

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Program Beasiswa

David Rumbrar^{1*)}, Christiana Hari Soetjiningsih²

¹²Universitas Kristen Satya Wacana

*Corresponding author, e-mail: rumbrardavid@gmail.com

Received Sept, 2022;

Revised Oct, 2022;

Accepted Oct, 2022;

Published Online November, 2022

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

Abstract: *The purpose of this study was to determine the relationship between social support and academic stress on Papuan students in the scholarship program at Satya Wacana Christian University. This study uses a quantitative approach with a correlation design. The sampling technique used was saturated sampling and the number of participants was 50 students of the PKP3N scholarship program at Satya Wacana Christian University. The measurement of this study uses a social support scale Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and academic stress scale based on Student-Life Stress Inventory. Based on the correlation results, the Correlation between social support and academic stress, there is no significant relation.*

Keywords: *Social support; Academic stress; Scholarship program students*

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana. Penelitian ini sendiri menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh dan jumlah partisipan sebanyak 50 mahasiswa/mahasiswa program beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana. Pengukuran penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial dengan acuan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dan skala stres akademik yaitu Student-Life Stress Inventory. Berdasarkan hasil korelasi menunjukkan angka korelasi antara dukungan sosial dengan stres akademik yaitu tidak ada hubungan signifikan.

Kata Kunci: Dukungan sosial; Stres akademik; Mahasiswa program beasiswa

How to Cite: David Rumbrar^{1*)}, Christiana Hari Soetjiningsih². 2022. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Program Beasiswa, 13 (3): pp. XX-XX, DOI: <https://doi.org/10.23887/jibk.v13i3>

Pendahuluan

Program beasiswa yang diikuti oleh mahasiswa terkadang memberikan target pencapaian untuk mahasiswa tersebut tidak terlepas dari peraturan-peraturan yang diberikan, terlihat juga peraturan mempunyai pengaruh yang buruk juga bagi para mahasiswa pengikut program beasiswa, tuntutan yang terdapat pada aturan yang dibuat dapat menjadi sebuah tekanan yang membentuk keadaan dimana seseorang tidak bisa untuk beradaptasi dengan situasi yang berjalan secara rutin, sebagaimana para siswa

harus mempunyai nilai yang tinggi atau menyelesaikan studi secepatnya sebelum dikeluarkan dari program beasiswa.

Fenomena yang terjadi pada mahasiswa Papua yang sudah berkuliah pada Universitas Kristen Satya Wacana, bahwa data sementara didapat oleh penulis selaku peneliti berdasarkan wawancara maupun observasi yang dilaksanakan secara nonformal kepada 3 mahasiswa Papua yang mengikuti program beasiswa dan berkuliah di Universitas Kristen Satya Wacana, dengan wawancara secara tatap muka di waktu dan tempat secara terpisah setiap subjek. Hasil menyatakan bahwa adanya tuntutan untuk berprestasi menyebabkan muncul tekanan dari luar agar individu yang mengikuti program beasiswa tetap mempunyai nilai IPK yang tinggi, adapun tekanan lain seperti harus menyelesaikan studi sesuai dengan batas waktu yang sudah ditentukan menjadi bentuk dari beberapa faktor stres yang dirasakan.

Musabiq (2018) Sebagai mahasiswa penerima program beasiswa, ketika performa perkuliahan yang buruk pada saat melaksanakan kewajiban bidikmisi-nya dapat berakhir pada proses pemberhentian atau pencabutan program beasiswa yang diterima, seperti pada program pemberian beasiswa ketika pemutusan beasiswa mereka tidak akan menerima bantuan dan perkuliahan mereka diberhentikan. Bentuk seperti pemberhentian dan pencabutan beasiswa menjadi sumber tambahan bagi mereka pengikut jalur beasiswa untuk stres. Hasil dari wawancara dalam Musabiq (2018) juga memperjelas bahwa mahasiswa penerima beasiswa bidikmisi dituntut untuk bertanggung jawab dengan perkuliahan mereka sehingga dapat mendapatkan hasil yang optimal dalam bidang perkuliahan. Agar dapat mencapai standar optimal, mahasiswa diharapkan agar mempunyai motivasi untuk berprestasi yang tinggi (baik secara akademik, maupun non akademik).

