Dukungan Orang Tua dengan variabel dependen, yaitu Stres Akademik. Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini disajikan sebagai berikut:

4.4.1 Hubungan Pola Tidur dengan Stres Akademik

Berdasarkan hasil uji statistik terhadap data yang dikumpulkan di lapangan, hubungan antara Pola Tidur dengan Stres Akademik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 7 Analisis Hubungan Pola Tidur dengan Stres Akademik

Pola Tidur	Stres Akademik				Total		POR (95%CI)	<i>p-value</i>
	Tinggi		Rendah					
	f	%	f	%	f	%		
Buruk	28	52,8	25	47,2	53	100	0,7	0,352
Baik	47	61,0	30	39,0	77	100	(0,4 – 1,5)	

Berdasarkan Tabel 4.10 diketahui bahwa responden yang memiliki pola tidur baik lebih banyak mengalami stres akademik tinggi, yaitu sebesar 61,0%, dibandingkan responden yang memiliki pola tidur buruk sebesar 52,8%. Sebaliknya, responden dengan stres akademik rendah lebih banyak ditemukan pada kelompok yang memiliki pola tidur buruk (47,2%) dibandingkan kelompok yang memiliki pola tidur baik (39,0%). Hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,352 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa

tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola tidur dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas tahun 2026.

4.4.2 Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Stres Akademik

Berdasarkan hasil uji statistik terhadap data yang dikumpulkan di lapangan, hubungan pengaruh teman sebaya dengan stres akademik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 8 Analisis Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Stres Akademik

Pengaruh Teman Sebaya	Stres Akademik				Total		POR (95%CI)	<i>p-value</i>
	Tinggi		Rendah					
	f	%	f	%	f	%		
Tidak Memadai	37	60,7	24	39,3	61	100	1,3	0,520
Memadai	38	55,1	31	44,9	69	100	(0,6 – 2,6)	

Berdasarkan Tabel 4.11 diketahui bahwa responden yang memiliki pengaruh teman sebaya tidak memadai lebih banyak mengalami stres akademik tinggi, yaitu sebesar 60,7%, dibandingkan responden yang memiliki pengaruh teman sebaya memadai sebesar 55,1%. Sebaliknya, stres akademik rendah lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki pengaruh teman sebaya memadai (44,9%) dibandingkan responden yang memiliki pengaruh teman sebaya tidak memadai (39,3%). Hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,520 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas tahun 2026.

4.4.3 Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Stres Akademik

Berdasarkan hasil uji statistik terhadap data yang dikumpulkan di lapangan, hubungan antara dukungan orang tua dengan stres akademik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 9 Analisis Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Stres Akademik

Dukungan Orang Tua	Stres Akademik				Total		POR (95%CI)	<i>p-value</i>
	Tinggi		Rendah					
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Rendah	37	59,7	25	40,3	62	100	1,2	0,662
Tinggi	38	55,9	30	44,1	68	100	(0,6 – 2,3)	

Berdasarkan Tabel 4.12 diketahui bahwa responden yang memiliki dukungan orang tua rendah lebih banyak mengalami stres akademik tinggi, yaitu sebesar 59,7%, dibandingkan responden yang memiliki dukungan orang tua tinggi sebesar 55,9%. Sebaliknya, stres akademik rendah lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki dukungan orang tua tinggi (44,1%) dibandingkan responden yang memiliki dukungan orang tua rendah (40,3%). Hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,662 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas tahun 2026.