

**PERBEDAAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
YANG MENJALANI KULIAH *ONLINE* DI TINJAU DARI JENIS
KELAMIN DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

SKRIPSI



Oleh:

**Rahma Wina
1709110014**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2022**

**PERBEDAAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
YANG MENJALANI KULIAH *ONLINE* DI TINJAU DARI JENIS
KELAMIN DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

SKRIPSI



Oleh:

**Rahma Wina
1709110014**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2022**

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

11 7 0 9 2 0 2 2

MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh

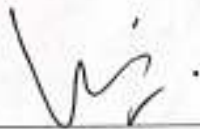
Dekan,



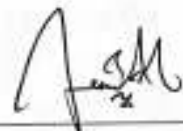
Dewan Penguji

Tanda Tangan

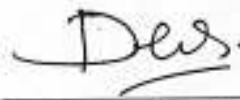
1. Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog



2. Julia Aridhona, M. Si



3. Devi Yanti, M. Psi., Psikolog



4. Ayu Safira, M. Psi., Psikolog



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahma Wina
NPM : 1709110014
Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul **“Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Yang Menjalani Kuliah *Online* Di Tinjau Dari Jenis Kelamin Di Universitas Muhammadiyah Aceh”** ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Banda Aceh, 11 April 2022

Yang Menyatakan,



Rahma Wina

1709110014

MOTTO

“Membanggakan dan membahagiakan keluarga, terutama orang tua dan ingin menjadi manusia yang berguna serta membahagiakan diri sendiri ”

(Rahma Wina)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, dengan telah diselesaikannya tugas akhir dengan dengan nama skripsi ini saya mempersembahkannya kepada :

1. Kedua orang tua saya Bapak Jasliadin dan Ibu Raimani serta kakak-kakak saya tercinta Yeni Rosa dan Susilawati dan abang ipar sehingga saya bisa sampai pada tahap ini dimana skripsi ini akhirnya selesai. Terimakasih atas segala pengorbanan, nasihat, semangat dan do'a baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan pada saya.
2. Kepada abang A'an, kakak Desi Elvina, dan bunda Asmawati yang tiada hentinya menasihati saya agar cepat menyelesaikan skripsi ini.
3. Riski Auliyah, Safiah Amanda, Wangi Windari, Aldi Rinaldi sebagai sahabat terbaik saya. Terimakasih sudah menemani proses perjalanan saya selama kuliah, terima kasih atas segala bantuan, do'a, semangat dan kebaikannya.
4. Ibu Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog dan Ibu Ayu Safira, M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I dan II saya yang sudah banyak membimbing, memberi semangat, nasihat, dan mengorbankan banyak waktu dalam membantu menyelesaikan tugas akhir saya.
5. Keluarga besar, dan teman-teman semuanya yang sudah banyak membantu dan memberikan dukungan terbaiknya terhadap saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT. berkat Rahmat dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Yang Menjalani Kuliah *Online* Di Tinjau Dari Jenis Kelamin Di Universitas Muhammadiyah Aceh”. Shalawat beriringan salam tak lupa pula disampaikan kepada Rasulullah saw. yang telah membawa ilmu pengetahuan sehingga dapat berkembang pesat hingga saat ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Barmawi, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
2. Ibu Nur Hasmalawati, M. Si. Selaku kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang selalu memberi semangat dan memberikan dukungan.
3. Ibu Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog dan Ibu Ayu Safira, M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I dan II yang telah dengan sabar banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membantu penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen dan Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak membantu penulis selama proses perkuliahan.
5. Kepada kedua orangtuaku Bapak Jasliadi dan Ibu Raimaniyang telah banyak memberi do'a serta dukungan berupa finansial, moral dan juga semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kepada kakak-kakakku Yeni Rosa dan Susilawati yang juga telah memberikan doa, semangat dan dukungan.

7. Para sahabat yang telah memberikan semangat serta meluangkan waktu selama proses penyusunan skripsi. Terimakasih karna selalu siap membantu, mendengarkan dan dengan sabar menjelaskan banyak hal tentang skripsi.
8. Seluruh pihak yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga diharapkan arahan, bimbingan, serta saran dari pembaca untuk membuat penulis menjadi lebih baik lagi. Semoga tugas akhir skripsi ini dapat memberikan informasi dan manfaat pada pembaca sekalian.

Banda Aceh, 11 April 2022

Penulis,

Rahma Wina

1709110014

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
KEASLIAN PENELITIAN	vi
MOTT	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	
DAFTAR TABEL	
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Stres Akademik	10
1. Pengertian Stres Akademik	10
2. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	11
3. Aspek-aspek Stres Akademik	13
B. Kuliah Dalam Jaringan (Daring).....	16
1. Pengertian Kuliah Dalam Jaringan.....	16
2. Elemen Kuliah Dalam Jaringan	17
3. Bentuk-bentuk Aplikasi Kuliah Dalam Jaringan	
4. Kelebihan dan Kekurangan Kuliah Dalam Jaringan	18
C. Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	21
1. Jenis Kelamin	21
2. Stres Akademik Mahasiswa	21
C. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel.....	22
D. Metode Pengumpulan Data	23
1. Jenis Kelamin	23
2. Stres Akademik Mahasiswa	24

E. Validitas dan Reliabilitas Penelitian	24
1. Uji Validitas	24
2. Uji Realibilitas	25
F. Analisis Data	26
1. Uji Normalitas	26
2. Uji Linearitas	26
3. Uji Regresi	27
BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Orientasi Kanchah Penelitian	28
1. Profil Fakultas Psikologi UNMUHA	28
2. Visi Misi dan Struktur Organisasi.....	29
a. Visi Fakultas Psikologi	29
b. Misi Fakultas Psikologi.....	29
c. Struktur Organisasi Fakultas Psikologi.....	29
B. Persiapan Penelitian	30
1. Surat Izin Penelitian	30
2. Penyusunan Alat Ukur	30
3. Pelaksanaan Penelitian	31
4. Validitas & Realibilitas	31
a. Uji Validitas	31
b. Diskriminasi Aitem Uji Coba.....	32
c. Uji Realibilitas	36
C. Diskripsi Subjek & Data Penelitian	33
1. Deskripsi Subjek	33
2. Deskripsi Data Penelitian	34
3. Uji Realiabilitas.....	36
4. Uji Asumsi	36
a. Uji Homogenitas	36
b. Uji Linieritas	37
1. Uji Hipotesis	38
D. Pembahasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Tabel 1. Populasi Penelitian.....	26
2. Tabel 2. Kisi-kisi Skala Jenis Kelamin	27
3. Tabel 3. Kisi-kisiSkala Stres Akademik Mahasiswa	28
4. Tabel 4. Hasil Analisis Deskriminasi Aitem Skala Stres Akademik Sebelum Aitem Tidak Valid Dibuang	34
5. Tabel 5. Hasil Analisis Deskriminasi Aitem Stres Akademik Valid Gugur ...	34
6. Tabel 6. Populasi Penelitian	35
7. Tabel 7. Deskripsi Data Penelitian	35
8. Tabel 8. Norma Pengkategorian	36
9. Tabel 9. Hasil Deskripsi Variabel Stres Akademik.....	36
10. Tabel 10. Kategori Hasil Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin	37
11. Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Data Valid	39
12. Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas Sesudah Data Valid	39
13. Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	40
14. Tabel 14. Hasil Uji Homogenitas	41
15. Tabel 15. Hasil Uji Bedaindependen <i>sample t-test</i>	43
16. Tabel 16. Group Statistik Mahasiswa laki-laki dan perempuan	45

DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala <i>Try Out</i> Stres Akademik	50
2. Tabulasi Data <i>Try Out</i> Stres Akademik	58
3. Reliabilitas dan Analisis Deskriminasi Aitem Skala <i>Try Out</i> Sebelum Aitem Tidak Valid Dibuang	62
4. Reliabilitas dan Analisis Deskriminasi Aitem Skala <i>Try Out</i> Sesudah Aitem Tidak Valid Dibuang	65
5. Tabulasi Data Penelitian	67
6. Uji Deskriptif	68
7. Uji Frekuensi	69
8. Hasil Uji Asumsi	70
9. Hasil Uji Hipotesis	71
10. SK Pembimbing	72
11. Biodata	73

**PERBEDAAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI YANG
MENJALANI KULIAH *ONLINE* DI TINJAU DARI JENIS KELAMIN DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

Rahma Wina

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Jl. Muhammadiyah No. 91, Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
(rahmawina15@gmail.com)

ABSTRAK

Stres akademik merupakan stres yang ditimbulkan dari tuntutan akademik yang melebihi kemampuan adaptasi dari individu yang mengalaminya. Tujuan penelitian ini yaitu, untuk mengetahui perbedaan stres akademik berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang menjalani kuliah *online* di Universitas Muhammadiyah Aceh. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yang berjumlah 92 mahasiswa yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Pengambilan data menggunakan skala *Likert* dengan cara menyebarkan kuesioner pada subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perbedaan stres akademik berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang menjalani kuliah *online* di Universitas Muhammadiyah Aceh dengan nilai t 0,662 dan juga nilai Sig. (2-tailed) dengan nilai 0,000. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diketahui bahwa responden perempuan paling banyak mengalami stres akademik dengan kategori tinggi yaitu 48% atau 28 responden, sementara responden laki-laki mengalami stres akademik yang lebih ringan sebanyak 26 responden.

Kata Kunci: Stres Akademik, Kuliah Online, Jenis Kelamin

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019, dunia dikejutkan dengan munculnya virus, yakni Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2 (SARS-CoV-2) dan nama penyakitnya disebut sebagai Coronavirus disease 2019 atau biasa disebut (virus corona) (WHO, 2020). Pada awalnya diketahui virus ini mungkin memiliki kesamaan dengan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) dan Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS CoV), tetapi dari hasil evaluasi genomik isolasi dari 10 pasien, didapatkan kesamaan mencapai 99% yang menunjukkan suatu virus baru, dan menunjukkan kesamaan (identik 88%) dengan severe acute respiratory syndrome (SARS) (Kemenkes, 2020).

Berbagai upaya dilakukan untuk mencegah dan menekan angka tertularnya virus serta kematian yang disebabkan Covid-19. Tersebaranya virus ini membatasi banyak hal dalam kehidupan sosial, seperti yang ditetapkan oleh pemerintah menetapkan kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB), pada bulan juli 2021 pemeritah telah menetapkan PPKM level 4 dan juga anjuran untuk melakukan physical distancingyaitudengan menerapkan 5 M (Menjauhi kerumunan, menjaga jarak, mencuci tangan, memakai masker dan membatasi mobilitas)sehingga terhindar dari penyakit Covid-19 (Putri, 2020).