Menurut Gaol (2016) Ketika memasuki rana perkuliahan adanya tuntutan yang kelak harus dihadapi, seperti ujian, tugas-tugas perkuliahan, dan lain sebagainya. Mahasiswa pada akhirnya tidak siap pada tuntutan-tuntutan akademik seperti itu. Ketidaksiapan pada mahasiswa ini menyebabkan sebuah keadaan yang disebut sebagai stres, seperti penjelasan Balkis (2013) ketika mahasiswa mengalami stres biasanya hal yang terkait dengan keadaan stres mereka adalah situasi mereka tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan maupun lingkungan sosial. Berdasarkan penjelasan diatas bahwa stres yang muncul pada mahasiswa sangat mempengaruhi studi yang mereka jalankan mengingat bahwa, intelektualitas seseorang pun dapat terganggu seperti susah berkonsentrasi dan sulit atau lambat membuat keputusan, hal tersebut terjadi karena mahasiswa mengalami stres dengan akademik mereka (Atziza, 2015).

Agolla dan Ongori (2009) yang mengatakan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti cara manajemen waktu, tuntutan akademik, dan lingkungan. Berdasarkan

penjelasan diatas bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya stres akademik, menurut Puspitasari (2013) yaitu faktor internal dan eksternal, dapat dilihat bahwa faktor internal tersebut adalah kepribadian, keyakinan, dan pola pikir individu sedangkan faktor eksternal meliputi tekanan tinggi untuk berprestasi, hal tersebut datang ketika adanya tekanan dari keluarga, orang tua, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri. Ada juga faktor orang berlomba dimana orang tua mendorong anaknya untuk mempunyai keahlian di segala aspek sehingga menuntut anak untuk lebih giat dan terus belajar.

Menurut Saputri dan Indrawati (2011) bahwa dukungan sosial merupakan suatu cara untuk mengungkapkan bahwa adanya hubungan sosial memberikan manfaat bagi kesehatan mental maupun kesehatan fisik individu. Adanya dukungan sosial dari lingkungan sekitar seperti keluarga, orang spesial, dan teman sebaya dapat membuat seseorang tidak dapat tertekan sehingga dapat menghadapi stres yang ada, penjelasan tersebut terdapat pada Louw & Viviers, (2010) Menjelaskan bahwa adanya dukungan sosial merupakan cara agar individu bisa mendapatkan dukungan sehingga dapat mengurangi gejala dan peristiwa stres. Sejalan juga dengan pembahasan diatas, Adharini dan Nurwidawati (2015) pada saat adanya dukungan sosial tinggi dari orang sekitar seperti keluarga,teman, dan orang spesial akan membuat stres yang mereka alami dapat berkurang dengan baik.

Ernawati & Rusmawati (2015) pada siswa SMK N 11 Semarang pengguna kurikulum 2013 juga mempunyai hasil yang sama bahwa bentuk dukungan sosial yang diberikan dari teman, orang terdekat, atau orang tua yang tinggi dapat menyebabkan setiap tekanan dari stres akademik menjadi menurun, bentuk dari dukungan sosial yang diberikan itu adalah dukungan dan penghargaan. Sejalan dengan pernyataan di atas bahwa ketika adanya dukungan sosial yang tinggi dari lingkungan sekitar setiap pelajar menjalankan tugas

pendidikannya, sangat rendah kemungkinan untuk stres akademik itu terjadi. Berbeda dengan hasil penelitian dari Hasan, A (2012) menjelaskan bahwa kurang adanya pengaruh yang diberikan oleh dukungan sosial terhadap stres akademik, dari penelitian tersebut mempunyai pernyataan bahwa adanya perbedaan antara beberapa faktor dorongan yang diberikan oleh dukungan sosial tersebut, hal tersebut dinyatakan dengan artian sebuah perbandingan antara dukungan sosial, perilaku rajin ibadah, dan dukungan sosial. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang rajin ibadah cenderung mempunyai stres yang rendah dibandingkan mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa ada hal lain yang mempunyai signifikansi lebih tinggi pada stres akademik dibandingkan dukungan sosial.

