

GAMBARAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA BARU

PESERTA PRAKTIKUM

PADA FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR (FMIPA UNM)



Diajukan oleh:

ST AISYAH B

NIM: 4512091071

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

2019

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA BARU PESERTA PRAKTIKUM
PADA FMIPA UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

Disusun dan diajukan oleh

ST AISYAH B
NIM 4512091071

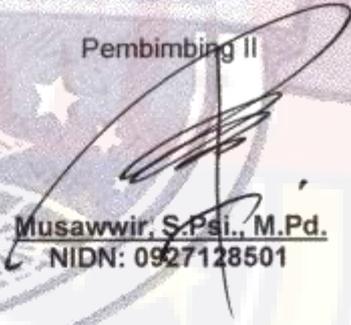
Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
Pada tanggal 1 Maret 2019

Menyetujui :

Pembimbing I

Pembimbing II


Minarni, S.Psi., M.A.
NIDN: 0910078104

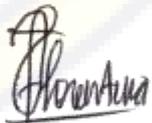

Musawwir, S.Psi., M.Pd.
NIDN: 0927128501

Mengetahui :

Dekan
Fakultas Psikologi,

Ketua Program Studi
Fakultas Psikologi,


Musawwir, S.Psi., M.Pd.
NIDN: 0927128501


Titin Florentina P., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0931107702

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul " Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Baru Peserta Praktikum pada Fmipa Universitas Negeri Makassar " adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam referensi. Apabila dikemudian hari skripsi ini terbukti sebagai hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar Februari 2019



[Handwritten Signature]
St Aisyah B

HALAMAN MOTTO

Indahnya...

kesabaran yang disertai ilmu

Jika kamu berjalan atas petunjuk manusia

maka, akan kau temukan keputusasaan

Tapi

Jika kamu berjalan atas petunjuk Allah

Maka akan kau temukan harapan tanpa batas

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini penulis Persembahkan untuk :

Allah SWT & Rasulullah SAW

Sebagai wujud pengaplikasian Al Qur'an dan As Sunnah

"Allah akan mengangkat derajat orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat" (Al Mujaadilah: 11)

"Barang siapa menempuh jalan untuk mencari ilmu maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga" (Abu Hurairah RA)

Alhamdulillah Robbil Alamin menjadi ungkapan syukur yang senantiasa hamba panjatkan pada Allah, yang maha pengasih lagi maha penyayang, dan juga sholawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW Rasulullah yang menjadi panutan bagi hamba untuk selalu berjuang untuk menjadi seseorang yang lebih baik.

Semoga apa yang telah hamba lakukan bernilai ibadah di sisiNya

Amiin.

Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Baru Peserta Praktikum Pada FMIPA UNM

ST. AISYAH B

4512091071

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada FMIPA UNM. Peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek mahasiswa baru FMIPA UNM yang berjumlah 221 responden. Alat ukur yang digunakan berupa skala gambaran tingkat stres yang telah diadaptasi. Penelitian ini menggunakan bantuan *lisrel 8,70* dan *SPSS for Windows*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini *Probability Sampling* dengan jenis sampling *Random Sampling*. Dengan melihat kriteria tingkat stres secara keseluruhan, jenis kelamin, dan jurusan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada FMIPA UNM secara keseluruhan, jenis kelamin, dan jurusan berada pada kategori sedang, dengan masing-masing persentasi yaitu, gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum secara keseluruhan berada pada kategori sedang dengan persentasi 47% dari 221 responden, berdasarkan jenis kelamin: laki-laki berada pada persentasi 38% dari 40 responden, berjenis kelamin perempuan berada pada persentasi 49% dari 181 responden. Sementara berdasarkan jurusan: biologi berada pada persentasi 43% dari 86 responden, jurusan fisika 47% dari 51 responden, jurusan kimia berada pada persentasi 50% dari 54 responden, dan prodi IPA berada pada persentasi 50% dari 30 responden.

Kata kunci : Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat, hidayah, kesempatan dan kesehatan yang telah diberikan kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ **Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Baru Peserta Praktikum Pada FMIPA Universitas Negeri Makassar** “.

Pembuatan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Dalam penulisan skripsi ini penulis menadapat banyak tantangan dan hambatan, akan tetapi berkat rahmat dari Allah SWT serta do'a, bantuan, bimbingan, dorongan, semangat, kritikan, dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

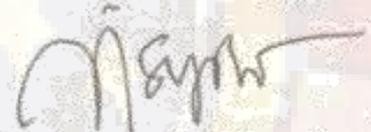
Pada kesempatan penulis ingin mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Suami, Ibu dan Ayah serta anak-anakku tersayang yang selalu memberi dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan tugas ini.
2. Dekan Fakultas Psikologi bapak Musawwir S.Psi., M.Pd.
3. Dosen pembimbing ibu Minarni S.Psi., M.A., selaku pembimbing I dan bapak Musawwir S.Psi., M.Pd. Selaku pembimbing II.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikolgi yang turut memberikan suport agar saya semangat dalam menyelesaikan skripsi ini yang tinggal selangkah lagi.

5. Pak Jufri, ibu Jemiati dan Ibu Hj Darmawati Manda, SE., M.Si yang selalu membantu dalam segala pengurusan dan selalu mengingatkan tentang apa saja yang harus di lengkapi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Teman dan sahabat angkatan 2012 fakultas Psikologi Andi Purnama Wulan dan Wulandari S.Psi yang banyak membantu dalam menyelesaikan tugas ini.
7. Adik-adik junior fakultas Psikologi yang ikut memberikan dukungan dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga apa yang anda berikan kepada peneliti diganjar lebih baik dan lebih banyak oleh Allah SWT, amiin.

Makassar , februari 2019


ST Aisyah B

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR DIAGRAM	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Tinjauan Umum Stres	9
1. Definisi stres	9
2. Faktor-faktor penyebab stres	10
3. Aspek aspek penyebab stres	11
4. Gejala-gejala stres	12
5. Jenis stres	13
6. Tingkat stres	14
B. Mahasiswa	16
C. Mahasiswa Baru FMIPA UNM	17
D. Stres Pada Mahasiswa Baru	17
E. Kerangka Pikir	19
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Pendekatan Penelitian	22

B. Variabel Penelitian	22
C. Definisi konseptual dan Operasional	22
1. Definisi Konseptual	22
2. Definisi Operasional	23
D. Populasi, sampel, dan Teknik sampling	23
1. Polupasi	23
2. Sampel	24
3. Tekning sampling	25
E. teknik pengumpulan data.....	25
F. Instrumen Penelitian	27
G. Uji instrumen penelitian	27
1. Uji validitas	27
2. Uji relibialitas	28
H. Teknik Analisis Data	29
I. Jadwal Penelitan	29
J. Persiapan Penelitian	29
K. Pelaksanaan Penelitian	30
L. Pelaksanaan Skoring	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil	32
Analisis Deskriptif.....	32
B. Pembahasan	45
C. Limitasi Penelitian.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Data jumlah mahasiswa baru berdasarkan jurusan.....	17
Tabel 3.1	Data jumlah populasi mahasiswa baru FMIPA UNM.....	24
Tabel 3.2	Data jumlah sampel mahasiswa baru FMIPA UNM.....	25
Tabel 3.3	<i>Blue print</i> Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru sebelum Uji coba.....	27
Tabel 3.4	<i>Blue print</i> Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru setelah Uji coba.....	27
Tabel 3.5	Hasil Uji Reliabilitas.....	28
Tabel 3.6	Jadwal Penelitian.....	29
Tabel 4.1	Pedoman kategorisasi yang digunakan dalam penelitian.....	32
Tabel 4.2	Deskripsi data penelitian.....	33
Tabel 4.3	Distribusi frekuensi skor gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorim FMIPA UNM.....	33
Tabel 4.4	Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan Biologi.....	36
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum jurusan Biologi.....	36
Tabel 4.6	Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan	

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres mahasiswa
baru peserta praktikum jurusan fisika 38

Tabel 4.8 Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan
Kimia40

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres mahasiswa
baru peserta praktikum jurusan kimia 40

Tabel 4.10 Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa prodi
IPA.....42

Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres mahasiswa
baru peserta praktikum Prodi IPA 42

Tabel 4.12 Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa baru
peserta praktikum pada tiap jurusan FMIPA UNM . 44

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1	Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM	34
Diagram 4.2	Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum berdasarkan jenis kelamin	35
Diagram 4.3	Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum jurusan biologi	37
Diagram 4.4	Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum jurusan fisika	39
Diagram 4.5	Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum jurusan kimia	41
Diagram 4.6	Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum Prodi IPA	43
Diagram 4.7	Deskripsi data penelitian gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada tiap jurusan FMIPA UNM.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Blue Print Skala	55
Lampiran 2	Skala Penelitian.....	57
Lampiran 3	Tabulasi Data Penelitian	59
Lampiran 4	Rangkuman kategori responden.....	67
Lampiran 5	Uji Validitas	75
Lampiran 6	Uji reliabilitas	78
Lampiran 7	Surat Perijinan	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diterima menjadi mahasiswa pada perguruan tinggi adalah hal yang membahagiakan bagi seseorang, namun status dan peran sebagai seorang mahasiswa seringkali memberikan konsekuensi psikologis yang memberatkan baginya, hal ini disebabkan karena tugas akademik yang harus harus diselesaikan.

Sementara dalam pelaksanaan tugas akademiknya mahasiswa dihadapkan pada kendala yang bervariasi, kendala-kendala tersebut akan semakin bertambah seiring dengan bertambahnya tingkat perkuliahan, hal ini dapat menjadi penyebab stress bagi mahasiswa sebagai mana pernyataan Misra dan Castillo (2004) bahwa stress juga dapat terjadi pada mahasiswa yang disebut stress akademik yang diakibatkan oleh frustrasi, konflik, tekanan-tekanan, perubahan-perubahan, dan beban yang dilimpahkan pada diri sendiri.

Terlebih lagi bagi mahasiswa baru yang pada tahun pertama seringkali bermasalah karena adanya pergeseran posisi, yaitu dari siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa, dimana salah satu penyebab kesulitan pada mahasiswa adalah perbedaan sifat pendidikan di SMA dengan Perguruan Tinggi.

Perbedaan ini terlihat dalam hal kurikulum, disiplin, hubungan dosen dengan mahasiswa, penyesuaian hubungan sosial, masalah ekonomi serta pemilihan bidang studi dan jurusan. Selain itu mahasiswa tahun pertama mengalami perubahan gaya hidup, gaya belajar dan problem akademik

lainnya yang ternyata menuntut waktu dan *self-control* yang lebih besar dibandingkan pada masa di SMA.

Setiap mahasiswa baru memiliki respon stres yang berbeda-beda, respon tersebut tergantung pada kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu, pengalaman sebelumnya terhadap stres, kondisi kesehatan, kepribadian, mekanisme koping, besarnya stresor, jenis kelamin, dan usia. Tingkat stres seseorang juga dipengaruhi oleh tingkat kedewasaan ditinjau dari segi usia dan pengalaman hidup, (Potter & Perry, dalam Stuart dan Laraia, 2005).

Salah satu tugas mahasiswa khususnya mahasiswa pada Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) adalah tugas praktikum, dimana banyak penelitian menyimpulkan bahwa ujian, praktikum, dan tugas-tugas kuliah yang lain memicu timbulnya stres yang berhubungan dengan peristiwa akademis (*academic stress*); yang dalam tingkat keparahan tinggi dapat menekan tingkat ketahanan tubuh. (Taylor, dalam Luh, 2012).

Banyak penelitian yang menggambarkan secara umum bahwa mahasiswa rentan akan stres diantaranya adalah hasil penelitian Arta (2004) bahwa stres pada mahasiswa yang disebabkan faktor lingkungan mencapai 64,1%, hasil penelitian Sari (2004) bahwa stres pada mahasiswa akibat beban tugas sebesar 46,9% dan hasil penelitian Supradewi (2006) bahwa terdapat 44,3% mahasiswa baru yang mengalami stress, (Enik, 2012).

Penelitian di atas menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang memiliki potensi besar untuk mengalami stres. Di lain pihak, stresor akademik sangat sulit bahkan tidak mungkin untuk dihindari. Sementara, lingkungan sosial cenderung menuntut seorang mahasiswa untuk dapat

memenuhi harapan-harapan mereka, seperti nilai tinggi, aktif berorganisasi, berpikir kritis, dan sebagainya dengan optimal.

Universitas Negeri Makassar adalah perguruan tinggi yang berada di kota Makassar provinsi Sulawesi Selatan di mana salah satu jurusan yang ada adalah Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), yang mempelajari Matematika dan ilmu pengetahuan alam.

Matematika dan ilmu pengetahuan alam sering dianggap sebagai ilmu yang sulit dipelajari, karena saat mempelajari matematika dan ilmu pengetahuan alam, mahasiswa dituntut lebih banyak berlatih dan bereksperimen di laboratorium hal inilah yang memungkinkan mahasiswa menghadapi masalah dalam belajar dan jika terakumulasi berpeluang menjadikan mahasiswa mengalami stress.

Menjadi mahasiswa baru pada FMIPA memiliki tantangan yang tidak sedikit, dimana dibutuhkan kemampuan menyesuaikan diri dengan pendidikan di perguruan tinggi karena adanya perbedaan pendidikan di SMA dengan di Perguruan Tinggi khususnya FMIPA, salah satu perbedaannya adalah banyaknya mata kuliah praktikum.

Banyaknya mata kuliah praktikum setiap semester utamanya semester awal berhubungan langsung dengan banyaknya jumlah laporan praktikum yang harus diselesaikan oleh setiap mahasiswa, hal ini disebabkan karena setiap selesai melaksanakan praktikum, praktikan (peserta praktikum) harus membuat laporan harian yang selesai hari itu juga.

Selain itu praktikan harus membuat laporan lengkap yang selesai paling lambat seminggu setelah praktikum, karena laporan lengkap ini menjadi syarat untuk masuk laboratorium untuk percobaan/praktikum pekan berikutnya.

Syarat lainnya untuk bisa masuk laboratorium, praktikan harus menyiapkan jurnal praktikum serta perlengkapan praktikum pribadi lainnya seperti: lap kasar untuk membersihkan meja praktikum, lap halus untuk membersihkan alat praktikum, korek, tabung reaksi, sikat tabung dan jepit tabung reaksi.

Banyaknya kegiatan tersebut di atas baik sebelum dan sesudah praktikum dapat memicu stres bagi mahasiswa baru, hal ini terungkap melalui wawancara awal yang penulis lakukan terhadap beberapa mahasiswa yang mengeluhkan banyaknya laporan yang harus dibuat yang menjadi beban bagi mahasiswa utamanya mahasiswa baru yang belum terbiasa dengan kondisi ini, karena untuk membuat laporan itu mereka terkadang harus mengerjakannya sampai larut malam yang mengakibatkan mereka kurang tidur yang berefek pada stamina yang kurang untuk mengikuti perkuliahan esok harinya.

Belum lagi persyaratan lainnya sebelum yang menjadi persyaratan untuk masuk laboratorium seperti diuraikan di atas, dari pengamatan peneliti terhadap mahasiswa baru yang akan masuk laboratorium ada saja persyaratan masuk laboratorium yang belum dilengkapi oleh praktikan tersebut sehingga mereka harus sibuk melengkapi persyaratan mereka masing-masing, hal ini dapat menjadi penyebab stres bagi mahasiswa walaupun masih perlu diteliti seberapa besar tingkat stres tersebut.

Fenomena yang biasa terjadi adalah adanya mahasiswa yang pingsan atau penyakitnya kambuh saat praktikum, fenomena ini didukung dengan artikel yang diungkapkan pada jurnal kesehatan prima vol. 6 no. 2, agustus 2012, tentang dampak negatif stres bahwa stres tidak hanya berpengaruh terhadap kondisi kesehatan tetapi juga terhadap prestasi akademik seperti,

berubahnya selera makan, tekanan darah tinggi, serangan jantung, kehilangan energi.

Selain itu stres juga berdampak pada emosional, yaitu marah-marah, mudah tersinggung dan terlalu sensitif, gelisah, cemas, suasana hati mudah berubah, sedih, mudah menagis dan depresi, gugup, agresif dan mudah bermusuhan, mudah menyerang, kelesuan mental.

Adapun dampak stres terhadap intelektual, yaitu mudah lupa, daya ingat menurun, sulit untuk berkonsentrasi, suka melamun berlebihan. sementara pengaruh stres pada interpersonal yaitu; menurunnya kepercayaan dan mendiamkan orang lain, mudah mengingkari janji, senang mencari kesalahan orang lain, menutup diri, (Luh Suranadi, 2012).

Walaupun sering dianggap masalah karena stress dapat berefek negatif, yaitu menimbulkan perasaan-perasaan tidak percaya diri, penolakan, marah atau depresi yang kemudian memicu munculnya penyakit seperti sakit kepala, sakit perut, atau insomnia, ternyata stress juga dapat memberikan pengaruh positif bagi individu, pengaruh positif dari stress adalah mendorong individu untuk melakukan sesuatu, membangkitkan kesadaran, dan menghasilkan pengalaman baru. (Mashudi, 2012).

Efek negatif stres yang berkepanjangan tampak pada tingginya tingkat hormon-hormon stres dan menjadi peka tubuh terhadap penyakit karena berubahnya sistem imun. Tingginya tingkat kortisol sebagai hormon stres dapat memiliki pengaruh langsung terhadap otak dengan membunuh sel-sel pada hipokampus yang mengatur pengeluaran kortisol. Hasilnya, seseorang dapat menjadi lebih peka terhadap efek stres yang ditunjukkan oleh tingginya tingkat hormon stres karena seringnya individu mengalami stres

meskipun individu lain dapat beradaptasi terhadap stres (Davison & Neale, dalam Hanna dkk, 2012).

Berdasarkan uraian diatas maka beratnya beban matakuliah praktikum pada setiap Jurusan di Fakultas MIPA Universitas Negeri Makassar dianggap salah satu faktor yang dapat menyebabkan munculnya stres pada mahasiswa, sehingga hal ini sangat baik untuk diteliti karena stres yang berkelanjutan dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan kesehatan mahasiswa.

Dengan mengetahui tingkat stres pada mahasiswa maka dapat diantisipasi dampak negatifnya dan dapat diarahkan ke dampak positif yaitu menjadikan mahasiswa agar lebih kreatifitas dan memacu pengembangan diri mahasiswa agar mampu menghadapi kendala-kendala yang dapat menimbulkan stres.

Fakultas MIPA Universitas Negeri Makassar, memiliki beberapa jurusan yang melaksanakan praktikum dasar yaitu kimia, biologi, fisika, dan pendidikan IPA. Setiap jurusan memiliki perbedaan yaitu pada kurikulum, pelayanan administrasi, kegiatan perkuliahan, praktikum, dan lain sebagainya.

Perbedaan ini memberi dampak berbeda-beda terhadap tingkat stres pada mahasiswa utamanya pada mahasiswa baru. Oleh karena itu penulis mengangkat judul penelitian "**Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Univeras Negeri Makassar (FMIPA UNM)**".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada paparan latar belakang di atas, maka dirumuskan

masalah “bagaimana gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Universitas Negeri Makassar”?.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Universitas Negeri Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah;

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini memberikan manfaat yaitu:

1. Pengembangan keilmuan kepada khalayak tentang gambaran tingkat stress akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium fakultas matematika dan ilmu pengetahuan alam UNM.
2. Sebagai bahan referensi sehingga dapat menambah dan memperkaya wawasan dalam bidang ilmu psikologi pendidikan.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini memberikan manfaat yaitu:

1. Diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi para mahasiswa, orang tua, dosen, staf dan pihak-pihak yang berminat terhadap upaya peningkatan kesehatan mental mahasiswa.
2. Bagi mahasiswa khususnya mahasiswa baru di FMIPA UNM yang menempuh kuliah, jauh dari orang tua juga dapat mengetahui kondisi stress mahasiswa sehingga bisa diupayakan langkah prevensinya secara individual.

3. Bagi para orang tua, dosen, staf laboratorium dan asisten praktikum informasi ini diharapkan dapat menambah pemahaman terhadap kondisi-kondisi psikologis para mahasiswa sehingga memudahkan proses interaksi antara dosen, mahasiswa, staf laboratorium, Asisten praktikum maupun anak-orang tua.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan umum stres

1. Defenisi Stres

Secara sederhana, stres dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan individu yang terganggu keseimbangannya. Stres terjadi akibat adanya situasi internal, atau eksternal yang memunculkan gangguan.

Menurut (Lazarus dalam Lumongga, 2009) stress merupakan bentuk interaksi antara individu dengan lingkungan, yang dinilai individu sebagai suatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimilikinya, serta mengancam kesejahteraannya. Dengan kata lain, stress merupakan fenomena individual dan menunjukkan respon individu terhadap tuntutan lingkungan.

Sedangkan stres yang dialami mahasiswa disebut dengan stress akademik, dimana menurut (Sun dkk dalam Saniskoro, 2017) stres akademik didefinisikan sebagai tekanan psikologis pada subjek yang kebanyakan datang dari beberapa aspek pembelajaran akademik dibandingkan dengan peristiwa dari kehidupan.

Senada dengan hal di atas (Heiman & kariv dalam Nurmaliyah 2014), mengemukakan bahwa stres akademik adalah stres yang diakibatkan oleh *academic stressor* dalam proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar.

Sementara (Misra & McKean, 2000) mengemukakan stres akademik merupakan persepsi mahasiswa terhadap banyaknya pengetahuan yang

harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidak cukupan waktu untuk mengembangkannya. Stres akademik adalah stress yang berhubungan dengan kegiatan akademik mahasiswa, berupa ketegangan-ketegangan yang bersumber dari faktor akademik yang dialami mahasiswa, sehingga mengakibatkan terjadinya distorsi pada pikiran mahasiswa dan mempengaruhi fisik, emosi, dan tingkahlaku.

2. Faktor-Faktor penyebab Stres

Menurut (Lazarus dalam Lumongga, 2009) stress dapat terjadi apabila individu merasakan ketidak seimbangan antara tuntutan dan kemampuan yang dimilikinya. Faktor-faktor penyebab atau pemicu stres (*stressor*) ini dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa bentuk yaitu:

- a. Frustrasi terjadi apabila usaha yang dilakukan individu untuk mencapai suatu tujuan mendapat hambatan atau kegagalan, hambatan ini dapat bersumber dari lingkungan ataupun dari diri individu sendiri.
- b. Konflik Stres juga dapat muncul apabila individu dihadapkan pada suatu keharusan untuk memilih salah satu diantara kebutuhan dan tujuan. Biasanya pilihan terhadap suatu alternatif akan mengasikkan frustrasi bagi alternatif lainnya.
- c. Tekanan Stres juga dapat muncul apabila individu mendapat tekanan atau paksaan untuk mencapai suatu hasil tertentu atau untuk bertingkah laku dengan cara tertentu. Sumber tekanan ini dapat bersumber dari dalam diri maupun dari lingkungan.
- d. Ancaman, Antisipasi terhadap hal-hal yang merugikan atau tidak menyenangkan bagi dirinya, mengenai suatu situasi, merupakan sesuatu hal yang dapat memunculkan stress.

Sedangkan faktor penyebab stres akademik pada mahasiswa adalah stres yang di disebabkan oleh apa yang dialami mahasiswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar mengajar. (Desmita, dalam Ifdil, 2017).

Sementara Carveth (Misra dan Mc Kean, 2000) stres akademik adalah stres yang bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berfikir, fisik, emosi dan perilaku yang ditimbulkan. Hal ini terjadi karena adanya keinginan dan harapan serta tekanan dan hambatan pada diri mahasiswa, hal ini banyak dipengaruhi oleh keinginan-keinginan pribadi yang tidak sejalan dengan kondisi lingkungan belajarnya, seperti: kurikulum yang padat, pengambilan keputusan, kelanjutan studi, penjurusan, dosen dan teman yang memiliki ragam karakter, harapan orang tua yang menuntut pencapaian prestasi yang maksimal, dan sebagainya.

3. Aspek- Aspek Penyebab Stres

Menurut Misra & McKean, apabila mahasiswa mempunyai target dan tujuan yang jelas, seperti bisa menyelesaikan kuliah tepat waktu atau bisa berprestasi tertinggi maka mahasiswa tersebut harus memanfaatkan waktu dan kesempatan selama kuliah untuk mengatasi berbagai hambatan dan mencari solusi yang terbaik dari setiap masalah yang dihadapi yaitu dengan menyesuaikan diri dengan berbagai aspek yaitu:

- a. Aspek emosi meliputi kemampuan mahasiswa dalam mengelola maupun mengontrol emosi yang dirasakan, baik emosi yang positif maupun emosi yang negatif.

- b. Aspek kognitif meliputi kemampuan mahasiswa mengelola stres akademik terkait cara berfikir, cara menyelesaikan masalah (*problem solving*) dan caramemutuskan sesuatu (*decision making*) yang membantu mahasiswa untuk mencapai tujuan dan berkembang dengan baik saat di kelas maupun dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Aspek kepribadian meliputi karakter dan kebiasaan yang dimiliki mahasiswa dengan berbagai keunikan dari setiap pribadi, seperti pribadi yang lembut maupun yang keras pribadi yang kuat ataupun yang lemah, pribadi yang baik atau yang buruk.
- d. Aspek fisik motorik meliputi kemampuan mahasiswa untuk lebih aktif, cekatan, terampil dan dinamis. Aspek ini mengembangkan kemampuan fisik motorik mahasiswa untuk memberdayakan diri dalam kegiatan kelas maupun di luar kelas.
- e. Aspek bahasa meliputi kemampuan mahasiswa dalam berkomunikasi dan berinteraksi melalui bahasa yang digunakan, seperti bahasa lisan atau tulisan, bahasa isyarat, bahasa tubuh dan sebagainya.
- f. Aspek sosial meliputi kemampuan mahasiswa dalam berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain, atau kemampuan dalam menempatkan atau melibatkan diri dan perannya dalam lingkungan sosial.
- g. Aspek spiritual meliputi kemampuan mahasiswa dalam menjalankan ibadah sesuai agama dan keyakinannya, termasuk melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan keagamaan yang dapat menambah kualitas spiritualnya.

4. Gejala-Gejala Stres

Menurut Lazarus (2016), orang yang tidak mampu mengatasi keadaan

emosinya akan mudah terserang stres. Gejala seseorang yang mengalami stres yaitu mudah marah, cepat tersinggung, sulit berkonsentrasi, susah mengambil keputusan, pelupa, pemurung, tidak enerjik, selalu merasa cemas dan takut, dan mudah bingung.

Adapun menurut (Misra & McKean, 2000), mahasiswa cenderung mengalami stres akademik yaitu stres yang berkaitan dengan perkuliahan, manajemen waktu dan kesehatan. Sedangkan seseorang yang mengalami stres akan menampilkan gejala-gejala sebagai berikut:

- a. Gejala emosional seperti: merasa diabaikan, merasa bersalah, takut, gelisah, marah, sedih dan cemas.
- b. Gejala kognitif, Gejala yang nampak. seperti: sulit berkonsentrasi, berfikir negatif dan tidak memiliki prioritas hidup.
- c. Gejala perilaku: seperti keinginan untuk melakukan tindakan agresif, membolos dan berbohong.
- d. Gejala fisiologis: sering berkeringat ditelapak tangan, gemetar, sakit kepala, susah tidur, peningkatan atau penurunan berat badan, serta merasa nyeri di beberapa bagian tubuh.

5. Jenis Stres

Pada dasarnya stress tidak selalu berdampak negatif, karena stress kadang dapat bersifat membantu dan menstimulasi individu untuk bertingkah laku positif. (Lazarus dalam Lumongga, 2009) membagi stress menjadi 2 macam:

Distress atau stress negatif yaitu stress yang mengganggu, distress juga memiliki pengertian stress yang merusak dan merugikan. Stress ini berintensitas tinggi dan harus segera diatasi agar tidak berakibat fatal.

Eustress atau stress positif yaitu stress baik atau stres yang tidak mengganggu dan memberikan perasaan semangat. Stres yang bermanfaat

6. Tingkat Stres

Setiap individu mempunyai persepsi dan respon yang berbeda-beda terhadap stress. Persepsi seseorang didasarkan pada keyakinan dan norma. Pengalaman, pola hidup, faktor lingkungan, struktur dan fungsi keluarga, tahap perkembangan keluarga, pengalaman masa lalu dengan stress serta mekanisme koping. Berdasarkan studi literatur, ditemukan tingkatan stress menjadi lima bagian, antara lain:

a. Stress normal

Stress normal yang dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Seperti dalam situasi: kelelahan setelah mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, merasakan detak jantung berdetak lebih keras setelah aktivitas (Crowford and Henry, dalam Slamet R dkk, 2017). Stress normal alamiah dan menjadi penting karena setiap orang pasti pernah mengalami stress.

b. Stress ringan

Stress ringan adalah stressor yang dihadapi secara teratur yang dapat berlangsung beberapa menit atau jam. Situasi seperti banyak tidur, kemacetan atau dimarahi dosen. Stressor ini dapat menimbulkan gejala seperti bibir sering kering, kesulitan bernafas (sering terengah-engah), kesulitan menelan, merasa goyah, merasa lemas, berkeringat berlebihan ketika temperatur tidak panas dan tidak setelah beraktivitas, takut tanpa alasan yang jelas, menyadari denyut jantung walaupun tidak

setelah melakukan aktivitas fisik, tremor pada tangan dan merasa sangat lelah jika situasi berakhir (Psychology Foundation of Australia, Slamel R dkk, 2017). Dengan demikian stressor ringan dengan jumlah yang banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan risiko penyakit bagi mahasiswa.

c. Stress sedang

Stress ini terjadi lebih lama, antara beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya masalah perselisihan yang tidak dapat dengan teman atau sahabat. Stressor ini dapat menimbulkan gejala seperti mudah marah, bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, sulit untuk beristirahat, merasa lelah karena cemas, tidak sabar ketika mengalami penundaan dan menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan, mudah tersinggung, gelisah dan tidak dapat melakukan hal apapun yang menghalangi ketika sedang mengerjakan sesuatu, (Psychology Foundation of Australia, dalam Slamel R dkk, 2017).

d. Stres berat

Stres berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun, seperti perselisihan dengan dosen atau teman secara terus-menerus, kesulitan financial yang berkepanjangan dan penyakit fisik jangka panjang.

Makin sering dan lama situasi stres makin tinggi risiko stres yang ditimbulkan. Stressor ini dapat menimbulkan gejala seperti merasa tidak dapat merasakan perasaan positif, merasa tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan, sedih dan tertekan, putus asa, kehilangan minat akan

segala hal, merasa tidak berharga sebagai seorang manusia, berfikir bahwa hidup tidak bermanfaat. Semakin meningkat stress yang dialami mahasiswa secara bertahap maka akan menurunkan energi dan respon adaptif (Psychology Foundation of Australia, dalam Slamel R dkk, 2017).

e. Stres sangat berat

Stres sangat berat adalah situasi kronik yang dapat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam waktu yang tidak dapat ditentukan. Seseorang yang mengalami stress yang sangat berat tidak memiliki motivasi hidup dan cenderung pasrah. Seseorang dalam tingkat stress ini biasanya teridentifikasi mengalami depresi berat.

(Crowford and Henry dalam Slamel R dkk, 2017).

B. Mahasiswa

Mahasiswa secara umum diartikan sebagai seseorang yang menjalani proses perkuliahan. Hal senada menyebutkan bahwa Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menjalani proses belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah perguruan tinggi berupa akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji dalam Zelika dkk, 2012)

C. Mahasiswa Baru FMIPA UNM

Tabel 2.1 Data jumlah mahasiswa baru berdasarkan jurusan

NO	JURUSAN/PROGRAM STUDI	MAHASISWA
1	JURUSAN BIOLOGI	228
2	JURUSAN FISIKA	135
3	JURUSAN KIMIA	149
4	PRODI IPA	80
	Jumlah	592

D. Stres Pada Mahasiswa Baru

Berbagai tugas yang harus dijalani sebagai mahasiswa baru membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dari kebiasaan yang tidak sama seperti saat di SMU. Kebiasaan saat berada di kelas, guru mengajar sesuai jadwal yang ditentukan dan murid berkonsentrasi penuh dari pagi hingga siang hari dalam mengikuti pelajaran. Berbeda saat kuliah, mahasiswa diberikan kebebasan untuk menentukan tujuan dan target pencapaian kuliahnya.

Proses penyesuaian dalam berbagai aspek, seperti aspek fisik motorik, kognitif, kepribadian, bahasa, emosi, sosial, dan spiritual, tentu akan mengalami kendala saat menjalaninya hal ini tentu saja membuat mahasiswa merasa tertekan yang dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa utamanya mahasiswa baru.