Anjuran penerapan physical distancingtersebut menimbulkan beberapa dampak, seperti ditutupnya berbagai fasilitas umum. Seperti kantor-kantor dan sekolah hal ini membuat pekerja harus menerapkan Work From Home (WFH) dan pelajar atau mahasiswa mengikuti kegiatan kuliah secara online dengan berbagai metode seperti *e-learning*, *Zoom*, *google meet* dan lain-lain. Perubahan kuliah tatap muka menjadi -online dapat berdampak pada kesehatan fisik

maupun kesehatan mental yang dapat terjadi pada setiap orang termasuk mahasiswa sehingga dapat menyebabkan stres akademik, kondisi ketika seseorang merasa begitu tertekan yang mungkin terjadi akibat beban kerja berat atau berlebihan (Hasanah dkk, 2020).

Terkait dengan kebijakan untuk melakukan aktivitas di rumah. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menegaskan bahwa izin kegiatan kuliah tatap muka di perguruan tinggi dan politeknik/akademi komunitas pada semester genap Tahun Akademik 2020/2021 dapat dilakukan secara campuran (*hybrid learning*), pembelajar secara online, dan tatap muka, dengan protokol kesehatan yang ketat. Hal ini merujuk Surat Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud), Menteri Agama (Menag), Menteri Kesehatan (Menkes), dan Menteri Dalam Negeri (Mendagri) tentang Panduan Penyelenggaraan Kuliah pada Tahun Ajaran 2020/2021 dan Tahun Akademik 2020/2021 di Masa Pandemi (Covid-19) (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Beberapa perguruan tinggi mengubah sistem kuliah tatap muka menjadi kuliah secara online, sehingga mahasiswa harus lebih banyak meluangkan waktu untuk memahami kuliah dengan menggunakan teknologi online dalam waktu yang cepat, seperti pemilihan cara belajar, pengaturan cara belajar, pengaturan waktu belajar, mengikuti kuliah secara teratur, memilih mata kuliah yang cocok, mengkaji bermacam teori dan penelitian, membuat laporan tertulis dan sebagainya (Nizam, 2020).

Peneliti juga melakukan wawancara pra penelitian pada mahasiswa yang berinisial (A) tanggal 2 Agustus 2020 yang mengalami kesulitan antara lain sinyal yang kurang mendukung, kekurangan internet, banyak gangguan ketika belajar dirumah, mahasiswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan dosen.

Peneliti juga melakukan wawancara pra penelitian pada mahasiswi yang berinisial (D) tanggal 5 Agustus 2020 mengatakan kuliah online tidak efektif dan tidak menyenangkan. Sulit untuk memahami materi karena kuliah secara online dan merasa sedih karena tidak bertemu dengan teman-teman secara langsung. Kesimpulan yang dapat ditarik dari wawancara pra penelitian di atas yaitu mahasiswa mengatakan kurang fokus belajar dan sulit memahami materi yang diberikan tanpa adanya interaksi langsung dengan dosen.

Keadaan-keadaan tersebut dapat mempengaruhi keadaan fisik dan mental mahasiswa yang akan mengakibatkan kehilangan kontrol terhadap dirinya sehingga lebih mudah mengalami stres akademik (Biyanzah & Irdawati, 2016). Terlebih lagi selama masa pandemi ini dimana mahasiswa dituntut untuk melakukan kuliah secara online yang membuat perasaan tidak puas karena tidak maksimal mendapat ilmu, belum lagi beban tugas yang diberikan cukup banyak ditambah dengan sulit atau buruknya jaringan internet yang menyebabkan proses belajar mengajar menjadi tidak efektif. Terjadi kebosanan karena terus menerus berada di rumah, yang tidak jarang malah menimbulkan konflik dengan orangtua juga menjadi beban bagi mahasiswa selama masa pandemi ini (Anugrahana, 2020).

Perubahan kurikulum, perubahan kondisi lingkungan, sistem kuliah yang baru menyebabkan timbulnya stres akademik. Menurut Olejnik dan Holschuh (2016) stres akademik adalah respon atau reaksi yang muncul karena terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan mahasiswa. Sedangkan menurut Weidner, Kohlmann, Dotzauer, & Burns (dalam Muhaimin, 2018) stres akademik adalah stres yang terjadi karena faktor atau kegiatan pendidikan yang disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat mahasiswa dalam masa pendidikan. Penelitian terdahulu juga dilakukan oleh Watnaya (dalam Muhaimin, 2018) yang menjelaskan bahwa

dengan diterapkan sistem kuliahonline ditemukan mahasiswa yang terganggu kejiwaannya, stres dan tidak dapat mengikuti proses kuliah dengan baik dan benar.

Stres akademik erat hubungannya dengan kegiatan pendidikan yang menuntut seseorang untuk melakukan sesuatu diuar dari kebiasaaannya dan membuat seseorang mengalami ketegangan emosi ketika gagal dalam memenuhi tuntutan tersebut, terutama dalam kuliahonline seperti tugas dan kehadiran (dalam Muhaimin, 2018). Sumber stres akademik meliputi situasi yang monoton, kebisingan, tugas yang terlalu banyak, harapan yang mengada-ngada, ketidakjelasan, kurang adanya kontrol, keadaan bahaya dan kritis, tidak dihargai, diacuhkan, kehilangan kesempatan, aturan yang membingungkan, tuntutan yang saling bertentangan, dan *deadline* tugas perkuliahan (Hari & Dewi, 2018).

Bakhsh dan Sayed (2015) menyatakan stres akademik merupakan reaksi individu terhadap stressor akademik yang terdiri reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap stressor tersebut. Stres akademik diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan (Barseli, dkk, 2017). Eryanti (2012) menjelaskan bahwa stres akademik merupakan tekanan yang terjadi pada diri mahasiswa yang disebabkan oleh adanya persaingan ataupun tuntutan akademik.

Pada tingkat stres yang sedang sampai dengan berat dapat menghambat kuliah. Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa (Barseli, dkk., 2017). Perbedaan stress juga dapat terjadi pada laki-laki dan perempuan hasil analisa penelitian yang dilakukan oleh Engelberta dan Michaella (dalam Paedamean & Lazuardi, 2019) terhadap sampel penelitian memang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan stres psikologis,

walaupun dari hasilnya menunjukkan bahwa siswi perempuan mengalami stres psikologis lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki.

Terdapat beberapa faktor yang mungkin berkontribusi yang dapat menyebabkan perbedaan tersebut, seperti misalnya adanya perubahan siklus hormone pada perempuan maka akan ada peningkatan hormon testosteron dalam diri perempuan tersebut sehingga dapat menyebabkan terbentuknya kortisol yang berujung pada timbulnya stress. Adanya stress yang berbeda, walaupun jumlahnya sedikit, hasil penelitian Engelberta (dalam Paedamean & Lazuardi, 2019) menyebutkan bahwa pada perempuan, sistem HPA (Hypothalamic Pituitary Adrenal) Axis akan mensekresikan ACTH (Adrenocorticotropic Hormone) lebih banyak atau lebih sensitif dari laki-laki yang akan mengakibatkan kortisol lebih mudah untuk dihasilkan yang berdampak pada timbulnya stres psikologis.

Berdasarkan penjabaran di atas terlihat bahwa adanya perbedaan stress akademik pada laki-laki dan perempuan yang mengalami tingkat yang berbeda oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Psikologi yang Menjalani Kuliah Online di Tinjau dari Jenis Kelamin Universitas Muhammadiyah Aceh”.

B. Rumusan Penelitian

Adapun Rumusan Penelitian ini maka Perbedaan Stres Akademik Mahasiswa Psikologi yang Menjalani Kuliah Online Ditinjau Dari Jenis Kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh?

C. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil penelusuran yang peneliti lakukan terhadap beberapa penelitian terdahulu, ditemukan beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian yang peneliti lakukan. Untuk menghindari kesamaan, maka peneliti paparkan kajian penelitian tersebut, di antaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sagita dan Rhamadona (2021) berjudul “Perbedaan Stres Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin”. Hasil penelitian menyebutkan bahwa tidak ada perbedaan stress akademik antara laki-laki dan perempuan, serta skor yang rendah, stress akademik mahasiswa UHAMKA berada pada kategori rendah. Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengindikasikan diperlukannya pelayanan bimbingan dan konseling terhadap mahasiswa guna mereduksi tingkat stress akademik di kalangan mahasiswa. Berdasarkan kondisi tersebut didapatkan pemahaman bahwa tingkat stress pada mahasiswa sudah menjadi faktor yang kompleks dan perlu mendapatkan perhatian khusus terutama pada ranah pelaksanaan kuliah dan pendidikan secara umumnya.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Hafifah, dkk (2017) dengan judul “Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang”. Hasil penelitian ini diperoleh nilai p value sebesar $(0,93) > 0,05$, artinya tidak terdapat perbedaan stress akademik antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa keperawatan di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Tantri & Roseline (2021) dengan judul “Hubungan Jenis Kelamin, Stress dan Kepuasan Mahasiswa Akuntansi terhadap Kuliah Daring di Masa Pandemi Covid-19”. Hasil penelitian ini menunjukkan stress mempengaruhi kepuasan kuliah

daring, sedangkan jenis kelamin mahasiswa akuntansi tidak mempengaruhi Stress dan kepuasan dalam kuliah daring. Sementara itu, stress dan jenis kelamin mahasiswa akuntansi berpengaruh terhadap kepuasan kuliah daring secara simultan, tetapi tidak secara parsial.