Dukungan sosial menjadi alasan atas mengurangi stres akademik yang terjadi pada individu terkhususnya mahasiswa. Dengan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ketika ada hubungan dukungan sosial dengan stres akademik kita harus melihat kemungkinan bisa terjadi fenomena yang menyebabkan kedua variabel tidak memiliki hubungan. Mahasiswa ketika mendapatkan dukungan sosial akan lebih mudah menurunkan stres akademik mereka, tetapi bisa juga stres akademik mereka tidak menurun. Seperti demikian adanya penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa Papua program Beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah jenis metode pendekatan kuantitatif dan juga metode korelasional dengan bertujuan agar dapat melihat hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana. Penelitian ini dilakukan di kota Salatiga pada Universitas Kristen Satya Wacana khususnya mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N, yang digunakan sebagai subjek berupa 50 partisipan. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah teknik *Sampling Jenuh*.

Skala perilaku dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian berjumlah 12 aitem yang terdiri dari 12 aitem *favorable*. Pada pengujian pertama uji daya diskriminasi aitem tidak terdapat item yang gugur maka berarti memiliki daya diskriminasi baik sesuai dengan batas koefisien aitem total $\geq 0,3$ (Azwar, 2012). penelitian ini. Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 51 aitem yang terdiri dari 49 aitem *favorable* dan 2 aitem *unfavorable*.

Pengukuran Variabel dukungan sosial menggunakan skala yang dikembangkan oleh Zimet, yaitu *Multidimensional Scale Of Perceived Social Support*. Skala ini menggunakan 3 (tiga) sumber dukungan yaitu dukungan dari keluarga, teman, dan *significant others* dengan total 12 item. Dari 12 item yang tersedia semua bersifat *favorable*, berdasarkan item tersebut juga sudah ditentukan dari banyak pertimbangan yang dilihat di lapangan. Pengukuran variabel stres akademik pada mahasiswa akan diukur menggunakan skala stres akademik yang dikemukakan yaitu *Student-Life Stress Inventory*. Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa berdasarkan dimensi stressor akademik (*frustration, conflicts, pressures, changes, self-imposed*) dan dimensi reaksi terhadap stressor akademik (*physiological, emotional, behavioral, cognitive appraisal*). Skala *Student-Life Stress Inventory* memiliki total 51 item.

Hasil dan Pembahasan

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini bahwa skor tertinggi dukungan sosial berada pada interval 13 – 37, skor sedang berada pada interval 13 – 37, dan skor rendah pada 0 – 13. Hal ini menunjukkan bahwa 28,0 % partisipan mahasiswa Papua program PKP3N memiliki dukungan sosial dengan kategori sedang dan 78,0 % partisipan lainnya memiliki dukungan sosial dengan kategori tinggi. Sedangkan pada stres akademik dapat dilihat bahwa skor tertinggi berada pada interval 156 – 216, skor sedang berada pada interval 96 – 156, dan skor rendah pada 36 – 96. Hal ini menunjukkan bahwa 54,0 % partisipan mahasiswa Papua program PKP3N memiliki stres akademik dengan kategori sedang dan 46,0 % partisipan lainnya memiliki stres akademik dengan kategori rendah.

Hasil dari perhitungan uji normalitas diperoleh dukungan sosial dengan besar nilai koefisien Kolmogorov-Smirnov Z sebesar 0,876 dengan nilai sign. = 0,426 ($p > 0,05$), dan stres akademik juga besar nilai Kolmogorov-Smirnov Z sebesar 0,734 dengan nilai sign. = 0,654 ($p > 0,05$), dari data tersebut artinya

kedua variabel tersebut berdistribusi normal. Menunjukkan bahwa hubungan Dukungan Sosial dan Stres Akademik adalah linear, karena dari hasil uji linearitas

diperoleh F beda = 0,692 dan nilai signifikansi sebesar 0,819 ($p > 0,05$). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik linear.