Sedangkan menurut Mulyadi (2004) beberapa masalah yang bisa menjadi stressor bagi mahasiswa adalah:

1. Masalah yang berhubungan dengan pendidikan

- a. *Masalah konsentrasi*, dimana banyak mahasiswa mengeluh karena tidak bisa konsentrasi, sehingga hasil belajar tidak maksimal, penyebabnya bermacam-macam, dapat dari diri mahasiswa sendiri atau luar dirinya, seperti perasaan sepi, dorongan ingin pulang, konflik dan lingkungannya.
- b. Masalah yang berhubungan dengan sistem pengajarannya, yaitu kesulitan mengikuti kuliah, membaca buku sumber berbahasa asing dan lain-lain
- c. Masalah tidak menyukai mata kuliah atau dosen tertentu. Jika mahasiswa tidak menyukai dosen tertentu atau mata kuliah tertentu, ia cenderung tidak mau mengikuti kuliah.
- d. Masalah daya tahan dan kelangsungan studi. Ada mahasiswa yang mudah kecewa karena nilai yang rendah kemudian putus asa dan ingin berhenti kuliah, tidak tahan jauh dari orang tua, konflik-konflik pribadi dan karena ketegangan sosial.

2. Masalah penyesuaian diri dan hubungan sosial:

- a. Masalah mencari teman, dimana banyak mahasiswa yang canggung dalam pergaulan dan tidak tahu yang harus dilakukan, rasa rendah diri dan malu.
- b. Penyesuaian diri terhadap kehidupan kampus. Mahasiswa baru biasanya tidak tahu banyak soal tata cara kehidupan kampus dan mereka memerlukan berbagai informasi dan bimbingan.
- c. Kesulitan menyesuaikan diri. Baik adat istiadat atau norma-norma lingkungan dimana mahasiswa tinggal.

d. Konflik dengan teman sekamar, seasrama atau sejurusan. Ini terjadi biasanya karena berselisih paham atau karena kekecewaan kawan.

3. Masalah yang sifatnya pribadi

- a. Masalah konflik dengan pacar atau pacar yang tidak disetujui orang tua
- b. Masalah pertentangan dengan anggota keluarga.

4. Masalah ekonomi

Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan ekonomi karena kiriman uang terlambat, uang tidak cukup atau tidak dapat mengatur keuangan.

5. Masalah memilih jurusan, jabatan dan masa depan

Ada mahasiswa yang salah pilih jurusan dan ingin pindah, ada yang masuk jurusan tertentu karena keinginan orang tua, ada yang merasa masa depannya tak menentu dan tidak tahu apa yang diperbuat. Masalah-masalah ini dapat mengakibatkan rasa gelisah, cemas, ketegangan, konflik dan frustrasi, dan jika tidak secepatnya diatasi akan mengganggu kelancaran studi mahasiswa.

Ada mahasiswa yang yang cepat mengatasi persoalan-persoalan tetapi ada yang berlarut larut. Hal yang terakhir ini mengakibatkan energi mahasiswa banyak terbuang dan proses belajarnya tidak efektif.

E. Kerangka berfikir

Stres tidak dapat dipisahkan dari setiap aspek kehidupan dan dapat dialami oleh siapa saja dalam bentuk yang berbeda, begitu juga mahasiswa utamanya mahasiswa baru, harus beradaptasi karena adanya pergeseran posisi, yaitu dari siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa.

Pada tahun pertama kuliah, mahasiswa dituntut untuk dapat mengatasi masalah yang dialami serta menjalankan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang berpeluang meningkatkan stres. Pendidikan tinggi adalah masa yang menekan bagi sebagian besar mahasiswa utamanya mahasiswa baru karena mereka harus melewati proses adaptasi pada lingkungan pendidikan dan sosial yang baru, (Misra & Kastilo, dalam Fuad Dan Zarfiel, 2013).

Salah satu penelitian yang mendukung pernyataan di atas adalah Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dkk (2017), bahwa tekanan akademik berpengaruh secara negatif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa sebesar 12,5% sedangkan dipengaruhi oleh unsur lainnya sebesar 87,5%.

Sementara saat mempelajari ilmu matematika dan ilmu pengetahuan alam, mahasiswa dituntut untuk lebih banyak berlatih dan bereksperimen di laboratorium, sedang untuk melakukan praktikum pada laboratorium FMIPA UNM tidaklah semudah mengikuti mata kuliah di kelas.

Untuk masuk laboratorium saja peserta praktikum harus memenuhi syarat seperti, tepat waktu, membawa perlengkapan pribadi (lap kasar, lap halus, korek api, tabung reaksi, jepit tabung, sikat tabung), telah membuat jurnal untuk percobaan yang akan dilakukan hari itu dan lulus respon pintu yaitu tes lisan yang dilakukan di depan pintu laboratorium tentang penguasaan materi praktikum yang akan dilakukan.

Tidak sampai disitu karena setelah melakukan praktikum, praktikan harus membuat 2 buah laporan yaitu laporan harian yang dilaporkan hari itu juga dan yang satu lagi laporan lengkap yang harus diselesai paling lambat

seminggu setelah praktikum, karena laporan lengkap ini menjadi tambahan syarat masuk laboratorium lagi untuk percobaan selanjutnya.

Kegiatan praktikum semacam ini tidak hanya dilakukan di jurusan masing-masing tetapi juga dilakukan pada jurusan lain di FMIPA UNM seperti, jurusan Biologi, Kimia dan Fisika. Adapun Prodi IPA hanya melakukan percobaan pada laboratorium di jurusannya tapi tidak praktikum pada jurusan lain.

Banyaknya praktikum yang dilakukan oleh mahasiswa baru di FMIPA ini berbanding lurus dengan banyaknya laporan yang harus dibuat oleh mahasiswa, sementara pembuatan laporan ini adalah tugas yang dianggap berat bagi mahasiswa, karena banyaknya laporan yang harus dibuat terkadang mahasiswa harus begadang, sedangkan hal ini dapat berakibat kurang baik bagi kesehatan dan hal ini pulalah yang kemungkinan dapat menyebabkan mahasiswa menghadapi masalah belajar yang berpotensi mengakibatkan stres, hal ini diungkapkan oleh mahasiswa dari hasil wawancara awal penulis kepada beberapa mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dan Jenis penelitian ini adalah penelitian survey dimana metode ini dianggap suatu metode terbaik untuk peneliti sosial yang tertarik untuk mengumpulkan data dan menjelaskan populasi yang besar untuk diamati secara langsung, metode ini juga sangat baik untuk mengukur sikap dan orientasi suatu masyarakat melalui kegiatan jajak pendapat (Sugiono, 2012).

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah objek yang mempunyai nilai tertentu, variabel ini ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Secara teoritis, variable dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain (Sugiyono, 2012). Adapun variable dalam penelitian ini adalah stres.

C. Definisi Konseptual dan Operasional Penelitian

1. Definisi koseptual

Stres akademik adalah stress yang berhubungan dengan kegiatan akademik mahasiswa, berupa ketegangan-ketegangan yang bersumber dari faktor akademik yang dialami mahasiswa, sehingga mengakibatkan terjadinya distorsi pada pikiran mahasiswa dan mempengaruhi fisik, emosi, dan tingkah laku (Misra & Mc Kean 2000).

2. Definisi operasional

Stres akademik dalam penelitian ini adalah stres yang dialami mahasiswa baru yang disebabkan karena adanya tuntutan yang ditimbulkan oleh tekanan dari lingkungan dan tuntutan akademik. Kondisi stres ini diidentifikasi melalui gejala-gejala dari stress akademik yaitu gejala emosional, gejala kognitif, gejala perilaku dan gejala fisiologis.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sugiyono (2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan kimia, biologi, fisika, geografi dan prodi IPA semester 1 yang melakukan praktikum pada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Universitas Negeri Makassar (UNM) yang berjumlah 592 mahasiswa tahun ajaran 2018/2019.

Data populasi ini peneliti peneliti dapatkan dari subbagian akademik Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Makassar.

Tabel 3.1 Data jumlah populasi mahasiswa baru FMIPA UNM

NO	JURUSAN/PROGRAM STUDI	MAHASISWA
1	JURUSAN BIOLOGI	228
2	JURUSAN FISIKA	135
3	JURUSAN KIMIA	149
4	PRODI IPA	80
	Jumlah	592

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Apa yang diambil dari sampel, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi, Sugiyono (2012).

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 221 mahasiswa yang diperoleh dari tabel *kretjie* dengan taraf kesalahan 5% secara keseluruhan mahasiswa baru Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Universitas Negeri Makassar (UNM) yaitu 592 Orang.

Tabel 3.2 Data jumlah sampel mahasiswa baru FMIPA UNM

NO	Jurusan/Prodi	Mahasiswa
1	Jurusan Biologi	86
2	Jurusan Fisika	51
3	Jurusan Kimia	54
4	Prodi IPA	30
	Jumlah	221

3. Teknik Sampling

Cara yang digunakan untuk mengambil sampel dalam sebuah populasi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling*. Teknik *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2012). *Probability sampling* yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*. *Simple Random Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2012).

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2012).

Azwar (2017) berpendapat subjek penelitian dapat dengan mudah memahami isi aitem dalam skala, namun tidak mengetahui arah jawaban yang

dikehendaki pada aitem. Jawaban yang diberikan subjek akan banyak bergantung pada interpretasinya terhadap isi aitem. Jawaban yang diberikan atau dipilih subjek lebih bersifat proyeksi diri dan perasaannya dan merupakan gambaran tipikal reaksinya.

Skala stress yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres akademik yang diadopsi dari skala stres yang disusun oleh Besse Fatima Almira yang telah melewati expert judgement, berdasarkan gejala-gejala stress yang dikemukakan oleh Misra dkk, yaitu:

1. Gejala emosional, seperti: takut, gelisah, marah, muncul rasa bersalah, Marah, khawatir, gelisah, dan merasa sedih.
2. Gejala kognitif, seperti: timbulnya penilaian subjektif pada situasi yang dialami dan mencari strategi untuk menghadapi stress.
3. Gejala perilaku, seperti: keinginan untuk berlaku agresif, merokok dan cepat marah.
4. Gejala fisiologis, seperti sering berkeringat, gemetar, sakit kepala, penurunan dan kelebihan berat badan serta mengalami nyeri di beberapa bagian tubuh.

Adapun pemberian skor yang dilakukan untuk adalah pernyataan *Favorable* (pernyataan yang bersifat positif) skor tertinggi diberikan pada jawaban SS (Sangat setuju) = 5, S (Setuju) = 4, N (Netral) = 3, TS (Tidak setuju) = 2, STS (Sangat tidak setuju) = 1. Sebaliknya, untuk pernyataan *Unfavorabel* (pernyataan yang bersifat negatif) skor tertinggi akan diberikan pada jawaban STS (Sangat tidak Setuju) = 5, TS (Tidak setuju) = 4, N (Netral) = 3, S (Setuju) = 2, SS (Sangat setuju) = 1.

F. INSTRUMEN PENELITIAN

Instrumen penelitian ini berdasarkan gejala-gejala stress yang dikemukakan oleh Misra dkk, yang disusun oleh Besse Fatima Almira dan telah melewati expert judgement, dan diadopsi oleh peneliti.

Tabel 3.3 *Blue print* Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru sebelum Uji coba

Aspek	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Gejala emosional	1	6,16,19	4
Gejala kognitif	7, 9, 15	2, 10, 20	6
Gejala perilaku	3, 11, 13	8, 14, 18	6
Gejala fisiologis	5, 17	4, 12	4
Jumlah	9	11	20

G. Uji Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Validitas menurut Sugiyono (2012), instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur. Sedangkan menurut Azwar (2017) validitas mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya.

Tabel 3.4 *Blue print* Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru setelah Uji coba

Aspek	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Gejala emosional	-	6,16,19	3
Gejala kognitif	7, 9, 15	-, 10, 20	5
Gejala perilaku	3, 11, 13	8, 14, 18	6
Gejala fisiologis	5, 17	4, 12	4
Jumlah	8	10	18

Berdasarkan *blue Print* diatas dapat dilihat bahwa terdapat 18 aitem yang valid yaitu, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20. Sementara aitem yang tidak valid sebanyak 2 aitem yaitu, 1 dan 2.

2. Uji Reliabilitas

Azwar (2017) mengemukakan bahwa reabilitas mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengacu makna kecermatan pengukuran. Pengestimasi reabilitas terhadap hasil ukur skala psikologi dilakukan ketika aitem-aitem yang terpilih lewat prosedur analisis aitem telah dikompilasikan menjadi satu. Reabilitas dinyatakan oleh koefisien reabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reabilitasnya. Sebaliknya koefisien semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reabilitasnya. Koefisien reabilitas pada penelitian sebelumnya diperoleh nilai sebesar 0,872. Nilai tersebut masuk dalam kategori reabilitas dengan derajat keandalan tinggi.

Hasil analisis reliabilitas pada penelitian ini selanjutnya menggunakan *Alpha Cronbach's* dengan SPSS 21,0 *windows* berdasarkan ketentuan nilai signifikan $> 0,5$ adapun hasil yang di dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.762	18

Berdasarkan hasil Uji Reliabilitas variabel gambaran tingkat stres mahasiswa baru dengan jumlah aitem 18 diperoleh signifikan 0,762 dan

hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa 0,762. 0,5 sehingga data yang diperoleh reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam menggunakan uji statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagai mana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2012).

H. Jadwal Penelitian

Tabel 3.6 jadwal Penelitian

Kegiatan	Tahun 2018										
	Agustus	September			Oktober				November		Desember
		1	2	3	1	2	3	4	1	2	
Izin adaptasi skala											
Mendesain bentuk skala											
Memperbanyak jumlah skala											
Melakukan penelitian											

I. Persiapan penelitian

Persiapan Utama yang dilakukan peneliti sebelum mengambil data yaitu melakukan ijin peneltian dari fakultas peneliti yaitu Fakultas Psikologi universitas Bosowa untuk kemudian surat perijinan tersebut di setor bagian akedemik Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Makassar. Langkah selanjutnya dilakukan uji coba untuk mengetahui Validitas dan Reliabilitas skala. Skala diuji cobakan pada responden yang

merupakan Mahasiswa Baru peserta Praktikum FMIPA UNM yang berjumlah 221.

J. Pelaksanaan penelitian

Penelitian mengenai Gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa baru peserta praktikum Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Makassar. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada Laboratorium Kimia FMIPA UNM yang diikuti oleh mahasiswa jurusan biologi, fisika, kimia dan prodi IPA yang berlangsung selama kurang lebih dua bulan dimulai pada bulan oktober sampai november dengan total keseluruhan responden 221.

Penyebaran skala dilakukan secara langsung dalam setiap jadwal praktikum mahasiswa. Dalam penyebaran skala tersebut peneliti menyebarkan skala pada peserta praktikum dan menunggu hasil pengisian skala tersebut. Sehingga responden yang telah mengisi skala langsung dapat peneliti ambil untuk dilakukan skoring. Namun karena lamanya proses pelaksanaan praktikum hal tersebut yang membuat proses skoring terbilang lama. dengan total keseluruhan responden 221.

K. Pelaksanaan Skoring

Pemberian skor pada skala Penelitian mengenai Gambaran tingkat stres pada mahasiswa baru peserta praktikum pada FMIPA UNM dengan pilihan jawaban yang dipilih responden. Nilai-nilai tiap aitem antara 1-5 dengan *favorable* dan *unfavorable*. Skala yang telah diberikan nilai tiap aitemnya kemudian dijumlahkan skor tiap responden dalam skala yang telah dijawab.

Selanjutnya disusun tabulasi data untuk mencari koefisien validitas menggunakan *lisrel* 8,70 dan koefisien reliabilitas dengan bantuan SPSS 21,0 *for windows*.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Analisis Deskriptif

Analisis data dilakukan dengan statistik deskriptif yang bertujuan menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2012).

Hasil olahan analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan program SPSS 21.00 *for windows*. Untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM, peneliti menggunakan lima kategorisasi yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Adapun norma kategorisasi yang digunakan menurut (Azwar, 2017), yaitu :

Tabel 4.1 Pedoman kategorisasi yang digunakan dalam penelitian

Frekuensi	Kategori
$\mu \leq -1,5 \sigma$	Kategori sangat rendah
$-1,5 \sigma < \mu \leq -0,5 \sigma$	Kategori rendah
$-0,5 \sigma < \mu \leq +0,5 \sigma$	Kategori sedang
$+0,5 \sigma < \mu \leq +1,5 \sigma$	Kategori tinggi
$+1,5 \sigma < \sigma \mu$	Kategori sangat tinggi
Ket : μ : mean, σ : standar deviasi	

1. Deskripsi Data Penelitian gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru FMIPA UNM

Tabel 4.2 Deskripsi Data Penelitian gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru FMIPA UNM

Variabel	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM	221	18.83	8.05	30.32	3.24

Pada perhitungan data penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM, di peroleh skor minimal 8,05 dan skor maksimal 30,32 dengan standar deviasi 3,24.

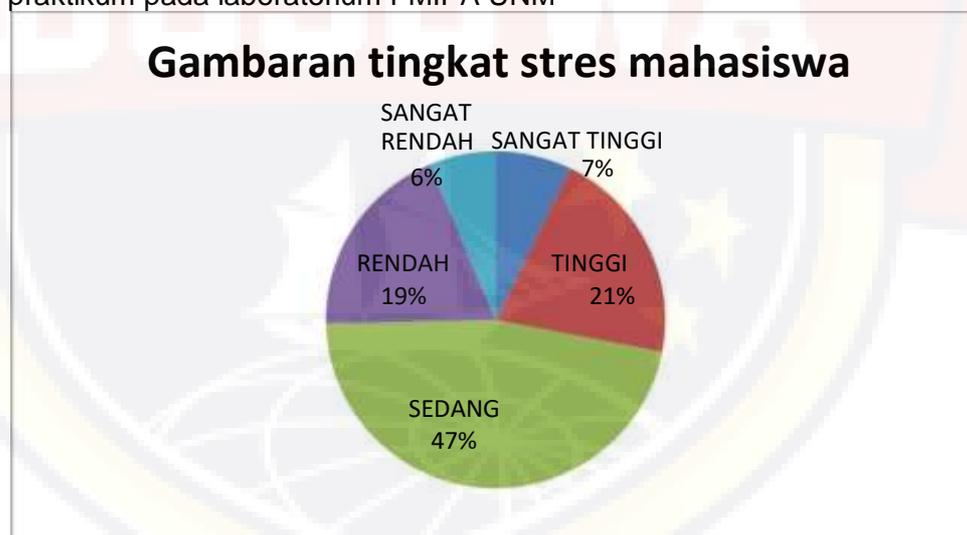
Data empirik pada perhitungan variabel Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada FMIPA, diperoleh skor minimal empirik adalah 8,05 dan skor maksimal empirik adalah 30,32. Rata-rata empiriknya diperoleh 18,83 dengan standar deviasi sebesar 3,24

Table 4.3 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.68$	14	6%	Sangat rendah
$23.68 \leq X < 20.45$	43	19%	Rendah
$20.45 \leq X < 17.21$	103	47%	Sedang
$17.21 \leq X < 13.97$	46	21%	Tinggi
$X \geq 13.97$	16	7%	Sangat tinggi

.Pada tabel distribusi frekuensi gambaran tingkat stres di atas dapat di jelaskan bahwa kategori sangat rendah memiliki skor 13.97, kategori rendah memiliki skor 13.97, kategori sedang memiliki skor 17.21, kategori tinggi memiliki skor 20.45, dan untuk kategori sangat tinggi memiliki skor 23.68. Berdasarkan kategori skor tersebut, maka dari 221 responden di peroleh subjek yang memberikan penilaian terhadap gambaran tingkat stres mahasiswa sebanyak 14 responden (6%) yang memiliki kategori sangat rendah, 43 responden (19%) yang memiliki kategori rendah, 103 responden (47%) yang memiliki kategori sedang, 46 responden (21%) yang memiliki kategori tinggi, 16 responden (7%) yang memiliki kategori sangat tinggi

Diagram 4.1 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM



Berdasarkan diagram diatas di peroleh hasil gambaran stres mahasiswa baru peserta praktikum laboratorium pada FMIPA UNM berada di kategori sedang dengan 103 responden (47%) dari dari total sampel 221.

Berdasarkan skor tersebut, maka dari 221 responden juga terdiri atas 40 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan 181 mahasiswa berjenis kelamin

perempuan. Gambaran tingkat stres mahasiswa laki-laki yang berada pada skor sangat rendah terdiri atas 2 responden (5%), skor rendah terdiri atas 14 responden (35%), skor sedang terdiri atas 15 responden (38%), skor tinggi terdiri atas 8 responden (20%), dan skor sangat tinggi terdiri atas 1 responden (2%). Sementara gambaran tingkat stres pada mahasiswa perempuan berada pada skor sangat rendah terdiri atas 12 responden (7%), skor rendah terdiri atas 28 responden (15%), skor sedang 88 responden (49%) , skor tinggi terdiri atas 38 repsonden (21%), dan skor sangat tinggi terdiri atas 15 responden (8%).

Diagram 4.2 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum berdasarkan jenis kelamin



a. Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan biologi

Tabel 4.4 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan biologi

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Biologi	86	18.81	12.31	25,29	3.07

Pada perhitungan data penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan biologi FMIPA UNM , di peroleh skor minimal 12,31 dan skor maksimal 25.29 dengan standar deviasi 3,07

Data empirik pada perhitungan variabel Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan biologi, diperoleh skor minimal empirik adalah 12,31 dan skor maksimal empirik adalah 25,29. Rata-rata empiriknya diperoleh 18,81 dengan standar deviasi sebesar 3,07

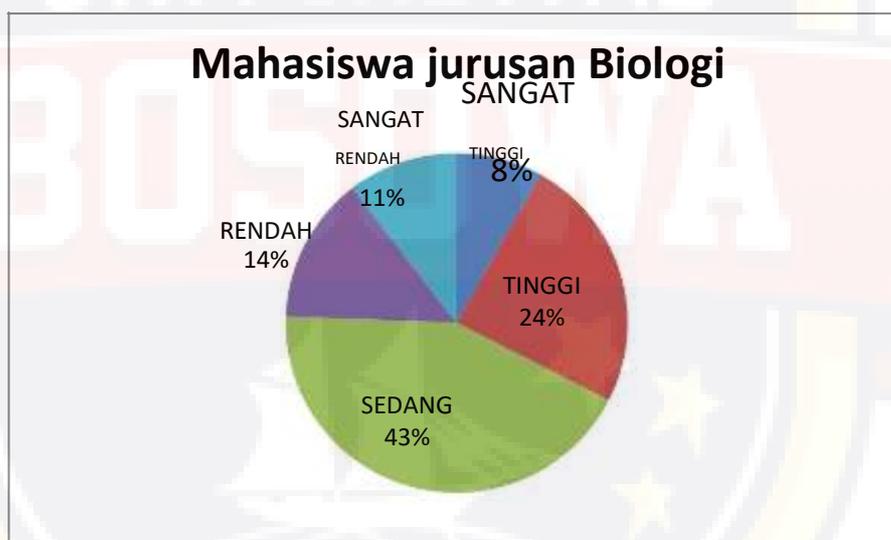
Table 4.5 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan Biologi

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.47$	9	11%	Sangat rendah
$23.47 \leq X < 20.35$	12	14%	Rendah
$20.35 \leq X < 17.27$	37	43%	Sedang
$17.27 \leq X < 14.20$	21	24%	Tinggi
≥ 14.20	7	8%	Sangat tinggi

Pada tabel distribusi frekuensi gambaran tingkat stres pada mahasiswa praktikum jurusan biologi di atas dapat di jelaskan bahwa kategori sangat rendah memiliki skor 14.20, kategori rendah memiliki skor 14.20, kategori sedang memiliki skor 17.27, kategori tinggi

memiliki skor 20.35, dan untuk kategori sangat tinggi memiliki skor 23.42. Berdasarkan kategori skor tersebut, maka dari 86 responden di peroleh subjek yang memberikan penilaian terhadap gambaran tingkat stres mahasiswa sebanyak 9 responden (11%) yang memiliki kategori sangat rendah, 12 responden(14%) yang memiliki kategori rendah, 37 responden (43%) yang memiliki kategori sedang, 21 responden (24%) yang memiliki kategori tinggi, 7 responden (8%) yang memiliki kategori sangat tinggi

Diagram 4.3 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa peserta praktikum jurusan biologi



Berdasarkan diagram diatas di peroleh hasil gambaran stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM fakultas biologi berada di kategori sedang dengan 37 responden (43%) dari total sampel 83.

b. Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan fisika

Tabel 4.6 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan Fisika

Variabel /Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Fisika	51	18.95	8.05	30.32	3.87

Pada perhitungan data penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan fisika FMIPA UNM diperoleh skor minima 8,05 dan skor maksimal 30,32 dengan standar deviasi 3,87.

Data empirik pada perhitungan variabel Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan fisika, diperoleh skor minimal empirik adalah 8,05 dan skor maksimal empirik adalah 30,32. Rata-rata empiriknya diperoleh 18,95 dengan standar deviasi sebesar 3,87.

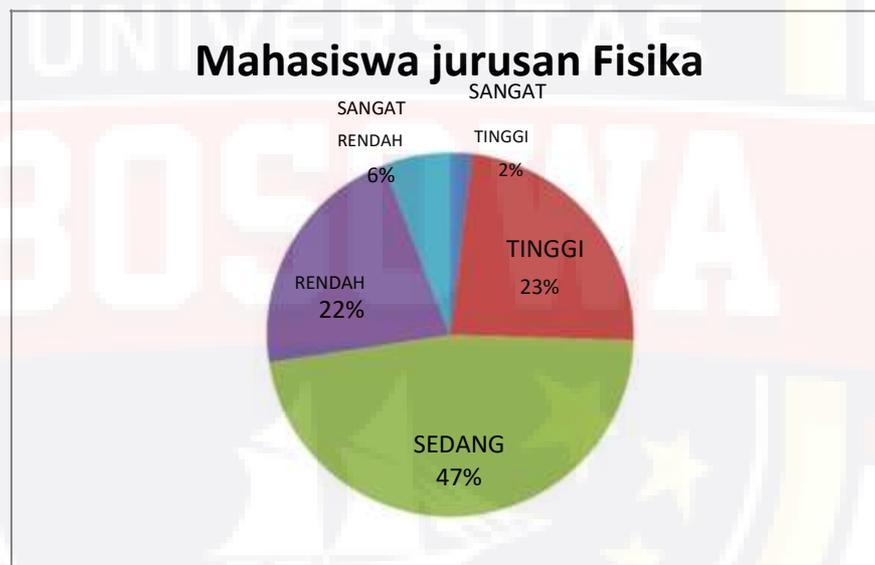
Table 4.7 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan fisika

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 24.76$	3	6%	Sangat rendah
$24.76 \leq X < 20.89$	11	22%	Rendah
$20.89 \leq X < 17.02$	24	47%	Sedang
$17.02 \leq X < 13.15$	12	23%	Tinggi
≥ 13.15	1	2%	Sangat tinggi

Pada tabel distribusi frekuensi gambaran tingkat stres pada mahasiswa praktikum fakultas fisika di atas dapat dijelaskan bahwa kategori sangat rendah memiliki skor 13.15, kategori rendah memiliki skor 13.15, kategori sedang memiliki skor 17.02, kategori tinggi memiliki skor 20.89, dan untuk kategori sangat tinggi memiliki skor

24.76. Berdasarkan kategori skor tersebut, maka dari 51 responden di peroleh subjek yang memberikan penilaian terhadap gambaran tingkat stres mahasiswa sebanyak 3 responden (6%) yang memiliki kategori sangat rendah, 11 responden(22%) yang memiliki kategori rendah, 24 responden (47%) yang memiliki kategori sedang, 12 responden (23%) yang memiliki kategori tinggi, 1 responden (2%) yang memiliki kategori sangat tinggi.

Diagram 4.4 Gambaran tingkat stres mahasiswa akademik baru peserta praktikum jurusan fisika



Berdasarkan diagram diatas di peroleh hasil gambaran stres mahasiswa baru peserta praktikum laboratorium FMIPA UNM,jurusan fisika berada di kategori sedang dengan 24 responden (47%) dari total sampel 51.

c. Deskripsi data tingkat stres akademik mahasiswa jurusan kimia

Tabel 4.8 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa urusan kimia

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Kimia	54	18,39	9,05	24,55	2,97

Pada perhitungan data penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan kimia FMIPA UNM diperoleh skor minimal 9,05 dan skor maksimal 24,55 dengan standar deviasi 2,97.

Data empirik pada perhitungan variabel Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada jurusan kimia, diperoleh skor minimal empirik adalah 9,05 dan skor maksimal empirik adalah 24,55 rata-rata empiriknya diperoleh 18,39 dengan standar deviasi sebesar 2,97

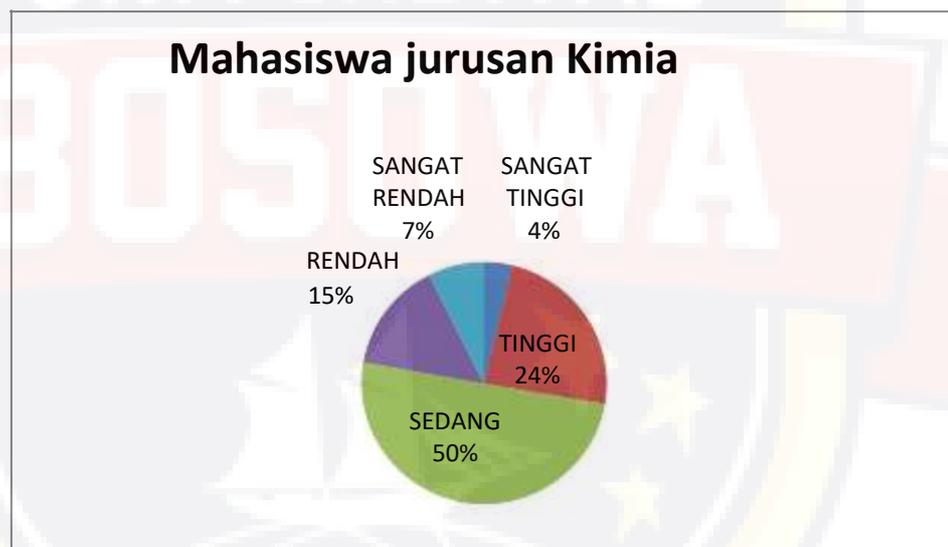
Table 4.9 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan Kimia

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 22.84$	4	7%	Sangat rendah
$22.84 \leq X < 19.87$	8	15%	Rendah
$19.87 \leq X < 16.90$	27	50%	Sedang
$16.90 \leq X < 13.97$	13	24%	Tinggi
≥ 13.97	2	4%	Sangat tinggi

Pada tabel distribusi frekuensi gambaran tingkat stres pada mahasiswa praktikum jurusan kimia di atas dapat dijelaskan bahwa kategori sangat rendah memiliki skor 13.97, kategori rendah memiliki skor 13.97, kategori sedang memiliki skor 16.90, kategori tinggi

memiliki skor 19.87, dan untuk kategori sangat tinggi memiliki skor 22.84. Berdasarkan kategori skor tersebut, maka dari 54 responden di peroleh subjek yang memberikan penilaian terhadap gambaran tingkat stres mahasiswa sebanyak 3 responden (7%) yang memiliki kategori sangat rendah, 8 responden (15%) yang memiliki kategori rendah, 27 responden (50%) yang memiliki kategori sedang, 13 responden (24%) yang memiliki kategori tinggi, 2 responden (4%) yang memiliki kategori sangat tinggi

Diagram 4.5 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa peserta praktikum jurusan Kimia



Berdasarkan diagram diatas di peroleh hasil gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum laboratorium FMIPA UNM, jurusan kimia berada di kategori sedang dengan 27 responden (50%) dari total sampel 54.

d. Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi IPA

Tabel 4.10 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi IPA

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Prodi IPA	30	19,46	15,90	29,22	3,02

Pada perhitungan data penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada Prodi IPA FMIPA UNM di peroleh skor minimal 15,90 dan skor maksimal 29,22 dengan standar deviasi 3,02.

Data empirik pada perhitungan variabel Gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum pada Prodi IPA diperoleh skor minimal empirik adalah 15,90 dan skor maksimal empirik adalah 29,22 Rata-rata empiriknya diperoleh 19,46 dengan standar deviasi sebesar 3,02.

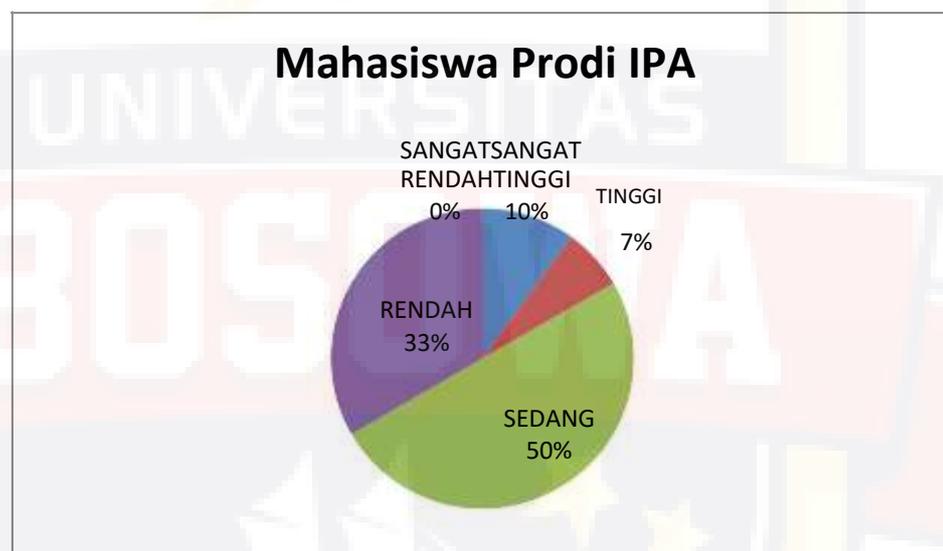
Table 4.11 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum prodi IPA

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.98$	0	%	Sangat rendah
$23.98 \leq X < 20.97$	10	13%	Rendah
$20.97 \leq X < 17.95$	15	50%	Sedang
$17.95 \leq X < 14.94$	2	7%	Tinggi
≥ 14.94	3	10%	Sangat tinggi

Pada tabel distribusi frekuensi gambaran tingkat stres pada mahasiswa praktikum fakultas IPA di atas dapat di jelaskan bahwa kategori sangat rendah memiliki skor 14.94, kategori rendah memiliki skor 14.94, kategori sedang memiliki skor 17.95, kategori tinggi memiliki skor 20.97, dan untuk kategori sangat tinggi memiliki skor 23.98. Berdasarkan kategori skor tersebut, maka dari 30 responden di

peroleh subjek yang memberikan penilaian terhadap gambaran tingkat stres mahasiswa sebanyak 0 responden (0%) yang memiliki kategori sangat rendah, 10 responden (33%) yang memiliki kategori rendah, 15 responden (50%) yang memiliki kategori sedang, 2 responden (7%) yang memiliki kategori tinggi, 3 responden (10%) yang memiliki kategori sangat tinggi.

Diagram 4.6 Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum prodi IPA



Berdasarkan diagram diatas di peroleh hasil gambaran stres mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM prodi IPA berada di kategori sedang dengan 15 responden (50%) dari total sampel 30.

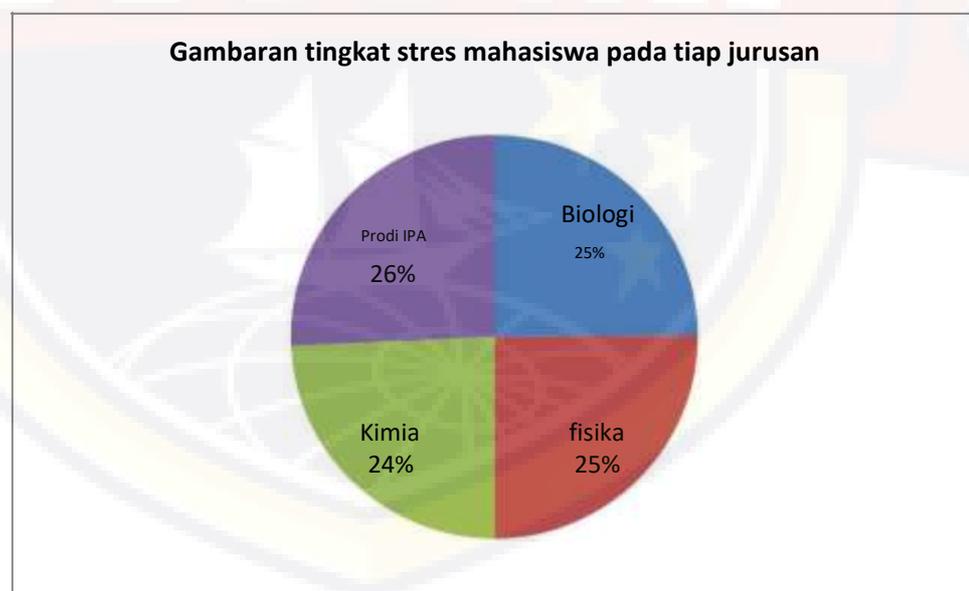
- e. Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa tiap jurusa/program studi FMIPA UNM**

Tabel 4.12 Deskripsi data penelitian gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada tiap jurusan FMIPA UNM

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Biologi	86	18,81	12,31	25,29	3,07
Fisika	51	18,95	8,05	30,32	3,87
Kimia	54	18,39	9,05	24,55	2,97
Prodi IPA	30	19,46	15,90	29,22	3,02

Dari tabel di atas dapat dilihat deskripsi data penelitian tingkat stres akademik mahasiswa tiap jurusan, dimana jika dibandingkan antar jurusan maka jurusan yang paling mengalami stres akademik adalah prodi IPA ini terlihat dari nilai meannya yang paling tinggi yaitu: 19,46.

Diagram 4.7 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada tiap jurusan/**program studi** FMIPA UNM



B. PEMBAHASAN

Hasil data deskriptif yang diperoleh pada skala gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum FMIPA UNM menunjukkan hasil bahwa subjek dalam penelitian ini yang berjumlah 221 orang mahasiswa dari jurusan Biologi, Fisika, Kimia, dan IPA secara keseluruhan berada pada tingkat stres kategori sedang dengan 103 responden (47%).

Dalam penelitian ini stres yang dialami mahasiswa disebut dengan stres akademik. (Misra & McKean, 2000). mengemukakan stres akademik merupakan persepsi mahasiswa terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkannya.

Stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan akademik mahasiswa, berupa ketegangan-ketegangan yang bersumber dari faktor akademik yang dialami mahasiswa dalam hal ini kegiatan praktikum pada laboratorium, sehingga mengakibatkan terjadinya distorsi pada pikiran mahasiswa dan mempengaruhi fisik, emosi, dan tingkah laku. Banyak peneliti menyimpulkan bahwa ujian, praktikum, dan tugas-tugas kuliah yang lain memicu timbulnya stres yang berhubungan dengan peristiwa akademis (Taylor, dalam Luh 2012).

Sementara menurut (Lazarus dalam Lumongga, 2009) stres merupakan bentuk interaksi antara individu dengan lingkungan, yang dinilai individu sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimilikinya, serta mengancam kesejahteraannya. Dengan kata lain, stres merupakan fenomena individual dan menunjukkan respon individu terhadap tuntutan lingkungan.

Adapun penelitian ini menemukan tingkat stres akademik mahasiswa secara umum berada pada kategori sedang yang berarti stres yang terjadi pada mahasiswa peserta praktikum bukan karena tugas praktikum saja tapi juga karena proses adaptasi bagi mahasiswa baru dengan lingkungan dan tuntutan akademik yang berbeda saat SMA, sehingga mahasiswa baru yang mampu beradaptasi dengan baik hal ini bukan masalah, namun tidak sedikit mahasiswa yang sulit beradaptasi dengan lingkungan yang baru hingga kondisi ini berdampak pada diri mereka yang bisa memicu terjadinya stres baginya.

Hal tersebut di atas didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Bania dan Dwi yang dimuat dalam jurnal psikologi pendidikan dan konseling (2018), yang menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan tingkat stres pada mahasiswa baru, dengan kata lain dapat dikatakan bahwa semakin baik tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik seorang mahasiswa, maka akan semakin rendah derajat stres yang dialaminya.

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan hasil wawancara peneliti dengan beberapa mahasiswa angkatan sebelumnya yang menyatakan bahwa pada semester berikutnya tugas praktikum bukan masalah lagi bagi mereka karena menyadari bahwa hal tersebut adalah wajar dalam proses akademik.

Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, dari 40 mahasiswa laki-laki juga pada kategori sedang dengan jumlah responden 15 (38%), sedangkan dari 181 mahasiswa berjenis kelamin perempuan berada pada kategori sedang dengan jumlah responden 88 (49%), hal ini didukung oleh (Risdiantoro, R dkk

2016) bahwa rata-rata skor tertinggi stres akademik dialami oleh subjek perempuan.

Jika dilihat berdasarkan jurusan, maka jurusan biologi dengan 86 mahasiswa berada di kategori sedang dengan jumlah responden 37(43%), jurusan Fisika dengan 51 mahasiswa berada di kategori sedang dengan jumlah responden 24(47%), jurusan Kimia dengan 54 mahasiswa berada di kategori sedang dengan jumlah responden 27(50%), Prodi IPA dengan 30 mahasiswa berada di kategori sedang dengan jumlah responden 15(50%).

Sementara jika urutkan berdasarkan peringkat maka dapat dilihat dari nilai meannya dimana mahasiswa prodi IPA adalah prodi yang paling tinggi tingkat stres akademiknya dengan nilai mean 19,46, disusul mahasiswa jurusan fisika dengan nilai mean 18,95, kemudian mahasiswa jurusan biologi dengan nilai mean 18,81 dan terakhir adalah mahasiswa jurusan kimia dengan nilai mean 18,39.

Berdasarkan kategori yang di peroleh, peneliti berpendapat bahwa tingkat stres sedang dengan prosentase dan tingkat stres akademik yang berbeda terkait dengan apa yang di alami mahasiswa fakultas FMIPA berkaitan dengan gejala-gejala stres yang menjadi aspek penelitian ini, dimana gejala emosional, kognitif, perilaku, dan fisiologis mempengaruhi mahasiswa dalam proses perkuliahan, dan juga kegiatan akademik lainnya yang berbeda yang dilakukan setiap jurusan, dikarenakan tiap mahasiswa menghadapi tuntutan yang berbeda pada jurusan yang dipilihnya.

Adapun kategori stress sedang yang di alami tiap jurusan ini masih dapat di atasi sesuai kemampuan mahasiswa tersebut beradaptasi dengan lingkungan yang baru baginya, hal ini diungkapkan oleh beberapa mahasiswa

semester berikutnya yang peneliti wawancarai terkait stres, beberapa mahasiswa mengatakan bahwa walaupun pada semester 1 mereka cukup merasa stress menjalani tugas-tugas terkait praktikum karena selain mereka sebagai mahasiswa baru yang belum terbiasa dengan kondisi di laboratorium, mereka juga harus menjalani segala tugas-tugas dari matakuliah lainnya, namun pada semester 2 mereka sudah dapat beradaptasi dan menyadari kalau hal itu adalah biasa dalam proses perkuliahan dan berusaha untuk bisa menjalani dan mencari solusi jika ada masalah.

Hasil wawancara tersebut di atas didukung pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Fuad dkk, (2013) yang menyimpulkan bahwa semakin tinggi kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru di perguruan tinggi, maka akan semakin rendah stres psikologi yang dialaminya dan begitu pula sebaliknya semakin rendah kemampuan penyesuaian dirinya semakin tinggi stres psikologinya.

Dari uraian di atas hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres mahasiswa baru peserta praktikum pada FMIPA UNM berada pada kategori sedang.

C. LIMITASI PENELITIAN

Peneliti mengakui bahwa penelitian ini tidak terlepas dari kelemahan dan keterbatasan selama melakukan penelitian, hal ini akan peneliti ungkapkan agar menjadi hal yang perlu di pertimbangkan bagi pihak yang ingin meneliti tentang hal yang sama demi kesempurnaan penelitian selanjutnya tersebut, diantaranya adalah:

1. Teori atau literatur tentang stres akademik yang peneliti gunakan dalam penelitian ini lebih banyak bersumber dari jurnal akibatnya pembahasan

mengenai stres akademik, khususnya gejala stres akademik dalam *blue print* tersebut masih dianggap kurang.

2. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini dianggap kurang oleh peneliti sehingga aspek-aspek yang dapat menyebabkan stres akademik pada mahasiswa tidak banyak yang tercakup dalam penelitian ini.
3. Tempat pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada laboratorium kimia FMIPA UNM sehingga fenomena dan sistem pelaksanaan paraktikum yang peneliti amati adalah yang terjadi pada laboratoriu kimia tanpa melihat fenomena dan sistem pelaksanaan praktikum pada laboratorium lainya seperti: laboratorium biologi, laboratorium fisika dan laboratorium IPA dimana populasi dari penelitian ini termasuk mahsiswa baru dari ketiga jurusan ini, padahal hal ini kemungkinan akan memberi efek yang berbeda pada tingkat stres akadeik mahasiswa FMIPA UNM.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “**Gambaran Tingkat Stres akademik Mahasiswa Baru Peserta Praktikum Pada Laborototium FMIPA UNM** ” yang dilakukan melalui penyebaran skala dari 221 responden, maka dapat disimpulkan yaitu:

1. Berdasarkan hasil penelitian gambaran tingkat stress mahasiswa baru peserta praktikum pada laborototium FMIPA UNM dengan jumlah keseluruhan yaitu 221 responden berada pada kategori sedang dengan jumlah 103 (47%) responden
2. Hasil gambaran tingkat stress mahasiswa baru peserta praktikum pada laborototium FMIPA UNM dengan jumlah keseluruhan yaitu 221 responden berdasarkan jenis kelamin dimana laki-laki berada pada kategori sedang dengan 15 (38%) responden sementara mahasiswa perempuan juga berada pada kategori sedang dengan 88 (49%) responden.
3. Hasil gambaran tingkat stress mahasiswa baru peserta praktikum pada laborototium FMIPA UNM berdasarkan jurusan, adalah jurusan biologi berada pada kategori sedang dengan 37 (43%) responden dari 86 subjek, jurusan Fisika berada pada kategori sedang dengan 24 (47%) responden dari 51 subjek, prodi IPA berada pada kategori sedang dengan 15 (50%) responden 30 subjek, dan jurusan Kimia berada pada kategori sedang dengan 27 (50%) responden dari 54 subjek.

4. Hasil gambaran tingkat stress mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratotium FMIPA UNM jika dilihat dari nilai meannya maka mahasiswa jurusan biologi dengan nilai mean 18,81 merupakan jurusan yang mahasiswanya paling tinggi tingkat stres akademiknya dibanding mahasiwa jurusan lain yang menjalani praktikum.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut;

1. Bagi mahasiswa

Stres merupakan keadaan yang tidak bisa dipungkiri akan di alami pada tiap individu, terlebih jika tuntutan hidup semakin meningkat serta faktor eksternal dan internal terhadap lingkungan, seperti hanya mahasiswa baru peserta praktikum pada fakukultas FMIPA UNM kegiatan dan tuntutan praktikum tiap jurusan bisa saja membuat mahasiswa mengalami stress, untuk itu peneliti menyarankan agar mahasiswa dapat memahami gejala-gejala yang akan muncul, namun jika stress tersebut tak dapat dipungkiri setidaknya mahasiswa dapat menagani stres tersebut dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif menyenangkan, yang bisa saja berbeda bagi tiap mahasiswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Membahas mengenai tingkat stres adalah topik yang sangat luas untuk itu bagi penelti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan topik yang sama diharapkan mampu meneliti variabel terkait secara lebih meluas guna memperkaya penelitian terkait tingkat stres tidak hanya pada mahasiswa

tapi bisa pada masyarakat luas. Di harapkan juga bagi peneliti selanjutnya agar lebih mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian dengan sebaik dan semaksimal mungkin baik dari segi materi, teori, waktu dan tempat, serta instrument yang akan di gunakan.



DAFTAR PUSTAKA

- Azmy, Nurihsan dan Yudha. (2017). *Deskripsi Gejala Stres Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat*. Indonesia Journal Of Edukation Counseling, Volume.1 NO. 2. Bandung.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. pustaka pelajar. Edisi III Yogyakarta
- Bania. dan Dwi. (2018) *Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik*, Jurnal kajian psikologi pendidikan dan konseling volume 4, NO 2., Universitas Negeri Makassar.
- Enik, NK. (2012). *Berfikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis*. Jurnal psikologi 67, volume. 39, NO. 1. Jogjakarta.
- Fuad, F,T., Zarfiel, Miranda. D. (2013). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Diperguruan Tinggi dan Stres Psikologi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi*. Universitas Indonesia. Jakarta
- Hanna. (2012). *Relaksasi untuk Mengurangi Stres pada Penderita Hipertensi Esensial*. Humanitas Volume 12, NO 1, Pati
- Ifdi, I., Barseli, M. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. Jurnal konseling dan pendidkan. Universitas Negeri Padang.
- Luh, Suranadi. (2012). *Manajemen Stres Mahasiswa Baru*, Jurnal kesehatan prima Volume. 6, NO. 2, Mataram.
- Lumongga. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. KENCANA: Jakarta
- Mashudi, F. (2012). *Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling*. IRCISOD. Jogjakarta.
- Misra, R. & Castilo, L, G. (2004). *Academic stress among college student: Comparison of America and international studets. International Journal of stres management*.
- Misra, R. & McKean, M. West, S. & Russo,T. (2000). *Academic stress of college studets: comparison of student and faculty persepcions. College Student Journal*.
- Mulyadi, (2004). *Fungsi dan Peran Dosen PA STAIN Malang*. Jurnal psikoislamika.
- Nurmaliyah.F. (2014). *Menurunkan Stres Siswa dengan Menggunakan Teknik Self-Instruction*. Jurnal Pendidikan Humaniora, Volume. 2 NO.3, Malang.

Rahmawati,S., Ayu, M. I., & Sabandi, M. (2017). *Pengaruh Tekanan Akademik Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.* universitas sebelas Maret. Surakarta.



- Rindang,G,. Sri, H., Anita, L. (2006). *Hubungan antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. jurnal psikologi universitas Diponegoro, Volume 3, NO 2. Semarang.
- Risdiantoro, R., Iswinandar., Hasanati, N. (2016). *Seminar Asean Psycology & Humanity, Pschology Forum* Uiversitas Muhammadiyah Malang.
- Saniskoro, B, S, R., Akmal, S, Z. (2017). *Peranan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Perantau di Jakarta*. Jurnal Psikologi Ulayat, Volume 4, No.1. Jakarta.
- Slamet, R., Sri, S., Rahmawati, NM,. (2017). *Gambaran Tingkat Stres dan Indikator Stres pada Remaja yang Melakukan Pernikahan Dini Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong Kabupaten Bandung Barat*. Program Studi III Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Stuart dan Laraia, (2005). *Psikologi Praktis :Anak Remaja dan Keluarga*. : PT. BPK Gunung Mulia. Jakarta.
- Sugiyono.(2012). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Zelika, A. Koagouw.F. Tangkudung, (2017). *Persepsi Tentang Perayaan Pengucapan Syukur Minahasa (Studi Komunikasi Antar budaya Pada Mahasiswa Luar Sulawesi Utara di FISPOL UNSRAT)*. e Journal"Acta Diurna" Volume VI NO. 1, Manado.



LAMPIRAN 1
BLUE PRINT SKALA

Tabel 3.3 *Blue print* Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru sebelum Uji coba

Aspek	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Gejala emosional	1	6,16,19	4
Gejala kognitif	7, 9, 15	2, 10, 20	6
Gejala perilaku	3, 11, 13	8, 14, 18	6
Gejala fisiologis	5, 17	4, 12	4
Jumlah	9	11	20

Tabel 3.4 *Blue print* Skala gambaran tingkat stress mahasiswa baru setelah Uji coba

Aspek	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Gejala emosional	-	6,16,19	3
Gejala kognitif	7, 9, 15	-, 10, 20	5
Gejala perilaku	3, 11, 13	8, 14, 18	6
Gejala fisiologis	5, 17	4, 12	4
Jumlah	8	10	18



LAMPIRAN 2
SKALA PENELITIAN

AitemPernyataan

NO	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1	Saya takut tidak dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu.					
2	Permasalahan yang saya hadapi membuat saya lebih maksimal dalam mengerjakan tugas praktikum.					
3	Saya menghujat asisten praktikum yang memberi tugas terlalu banyak.					
4	Nafsu makan saya tetap terjaga meskipun menghadap itu gas praktikum yang padat.					
5	Saya sulit mengontrol gerak nafas saat asisten praktikum memberikan pertanyaan spontan.					
6	Saya dapat menyelesaikan hambatan tugas praktikum dengan baik.					
7	Saya tidak yakin mendapatkan nilai maksimal.					
8	Saya tetap bersemangat menghadapi tugas praktikum.					
9	Saya merasa terbebani oleh tugas praktikum					
10	Masalah belajar justru menjadi motivasi bagi saya dalam mengerjakan tugas praktikum.					
11	Jika saya marah saya menyakiti diri sendiri.					
12	Saya tidak mengalami gangguan sakit kepala meskipun tugas praktikum menumpuk					
13	Saya mengombrak-abrik barang-barang disekitar saya ketika tugas praktikum tidak selesai.					
14	Saya tetap santai saat menghadapi ujian praktikum					
15	Saya belum siap mengerjakan tugas praktikum.					
16	Saya mampu mengolah kemarahan saya.					
17	Saya mengalami sakit kepala ketika tidak dapat menyelesaikan tugas praktikum.					
18	Saya tetap tersenyum saat menghadapi tugas praktikum yang berat sekalipun.					
19	Saya tetap tenang dalam melaksanakan tugas praktikum, sekalipun jumlahnya banyak.					
20	Masalah belajar adalah hal yang wajar terjadi dalam perkuliahan.					

☺☺☺TerimaKasih☺☺☺

IDENTITAS RESPONDEN

Nama/Inisial :
 Jeniskelamin :
 Usia :
 Jurusan :

Petunjuk:

Pilihlah salah satu alternatif jawaban yang anda anggap mewakili diri anda saat mengikuti praktikum dengan memberikan tanda centang pada salah satu kolom jawaban yang disediakan.

Keterangan:

STS: Sangat tidak setuju

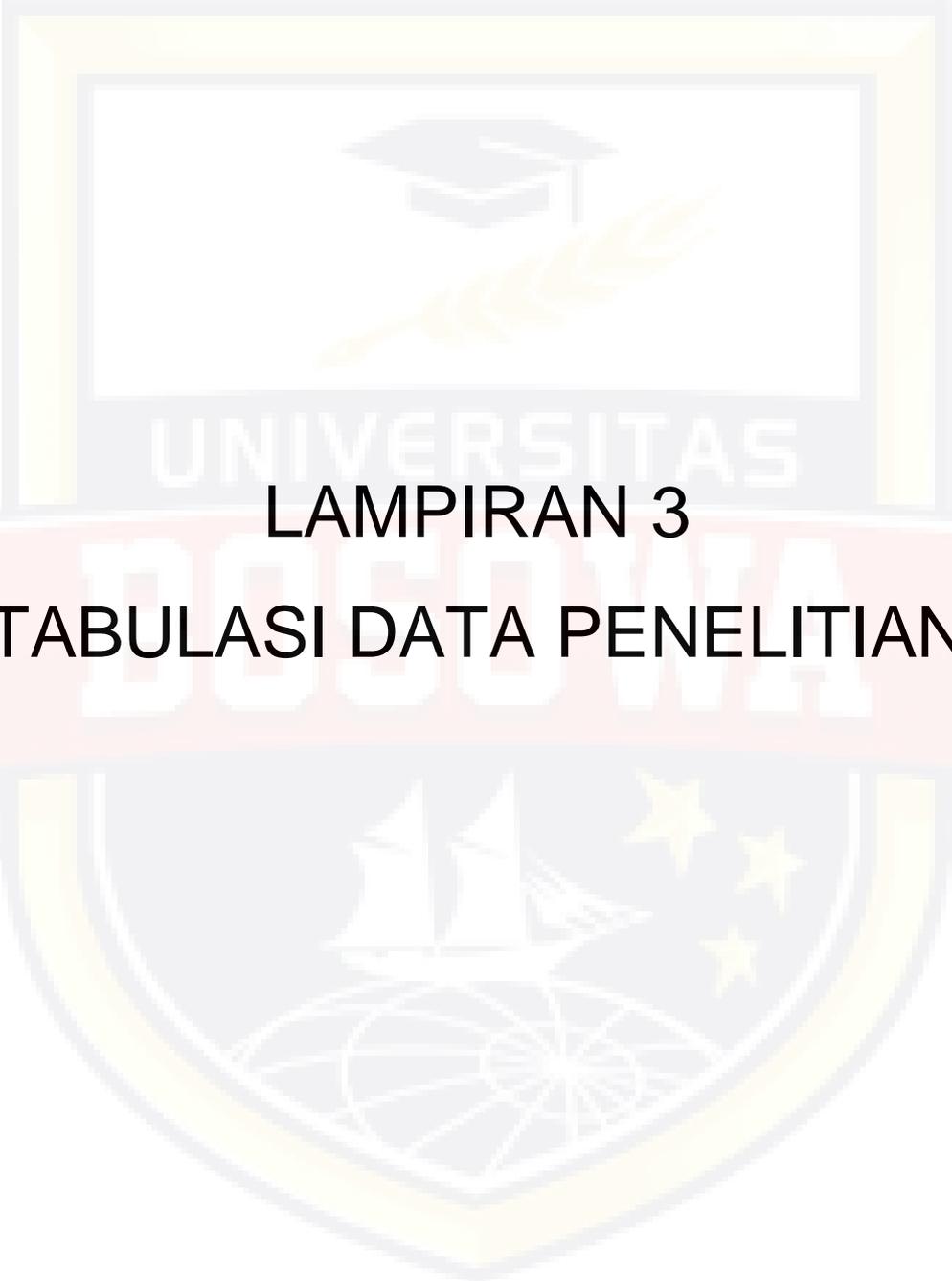
TS: Tidak setuju

N: Netral

S: Setuju

STS : Sangat tidak setuju

Pemberian skala pada anket ini semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan oleh karena itu diharapkan anda memberi jawaban sejujurnya sesuai dengan kondisi anda.



LAMPIRAN 3
TABULASI DATA PENELITIAN

NO	SUBIEK	JUR/ PRODI	JENIS KELAMIN	USIA (THN)	AITEM																TOTAL				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		17	18	19	20
33	Dian H.	BIOLOGI	P	18	5	2	2	5	4	3	2	2	3	2	1	5	2	4	4	2	4	3	4	1	60
34	TWAST	BIOLOGI	P	18	5	2	1	5	3	2	4	2	3	2	1	5	1	5	3	3	5	1	3	1	57
35	St Nurul F.	BIOLOGI	P	18	5	1	1	3	4	3	3	2	4	2	1	3	1	3	4	2	4	2	4	1	53
36	Ainun F. U.	BIOLOGI	P	18	5	2	3	3	2	4	1	2	3	2	1	5	1	2	1	2	4	1	1	1	46
37	Ade W. M.	BIOLOGI	P	18	5	2	1	3	2	2	4	3	2	4	3	2	1	2	1	1	2	1	1	1	42
38	Nurfadillah	BIOLOGI	P	18	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	2	3	3	2	3	3	2	2	57
39	AA	BIOLOGI	P	18	5	3	2	1	4	3	2	3	4	2	5	1	3	1	3	3	4	2	3	2	56
40	YRK	BIOLOGI	P	18	4	1	4	5	3	3	3	4	4	3	5	5	3	4	3	2	5	3	2	1	67
41	Nand	BIOLOGI	P	18	5	2	3	5	3	4	4	3	4	3	2	5	3	2	4	4	5	3	1	1	66
42	SS	BIOLOGI	P	18	5	3	4	5	4	3	3	2	4	3	1	4	3	2	3	2	4	3	4	2	65
43	Sari K	BIOLOGI	P	18	4	1	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	4	2	2	4	3	3	2	52
44	AA	BIOLOGI	P	18	4	3	4	5	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	2	67
45	Ria	BIOLOGI	P	18	5	2	3	5	5	2	4	2	3	3	2	5	3	4	2	3	5	4	3	1	66
46	A. Fatimah	BIOLOGI	P	18	5	3	3	2	4	3	4	2	3	3	2	4	5	5	3	3	4	4	4	2	68
47	Sofiatu N.	BIOLOGI	P	18	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	2	4	3	3	1	47
48	A St Nurhafidzah	BIOLOGI	P	18	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	4	3	3	2	48
49	WNA	BIOLOGI	P	18	3	4	2	5	2	2	2	2	2	2	1	5	1	2	1	1	3	3	2	2	47
50	Dian P.	BIOLOGI	P	18	4	1	3	4	3	2	4	1	3	2	4	3	2	3	3	2	4	2	3	1	54
51	Masyita N. J.	BIOLOGI	P	18	5	1	3	3	3	3	1	2	3	3	1	4	1	5	1	1	5	2	3	1	51
52	Yulianti	BIOLOGI	P	18	5	4	5	3	5	3	3	2	1	2	2	3	2	4	2	3	2	2	2	2	57
53	Ratna I.	BIOLOGI	P	18	4	2	2	5	4	2	3	2	1	1	1	3	3	3	3	4	3	3	3	1	53
54	Feby F. R.	BIOLOGI	P	18	5	1	1	3	3	2	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	41
55	Rani R.	BIOLOGI	P	18	5	2	1	2	3	2	2	2	3	1	5	4	5	3	3	4	5	3	3	1	59
56	IME	BIOLOGI	P	18	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	4	1	3	3	3	4	2	2	1	51
57	Sri W.	BIOLOGI	P	18	5	1	1	3	2	1	1	1	1	2	1	4	4	4	1	1	4	3	5	1	46
58	Dewi A. S.	BIOLOGI	P	18	5	1	2	3	4	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	1	39
59	Dian R.	BIOLOGI	P	18	5	1	1	3	2	3	2	3	5	3	1	5	5	2	3	1	5	3	4	1	58
60	Andi tenri Uji	BIOLOGI	P	18	4	1	3	3	4	2	4	1	2	1	1	3	1	3	2	1	3	2	2	1	44
61	Nurul ummi	BIOLOGI	P	18	5	2	2	3	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	4	3	2	2	1	54
62	AMI	BIOLOGI	P	18	4	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	1	44
63	lin A. Sari	BIOLOGI	P	18	5	2	1	2	3	3	4	2	3	2	1	3	1	4	3	2	4	3	3	1	52
64	Sri Lestari W.	BIOLOGI	P	18	4	2	2	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	4	2	3	4	1	2	1	53

NO	SUBJEK	JUR/ PRODI	JENIS KELAMIN	USIA (THN)	AITEM																				TOTAL	
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
97	Immanuel I R.	FISIKA	L	18	4	2	2	5	3	2	3	2	2	2	2	4	1	3	3	3	3	4	4	2	56	
98	SG	FISIKA	L	19	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
99	Zainuddin	FISIKA	L	19	2	1	2	4	2	3	4	5	5	5	4	3	2	2	2	1	1	1	1	1	54	
100	Syriaffuddin	FISIKA	L	19	5	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	3	1	4	2	2	3	2	2	1	46	
101	Rasriwani	FISIKA	P	17	5	3	1	3	3	2	4	4	3	5	3	5	4	3	1	4	4	3	3	1	64	
102	Fatimah A Z S	FISIKA	P	17	4	4	2	4	3	3	3	2	2	2	5	2	1	4	2	2	4	2	2	1	54	
103	Nisa R. Adam	FISIKA	P	17	5	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	
104	Raisa Ardiana	FISIKA	P	17	5	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	2	2	3	3	2	1	53	
105	Nurhaeda S.	FISIKA	P	17	5	1	4	4	3	2	2	2	2	1	1	4	1	3	2	3	3	3	1	1	48	
106	Mega Selfi	FISIKA	P	18	5	4	1	5	1	1	3	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	4	2	5	49	
107	Dwi Anni A.	FISIKA	P	18	5	2	3	5	4	3	4	2	3	2	1	4	1	2	3	2	5	2	1	1	55	
108	Yulprista P.	FISIKA	P	18	5	1	3	3	2	2	3	1	3	1	2	3	1	3	2	3	2	5	4	3	1	51
109	Nurfadhilah	FISIKA	P	18	4	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	5	2	3	2	2	5	3	3	2	56	
110	Ana	FISIKA	P	18	4	3	2	4	3	3	2	1	3	1	1	4	4	4	2	3	4	2	3	1	54	
111	Ani	FISIKA	P	18	4	2	3	4	3	3	2	2	3	2	1	3	2	4	2	3	4	4	3	2	56	
112	Ayu	FISIKA	P	18	5	2	1	4	3	3	2	1	3	2	1	3	1	2	2	1	4	3	2	2	47	
113	SRAR	FISIKA	P	18	5	1	1	3	1	1	1	1	3	1	3	4	1	1	3	4	5	1	1	1	42	
114	Selena G.	FISIKA	P	18	5	5	5	4	5	1	4	3	5	5	1	5	5	1	5	2	5	1	1	1	69	
115	Celine Dion	FISIKA	P	18	5	3	5	4	2	4	5	4	5	4	4	5	3	2	3	5	5	5	5	2	80	
116	Altair	FISIKA	P	18	5	3	3	5	4	4	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	4	4	1	62	
117	Asiah Balqis	FISIKA	P	18	2	4	1	5	3	5	1	2	2	3	2	3	1	4	1	3	3	2	1	3	51	
118	Rizha M.	FISIKA	P	18	1	4	5	5	3	5	1	3	5	1	1	3	1	3	1	1	3	1	1	1	49	
119	Hernasih A R	FISIKA	P	18	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	2	5	3	4	4	63	
120	AZN	FISIKA	P	18	2	3	1	4	1	2	3	2	2	2	2	4	2	3	1	2	3	3	3	5	49	
121	UMU	FISIKA	P	18	4	3	2	3	4	2	4	2	3	2	1	4	2	5	2	3	4	2	2	2	56	
122	Sitti Magfirah	FISIKA	P	18	5	1	2	5	4	3	4	1	2	3	1	5	4	3	1	1	4	3	3	1	56	
123	Bs Elmha I	FISIKA	P	18	3	3	3	4	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	5	3	3	2	46	
124	Muhalladah	FISIKA	P	18	5	3	2	4	1	2	1	1	3	2	1	3	1	4	1	2	5	2	4	1	48	
125	Riska A Syam	FISIKA	P	18	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	4	2	2	4	2	3	1	54	
126	NF	FISIKA	P	18	4	1	4	3	4	3	3	1	4	1	1	3	1	4	3	2	3	2	2	1	50	
127	Fina	FISIKA	P	18	5	3	4	5	4	2	3	2	4	1	1	5	1	1	3	4	5	1	2	1	57	
128	Desti N	FISIKA	P	18	5	1	2	4	3	3	4	2	2	2	2	2	4	4	2	3	4	2	4	2	57	

NO	SUBJEK	JUR/ PRODI	JENIS KELAMIN	USIA (THN)	AITEM																				TOTAL		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
129	Asviranti	FISIKA	P	18	5	3	2	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	49
130	Mita Elvi D	FISIKA	P	18	4	3	2	4	4	1	3	2	2	4	1	4	1	5	4	2	4	2	2	4	2	2	56
131	TA	FISIKA	P	18	4	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	61	
132	LB	FISIKA	P	18	4	2	3	2	3	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	59
133	Annisah	FISIKA	P	18	2	4	2	4	5	3	3	2	4	4	1	5	3	5	1	3	1	3	1	4	4	3	63
134	HR	FISIKA	P	19	5	2	1	4	3	1	2	1	3	3	3	2	2	4	2	1	3	1	2	1	2	2	47
135	Sri	FISIKA	P	19	5	1	2	3	2	4	3	2	5	2	3	4	1	4	3	2	4	2	2	4	2	2	56
136	Fajrianti H	FISIKA	P	19	5	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	5	2	4	3	3	4	2	4	2	4	1	58
137	Hasriani	FISIKA	P	19	4	4	3	5	5	3	4	3	2	4	1	5	3	5	2	1	5	4	5	4	5	1	69
138	Muh Rifki	IPA	L	18	5	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	5	1	4	4	4	4	2	3	2	3	1	60
139	Rahman	IPA	L	18	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	1	1	1	3	3	2	3	2	3	1	42
140	M	IPA	L	18	5	2	2	4	3	3	3	1	4	1	5	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	1	56
141	Agung	IPA	L	18	5	2	3	4	3	1	1	1	2	2	1	2	5	5	4	1	1	2	1	2	2	1	48
142	Baso Muh S	IPA	L	19	3	1	3	4	5	4	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	1	5	4	1	75
143	Marwana S	IPA	P	17	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	53
144	Shelini	IPA	P	17	4	4	3	4	2	3	4	2	3	4	1	2	1	2	2	2	2	2	3	4	4	1	53
145	Ayustra Fadly	IPA	P	17	4	2	3	3	5	3	2	1	3	1	1	4	2	3	4	3	4	1	3	4	1	53	
146	Nurul I	IPA	P	17	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	5	3	3	4	1	2	2	2	2	2	3	49
147	H	IPA	P	17	5	2	3	2	4	3	1	2	3	2	5	2	2	4	4	3	3	3	3	4	1	58	
148	Annisa M	IPA	P	18	5	1	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	61
149	Karisma K	IPA	P	18	5	3	3	4	2	3	1	2	3	2	4	3	1	3	3	2	2	1	3	3	3	3	53
150	St Nur Aisyah	IPA	P	18	5	2	1	1	4	5	5	2	3	1	1	2	1	2	3	3	4	2	3	4	2	3	52
151	MS	IPA	P	18	5	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	54
152	Fauziah	IPA	P	18	5	2	2	4	2	3	2	1	2	1	2	4	2	4	2	3	3	4	3	3	4	1	52
153	Riska Taruk M	IPA	P	18	5	1	1	3	4	3	2	1	3	2	2	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	1	50
154	Khusnul F I	IPA	P	18	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	52
155	Milla Lanti	IPA	P	18	5	1	3	2	1	4	1	1	3	1	3	3	1	4	2	2	3	3	4	3	4	1	48
156	H A	IPA	P	18	4	3	2	4	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	55
157	Ana Amalya	IPA	P	18	2	4	2	4	3	2	2	2	3	2	3	4	2	5	2	3	3	2	3	2	2	1	53
158	Nidiya N M	IPA	P	18	3	1	1	4	5	2	3	1	4	1	1	3	1	4	2	2	5	3	4	5	3	4	55
159	Selviana Nur I	IPA	P	18	5	1	2	5	2	3	2	2	2	3	1	4	2	3	2	2	4	2	4	2	3	1	51
160	Avizah Bin H	IPA	P	18	5	3	3	1	3	2	2	2	2	2	1	3	1	3	2	2	3	4	4	3	2	1	48

NO	SUBIEK	JUR/ PRODI	JENIS KELAMIN	USIA (THN)	AITEM																				TOTAL
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
161	Nur Azizah A B	IPA	P	18	5	2	1	3	2	3	1	2	2	1	2	3	1	3	2	3	4	3	1	47	
162	Flira Fadhah	IPA	P	18	5	2	1	4	3	2	3	1	2	1	3	3	2	3	2	5	1	1	47		
163	Aisyah N	IPA	P	18	4	1	2	4	2	3	3	2	3	1	2	2	4	2	2	2	3	1	47		
164	KH PIPA	IPA	P	18	2	4	4	5	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	4	2	4	3	67		
165	F	IPA	P	18	4	3	3	1	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	66		
166	Nur Faradilla	IPA	P	19	2	4	2	4	3	2	2	3	2	3	4	2	5	2	3	3	2	2	53		
167	A	IPA	P	19	5	3	1	5	5	3	3	3	3	1	5	1	5	3	3	5	3	5	66		
168	AAH	KIMIA	L	18	4	2	1	4	4	2	3	1	3	2	5	3	2	3	3	4	3	4	58		
169	ATP	KIMIA	L	18	5	2	2	2	2	3	3	4	2	3	1	4	3	4	2	3	4	5	61		
170	Moh Chairul	KIMIA	L	18	4	2	3	4	3	2	4	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	3	52		
171	Fadil Setawan	KIMIA	L	18	5	2	1	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	3	2	3	1	1	47		
172	Muh Aksaldhi	KIMIA	L	18	4	5	3	4	3	3	3	1	3	2	1	3	4	2	1	2	2	4	54		
173	A	KIMIA	L	18	3	4	1	2	3	2	2	2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	47		
174	Luthfi Ihza M	KIMIA	L	18	4	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	4	3	2	54		
175	Naufal Asril	KIMIA	L	19	5	2	2	3	4	2	3	2	4	2	1	4	4	3	2	1	4	1	52		
176	Askar	KIMIA	L	19	4	1	2	5	2	3	4	2	3	2	1	3	1	3	3	2	2	1	47		
177	Hikma Rajab	KIMIA	L	19	3	4	2	4	1	2	2	2	3	3	1	4	1	3	2	2	4	2	48		
178	Addha Nurul P	KIMIA	P	17	3	3	1	4	4	2	2	1	2	2	1	4	1	3	2	2	4	1	45		
179	Khusnul K	KIMIA	P	17	3	4	0	2	3	3	4	4	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	53		
180	Fadila	KIMIA	P	17	5	3	0	1	4	2	3	3	3	2	1	4	1	3	2	3	2	3	50		
181	Wiffi Inky A	KIMIA	P	17	5	3	1	5	3	2	4	1	4	2	1	4	2	5	3	2	5	1	58		
182	RKS	KIMIA	P	17	5	3	1	3	3	3	4	2	2	3	1	4	1	3	2	3	4	3	54		
183	Miftahul R	KIMIA	P	17	5	2	2	1	5	4	5	2	5	1	1	4	5	4	3	2	4	2	61		
184	Nurwahyuni	KIMIA	P	17	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	3	2	4	3	58		
185	WH	KIMIA	P	18	4	2	1	4	3	3	2	3	3	2	4	4	2	2	3	3	4	3	56		
186	AAB	KIMIA	P	18	5	3	1	4	3	3	1	1	2	1	1	2	2	3	1	2	2	3	44		
187	MMM	KIMIA	P	18	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	5	4	3	3	4	3	3	64		
188	NAR	KIMIA	P	18	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	2	4	3	3	54		
189	Nurfadidi	KIMIA	P	18	5	3	1	3	3	3	3	4	3	1	2	4	2	4	2	2	4	2	56		
190	Fauziah R	KIMIA	P	18	4	3	2	5	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	1	2	2	4	58		
191	Wafiq Azizah	KIMIA	P	18	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	4	2	2	1	2	2	3	46		
192	Indah	KIMIA	P	18	4	3	1	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	52		

NO	SUBIEK	JUR/ PRODI	JENIS KELAMIN	USIA (THN)	AITEM																TOTAL				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		17	18	19	20
193	Andi Srti M	KIMIA	P	18	3	3	1	4	3	3	3	3	3	1	4	3	4	3	2	4	3	3	2	58	
194	Hartati	KIMIA	P	18	4	3	1	3	4	2	3	2	3	2	4	4	2	3	2	3	4	2	3	1	55
195	Suci K	KIMIA	P	18	3	2	1	4	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	4	3	3	2	52	
196	Mukarramah	KIMIA	P	18	5	3	1	3	3	2	2	2	3	2	1	4	2	3	3	2	4	2	3	1	51
197	AW	KIMIA	P	18	4	2	1	4	3	2	2	2	2	2	4	2	3	4	3	4	2	2	2	52	
198	Yunu M	KIMIA	P	18	3	2	3	2	3	3	3	1	2	1	3	4	1	3	2	2	4	1	2	1	46
199	Beatrice S	KIMIA	P	18	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	26	
200	H	KIMIA	P	18	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	1	4	1	4	3	2	3	2	3	1	52
201	M	KIMIA	P	18	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2	1	3	1	3	4	2	5	3	2	54	
202	Tijess	KIMIA	P	18	3	2	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	54	
203	RR	KIMIA	P	18	3	1	2	4	4	2	2	2	3	2	1	4	2	3	3	3	3	2	2	51	
204	U	KIMIA	P	18	3	4	2	2	4	2	2	2	3	3	1	4	2	3	2	1	4	2	3	2	51
205	T	KIMIA	P	18	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	4	2	3	3	2	4	3	2	50	
206	G Oktavia	KIMIA	P	18	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	4	4	1	2	2	4	2	2	1	50	
207	Nurul	KIMIA	P	18	4	2	1	2	3	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	4	1	1	1	33	
208	W O Nur R A	KIMIA	P	18	3	3	1	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	2	4	3	3	1	50	
209	A	KIMIA	P	18	5	2	2	3	3	3	4	3	3	2	1	4	2	3	2	3	3	4	3	2	57
210	Annisa Y	KIMIA	P	18	5	1	2	4	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	35
211	MSS	KIMIA	P	18	4	3	3	4	3	4	2	2	3	2	1	3	1	2	3	3	3	2	3	1	52
212	Wanita	KIMIA	P	18	4	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	5	1	2	4	3	4	2	4	3	60
213	Novita Sari	KIMIA	P	18	2	3	2	5	4	3	3	3	4	3	4	5	2	4	3	2	2	3	4	2	63
214	NR	KIMIA	P	18	5	3	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	3	1	1	5	1	1	1	1	36
215	N	KIMIA	P	18	5	2	1	4	2	3	1	2	3	2	1	3	2	4	1	1	4	3	3	1	48
216	MQLS	KIMIA	P	19	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	1	50
217	Suciani	KIMIA	P	19	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	4	3	3	1	51
218	SW	KIMIA	P	19	5	1	3	4	4	3	3	1	3	1	1	3	1	3	3	2	3	1	3	1	49
219	Annisa I L	KIMIA	P	19	2	3	3	2	3	4	3	3	4	1	3	1	3	3	2	2	2	2	2	1	50
220	J	KIMIA	P	19	3	4	1	2	4	2	3	2	2	3	2	4	3	4	2	3	4	3	3	2	56
221	A	KIMIA	P	19	3	3	2	4	2	2	2	4	2	2	4	4	3	2	2	3	4	3	3	2	57



LAMPIRAN 4
RANGKUMAN KATEGORI
RESPODEN

Tabel 4.1 Pedoman kategorisasi yang digunakan dalam penelitian

Frekuensi	Kategori
$\mu \leq -1,5 \sigma$	Kategori sangat rendah
$-1,5 \sigma < \mu \leq -0,5 \sigma$	Kategori rendah
$-0,5 \sigma < \mu \leq +0,5 \sigma$	Kategori sedang
$+0,5 \sigma < \mu \leq +1,5 \sigma$	Kategori tinggi
$+1,5 \sigma < \sigma \mu$	Kategori sangat tinggi
Ket : μ : mean, σ : standar deviasi	

Tabel 4.2 Deskripsi Data Penelitian gambaran tingkat stres mahasiswa baru FMIPA UNM

Variabel	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM	221	18.83	8.05	30.32	3.24

Table 4.3 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorim FMIPA UNM

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.68$	14	6%	Sangat rendah
$23.68 \leq X < 20.45$	43	19%	Rendah
$20.45 \leq X < 17.21$	103	47%	Sedang
$17.21 \leq X < 13.97$	46	21%	Tinggi
$X \geq 13.97$	16	7%	Sangat tinggi

Diagram 4.1 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada laboratorium FMIPA UNM

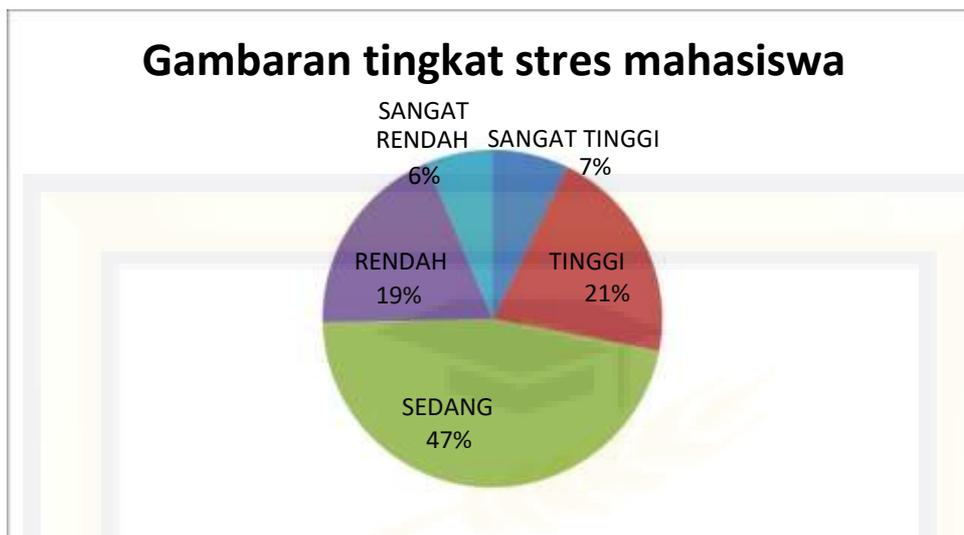
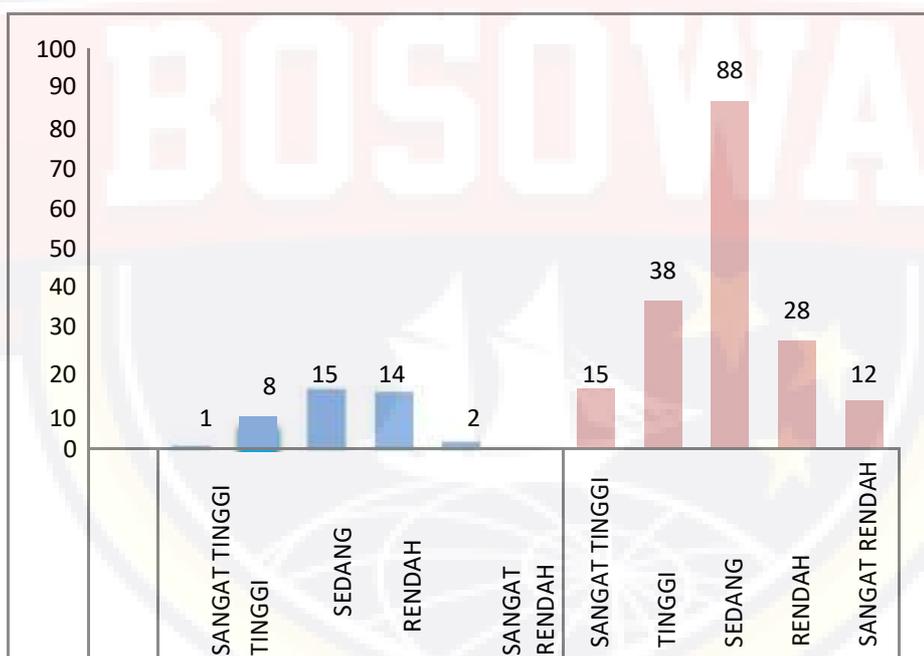


Diagram 4.2 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum berdasarkan jenis kelamin



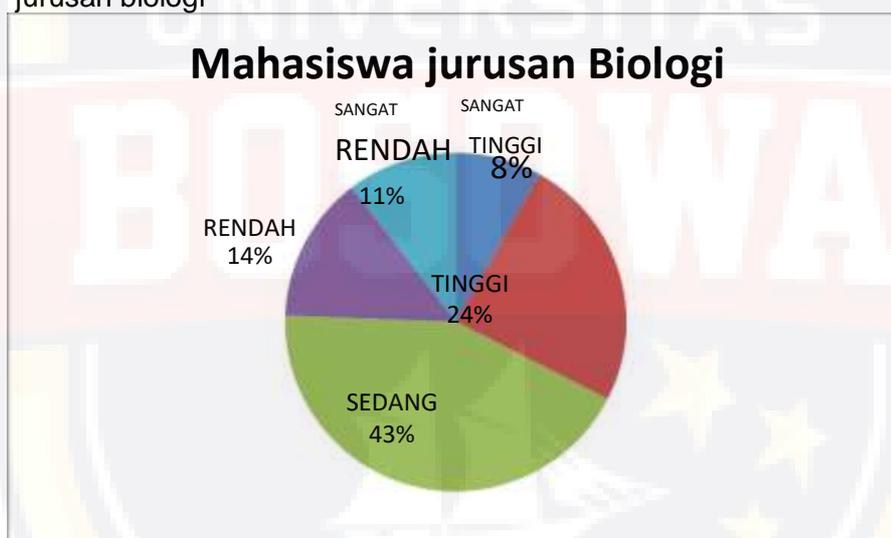
Tabel 4.4 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan biologi

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Biologi	86	18.81	12.31	25,29	3.07

Table 4.5 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan Biologi

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.47$	9	11%	Sangat rendah
$23.47 \leq X < 20.35$	12	14%	Rendah
$20.35 \leq X < 17.27$	37	43%	Sedang
$17.27 \leq X < 14.20$	21	24%	Tinggi
≥ 14.20	7	8%	Sangat tinggi

Diagram 4.3 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa peserta praktikum jurusan biologi



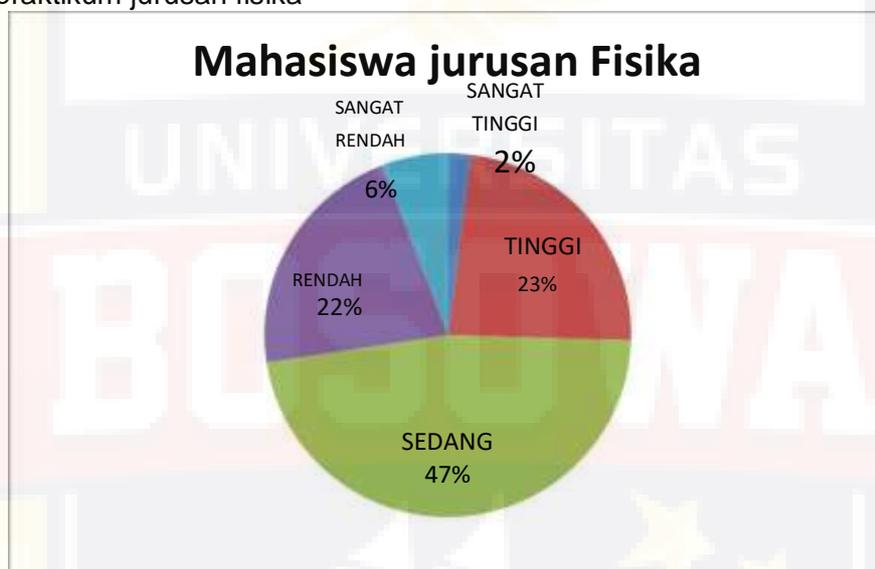
Tabel 4.6 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa jurusan Fisika

Variabel /Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Fisika	51	18.95	8.05	30.32	3.87

Table 4.7 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan fisika

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 24.76$	3	6%	Sangat rendah
$24.76 \leq X < 20.89$	11	22%	Rendah
$20.89 \leq X < 17.02$	24	47%	Sedang
$17.02 \leq X < 13.15$	12	23%	Tinggi
≥ 13.15	1	2%	Sangat tinggi

Diagram 4.4 Gambaran tingkat stres mahasiswa akademik baru peserta praktikum jurusan fisika



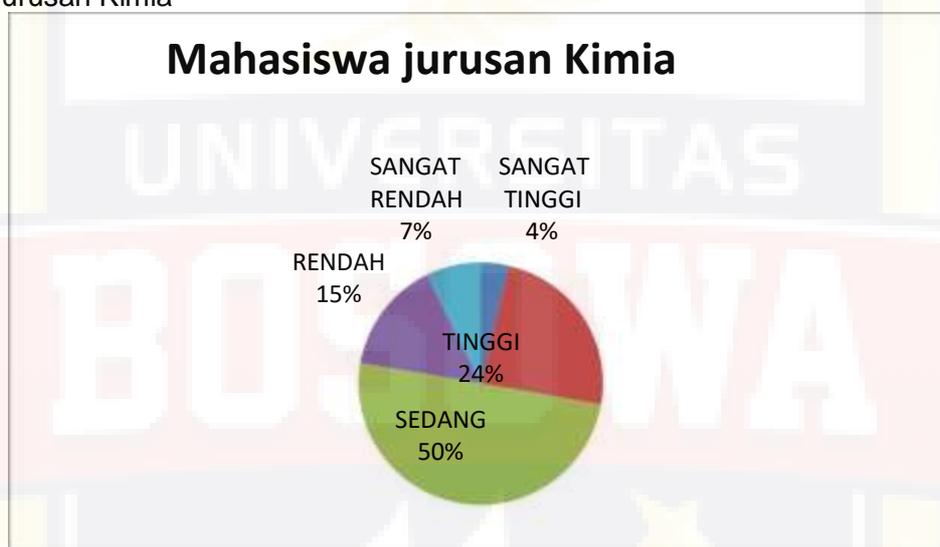
Tabel 4.8 deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa urusan kimia

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Kimia	54	18,39	9,05	24,55	2,97

Table 4.9 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum jurusan Kimia

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 22.84$	4	7%	Sangat rendah
$22.84 \leq X < 19.87$	8	15%	Rendah
$19.87 \leq X < 16.90$	27	50%	Sedang
$16.90 \leq X < 13.97$	13	24%	Tinggi
≥ 13.97	2	4%	Sangat tinggi

Diagram 4.5 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa peserta praktikum jurusan Kimia



Tabel 4.10 Deskripsi data tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi IPA

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Prodi IPA	30	19,46	15,90	29,22	3,02

Table 4.11 Distribusi Frekuensi skor gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum prodi IPA

Skor	Frekuensi	Persen(%)	Kategori
$X \leq 23.98$	0	%	Sangat rendah
$23.98 \leq X < 20.97$	10	13%	Rendah
$20.97 \leq X < 17.95$	15	50%	Sedang
$17.95 \leq X < 14.94$	2	7%	Tinggi
≥ 14.94	3	10%	Sangat tinggi

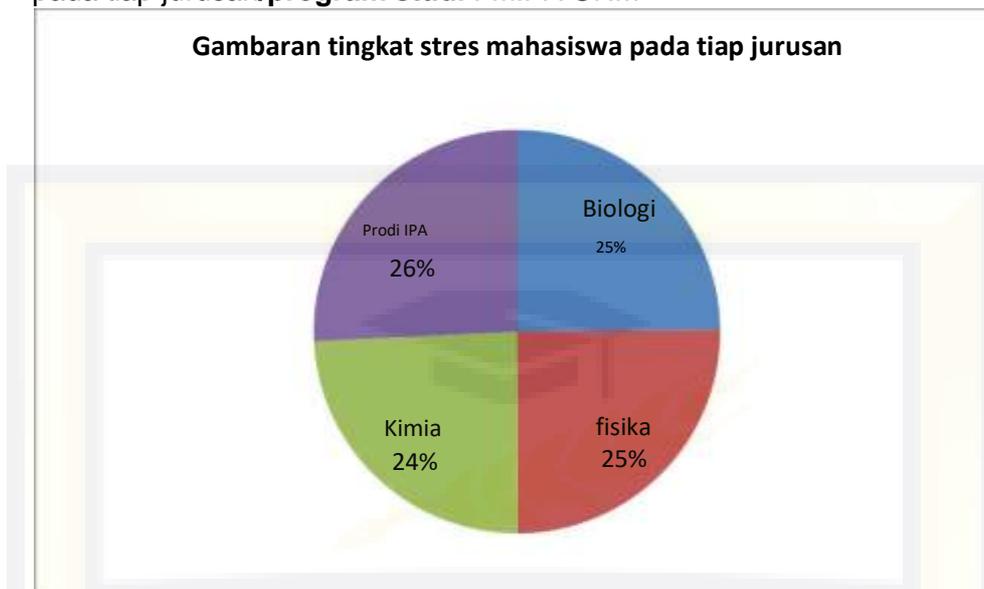
Diagram 4.6 Gambaran tingkat stres mahasiswa peserta praktikum prodi IPA



Tabel 4.12 Deskripsi data penelitian gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada tiap jurusan FMIPA UNM

Variabel / Jurusan	N	Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Biologi	86	18,81	12,31	25,29	3,07
Fisika	51	18,95	8,05	30,32	3,87
Kimia	54	18,39	9,05	24,55	2,97
Prodi IPA	30	19,46	15,90	29,22	3,02

Diagram 4.7 Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa baru peserta praktikum pada tiap jurusan/**program studi** FMIPA UNM



UNIVERSITAS

BOSOWA

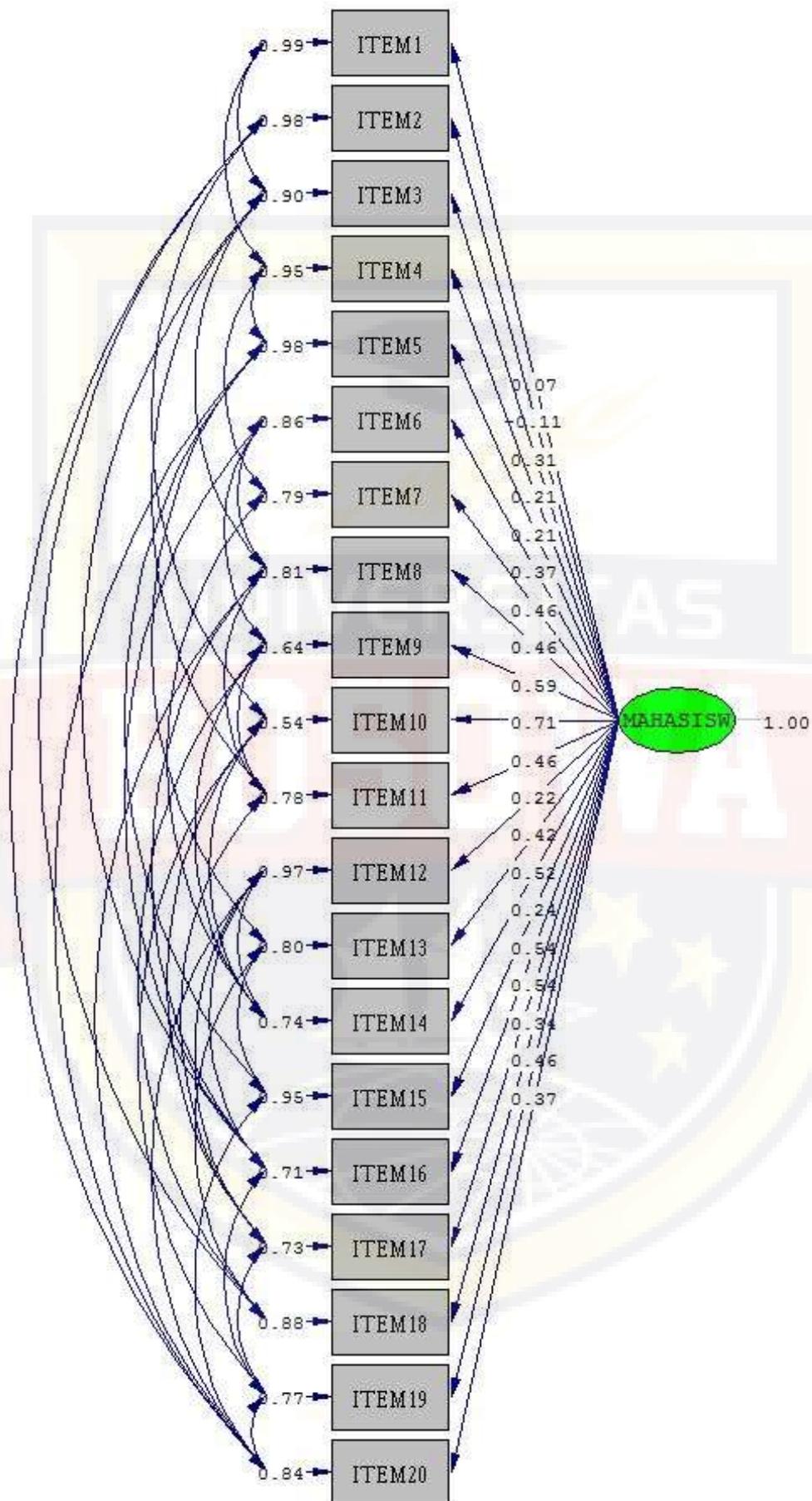




LAMPIRAN 5
UJI VALIDITAS

Analisis Uji Validitas Skala gambaran tingkat stres mahasiswa baru peserta praktikum FMIPA UNM

Aitem	Faktor Loading	Erors	T-Value	Keterangan
1	0.07	0.07	0.96	TIDAK VALID
2	-0.11	0.07	-1.53	TIDAK VALID
3	0.31	0.07	4.51	VALID
4	0.21	0.07	3.03	VALID
5	0.21	0.07	2.96	VALID
6	0.37	0.07	5.38	VALID
7	0.46	0.07	6.71	VALID
8	0.46	0.07	6.75	VALID
9	0.59	0.07	8.98	VALID
10	0.71	0.07	10.15	VALID
11	0.46	0.07	6.72	VALID
12	0.22	0.07	3.04	VALID
13	0.42	0.07	6.3	VALID
14	0.52	0.07	7.01	VALID
15	0.24	0.07	3.48	VALID
16	0.54	0.07	8.17	VALID
17	0.54	0.07	7.57	VALID
18	0.34	0.07	4.9	VALID
19	0.46	0.07	6.41	VALID
20	0.37	0.07	5.48	VALID



Chi-Square=159.75, df=133, P-value=0.05683, RMSEA=0.030



LAMPIRAN 6
UJI RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	221	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	221	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.762	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item3	44.10	56.299	.162	.765
item4	42.88	54.322	.256	.758
item5	43.33	53.630	.335	.751
item6	43.67	55.287	.322	.753
item7	43.61	52.376	.451	.742
item8	44.24	54.047	.389	.748
item9	43.46	52.713	.462	.742
item10	44.13	53.775	.391	.747
item11	44.40	54.623	.199	.765
item12	42.82	52.701	.400	.746
item13	44.22	51.901	.395	.746
item14	43.17	54.404	.303	.754
item15	43.92	53.635	.416	.746
item16	44.02	54.304	.373	.749
item17	42.82	53.885	.308	.754
item18	43.89	53.297	.396	.747
item19	43.51	53.260	.373	.748
item20	44.74	56.274	.231	.758



UNIVERSITAS



LAMPIRAN 7
SURAT PERIJINAN



Nomor : 203/PSI/Unibos/VIII/2018
Lampiran : -
Perihal : Permintaan Izin Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Bapak Dekan FMIPA UNM
Di, -
Makassar

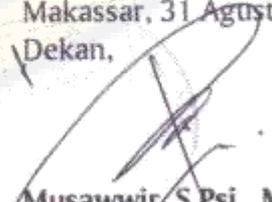
Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir/penulisan Skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa, dengan ini kami harapkan kebijaksanaan Bapak/Ibu kiranya memberikan izin untuk melaksanakan penelitian kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama Mahasiswa	St. Aisyah B
Nomor Pokok Mahasiswa	4512091071
Jurusan	Psikologi
Program Studi	Psikologi
Jenjang Program	Strata Satu (S1)
Alamat	Makassar
<u>Judul Skripsi :</u> Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Baru Peserta Praktikum Pada FMIPA Universitas Negeri Makassar	

Demikian permintaan ini, atas perhatian dan kebijaksanaan Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Makassar, 31 Agustus 2018
Dekan,


Musawwir, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0927128501