Berdasarkan temuan penelitian di atas, maka dapat diketahui adanya persamaan dan perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang peneliti lakukan. Persamaan terlihat pada objek kajian dimana sama-sama mengkaji tentang stres akademik di kalangan mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dalam mengikuti kuliah secara online/daring. Namun, perbedaan mendasar terlihat pada subjek yang dijadikan responden penelitian, dimana penelitian yang peneliti lakukan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Aceh.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Stress Akademik Mahasiswa Psikologi Yang Menjalani Kuliah Online Ditinjau Dari Jenis Kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk para pembaca khususnya dalam bidang psikologi. Menambah pengetahuan bagi peneliti dalam penerapan teori yang di dapatkan. Penelitian ini juga diharapkan bisa memperkaya sumber kepustakaan penelitian mengenai psikologi sosial dan klinis, sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan wawasan dan informasi mengenai tingkat Stress Mahasiswa/i Psikologi yang Menjalani Kuliah Online di Universitas Muhammadiyah Aceh.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Akademik

1. Pengertian Stres Akademik

Stres akademik merupakan stres yang ditimbulkan dari tuntutan akademik yang melebihi kemampuan adaptasi dari individu yang mengalaminya (Wilks, 2008). Hal ini juga senada dengan yang dikemukakan oleh Desmita (2010) bahwa stres akademik merupakan respon peserta didik terhadap tuntutan kuliah yang menekan yang menimbulkan perasaan tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku. Sementara itu Sun, Dunne & Hou (2012) mendefinisikan stres akademik sebagai tekanan yang pelajar rasakan di lembaga pendidikan karena tuntutan berbagai macam tugas yang harus diselesaikan namun tidak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

Olejniak & Holschuh (2016) mengemukakan bahwa stres akademik merupakan respon yang muncul karena terdapatnya ketegangan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang harus dikerjakan oleh individu. Stres akademik merupakan keadaan suatu individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi serta penilainnya terhadap stresor akademik, berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Kountul, 2019). Sementara itu Simbolon (2015) mengetakan bahwa stres akademik merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension, yang terjadi akibat tuntutan kehidupan kampus.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres akademik ialah suatu respon yang muncul yang ditimbulkan oleh stimulus-stimulus yaitu tantangan dan tuntutan akademik yang menimbulkan ketegangan, perasaan tidak nyaman dan perubahan tingkah laku dari mahasiswa tersebut.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Timbulnya stres akademik di kalangan mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang bersumber dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Sun, Dunne dan Hou (2012) bahwa faktor penyebab stres akademik dapat berasal dari internal dan eksternal dalam diri individu, yakni yang terdapat di bawah ini:

- a. Faktor internal mengarah pada pola pikir, kepribadian dan keyakinan yang dimiliki oleh siswa. Faktor internal tersebut tidak akan terjadi, apabila siswa mampu berfikir, bertindak dan berperilaku untuk dapat mengelola cara belajarnya sendiri.
- b. Faktor eksternal berasal dari kegiatan belajar yang padat, tugas yang banyak masih diberikan, persaingan antar teman untuk berprestasi tinggi.

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stres akademik pada mahasiswa juga dijelaskan oleh Marbun (2018), yaitu faktor internal dalam diri individu yang terdiri atas keadaan fisik, perilaku, kognisi, emosional dan faktor eksternal seperti lingkungan fisik dan sosial budaya.

Adapun faktor lain yang mempengaruhi stres akademik menurut Yumba (2008) disebabkan oleh empat faktor, yaitu:

- a. Hubungan dengan OrangLain

Hubungan dengan orang lain yang dapat mempengaruhi stres akademik adalah adanya konflik antara individu dengan teman di sekolah, masalah keluarga dan frustrasi. Teman di sekolah mencakup teman sekamar (*room mate*) dan teman dekat (*girlfriend/boyfriend*).

- b. Faktor Personal

Faktor personal mencakup hal-hal yang bersifat personal oleh individu. Hal tersebut berupa pola tidur, pola makan, kesulitan keuangan, masalah kesehatan, tanggung jawab yang harus dilakukan, dan tekanan serta jenis kelamin.

c. Faktor Akademis

Faktor akademis yang mempengaruhi stres akademik adalah beban tugas sekolah yang bertambah, nilai yang rendah, waktu belajar yang banyak, kesulitan dalam memahami bahasa, ujian dan ketinggalan pelajaran.

d. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi stres akademik berupa kurangnya liburan atau waktu istirahat, kondisi tempat tinggal yang kurang baik, perceraian orang tua serta pindah ke kota baru.

Tidak berbeda dengan pendapat di atas, Fink (2010) juga terdapat bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu:

a. Faktor Biologis

Pada faktor ini stres akademik disebabkan oleh aktivitas atau kerja otak yang berlebihan. Respon biologis terhadap stres melibatkan aktivasi tiga sistem utama di dalam otak yang saling terkait. Sistem otak yang berpengaruh adalah sensorik otak, homeostatis, dan hormon adrenalin.

b. Faktor Lingkungan

Pada faktor ini stres akademik stress akademik menyebabkan stres adalah status sosial, peran sosial dan lingkungan sekitar. Semakin tinggi status dan peran sosial seseorang semakin tinggi beban dan tekanan yang harus ditanggung oleh seseorang tersebut. Seperti seorang

mahasiswa, semakin tinggi jenjang pendidikannya semakin tinggi pula tugas dan tanggung jawab yang harus dihadapi yang dapat memicu stres akademik.

Menurut Liviana (2020) stress akademik dikalangan mahasiswa disebabkan oleh tujuh faktor, yaitu (1) tugas kuliah, (2) bosan dirumah saja, (3) tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi, (4) proses kuliah daring/online yang mulai membosankan, (5) tidak dapat mengaplikasikan kuliah praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat, (6) tidak dapat mengikuti kuliah daring/online karena kuota internet yang terbatas dan (7) tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya.

Berdasarkan faktor-faktor yang dijelaskan di atas, dapat dikatakan bahwa kesehatan sosial-emosional dapat mempengaruhi stres akademik. Faktor personal mencakup hal-hal yang bersifat personal dan faktor ini berkaitan dengan aspek kesehatan sosial-emosional yaitu percaya pada diri sendiri, dimana individu yakin dapat mengatasi tekanan dan tanggung jawab yang dipikul oleh individu tersebut.

3. Aspek-Aspek Stres Akademik

Sun, Dunne & Hou (2012) mengemukakan bahwa terdapat lima aspek dalam mengukur stres akademik, yaitu:

a. Tekanan Belajar

Tekanan belajar berkaitan dengan tekanan yang dialami individu ketika sedang belajar di sekolah dan di rumah. Tekanan yang dialami oleh individu dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah serta jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

b. Beban Tugas

Beban tugas berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan oleh individu di sekolah. Beban yang dialami individu berupa pekerjaan rumah (PR), tugas di sekolah dan ujian/ulangan.

c. Kekhawatiran terhadap Nilai

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

d. Ekspektasi Diri

Ekspektasi diri berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki harapan atau ekspektasi terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki stres akademik akan memiliki ekspektasi yang rendah terhadap dirinya sendiri seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa selalu mengecewakan orang tua dan guru apabila nilai akademis tidak sesuai dengan yang diinginkan.

e. Keputusan

Keputusan berkaitan dengan respon emosional seseorang ketika ia merasa tidak mampu mencapai target/tujuan dalam hidupnya. Individu yang mengalami stres akademik akan merasa bahwa dia tidak mampu memahami pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas di sekolah.

Sementara itu menurut Hardjana (dalam Bullah, 2022) terdapat empat aspek dalam mengukur stres akademik, yaitu:

a. Fisikal

Aspek fisikal berkaitan dengan hal-hal yang bersifat fisik dan tingkah laku individu yang dapat dilihat dan diamati. Seperti berkeringat, kenaikan tekanan darah, kesulitan untuk tidur dan buang air besar, tegang pada urat dan sakit kepala.

b. Emosional

Aspek emosional berkaitan dengan perasaan individu sebagai respon terhadap sesuatu. Aspek emosional yang berkaitan dengan stres akademik adalah mudah merasa sedih, depresi dan marah, mood yang berubah dengan cepat serta terjadi burn out.

c. Intelektual

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

d. Interpersonal

Aspek interpersonal berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan hubungan atau komunikasi dengan orang lain. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan kesulitan untuk bersosialisasi. Hal ini dikarenakan individu mengalami kehilangan kepercayaan baik dengan diri sendiri maupun orang lain, mudah menyerang orang lain dan tidak mau disalahkan.

Berdasarkan kedua pendapat di atas terkait aspek-aspek stress akademik, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek stres akademik mencakup aspek tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan aspek keputusan.

B. Belajar Kuliah Dalam Jaringan (Daring) / Online

1. Pengertian Kuliah Dalam Jaringan (Daring)

Kuliah merupakan studi lanjutan dari SMA, biasanya dilakukan tatap muka dalam sebuah ruangan kelas, namun juga dapat dilakukan secara daring. Kuliah daring atau kuliah online dilakukan dengan memanfaatkan media online melalui internet. Hal ini sebagaimana yang

dikemukakan oleh Isman (dalam Lakhsmi & Sivvam, 2017) bahwa kuliah daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses kuliah. Kuliah daring memiliki keleluasaan waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun. Mahasiswa dapat berinteraksi dengan guru menggunakan beberapa aplikasi seperti *classroom*, *video converence*, telepon atau *live chat*, *zoom* maupun melalui *whatsapp group*.

Kuliah secara daring ini merupakan inovasi pendidikan untuk menjawab tantangan akan ketersediaan sumber belajar yang beragam baik sumber dari media online maupun memanfaatkan buku-buku secara langsung. Sebagai mana yang diungkapkan oleh Nakayama (2018) bahwa dari semua literatur dalam elearning mengindikasikan bahwa tidak semua mahasiswa akan sukses dalam kuliah online. Ini dikarenakan faktor lingkungan belajar dan karakteristik peserta didik (Yamamoto dalam Lakhsmi & Sivvam, 2017).). Kuliah daring (*online learning*) merupakan model kuliah yang berbasis ICT. Daya dukung program ini adalah fasilitas ICT berupa web LMS, program monitoring, modular dan suplemen dalam bentuk multimedia (Lakhsmi & Sivvam, 2017).

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kuliah secara daring ialah pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan media online tanpa adanya interaksi secara langsung atau tatap muka antara mahasiswa dengan dosennya melainkan dihubungkan oleh media telekomunikasi seperti handphone.

2. Bentuk-Bentuk Aplikasi Kuliah Dalam Jaringan (Daring)

Banyak aplikasi kuliah online yang bisa diterapkan dalam dunia pendidikan akhir-akhir ini. Hal ini sebagai mana yang dikemukakan oleh Molinda yang dikutip oleh Rosali (2020), bahwa kuliah online merupakan bentuk kuliah/pelatihan jarak jauh dengan memanfaatkan teknologi telekomunikasi dan informasi, misalnya internet, CD-Room baik secara langsung

maupun tidak langsung. Kuliahonline menghubungkan pelajar dengan sumber belajarnya (database, pakar/instruktur, perpustakaan) yang secara fisik terpisah atau bahkan berjauhan namun dapat saling berkomunikasi, berinteraksi atau berkolaborasi (secara langsung/*synchronous* dan secara tidak langsung/*asynchronous*).

Salah satu aplikasi gratis dan familiar diterapkan adalah aplikasi Google Classroom. Menurut Arizona, dkk. (2020), kuliah online yang diterapkan dengan menggunakan media goggle calssroom memungkinkan pengajar dan peserta didik dapat melangsungkan kuliah tanpa melalui tatap muka di kelas dengan pemberian materi kuliah (berupa *slide power point, e-book*, video kuliah, tugas (mandiri atau kelompok), sekaligus penilaian. Pengajar dan peserta didik dalam aplikasi ini dimungkinkan untuk berinteraksi melalui forum diskusi (*stream*) terkait dengan permasalahan materi dan jalannya kuliah secara interaktif. Bahkan di akhir-akhir ini pada aplikasi *Google Classroom* sudah termasuk di dalamnya *Google Meet* yang memungkinkan untuk melakukan *video teleconference*.

Menurut Nath, dkk. (2000) terdapat tigamodel model e-learning, yaitu:

a. Web Course

Perkuliahannya yang dilakukan melalui web merupakan kuliah online secara utuh bahwa terdapat pola komunikasi antara mahasiswa dengan dosen yang didominasi sistem jarak jauh melalui web/internet dan tidak terjadi pertemuan tatap muka. Seluruh bahan ajar, penugasan, konsultasi, ujian, dan kegiatan kuliah lainnya disampaikan melalui internet.

b. Web Centric Course

Memadukan kuliah jarak jauh dan tatap muka secara online pada perkuliahan model ini materi sebagian disediakan di web dan sebagian melalui tatap muka dan fungsinya saling melengkapi,

c. Web Enhanced Course

Perkuliahan yang ditingkatkan melalui pemanfaatan web/internet. Kuliah tersebut terjadi timbal balik antara dosen dan mahasiswa serta kuliah berpusat pada web/internet”.

4. Kelebihan dan Kekurangan Kuliah Dalam Jaringan (Daring)

Adapun kelebihan dalam melakukan kuliah online, salah satunya adalah meningkatkan kadar interaksi antara mahasiswa dengan dosen/guru, kuliah dapat dilakukan dimana dan kapan saja (*time and place flexibility*), Menjangkau peserta didik (mahasiswa) dalam cakupan yang luas (*potential to reach a global audience*), dan mempermudah penyempurnaan dan penyimpanan materi kuliah (*easy updating of content as well as archivable capabilities*) (Siahaan dalam Pratiwi, 2020).

Model kuliah ini memanfaatkan teknologi terutama dalam membantu dosen dan mahasiswa terutama pada pengelolaan kegiatan kuliah (Basori, 2017). Teknologi informasi ini dapat berperan sebagai media yang menyediakan antara mahasiswa dan dosen, sumber belajar dan sarana untuk meng-efesiesikan evaluasi kuliah (Sriwihajriyah dalam Pratiwi, 2020).

Keuntungan penggunaan kuliah online adalah kuliah bersifat mandiri dan interaktivitas yang tinggi, mampu meningkatkan tingkat ingatan, memberikan lebih banyak pengalaman belajar, dengan teks, audio, video dan animasi yang semuanya digunakan untuk menyampaikan informasi, dan juga memberikan kemudahan menyampaikan, memperbarui isi, mengunduh, para mahasiswa juga bisa mengirim email kepada mahasiswa lain, mengirim komentar pada forum diskusi, memakai ruang chat, hingga link videoconference untuk berkomunikasi langsung (Arnesti & Hamid, 2015).

Selain memiliki kelebihan, kuliah daring juga memiliki beberapa kekurangan. Menurut Nurdin (2021) kekurangan yang paling menonjol adalah pengajar dan siswa tidak terbiasa

dengan pembelajaran daring. Apalagi dalam pembelajaran daring menggunakan aplikasi melalui smartphone ataupun laptop karena tidak semua peserta didik bisa menggunakannya terutama untuk anak tingkat pendidikan rendah yang masih minim pengetahuan menggunakan media elektronik.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran secara daring memiliki banyak kelebihan seperti memberikan kemudahan bagi mahasiswa untuk memperoleh informasi melalui media, dapat dilaksanakan kapan dan dimana saja serta tidak membutuhkan tenaga yang banyak untuk hadir ke suatu tempat pembelajaran.

C. Hipotesis

Berdasarkan uraian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Ada perbedaan stress akademik mahasiswa Psikologi yang menjalani kuliah online ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh

Ho : Tidak ada perbedaan stress akademik mahasiswa Psikologi yang menjalani kuliah online ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel bebas (X) : Jenis Kelamin
2. Variabel terikat (Y) : Stres Akademik Mahasiswa

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Jenis Kelamin

Menurut Hungu (2007) jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seorang itu dilahirkan. Perbedaan biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan yang ada di muka bumi.

2. Stres Akademik Mahasiswa

Sun, Dunne dan Hou (2012) mendefinisikan stres akademik sebagai tekanan yang pelajar rasakan di lembaga pendidikan karena tuntutan berbagai macam tugas yang harus diselesaikan namun tidak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti. Sebagaimana yang dikemukakan Sugiyono (2012) bahwa, “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Siyoto (2015) mengemukakan populasi adalah

merupakan keseluruhan objek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa semester 1, 3 dan semester 5, seperti terlihat pada tabel 1.

Tabel 1
Populasi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Semester/angkatan	Jumlah Berdasarkan Jenis Kelamin	
	Laki-laki	Perempuan
I/2021	13	9
III/2020	13	20
V/2019	18	15
Total	44	46

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari objek yang akan diteliti yang dapat mewakili seluruh populasi. Sugiyono (2012) menyatakan bahwa, “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi”. Berdasarkan kutipan di atas maka sampel dapat diartikan sebagai sebagian dari populasi yang dapat mewakili keseluruhan subjek yang akan diteliti. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti mengambil sampel yang terdiri dari 46 laki-laki dan 46 mahasiswa perempuan.

Teknik pengambilan partisipan menggunakan teknik *probability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi anggota sampel dengan metode *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel acak pada populasi yang dianggap homogeny (Siyoto, 2015).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* sendiri digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang maupun

sekelompok individu mengenai kejadian atau fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Skala yang digunakan peneliti berupa pernyataan mengenai perbedaan stres akademik mahasiswa psikologi yang menjalani kuliah online ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh, responden akan diminta untuk mengisi setiap pernyataan dengan memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang sesuai. Respon yang timbul pada subjek tidak diklasifikasikan benar-salah, semua jawaban diterima sesuai jawaban jujur dan sungguh-sungguh. Pilihan jawaban yang akan digunakan peneliti dalam angket nantinya yaitu dengan pilihan jawaban sangat sesuai (SS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), dan sangat tidak sesuai (STS).

1. Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penelitian ini ditandai dengan simbol 1 untuk laki-laki dan 2 untuk perempuan.

Tabel 2
Kisi-Kisi Skala Jenis Kelamin

Aspek	Indikator	Nomor Butir	Bobot (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	1	1 (50%)
	Perempuan	2	2 (50%)

2. Stres Akademik

Adapun aspek-aspek stress akademik yang dikemukakan oleh Dunne dan Hou (2011) yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan.

Tabel 3
Kisi-Kisi Skala Stres Akademik

No	Aspek-Aspek Stres Akademik	NomorItem		Jumlah	Bobot (%)
		Favorable	Unfavorable		
1	Tekanan Belajar	1,11,21,31,41	6,16,26,36,46	10	20%
2	Beban tugas	2,12,22,32,42	7,17,27,37,47	10	20%
3	Kekhawatiran Terhadap Nilai	3,13,23,33,43	8,18,28,38,48	10	20%
4	Ekspetasi Diri	4,14,24,34,44	9,19,29,39,49	10	20%
5	Keptusasaan	5,15,25,35,45	10,20,30,40,50	10	20%
	Total	25	25	50	100

E. Validitas dan Reliabilitas Penelitian

1. Uji Validitas

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur ketepatan suatu item dalam kuesioner tersebut. Uji validitas yang digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu pertanyaan yang terdapat pada kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid apabila pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner tersebut mampu mengungkapkan hal yang akan diukur. Dalam penelitian ini, hal yang diukur ialah perbedaan stres akademik mahasiswa psikologi yang menjalani kuliah online ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh. Apabila pertanyaan-pertanyaan yang telah dibuat peneliti mampu mengungkapkan adanya hubungan maka kuesioner tersebut dikatakan valid. Pengujian validitas ini menggunakan aplikasi SPSS versi 26 serta menggunakan pengujian validitas melalui analisis rasional yaitu *expert judgement*, yang dilakukan oleh dosen pembimbing yang memahami tentang penyusunan skala psikologi.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah metode untuk mengukur kualitas instrumen pengukuran, yaitu apakah akan diperoleh data hasil observasi yang sama jika observasi dilakukan dengan menggunakan alat ukur yang sama pada fenomena yang juga sama lebih satu kali atau berulang-ulang kali. Analisis reliabilitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat akurasi dan presisi dari jawaban yang mungkin dari beberapa pertanyaan dari masing-masing item angket. Pengujian reliabilitas ini menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

Reliabilitas adalah melihat sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas mengacu pada keterpercayaan, konsistensi, dan kestabilan. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka mulai dari 0 sampai 1. Semakin tinggi koefisien maka reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya semakin rendah mendekati angka 0 maka berarti semakin rendah reliabilitas.

F. Analisa Data

Penelitian ini merupakan penelitian uji beda, yaitu untuk melihat perbedaan stress akademik mahasiswa Psikologi yang menjalani kuliah *online* ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh. Data yang sudah diperoleh harus diperhatikan berdistribusi normal atau tidak dengan dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Peneliti akan menggunakan bantuan fasilitas komputer sebagai keakuratan pengolahan data yaitu program SPSS (Statistic Program for Social Science) versi 26.0 for windows untuk menganalisis pengaruh antara kedua variabel.

1. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk menguji varian data apakah antara dua kelompok atau lebih data memiliki varian yang sama atau berbeda. Uji homogenitas digunakan dengan bantuan program SPSS (Statistic Program for Social Science) versi 26.0 for windows. Data dikatakan

berdistribusi signifikan apabila nilai $p > 0,05$. Sebaliknya, jika nilai $p < 0,05$ berarti data yang diperoleh berdistribusi tidak homogen.

2. Uji Linearitas

Uji linier digunakan sebagai syarat dalam analisis korelasi regresi linier. Uji linieritas bertujuan untuk melihat hubungan antara kedua variabel apakah memiliki hubungan yang linier. Pengujian dilakukan dengan menggunakan Test For Linearity pada program SPSS (Statistic Program for Social Science) versi 23.0 for windows. Dimana kedua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila nilai signifikan $p < 0,05$.

3. Uji Beda T

Uji beda metode yang digunakan untuk melihat perbandingan dari dua variabel. Tujuan dari uji ini adalah untuk melihat apakah ada perbedaan rata-rata antara dua sampel yang saling berpasangan atau berhubungan. Untuk mengetahui hasilnya uji beda dibantu dengan menggunakan bantuan program SPSS (Statistic Program for Social Science) versi 23.0 for windows.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian adalah salah satu tahapan yang harus dilakukan sebelum dilakukannya penelitian. Tujuannya adalah untuk mengetahui kancan penelitian secara detail sehingga dapat membantu peneliti untuk mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Agar bisa mendapatkan informasi tentang fenomena-fenomena permasalahan penelitian yang diperlukan, peneliti awalnya melakukan observasi yang mengacu pada sampel yang diinginkan. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, Kota Banda Aceh, Aceh.

1. Profil Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Psikologi merupakan salah satu program studi yang ada di Universitas Muhammadiyah Aceh (UNMUHA), prodi Psikologi UNMUHA mulai beroperasi dan menerima mahasiswa pertama kali setelah diterimanya izin operasional Penyelenggaraan Program Studi dari pemerintah melalui SK Mendiknas No 3495/D/T/2004 dan telah mendapat perpanjangan Ijin Penyelenggaraan Program studi berdasarkan SK No 777/D/T/2008 (berakhir tanggal 30 Agustus 2012) dan tahun 2011 Prodi Psikologi sudah terakreditasi BAN PT. Pada tahun 2016, Prodi Psikologi UNMUHA telah terakreditasi peringkat B berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Nomor : 0688/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016.

2. Visi, Misi dan Struktur Organisasi Fakultas Psikologi

a. Visi Fakultas Psikologi

Menjadi pusat pengembangan psikologi yang berorientasi pada kesehatan mental dan masalah pendidikan anak dalam ilmu pengetahuan dan teknologi berlandaskan nilai islami di tingkat nasional pada tahun 2026.

b. Misi Fakultas Psikologi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan yang bermoral dan berdaya saing tinggi
- 2) Melaksanakan penelitian psikologi yang berorientasi pada tuntutan dan kebutuhan masyarakat
- 3) Menyelenggarakan pengabdian masyarakat secara profesional dalam bidang pelayanan psikologi
- 4) Menghasilkan sarjana psikologi yang berjiwa entrepreneurship serta berorientasi pada masalah psikologi di masyarakat.

3. Struktur Organisasi Fakultas Psikologi

Gambar 1 Struktur Organisasi Prodi Fakultas Psikologi Unmuha

DEKAN Barmawi, S.Ag.,M.si	WAKIL DEKAN Winda Putri Diah Restya, S.Psi., MA	KA. PRODI Nur Hasmalawati, M. Si
KA. LAB Hanna Amalia, S.Psi., M.Psi.,Psikolog	KA. TATA USAHA Sukri Karim, S.Psi., M.si	KA. BAG. KEUANGAN Maulizar M. Husin, SE
KA. BAG. AKADEMIK Imam Abdillah Lukman S.Psi., M.Si	SEKRETARIS PRODI Dini Kartika, S.Psi	DOSEN

B. Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, beberapa persiapan yang matang dilakukan oleh peneliti untuk menghindari kesalahan yang tidak diinginkan dalam proses penelitian. Persiapan penelitian dimulai dengan mengurus surat perizinan penelitian, selanjutnya peneliti melakukan proses penelitian hingga selesai.

1. Pengurusan Surat Izin Penelitian

Peneliti memperoleh izin melakukan penelitian yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh dengan nomor surat 017/UM.Me/F/2022 pada tanggal 19 Januari 2022. Surat tersebut mengeluarkan keterangan bahwasahnya telah diizinkan melakukan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh mengeluarkan surat keterangan bahwasanya telah dilakukan penelitian dengan nomor surat 019/UM.Me/M/2022 pada tanggal 28 Januari 2022.

2. Penyusunan Alat Ukur

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala stres akademik mahasiswa dengan menggunakan skala *likert* sebagai alat ukur. Aitem skala stres akademik mahasiswa disusun berdasarkan aspek-aspek stres akademik yang dikemukakan oleh Dunne dan Hou (2011) yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri dan keputusan yang terdiri dari 50 aitem.

3. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara *online* berupa pernyataan dalam bentuk *google form* yang kemudian dibagikan pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh dalam kurun waktu kurang lebih satu minggu. Uji coba skala penelitian

ini dilakukan kepada 33 orang mahasiswa di antaranya 20 orang mahasiswa semester lima dan 13 orang mahasiswa semester tiga. Selanjutnya penelitian dilakukan kepada 92 orang mahasiswa yaitu 46 orang mahasiswa (laki-laki) dan 46 orang mahasiswi (perempuan).

Peneliti mengirimkan setiap link kepada setiap mahasiswa Fakultas Psikologi untuk mengisi form penelitian tersebut. Setelah skala terisi, selanjutnya peneliti melakukan olah data menggunakan program SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 23.0 for windows.

4. Hasil Penelitian

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kelayakan pada sebuah aitem. Pengujian validitas pada penelitian ini menggunakan *expert judgement* yaitu dosen pembimbing yang akan menilai dan menyarankan aitem-aitem yang akan diuji. Setelah peneliti menyusun dan memperbaiki aitem-aitem yang ada kemudian dosen pembimbing telah mengatakan bahwa aitem pada variabel tersebut layak untuk dilakukan penelitian.

b. Diskriminasi Aitem Uji Coba

Diskriminasi item menurut Azwar (2015) merupakan seleksi aitem yang dilakukan dengan melihat aitem yang gugur dengan nilai *Corrected Item-Total Correlation* di bawah 0,30 dan aitem dalam penelitian dengan nilai di atas 0,30 dapat dilanjutkan untuk penelitian selanjutnya. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan aitem valid yang layak digunakan pada skala stres akademik sebanyak 19 aitem dan yang gugur sebanyak 31 aitem. Hasil analisis data aitem skala stres akademik dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4
Hasil Analisis Diskriminasi Aitem Skala Stres Akademik

Sebelum Aitem Tidak Valid Dibuang

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		Favorabl e	Unfavora ble	
1.	Tekanan Belajar	1,11,21,3 1,41	6,16,26,3 6,46	10
2.	Beban tugas	2,12,22,3 2,42	7,17,27,3 7,47	10
3.	Kekhawatiran Terhadap Nilai	3,13,23,3 3,43	8,18,28,3 8,48	10
4.	Ekspetasi Diri	4,14,24,3 4,44	9,19,29,3 9,49	10
5.	Keptusasaan	5,15,25,3 5,45	10,20,30, 40,50	10
Total		25	25	50

Ket : Nomor yang dicetak tebal merupakan aitem yang tidak valid

Tabel 5
Hasil Analisis Diskriminasi Aitem Stres Akademik Sesudah Aitem Tidak Valid Di Buang

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		Valid	Gugur	
1.	Tekanan Belajar	31,41,26,	1,11,21,6,16,36,4 6,	10
2.	Beban tugas	12,32,27	2,7,22,42,17,37,4 7	10
3.	Kekhawatiran Terhadap Nilai	33,8	3,13,23,43,18,28 38,48	10
4.	Ekspetasi Diri	24,29,39,	4,14,34,44,9,19,4 9	10
5.	Keputusan	5,35,10,2 0,30	15,25,40,45,50	10
Total		16	34	50

Setelah memilah aitem-aitem yang valid dan yang gugur, langkah selanjutnya peneliti melakukan penghapusan aitem yang gugur. Penghapusan aitem gugur tidak mengurangi perwakilan aspek dalam kisi-kisi yang telah disusun sebelumnya sehingga setiap pernyataan pada skala stres akademik tetap mewakili setiap aspek yang telah dirumuskan dalam kisi-kisi atau *blueprint*.

A. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa fakultas Psikologi yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Subjek penelitian terdiri dari 44 orang mahasiswa laki-laki dan 44 orang mahasiswi perempuan. Penentuan jumlah subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* yaitu penelitian mengambil sampel pada subjek secara acak pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unmuha yang kebetulan dibagikan angket pada saat itu.

Tabel 6
Populasi Penelitian

Semester/angkatan	Jumlah Berdasarkan Jenis Kelamin	
	Laki-laki	Perempuan
I / 2021	13	9
III / 2020	13	22
V / 2019	20	16
Total	46	46

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Kategori stress dibagi menjadi tiga kategori, yaitu kategori rendah, kategori sedang dan kategori tinggi. Deskripsi data diperoleh dari nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai Mean dan SD dari variabel stres di antaranya:

Tabel 7
Nilai Mean dan SD Variabel Stres
Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Stres Akademik	92	119,74	9,738	94	142

Tabel 8
Norma Pengkategorian

No.	tingkatan/Kategori	Skor
1.	Rendah	$X < (M - 1.SD)$

2.	Sedang	$X < (M - 1.SD) \leq X (M+1.SD)$
3.	Tinggi	$(M+1.SD) \leq X$

Rumus :

$$\text{Rendah} = X < (M - 1.SD)$$

$$\text{Sedang} = X < (M - 1.SD) \leq X (M+1.SD)$$

$$\text{Tinggi} = (M+1.SD) \leq X$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1.SD)$$

$$= X < (120 - 1.10)$$

$$= X < 110$$

$$\text{Sedang} = X < (M - 1.SD) \leq X (M+1.SD)$$

$$= (120 - 1.10) \leq X (120 + 1.10)$$

$$= \leq 110 \leq X 130$$

$$\text{Tinggi} = (M+1.SD) \leq X$$

$$= (120 + 1.110) \leq X$$

$$= \leq X 130$$

Berdasarkan norma standar pada tabel maka diketahui skor masing-masing kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 9
Hasil Deskripsi Variabel Stres Akademik

	Kategori	Interval	Subjek	Persentase (%)
	Rendah	94-109	15	16,30 %
	Sedang	110-129	69	65,21%
	Tinggi	130-142	17	18,47 %
Total			92	100 %

Tabel 10
Kategori Hasil Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin

	Kategori	Laki-laki	Perempuan	Persentase (%)
--	-----------------	------------------	------------------	-----------------------

	Rendah	-	1	1 %
	Sedang	26	18	51 %
	Tinggi	19	28	48 %
				100 %

Berdasarkan hasil deskripsi variabel stres akademik di atas, diketahui rentang frekuensi deskripsi data masing-masing kategori yaitu diperoleh kategori rendah sebanyak 1 orang dengan presentase 1%, kategori sedang sebanyak 48 orang dengan presentase 51%, dan kategori tinggi sebanyak 43 orang dengan presentase sebanyak 48%. Dari 92 orang mahasiswa Fakultas Psikologi yang diteliti dapat dilihat dari hasil pengakategorian menunjukkan bahwa stres akademik pada mahasiswa perempuan sangat tinggi yaitu sebanyak 48% dari 28 responden, sedangkan pada laki-laki berada pada stres akademik yang sedang.

3. Uji Reliabilitas

Selanjutnya, hasil pengujian instrument penelitian dari segi reliabilitas item-total *statistics* terhadap 88 responden. Output hasil dari uji reliabilitas menggunakan program SPSS ringkas dari hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada Tabel 11 :

Tabel 11
Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Data Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.720	50

Tabel 12
Hasil Uji Reliabilitas Sesudah Data Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.869	19

Hasil perhitungan uji reabilitas dengan menggunakan software SPSS dapat dilihat pada *Cronbach's Alpha*. Data dinyatakan reliabilitas apabila nilai *Cronbach's Alpha* > 0,5. Nilai *Cronbach's Alpha* diperoleh sebesar 0,869 > 0,5.

4. Uji Asumsi

a. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai persyaratan dalam analisis *independent sample t-test* untuk mengetahui perbedaan homogenitas atau tidak antar variabel secara signifikan. Variabel dinyatakan homogenitas apabila nilai signifikansi $p < 0,05$ dan dinyatakan tidak homogenitas apabila nilai signifikansi $p > 0,05$. Peneliti menjabarkan hasil uji homogenitas pada tabel berikut:

Tabel 13
Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

Stres Akademik			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,147	1	90	,146

Sumber: Olah data SPSS 23.0 For windows, tahun 2022

Berdasarkan tabel hasil uji homogenitas di atas, dapat dilihat bahwa variabel menunjukkan nilai signifikansi 0,146 atau $p > 0,05$ yang artinya variabel memiliki homogenitas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat homogenitas pada variable stress akademik.

b. Uji Linieritas

Tabel 14
Hasil Uji Linieritas
Group Statistics

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Stres Akademik	Laki-Laki	46	119,07	10,179	1,501
	Perempuan	46	120,41	9,339	1,377

Stres Akademik	Equal variances assumed	1,147	,246	-,662	90	,000	-1,348	2,037	-5,394	2,699
	Equal variances not assumed			-,662	89,341	,000	-1,348	2,037	-5,394	2,699

Berdasarkan tabel hasil uji *independent samples t-test* di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan terhadap stress akademik. Hal ini dilihat dari nilai t 0,662 dan juga nilai Sig. (2-tailed) dengan nilai 0,000. Maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji *independent sample t-test* dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan (nyata) antara stress mahasiswa laki-laki dan perempuan Fakultas Psikologi dalam menjalani kuliah *online*.

Berikutnya, peneliti juga menampilkan tabel perbedaan stress akademik antara mahasiswa laki-laki dan perempuan untuk melihat tinggi rendahnya stress yang di alami mahasiswa dengan melihat data dari nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai Mean dan SD dari variable stress akademik kuliah *online* pada tiap jenis kelamin diantaranya :

Tabel 16
Perbedaan Stress Akademik Mahasiswa laki-laki dan perempuan

Group Statistics					
	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Stres Akademik	Laki-Laki	46	119,07	10,179	1,501
	Perempuan	46	120,41	9,339	1,377

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan stres akademik mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam menghadapi kuliah *online*. Berdasarkan pada hasil yang telah dijabarkan di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan stress akademik pada

mahasiswa psikologi yang menjalani kuliah *online* ditinjau dari jenis kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh dapat diterima.

Berdasarkan penelitian ini diketahui jumlah subjek yang diteliti yaitu sebanyak 92 orang, di antaranya 48 responden berjenis kelamin perempuan, dan 44 responden berjenis kelamin laki-laki. Dapat diketahui bahwa responden perempuan paling banyak mengalami stres akademik dengan kategori tinggi yaitu 48% atau 28 responden. Berdasarkan hasil uji *independent samples t-test* dapat dilihat bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan terhadap stress akademik. Hal ini dilihat dari nilai t 0,062 dan juga nilai Sig. (2-tailed) dengan nilai 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan (nyata) antara stress akademik mahasiswa laki-laki dan perempuan fakultas psikologi dalam menjalani kuliah *online*.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan. Artinya, baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan berbeda dalam tingkat stress akademik. Rentang frekuensi deskripsi data masing-masing kategori yaitu kategori rendah sebanyak 1 orang dengan presentase 1%, kategori sedang sebanyak 48 orang dengan presentase 51%, dan kategori tinggi sebanyak 43 orang dengan presentase sebanyak 48%. Dari 92 orang mahasiswa fakultas Psikologi yang diteliti dapat dilihat dari hasil pengategorian menunjukkan bahwa stress akademik pada mahasiswa dikatakan sedang dan cukup tinggi.

Faktor jenis kelamin mempengaruhi munculnya stress akademik. Menurut Baron dan Bryne (2005) jenis kelamin adalah kejantanan atau kewanitaan yang ditentukan oleh faktor genetik yang berperan pada saat konsepsi dan menghasilkan perbedaan dalam fisik dan anatomi. Faqih (2006) mendefinisikan jenis kelamin sebagai pensifatan manusia yang didasari atas perbedaan biologis. Menurut Agolla & Ongori (2009), stress akademik yang terjadi pada laki-laki

dikarenakan laki-laki lebih cenderung menggunakan mekanisme koping yang berorientasi terhadap ego, sehingga laki-laki lebih santai dalam menghadapi stressor yang berasal dari kehidupan akademik. Mahasiswa laki-laki menunjukkan tingkat stres yang lebih berkaitan dengan konflik, sementara perempuan menunjukkan reaksi tingkah laku dan psikologis yang lebih besar terhadap stresor akademik. Pernyataan ini mendukung hasil penelitian yang sudah didapatkan tentang bagaimana tingkat stress akademik laki-laki lebih rendah dibandingkan perempuan.

Olejnik & Holschuh (2016) mengemukakan bahwa stres akademik merupakan respon yang muncul karena terdapatnya ketegangan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang harus dikerjakan oleh individu. Stres akademik merupakan keadaan suatu individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi serta penilainya terhadap stresor akademik, berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.

Hasil penelitian dari terjadinya stres pada mahasiswa laki-laki dan perempuan itu dikarenakan beberapa faktor seperti faktor akademis, biologis, lingkungan, hubungan dengan orang lain dan juga semakin meningkatnya semester subjek tersebut sangat memicu timbulnya stres akademik. Adapun juga tekanan belajar yang meningkat, tugas yang semakin banyak dan dikumpulkan sesuai deadline, hasil ujian yang tidak sesuai ekspektasi mahasiswa, tidak bisa manajemen waktu dengan baik dan lainnya menimbulkan masalah seperti stres pada para mahasiswa tersebut. Dengan banyaknya beban yang di tanggung oleh para mahasiswa dengan diberlakukannya kuliah online tersebut, sehingga tingkat stress yang timbul juga semakin meningkat pada mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan. Dengan begitu untuk meminimalisir tingkat stress pada masa pandemi dan diberlakukan kuliah online tersebut mahasiswa juga harus bisa menuntut dirinya dengan mencari cara agar dapat mengatur waktu

dan juga kemampuan dalam mengatur serta menanggulangi stres yang muncul pada dirinya sendiri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan stress akademik berdasarkan jenis kelamin antara mahasiswa dengan mahasiswi Univeristas Muhammadiyah Aceh dalam mengikuti perkuliahan *online*. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t 0,662 dan juga nilai Sig. (2-tailed) dengan nilai 0,000. Maka dalam uji *independen sample t-test* dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat dikatakan adanya perbedaan stres akademik anantara mahasiswa laki-laki dan perempuan Fakultas Psikologi dalam menjalani kuliah *online*. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa responden perempuan paling banyak mengalami stres akademik dengan kategori tinggi yaitu 48% atau 28 responden, sementara responden laki-laki mengalami stress akademik yang lebih ringan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh secara keseluruhan, maka ada beberapa pandangan peneliti yang dapat dijadikan saran, di antaranya:

1. Bagi Para Mahasiswa dan Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Beberapa hal yang dapat dilakukan para mahasiswa dan mahasiswi untuk mengurangi stress yang terjadi pada dirinya di antaranya:

- a. Dapat memajemen waktu, mengerjakan tugas sesuai dengan deadline yang sudah di tentukan tanpa menumpuk tugas dan mengerjakannya dalam satu waktu sehingga emosi tetap stabil dan tidak menimbulkan stress berat.
- b. Evaluasi diri, yaitu mengukur keberhasilan dan kegagalan terhadap nilai yang di dapat sehingga dapat dijadikan pelajaran dan evaluasi apa saja yang perlu diperbaiki di setiap mata kuliah.
- c. Melatih diri dan lebih belajar mengatur emosi dan banyak melakukan hal positif baik saat jam perkuliahan maupun tidak sehingga dapat mengurangi rasa stress yang ada.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Setelah melihat hasil keseluruhan penelitian, maka disarankan kepada para dosen atau staff akademik lainnya untuk dapat lebih banyak berkomunikasi dalam hal metode belajar daring yang sesuai dengan mahasiswa dan mahasiswi sehingga sama-sama mendapatkan kenyamanan antar dosen dan mahasiswa sehingga tidak menimbulkan stress maupun hal yang tidak diinginkan lainnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian mengenai perbedaan stress akademik pada mahasiswa psikologi yang menjalanin kuliah *online* telahdilakukan dan didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan di antara mahasiswa dan mahasiswi fakultas psikologi. Sehingga bagi peneliti selanjutnya mungkin dapat dilakukan penelitian untuk melihat perbedaan stress akademik dengan variabel lainnya yang tidak diteliti padapenelitian ini dengan memperhatikan subjek dan populasi yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisa, A., Hasanah, I., Hasanah, U., & Wahyuningrum, S. R. (2021). Self-Healing Untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa Saat Kuliah Daring. *Pamomong*, 2(2), 136-153. <https://scholar.archive.org/work/vumthhct7jcibichs5tymm7lgq/access/wayback/https://pamomong.iainsalatiga.ac.id/index.php/pamomong/article/download/6950/pdf>
- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana.
- America Psychological Association. 2013. *Stress in Amerika : Missing the Health Care Connection*.
- Anugrahana A. 2020. Hambatan, Solusi dan Harapan: Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, Vol. 10 No. 3, September 2020: 282-289
- Arizona, K., Abidin, Z., & Rumansyah, R. (2020). Pembelajaran online berbasis proyek salah satu solusi kegiatan belajar mengajar di tengah pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 5(1), 64-70.
- Arnesti, N., & Hamid, A. (2015). Penggunaan media pembelajaran online–offline dan komunikasi interpersonal terhadap hasil belajar bahasa inggris. *Jurnal Teknologi Informasi & Komunikasi Dalam Pendidikan*, 2(1)
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148. <https://server.iicet.org/jkp/index.php/jkp/article/view/198>
- Bakhsh, M. M., & Sayed, S. A. (2015). Sources of academic stress: stress management among regular and executive MBA students. *IJEHSR-International Journal of Endorsing Health Science Research*, 3(1), 17-22.
- Basori, B. (2017). Efektifitas Komunikasi Pembelajaran Online Dengan Menggunakan Media E-Learning Pada Perkuliahan Body Otomotif. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik Dan Kejuruan*, 7(2).
- Baron & Bryne. 2005. Psikologi social. Jakarta: Erlangga.
- Bingku, T. A., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). Perbedaan tingkat stres mahasiswa reguler dengan mahasiswa ekstensi dalam proses belajar di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran UNSRAT Manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5227>
- Biyanzah Drajad Pamukhti, B., & Irdawati, S. K. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

- Muhammadiyah Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/47706>
- Bullah, H. (2022). Hubungan Stress Akademik dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa S-1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. *Tsaqafatuna*, 4(2), 101-116.
- Broto, H. D. F. C. (2016). Stres pada mahasiswa penulis skripsi (studi kasus pada salah satu mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Universitas Sanata Dharma). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). *The psychological impact of the Covid-19 epidemic on college students in China. Psychiatry Research*, 112934.
- Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., Han, Y., ... & Zhang, L. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *The Lancet*, 395(10223), 507-513. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7)
- Desmita. 2010. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Dewanti D E. 2016, Tingkat Stres Akademik Pada Mahamahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta
- Eryanti, F. (2012). Perbedaan Stres Akademik antara kelompok Siswa Minoritas dengan Mayoritas di SMP WR Supratman 2 medan. *Jurnal USU*, 7(06), 145-162.
- Fink George, Ed. *Stress Science: Neuroendocrinology* (Oxford: Elsevier Inc., 2010)
- Goff, (2011). *Stressor, Academic Performance And Learned Resourcefulness In Baccalaureate Nursing Students. International Journal Of Nursing Education Scholarship*, 8,923 ± 1548.
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. (2017). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Harahap, R.J.T (2020). Karakteristik Klinis Penyakit Coronavirus 2019. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Volume 2 nomer 3. e-ISSN 2715-6885; p-ISSN 2714-9757
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa Covid-19. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1), 10-14.

- Hari, Y., & Dewi, L. P. (2018). Forecasting system approach for stock trading with relative strength index and moving average indicator (Doctoral dissertation, Petra Christian University).
- Hasanah, N., & Sa'adah, N. U. R. U. S. (2020). stres akademik siswa sekolah dasar di masa pandemi covid-19: studi pada bimbel cadiak pandai kabupaten solok. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(2), 129-146.
- Hungu. (2007): Demografi Kesehatan Indonesia. Jakarta, grasindo.
- Kementerian Kesehatan. (Juli, 2020). Keputusan menteri kesehatan republik indonesia - Infeksi Emerging.
https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/KMK_No._HK.01.07-MENKES-413-2020_ttg_Pedoman_Pencegahan_dan_Pengendalian_COVID-19.pdf.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (Maret, 2020). SE tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19>.
- Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. (2019). Hubungan jenis kelamin dan pengaruh teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI MANADO. *Kemas*, 7(5).
- Lakshmi, T. J., & Sivvam, S. (2017). Smart Antennas for wireless communication. *International Journal of Applied Engineering Research*, 12(1), 2017.
- Livana, P. H., Mubin, M. F., Basthomi, Y. 2020. "Tugas Kuliah" Penyebab Stres Mahamahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. Vol 3(2) Hlm 203-208.
- Mahmud, R., & Uyun, Z. (2017). Studi Deskriptif Mengenai Pola Stress pada Mahasiswa Praktikum. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2).
- Marbun, A. N. (2018). Hubungan Tingkat Stres Dengan Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Mahasiswa Universitas Hkbp Nommensen Tahun 2018.
- Marbun, A. P. S., Arneliwati, A., & Amir, Y. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa program transfer keperawatan yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5, 446-459.
<https://jnse.ejournal.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/19308>
- Ma'ruf, M. A. (2018). Hubungan Stres Akademik dengan Hasil Belajar Fisika Matematika Mahasiswa Semester II Pada Jurusan Pendidikan Fisika UIN Alauddin Makassar (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar).

- Muhaimin, M. (2018). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa S1 Dan D3 Keperawatan Dalam Menghadapi Tugas Akhir 2017/2018 Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Nath, A., Haughey, N. J., Jones, M., Anderson, C., Bell, J. E., & Geiger, J. D. (2000). Synergistic neurotoxicity by human immunodeficiency virus proteins Tat and gp120: protection by memantine. *Annals of Neurology: Official Journal of the American Neurological Association and the Child Neurology Society*, 47(2), 186-194.
- Nizam, N., Nurwardani, P., & Hendayana, Y. (2020). Buku pendidikan tinggi di masa pandemi covid-19: pembelajaran perguruan tinggi dan implementasi merdeka belajar di masa pandemi covid-19.
- Nurdin, N. (2021). Kendala Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Min 4 Bungo. *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Teknologi Informasi (JIPTI)*, 2(01), 25-33
- Olejnik, S. N., & Holschuh, J. P. (2016). *College Rules! How to Study. Survive, and Succeed.*
- Pardamean, E., & Lazuardi, M. J. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Stres Psikologis Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Jurusan IPA di SMA X Tangerang. *Nursing Current*, 7(1), 68-74
- Pratiwi, M. I. (2020). Dampak Covid-19 terhadap perlambatan ekonomi sektor umkm. *Jurnal Ners*, 4(2), 30-39
- Potter & Perry (2005). *Fundamental of nursing : concept, process & practice.* (Asih, Y. et all, Penerjemah). Jakarta : EGC.
- Putri, (2020). Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan *Somotoform* dengan Tingkat Stres Mahamasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*. 2020; 2(1): 38-45
- Rahmi. (2013). Hubungan tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahamasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes NAD. *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah* Vol. 2, No. 1
- Riskesdas. 2018. Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI
- Rosali, E. S. (2020). Aktifitas Pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di jurusan pendidikan geografi universitas siliwangi Tasikmalaya. *Geosee*, 1(1).
- Rosyidah I, dkk. 2020. Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahamasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas. *Jurnal ABDI* Vol.2 No.1 Januari 2020 | UKM KPI Unhas.

- Sagita, D. D., & Rhamadona, W. (2021). Perbedaan Stres Akademik Antara Mahasiswa Tahun Awal dan Mahasiswa Tahun Akhir. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 4(1), 47-54.
- Simbolon, I. (2015). Gejala Stres Akademis Mahamasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung. *Jurnal Skolastik Keperawatan*. Vol. 1 No. 1. Januari-Juni 2015.
- Siyoto, S. (2015). *Dasar metodologi penelitian* (Edisi ke-1). Literasi Media Publishing.
- Sun, J., Dunne, M. P., & Hou, X. Y. (2012). Academic stress among adolescents in China. *Australasian Epidemiologist*, 19(1), 9-12.
- Sholihah, U. (2020). Kuliah Dari Rumah: Dinamika Pembelajaran di Era Covid-19. Eduvision.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif. Kualitatif. R & D*. Alfabeda : Bandung
- Suharni, S., Dwi, P. B., & Fakhriyani, D. V. (2022). PROBLEM BASED TRAINING UNTUK MEREDUKSI STRES AKADEMIK MAHASISWA PADA MASA PANDEMI. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(1), 66-78.
- Suwartika, I., A. Nurdin Dan E. Ruhmadi. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahamasiswa Reguler Program Studi D Iii Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman* 9. 2014: (3): 173-189
- Tantri, S. N., & Roseline, C. N. (2021). Hubungan Jenis Kelamin, Stress, dan Kepuasan Mahasiswa Akuntansi terhadap Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19. *E-Jurnal Akuntansi*, 31(7), 1783-1797.
- Widianti, E. (2007). Remaja dan Permasalahannya: Bahaya Merokok, Penyimpangan Seks pada Remaja dan Bahaya Penyalahgunaan Minuman Keras/Narkoba. Universitas Padjadjaran Fakultas Ilmu Keperawatan Jatinagor.
- Yumba, W. (2008). Academic Stress: A Case of the Undergraduate students and Human Genetics, 10, 19-20. Skripsi, Linköping, Swedia
- Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., ... & Tan, W. (2020). A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *New England journal of medicine*. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejmoa2001017>

PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb

Saya Rahma Wina, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh angkatan 2017 akan melakukan survey kepada teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang menjalani kuliah *online*. Survei ini bertujuan untuk melihat perbedaan stress akademik berdasarkan jenis kelamin yang teman-teman hadapi. Teman-teman dimohon untuk mengisi skala yang telah disediakan. Besar harapan saya bahwa teman-teman bersedia untuk membantu saya.

Sesuai etika dalam penelitian, segala data baik identitas pribadi maupun data yang saya peroleh kuesioner ini akan dijaga kerahasiaannya yang semata-mata hanya untuk kepentingan penelitian.

Survei ini tidak ada jawaban benar atau salah, sehingga diharapkan teman-teman dapat mengisi dengan jujur dan apa adanya sesuai gambaran keadaan teman-teman saat ini. Skala ini terbagi menjadi dua bagian. Sebelum memulai pengisian skala, silahkan mengisi lembar identitas terlebih dahulu. Terima kasih atas kesediaannya.

GAMBAR IDENTITAS

Nama :(boleh inisial)

Usia :tahun

Jenis kelamin : Laki-laki/Perempuan (coret yang tidak perlu)

Pekerjaan :

Banda Aceh,.....

(.....)

Skala 1

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Selama belajar daring orang tua saya selalu menyuruh saya untuk belajar				
2.	Saya kewalahan mengatur waktu antara tugas kuliah dan tuntutan orang tua untuk membantu pekerjaan rumah				
3.	Dosen terlalu banyak memberi tugas selama kuliah daring				
4.	Selama daring, saya makin jarang berkomunikasi apalagi berdiskusi dengan teman mengenai materi pelajaran				
5.	Ketidakhahaman saya tentang teknologi (seperti menggunakan zoom/gmeet/e-learning) membuat saya malas untuk belajar daring				
6.	Orang tua saya memberikan kebebasan kepada saya untuk menentukan kapan waktu belajar				
7.	Saya dapat membagi waktu antara tugas kuliah dengan tugas /tanggung jawab dirumah				
8.	Saya merasa enjoy mengerjakan tugas kuliah yang diberikan oleh dosen				
9.	Selama belajar daring saya sering berdiskusi dengan teman melalui aplikasi zoom/gmeet/whatsapp, tentang				

	materi perkuliahan				
10.	Belajar daring sangat menyenangkan karena sangat efisien				
11.	Tugas yang diberikan dosen sangat membantu untuk memahami materi perkuliahan				
12.	Saya merasa tertantang mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen				
13.	Nilai yang diberikan dosen sesuai dengan usaha saya saat belajar				
14.	Jadwal kuliah selama daring membuat saya lebih mudah mengatur kegiatan saya yang lain				
15.	Saya merasa senang ketika mendapatkan beban tugas yang banyak				
16.	Saya merasa tugas yang diberikan dosen terlalu berat				
17.	Saya merasa terbebani dengan tugas yang dosen berikan				
18.	Saya merasa jadwal kuliah yang diberikan selama daring lebih melelahkan daripada kuliah tatap muka				
19.	Selama kuliah daring saya kurang bertukar pikiran dengan teman				
20.	Saya merasa terbebani dengan tugas yang diberikan				
21.	Saya mendapatkan pujian atas prestasi saya				
22.	Saya selalu mendapatkan nilai sesuai harapan saya				

23.	Orangtua selalu menerima berapapun nilai yang saya dapatkan				
24.	Orang tua saya merasa baik-baik saja ketika nilai saya turun				
25.	Saya tidak peduli dengan nilai yang saya peroleh				
26.	Saya takut dimarahi orang tua,jika nilai saya rendah				
27.	Orang tua menuntut saya untuk mendapatkan nilai yang baik				
28.	Saya merasa kurang produktif dalam mata kuliah praktikum				
29.	Saya jarang memberikan saran apabila ada tugas kelompok				
30.	Saya merasa bahwa metode mengajar dosen yang buruk membuat nilai saya jelek				
31.	Saya berharap saya dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu				
32.	Saya dapat berkonsentrasi pada saat mengikuti perkuliahan				
33.	Saya mampu berkonsentrasi dengan tugas apa saja yang diberikan oleh dosen				
34.	Saya selalu puas dengan apa yang saya dapatkan selama kuliah daring				
35.	Kuliah daring membuat saya rajin belajar				

36.	Selama daring, Saya tidak yakin dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu				
37.	Saya merasa sulit fokus saat belajar daring				
38.	Saya tidak yakin dengan yang saya lakukan				
39.	Saya tidak tenang jika target saya dibawah harapan saya				
40.	Saya sedih jika yang saya lakukan tidak sesuai harapan saya				
41.	Saya takut akan kegagalan yang saya buat sendiri				
42.	Saya merasa kecewa ketika nilai saya semakin menurun				
43.	Saya merasa putus asa ketika tugas kuliah saya tidak selesai				
44.	Selama daring, saya merasa frustrasi ketika saya tidak bisa menerima pelajaran dengan baik				
45.	Saya merasa frustrasi dengan jaringan internet saat kuliah daring				
46.	Saya merasa puas ketika dapat mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen				
47.	Saya merasa bahagia ketika nilai saya semakin meningkat				
48.	Saya merasapuas ketika saya dapat memahami pelajaran yang diberikan oleh dosen				

49.	Saya merasa bangga ketika materi yang saya pelajari dapat saya praktikkan dengan baik dan benar				
50.	Saya selalu mampu mengerjakan tugas yang di berikan oleh dosen				

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Stres Akademik	92	119,74	9,738	94	142

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Stres Akademik
N		92
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	119,74
	Std. Deviation	9,738
Most Extreme Differences	Absolute	,057
	Positive	,043
	Negative	-,057
Test Statistic		,057
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

No	Gender	Kode	Total
1	Laki-laki	1	138
2	Perempuan	2	119
3	Perempuan	2	123
4	Perempuan	2	116
5	Perempuan	2	121
6	Perempuan	2	119
7	Perempuan	2	101
8	Perempuan	2	122
9	Laki-laki	1	129
10	Perempuan	2	124
11	Perempuan	2	123
12	Perempuan	2	129
13	Perempuan	2	120
14	Perempuan	2	119
15	Perempuan	2	113

16	Laki-laki	1	123
17	Laki-laki	1	114
18	Laki-laki	1	112
19	Laki-laki	1	136
20	Laki-laki	1	130
21	Laki-laki	1	110
22	Laki-laki	1	114
23	Perempua n	2	132
24	Laki-laki	1	109
25	Laki-laki	1	121
26	Laki-laki	1	127
27	Perempua n	2	130
28	Perempua n	2	123
29	Laki-laki	1	132
30	Perempua n	2	112
31	Laki-laki	1	120
32	Perempua n	2	122
33	Laki-laki	1	126
34	Perempua n	2	134
35	Laki-laki	1	132
36	Perempua n	2	109
37	Perempua n	2	125
38	Laki-laki	1	106
39	Laki-laki	1	130
40	Laki-laki	1	127
41	Perempua n	2	120
42	Perempua n	2	137
43	Perempua n	2	126
44	Perempua n	2	107
45	Perempua n	2	120
46	Perempua n	2	121
47	Laki-laki	1	116
48	Laki-laki	1	128
49	Perempua n	2	121

50	Perempua n	2	112
51	Perempua n	2	114
52	Perempua n	2	135
53	Perempua n	2	121
54	Perempua n	2	102
55	Perempua n	2	94
56	Laki-laki	1	106
57	Perempua n	2	126
58	Laki-laki	1	142
59	Perempua n	2	120
60	Perempua n	2	118
61	Laki-laki	1	102
62	Perempua n	2	124
63	Perempua n	2	123
64	Laki-laki	1	114
65	Laki-laki	1	103
66	Laki-laki	1	118
67	Laki-laki	1	120
68	Laki-laki	1	110
69	Laki-laki	1	105
70	Laki-laki	1	132
71	Laki-laki	1	115
72	Laki-laki	1	111
73	Laki-laki	1	109
74	Laki-laki	1	107
75	Laki-laki	1	123
76	Laki-laki	1	116
77	Laki-laki	1	122
78	Laki-laki	1	130
79	Laki-laki	1	119
80	Laki-laki	1	111
81	Laki-laki	1	117
82	Laki-laki	1	130
83	Laki-laki	1	107
84	Laki-laki	1	111
85	Laki-laki	1	117

Stres Akademik	Equal variances assumed	2,147	,146	,662	90	,510	-1,348	2,037	r	r
	Equal variances not assumed			,662	89,341	,510	-1,348	2,037	5,394	2,699
									5,395	2,699

No.	Tingkatan/Kategori	Skor
1.	Rendah	$X < (M - 1.SD)$
2.	Sedang	$X < (M - 1.SD) \leq X (M+1.SD)$
3.	Tinggi	$(M+1.SD) \leq X$

Stres Akademik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 94	1	1,1	1,1	1,1
101	1	1,1	1,1	2,2
102	2	2,2	2,2	4,3
103	1	1,1	1,1	5,4
104	1	1,1	1,1	6,5
105	1	1,1	1,1	7,6
106	2	2,2	2,2	9,8
107	3	3,3	3,3	13,0
109	3	3,3	3,3	16,3
110	2	2,2	2,2	18,5
111	3	3,3	3,3	21,7
112	3	3,3	3,3	25,0
113	1	1,1	1,1	26,1
114	4	4,3	4,3	30,4
115	1	1,1	1,1	31,5
116	4	4,3	4,3	35,9
117	3	3,3	3,3	39,1
118	2	2,2	2,2	41,3
119	4	4,3	4,3	45,7
120	6	6,5	6,5	52,2
121	5	5,4	5,4	57,6
122	3	3,3	3,3	60,9
123	6	6,5	6,5	67,4
124	2	2,2	2,2	69,6
125	1	1,1	1,1	70,7
126	3	3,3	3,3	73,9
127	2	2,2	2,2	76,1

128	3	3,3	3,3	79,3
129	2	2,2	2,2	81,5
130	5	5,4	5,4	87,0
132	4	4,3	4,3	91,3
133	1	1,1	1,1	92,4
134	1	1,1	1,1	93,5
135	1	1,1	1,1	94,6
136	2	2,2	2,2	96,7
137	1	1,1	1,1	97,8
138	1	1,1	1,1	98,9
142	1	1,1	1,1	100,0
Total	92	100,0	100,0	

Statistics

Stres Akademik

N	Valid	92
	Missing	0
Mean		119,74
Median		120,00
Mode		120 ^a
Std. Deviation		9,738
Minimum		94
Maximum		142
Sum		11016

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 10 SK Pembimbing



SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR : 057/UM.M6/KEP/F/2022

TENTANG

PERPANJANGAN SURAT KEPUTUSAN PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI
TAHUN AKADEMIK 2021-2022 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Membaca** : Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh Nomor :044/UM.M6/KEP/F/2021, Tanggal 19 Jumadil Akhir 1442 H. 01 Februari 2021 M, Tentang Penunjukan Dosen Pembimbing Skripsi Tahun Akademik 2020 – 2021 An. Rahma Wina berakhir pada tanggal 01 Februari 2022 M
- Menimbang** : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi Mahasiswa tersebut perlu diperpanjang Surat Keputusan Penunjukan Dosen Pembimbing pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh;
2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi,
2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, tentang Standar Nasional Pendidikan tinggi;
4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 0688/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/ 2016 Tentang hasil dan peringkat Akreditasi program studi untuk program sarjana di Perguruan Tinggi;

MEMUTUSKAN

- Menetapkan Pertama** : Menunjuk Saudara;
Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog
Ayu Safira, M.Psi., Psikolog
Untuk Membimbing Skripsi:
Nama : Rahma Wina
NPM : 1709110014
Prodi : Psikologi
Judul : Perbedaan Stres Akademik pada Mahasiswa Psikologi yang Menjalani Kuliah Online di Tinjau dari Jenis Kelamin di Universitas Muhammadiyah Aceh
- Kedua** : Kepada pembimbing yang tercantum di atas diberi honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga** : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
- Keempat** : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 01 Rajab 1443 H
02 Februari 2022 M

Dekan,

B a r m a w i, M.Si

NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:

1. Biro Keuangan & Bendahara
2. Mahasiswa yang bersangkutan
3. Arsip



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PP/IS/VI/2021
Jl. Muhammadiyah No. 91 Bato, Lueng Bato
Telp. 80522941111, Banda Aceh - 24245
Email : psikologi@ummuh.ac.id | Homepage : www.psikologi.ummuh.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 553/UM.M6/KET/2022

Berdasarkan surat Nomor : 017/UM.M6/F/2022, tanggal 19 Januari 2022 perihal Permohonan Izin Penelitian di Prodi Psikologi Unmuha, maka kami secara prinsip memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada yang bersangkutan yang namanya tercantum di bawah ini :

Nama : Rahma Wina
NPM : 1709110014

Benar telah melaksanakan penelitian di Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Unmuha. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut tidak mengganggu proses kegiatan Prodi Psikologi Unmuha.

Demikian surat keterangan ini kami berikan kepada yang bersangkutan, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 28 Rabi'ul Akhir 1444 H
23 November 2022 M



Barmawi, M.Si

NIK : 19700103 200609 1 001

BIODATA

A. Penulis

Nama : Rahma Wina
Tempat Tanggal Lahir : Sembilan, 15 Mei 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
E-mail : rahmawina15@gmail.com
Status dalam Keluarga: Anak Kandung
Anak ke : 3 dari 3 Bersaudara

B. Orang Tua/Wali

Nama Ayah : Jasliadin
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : Simeulue Barat
Nama Ibu : Raimani
Pekerjaan : IRT (Ibu Rumah Tangga)
Alamat : Simeulue Barat

C. Riwayat Pendidikan

SD : SDN 4 Simeulue Barat
SMP : SMPN 2 Simeulue Timur
SMA : SMKN 1 Simeulue Timur