Tabel 1. Correlation

		Dukungan Sosial	Stres Akademik
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	-.156
	Sig. (1-tailed)		.140
	N	50	50
Stres Akademik	Pearson Correlation	-.156	1
	Sig. (1-tailed)	.140	
	N	50	50

Untuk menganalisis korelasi antara dukungan sosial dengan stress akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana konformitas maka digunakan uji korelasi terlebih dahulu dengan menggunakan uji korelasi product moment-Pearson dengan bantuan SPSS 24.0 didapatkan $r = -0,156$ dengan sig. = 140 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya dukungan sosial tidak memiliki peran dalam mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N di Universitas Kristen Satya Wacana maka hasil tersebut menunjukkan bahwa ketika tidak adanya hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik maka dapat ditentukan adanya faktor lain yang bisa dilakukan untuk menurunkan stres ataupun stres akademik pada mahasiswa.

Menurut penelitian Oktavia et al (2019) bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi stres akademik mahasiswa, dimana tidak hanya faktor eksternal yaitu dukungan sosial yang mempengaruhi stres akademik tetapi faktor lain yaitu dengan adanya faktor internal yang berasal dari dalam diri individu. Faktor dari dalam diri yang mempengaruhi antara lain pertama, self-efficacy, berdasarkan penelitian Köseoglu, Y (2015) self-efficacy yang tinggi pada individu dapat mempertahankan disiplin sehingga individu dapat mengontrol diri. Disisi lain, ketekunan yang dimiliki individu yang disertai dengan self-efficacy yang tinggi juga dapat membuat individu mampu mengontrol emosinya sehingga tekanan yang berlangsung selama berada dalam bangku pendidikan tidak berdampak menjadi stres. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fahmi et al. (2021) bahwa kemampuan mengontrol diri, memecahkan masalah, membagi waktu secara efektif, dan menyelesaikan tugas dengan baik cenderung merupakan ciri-ciri perilaku individu yang mempunyai self-efficacy yang tinggi, bentuk dari perilaku individu tersebut mampu mendorong mereka untuk melawan stres yang mereka hadapi sehingga stres yang mereka hadapi akan menjadi sangat rendah atau dalam artian bahwa individu yang duduk di bangku pendidikan dalam hal ini mahasiswa cenderung memiliki tingkat stres yang rendah pada saat menghadapi proses pembelajaran.

Faktor yang kedua adalah hardiness. Berdasarkan pernyataan diatas bahwa faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah hardiness, dimana hardiness merupakan suatu tindakan atau pola sikap yang dimana individu tersebut dapat mengubah sebuah kondisi dalam tekanan stres menjadi peluang untuk berkembang (Cerezo et al, 2015). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Menon & Yogeswarie (2015) yang menyatakan bahwa hardiness merupakan ketangguhan individu ketika menghadapi masalah, ketika individu mempunyai hardiness yang tinggi, maka tingkat stres mereka cenderung akan menurun. Ketiga, yaitu motivasi. Berdasarkan hasil dari penelitian Zothanzam (2019) bahwa ketika mahasiswa mempunyai dorongan motivasi maka mahasiswa dapat mencapai prestasi yang tinggi dan terhindar dari tekanan stres. Hal ini sejalan dengan penelitian Shah et al. (2020) juga menyatakan bahwa ketika tingkatan motivasi berprestasi dalam individu meningkat maka adanya penurunan stres yang terjadi terhadap mahasiswa. Penelitian Kaur & Kaur (2016) menyatakan pula bahwa stres yang rendah menyebabkan adanya pencapaian yang tinggi dalam tingkat prestasi.

Berdasarkan faktor-faktor internal diatas, dijelaskan bahwa stres akademik mempunyai beberapa hubungan yang signifikan sebagai pendukung dan penyalur dari stres akademik tersebut, sehingga bukan hanya dukungan sosial yang menjadi pengaruh stress akademik mahasiswa. Namun, terdapat faktor dalam diri mahasiswa yang dapat memberikan pengaruh dalam kemunculan stress akademik.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak adanya korelasi antara dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa Papua program beasiswa PKP3N di Universitas Satya Wacana. Berdasarkan hasil deskriptif analisis sebagai partisipan (72%) memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi dan perilaku stres akademik (54%) pada kategori rendah.

Ucapan Terimakasih

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus atas penyertaan saya dapat menyelesaikan tanggung jawab yang diberikan ini. Ucapan terima kasih saya ungkapkan kepada kedua orang tua beserta keluarga besar kedua orang tua saya, teman-teman terdekat, orang yang spesial bagi saya, para Dosen Pembimbing di Universitas Kristen Satya Wacana, Dosen Universitas Ganesha, Dan rekan-rekan disekitar yang senantiasa membantu. Semoga ilmu yang saya dapatkan dan pelajari dapat bermanfaat dan berguna di kemudian hari.

Refrensi

- Agolla, J., & Ongori, H. (2009, February). An assessment of academic stress among undergraduate students: the case of University of Botswana, 4(2), 063-070.
- Antharini, J. A., & NurWidawati, D. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada siswa akselerasi, 3(3).
- Atziza, R. (n.d.). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stres dalam pendidikan kedokteran, 3(1).
- Azwar, M. S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.). Yogyakarta.Pustaka pelajar.
- Balkis, M. (2013, March). Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: the meditation role of rational beliefs about studying, 13(1), 57-74.
- Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015, Oktober). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum, 4(4), 26-31.
- Fahmi, R., Desrimayeni, D., & Aswira, P. (2021). The Self-Efficacy and Stress Symptoms in Schools. DAYAH: Journal of Islamic Education, 4(1), 46-55.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. Buletin psikologi, 24(1), 1-11. 10.22146/bpsi.11224
- Köseoglu, Y. (2015). Self-Efficacy and Academic Achievement--A Case from Turkey. Journal of Education and Practice, 6(29), 131-141.
- Kaur, K., & Kaur, P. (2016). Academic achievement and achievement motivation as correlates of academic stress among secondary school students. International Journal of Scientific Research, 5(11), 674-675.
- Louw, J. G., & Viviers, A. (2010). An evaluation of a psychosocial stress and coping model in the police work context. SA Journal of Industrial Psychology, 36(1), 1-11. 10.4102/sajip.v35i1.442
- Mulya, A. H., & Indrawanti, S. E. (2016, April). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Empati, 5(2), 296-302.
- Musabiq, A. S., Sari, A., & Dewi, K. H. U. (2018). Stres, motivasi berprestasi, bersyukur, dan perceived social support: Analisis optimisme pada mahasiswa penerima beasiswa bidikmisi. Mediapsi, 4(1), 22-35.
- Menon, Y. P. (2015). Sociability, hardiness, and resilience in mothers of differently able children. International journal of scientific research, 4(2277), 533-535.

- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 142-149.
- Puspitasari, W. (2013). Hubungan antara manajemen waktu dan dukungan sosial dengan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja. *Empati*, 2(1).
- Saputri, W. M. A., & Indrawanti, S. E. (2011, April). Hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pada lanjut usia yang tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Psikologi Undip*, 9(1).
- Shah, H. N., Nazir, N., Syed, M. N. K., & Nabi, G. (2020). Correlation of Stress and Coping Strategies with Achievement Motivation of University Students. *Multicultural Education*, 6(5).
- Tarmidi, T., & Rambe, R. A. R. (2010, Desember). Korelasi antara dukungan sosial orang tua dan self-directed learning pada siswa sma. *Jurnal Psikologi UGM*, 37(2), 216–223. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7733>

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: <Rumbrar> <2022>**First Publication Right:** JIBK Undiksha<https://doi.org/10.23887/jibk.v13i3>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.



Word Count: