



**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA S1 SEMESTER II
DI STIKES TANA TORAJA
TAHUN 2023**

Hardi K, Yusan Pabebang, Rachel Datupadang

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tana Toraja^{1, 2, 3}

hardikalmi@gmail.com dan yusanpabebang@gmail.com

Abstrak

Stres akademik merupakan suatu kondisi tertekan baik fisik maupun emosional yang terjadi dikalangan siswa dan mahasiswa yang disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada mahasiswa S1 semester II di StikesTana Toraja tahun 2023.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah populasi dalam penelitian ini yaitu 108 orang dengan sampel sebanyak 52 orang. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau seleksi khusus.

Hasil penelitian dari 52 responden berdasarkan dukungan orang tua menunjukkan mayoritas dukungan orang tua responden adalah baik sebanyak 35 (67,390), dan mayoritas stres akademik responden adalah stres sebanyak 40 (76,990). Hasil uji Chi Square dengan Fisher 's Exact Test menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja tahun 2023,

dengan nilai p-value-0,729 ($p > 0,05$). Stres akademik merupakan suatu kondisi tertekan yang dialami oleh mahasiswa, yang disebabkan oleh banyak faktor. Faktor penyebab itu bukan hanya karena kurang dukungan dari orang tua akan tetapi bisa juga disebabkan karena persepsi atau pola pikir mahasiswa itu sendiri. Saran bagi peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan sampel yang lebih besar serta jenis pertanyaan lebih di fokuskan dan mendalam pada hubungan yang akan diteliti dan sebaiknya menambah variabel lain yang mungkin juga mempengaruhi penelitian ini. Kata

kunci : Dukungan orang tua, stres akademik, mahasiswa
Kepustakaan : 38 (2015-2023)

Abstract

Academic stress is a condition of physical and emotional stress that occurs among pupils and students which is caused by internal and external factors. This research aims to determine the relationship between parental support and the incidence of academic stress in second semester undergraduate students at StikesTana Toraja in 2023.

This research uses a descriptive analytical research design with a cross sectional approach. The total population in this study was 108 people with a sample of 52 people. The sample in this research was determined using a purposive sampling technique, namely a technique for determining samples with special consideration or selection.

The results of research from 52 respondents based on parental support showed that the majority of respondents' parental support was good, 35 (67,390), and the majority of respondents' academic stress was stress, 40 (76,990). The results of the Chi Square test with Fisher's Exact Test show that there is no significant relationship between parental support and the incidence of academic stress in second semester undergraduate students at Stikes Tana Toraja in 2023.

with a p-value of -0.729 (p— 40.05).

Academic stress is a stressful condition experienced by students, which is caused by many factors. The causal factor is not only due to lack of support from parents but could also be caused by the student's own perception or mindset. Suggestions for future researchers should be to use a larger sample and the types of questions to be more focused and in-depth on the relationship to be studied and it would be better to add other variables that might also influence this research.

Key words : Parental support, academic stress, students

Bibliography : 38 (2015-2023)

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aktifitas atau usaha yang dilakukan secara sadar oleh individu untuk meningkatkan kepribadiannya dengan cara membina potensi potensi diri, baik jasmani maupun rohani. Pendidikan ini dilakukan secara berjenjang mulai dari tingkat dasar hingga ke perguruan tinggi (Hardiansyah, dkk, 2023). Memasuki perguruan tinggi merupakan tahap perubahan dari status siswa menjadi mahasiswa, dimana status sebagai seorang mahasiswa tersebut akan dipandang lebih tinggi dari pada status sebagai siswa sehingga tuntutan dan kewajiban akan menjadi lebih tinggi dari pada sebelumnya (Rusli, 2022).

Mahasiswa merupakan kelompok individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, yang mana pada tingkat ini proses belajar yang dilalui tentunya sangat berbeda dengan proses belajar saat berada di tingkat SMA. Dalam tingkat perguruan tinggi, seorang individu akan diperhadapkan pad berbagai tuntutan yang mengharuskannya untuk mampu menyelesaikan semua tugas-tugas serta kewajibannya agar dapat memperoleh nilai yang baik, serta mampu menghadapi segala hambatan dan tekanan-tekanan yang diberikan. Namun tidak semua individu tersebut mampu menghadapi dan menyelesaikan tuntutan-tuntutan itu, yang pada akhirnya akan membuat individu tersebut mengalami stres yang tinggi (Hardiansyah, dkk, 2023).

Stres merupakan reaksi psikologis individu terhadap tantangan yang dirasa membebani kehidupannya serta adanya ketidaksesuaian antara kenyataan dengan harapan sehingga mengganggu kesejahteraan hidup individu tersebut, yang apabila terjadi dalam jangka waktu yang lama dan tidak segera diatasi dapat menyebabkan gangguan kesehatan jiwa (Stuart,2021). Stres ini dapat dirasakan oleh setiap individu tanpa terkecuali termasuk mahasiswa, mengingat banyaknya tuntutan akademik yang diterima saat berada di

perguruan tinggi. Stres yang terjadi dikalangan mahasiswa ini disebut stres akademik (Merry, dkk, 2020).

Stres akademik merupakan kondisi mahasiswa yang tidak mampu menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsikan tuntutan-tuntutan yang diterimanya sebagai gangguan. Stres akademik merupakan tekanan yang disebabkan oleh persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan yang muncul dapat berwujud respon negatif berupa reaksi fisik, perilaku pikiran dan emosi negatif (Barseli, 2017).

Berdasarkan survei yang dilakukan di FK UNJANI tahun 2021, terhadap 3.901 mahasiswa yang menjadi responden dinyatakan bahwa hanya terdapat 2490 atau sebanyak 933 orang yang tidak mengalami gejala stres. Sementara itu, terdapat 4590 atau sebanyak 1.766 orang responden yang mengalami stress ringan dan 796 atau sebanyak 267 orang yang mengalami stress berat (Sudirman, 2022).

Berdasarkan riset yang dilakukan Badan Kesehatan Dunia (World Health Organization (WHO) tahun 2020 dalam Kaligis, (2021) terhadap 393 remaja berusia 16-24 tahun, mengatakan bahwa 1 dari 4 remaja di usia ini menderita gangguan kesehatan jiwa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh The ACHA-National College Health Assessment II (ACHA-NCHA) tahun 2019 terdapat 34,290 mahasiswa di dunia yang mengalami stress (Pratiwi, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas of Gondar di Ethiopia, prevalensi gangguan mental emosional pada mahasiswa adalah sebesar 40,990 (Rusli, 2022). Sedangkan survei yang dilakukan oleh American Collage Healt Association (2015) dalam Putra, (2022) didapati sekitar 3099 mahasiswa yang mengalami stres negatif dalam kinerja akademik. Sedangkan prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Asia sebesar 39,690-61,390 (Adawiah, 2021). Sementara itu, prevalensi stres yang dialami mahasiswa di Indonesia yakni sekitar 36,790 -71,690 (Farida Ida, 2022).

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia tahun 2020 tentang kesehatan mental remaja di periode transisi 16-24 tahun dari seluruh Indonesia terutama mahasiswa tahun pertama, didapatkan sebanyak 95,490 menyatakan bahwa mereka pernah mengalami gejala stres, dan 8890 pernah mengalami gejala depresi dalam menghadapi permasalahan selama di usiatersebut (Kaligis, 2021).

Riskesdas, (2018) menyatakan prevalensi kejadian depresi pada penduduk dengan usia » 15 tahun di Provinsi Sulawesi Selatan yakni 8,370 dan prevalensi kejadian gangguan mental emosional yakni 13,5790. Sedangkan prevalensi kejadian depresi pada penduduk di usia » 15 tahun di Toraja Utara yaitu 8,8790 dan prevalensi kejadian gangguan mental emosional yaitu 14,4990.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rusli, (2022) terkait gambaran stres pada mahasiswa keperawatan di Universitas Alauddin Makassar dengan 56 responden, menunjukkan bahwa sebanyak 1,890 mahasiswa yang tidak mengalami stres, 17,990 mengalami stres ringan, 2590 mengalami stres sedang, dan 55,490 mengalami stres berat.

Stres akademik juga dapat diartikan sebagai sebuah tekanan mental yang berhubungan dengan perasaan-perasaan frustrasi yang diantisipasi terkait dengan kegagalan akademik atau bahkan kesadaran akan kemungkinan kegagalan tersebut (Vicky, dkk, 2021). Stres akademik mengacu pada situasi yang tidak menyenangkan yang terjadi karena banyaknya tuntutan yang diberikan kepada mahasiswa baik dalam bentuk ujian, menjaga kesehatan, kehidupan akademik, serta persaingan-persaingan antar mahasiswa, tuntutan dalam memenuhi harapan akademik dari kampus, dari keluarga khususnya orang tua dan dari diri sendiri (Dewi, dkk, 2022).

Berdasarkan kajian dari berbagai penelitian terdahulu, dapat dilihat bahwa salah satu faktor penyebab terjadinya stres akademik yaitu orang tua. Orang tua disebut sebagai penyebab stres akademik dikarenakan adanya tekanan atau tuntutan yang diberikan oleh orang tua agar anaknya dapat berprestasi dan juga dapat terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara keinginan anak dengan orang tua (Alfi, 2022). Pada zaman sekarang ini tidak dapat dipungkiri bahwa masih ada orang tua yang suka memaksakan kehendak pada anaknya sehingga membuat hubungannya dengan anaknya itu menjadi tidak baik. Namun ada juga anak yang suka melakukan sesuatu semauanya tanpa persetujuan dari orang tuanya, sehingga dalam menghadapi situasi yang sulit anak itu tidak lagi mendapat dukungan dari orang tuanya. Padahal diketahui bahwa adanya dukungan yang baik dari orang tua kepada anak itu sangat baik dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Mendapat dukungan yang baik dari orang tua itu adalah suatu hal yang sangat penting terlebih dalam menempuh pendidikan khususnya di perguruan tinggi. Seseorang yang mengalami stres akan berusaha mencari rasa aman dan nyaman serta jalan keluar dari masalah yang membuatnya stres. Dalam hal inilah pentingnya dukungan dari orang-orang sekitar terlebih orang tua untuk membantu dalam memecahkan masalah yang dihadapi (Aida, 2021).

Masalah psikologis seperti stres akademik ini akan sangat mempengaruhi semua hal yang berhubungan dengan kehidupan akademik mahasiswa. Stres yang dialami oleh mahasiswa akan menyebabkan mereka cenderung menjadi pemarah dan kurang fokus sehingga dapat mengganggu proses belajar, dan tentunya hal ini akan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan dukungan serta motivasi yang baik dari orang-orang di sekitarnya baik dari dosen, teman sebaya dan terlebih orang tua. Adanya dukungan serta motivasi yang baik dari orang tua akan sangat membantu mahasiswa dalam mengatasi stres yang dialami (Dewi, dkk, 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hardiansyah, dkk (2023) tentang Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo terhadap 312 responden menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar $0.001 < 0.05$. Berdasarkan data di tempat penelitian di STIKES Tana Toraja, data jumlah mahasiswa yang aktif di semester genap tahun akademik 2022/2023 yaitu sebanyak 456 mahasiswa yang terdiri dari profesi Ners sebanyak 88 orang, S1 Keperawatan sebanyak 316 orang dan D.III keperawatan sebanyak 52 orang, sedangkan yang akan menjadi subjek penelitian adalah S1 keperawatan semester II dengan jumlah mahasiswa 108 orang (BAAK, 2023). Dari hasil studi pendahuluan dengan metode wawancara pada 10 mahasiswa tentang hubungan dukungan orang tua dengan tingkat stress akademik didapatkan 6 dari 10 mahasiswa yang mengalami stres karena tugas kuliah, kesulitan mengatur waktu dan susah tidur. Dari 6 mahasiswa yang mengalami stres ini, 4 diantaranya mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua dan 2 yang kurang mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua. 4 orang lainnya dari 10 mahasiswa ini mengatakan tidak mengalami stress dan semuanya mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua. Mahasiswa tersebut juga mengungkapkan bahwa adanya dukungan yang baik dari orang tua sangat berperan penting terhadap tinggi rendahnya stres akademik yang dialami mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan suatu kondisi yang bisa terjadi karena salah satu faktor yakni kurangnya dukungan dari orang tua. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Dukungan Orang Tua dengan

Kejadian Stres Akademik pada Mahasiswa S1 Semester II di Stikes Tana Toraja Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitian (Notoadmojo, 2015). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional, yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat pada saat yang bersamaan (Akmal, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada Mahasiswa Semester II Program Studi SI Keperawatan di Stikes Tana Toraja Kabupaten Toraja Utara

Umur	Frekuensi (n)	Persentase7(0)
17	3	5,8
18	11	21,2
19	24	46,2
20	10	19,2
21	3	5,8
22	1	1,9
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah umur 19 tahun sebanyak 24 orang (46,290). 713

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester II Program Studi SI Keperawatan di Stikes Tana Toraja Kabupaten Toraja Utara

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase7(0)
Laki-Laki	35	67,3
Perempuan	17	32,7
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3 di atas menunjukkan bahwa mayoritas dukungan orang tua responden adalah baik sebanyak 35 orang (67,390).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua Pada Mahasiswa Semester II Program Studi SI Keperawatan di Stikes Tana Toraja Kabupaten Toraja Utara

Dukungan orang tua	Frekuensi (n)	Persentase7(0)
Baik	35	67,3
Kurang Baik	17	32,7
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3 di atas menunjukkan bahwa mayoritas dukungan orang tua responden adalah baik sebanyak 35 orang (67,390).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Stres Akademik

Tabel 5.4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres Akademik Pada Mahasiswa Semester II Program Studi SI Keperawatan di Stikes Tana Toraja Kabupaten Toraja Utara

Stres akademik	Frekuensi (n)	Persentase7(0)
Ada Stres	40	76,9
Tidak Ada Stres	12	32,1
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.4 di atas menunjukkan bahwa mayoritas stress akademik responden adalah ada stres sebanyak 40 orang (76,990).

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada Mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja tahun 2023

Tabel 5.5

Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kejadian Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Semester II di Stikes Tana Toraja Tahun 2023

Stres Akademik						
Dukungan OrangTua	Ada		Tiidak ada		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baik	26	50,0%	9	17,3%	35	67,3%
Kurang baik	14	26,9%	3	5,8%	17	32,7%
Total	40	76,9%	12	23,1%	52	100%

Sumber : Data Primer 2023

Odds Ratio: 0,619

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa dukungan orang tua mahasiswa baik sebanyak 35 (67,390), diantaranya sebanyak 26 (50,090) yang mengalami stres akademik, dan 9 (17,390) yang tidak. mengalami stres akademik. Sedangkan dukungan orang tuamahasiswa kurang baik sebanyak 17 (32,790), diantaranya 14 (26,990) responden yang mengalami stres akademik, dan 3 (5,890) yang tida mengalami stres akademik.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dengan menggunakan uji statistik Chi-Square dengan Fisher's Exact Test diperoleh nilai p value-0,729 yang menunjukkan bahwa p—o 0,05. Hal ini berarti tidak ada hubungan dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja Tahun 2023. Dari hasil analisa juga diperoleh nilai Odds Ratio 0,619 dengan tingkat kepercayaan 9590, yang berarti dukungan orang tua yang baik berpeluang 0,619 kali mempengaruhi stres akademik dibandingkan dengan dukungan orang tua yang kurang baik.

Pembahasan

1. Dukungan Orang Tua

Dukungan orang tua merupakan sebuah bentuk kepedulian yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya. Dukungan orang tua ini biasanya tidak hanya diungkapkan melalui nasehat verbal ataupun nonverbal, tetapi juga dalam bentuk bantuan atau tindakan nyata sehingga dapat dirasakan dan memberi dampak baik bagi emosional ataupun dampak perilaku untuk pihak penerima (Hardiansyah, dkk, 2023).

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa mayoritas dukungan orang tua responden adalah baik sebanyak 35 (67,390). Hal ini dapat dipengaruhi oleh adanya kesadaran serta pengetahuan yang baik oleh orang tua tentang bagaimana pentingnya peran serta dukungan yang baik bagi proses pendewasaan diri seorang anak. Dukungan yang baik dari orang tua mampu memberikan rasa aman dan nyaman bagi anak, serta membantu dalam mengatasi suatu permasalahan tertentu atau peristiwa yang menekan.

Dari pernyataan diatas dapat didukung teori yang dikemukakan oleh Mantraningsi, (2021), yang mengungkapkan bahwa dukungan orang tua yang baik dapat memberikan bantuan dasar kepada anak dalam wujud pemberian rasa aman dan nyaman, perhatian serta kasih sayang. Selanjutnya dijelaskan pula bahwa dukungan orang tua yang baik yang bersifat menerima anggota keluarga baru, memberikan dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan emosional dapat membantu dalam mengatasi terjadinya masalah atau tekanan yang dialami oleh anak.

Selain itu, Nurani, (2022) juga mengungkapkan bahwa dukungan orang tua dapat diprediksi sebagai aspek yang sangat berpengaruh dalam memotivasi anak, karena meskipun sudah berada pada jenjang perguruan tinggi, akan tetapi seorang anak masih membutuhkan dukungan dari orang tuanya baik itu dukungan moral ataupun material. Selanjutnya dukungan orang tua responden kurang baik sebanyak 17 orang (32,790). Hal ini bisa terjadi karena dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya memberikan dukungan yang baik bagi anak. Selain itu, kondisi ekonomi dan pekerjaan juga menjadi faktor kurangnya dukungan yang baik dari orang tua untuk anak. Orang tua dengan kondisi pengetahuan dan ekonomi yang kurang akan beranggapan bahwa tugas orang tua tidak lebih sekedar mencukupi kebutuhan lahir anak sehingga mereka cenderung akan lebih sibuk dengan pekerjaannya. Pernyataan di atas didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Syahrani, (2015) yang mengungkapkan bahwa faktor penyebab kurangnya dukungan orang tua kepada anaknya yaitu kurang pengetahuan dan kondisi ekonomi serta pekerjaan yang lebih banyak menyita waktu orang tua sehingga waktu bersama anak menjadi lebih sedikit atau bahkan tidak ada sama sekali.

Selain faktor tersebut di atas, latar belakang kebudayaan yang suka memaksakan kehendak atau keinginan pada anak juga berpengaruh terhadap kurangnya dukungan orang tua kepada anak. Tidak jarang orang tua ada yang menginginkan anaknya melakukan segala sesuatu sesuai keinginannya, tanpa memikirkan kondisi dan kemampuan anaknya sendiri. Dan apabila anaknya tidak mengikuti apa yang menjadi keinginannya maka orang tua itu akan melepaskan tanggung jawabnya atas anak tersebut, atau dalam artian tidak lagi memberi dukungan kepada anaknya. Pernyataan ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Putri, (2022) yang menyatakan bahwa orang tua yang suka mengekang dan memaksakan kehendak kepada anaknya baik itu pendidikan, sosial, karir maupun minat dan bakat akan menyebabkan renggangnya hubungan atau relasi yang baik antara orang tua dan anak.

2. **Stres Akademik**

Stres akademik merupakan suatu kondisi tertekan baik fisik maupun emosional yang terjadi dikalangan siswa dan mahasiswa yang disebabkan oleh faktor internal (pengaruh dari persepsi diri sendiri) dan faktor eksternal (pengaruh dari lingkungan) (Kirana, 2022). Stres akademik merupakan dorongan untuk memperlihatkan prestasi dan keunggulan diri dimana didalamnya terdapat persaingan akademik, sehingga individu merasa terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa mayoritas stress akademik responden adalah stres sebanyak 40 (76,990). Hal ini disebabkan karena banyaknya tuntutan-tuntutan yang diterima oleh responden baik itu tuntutan dari diri sendiri maupun tuntutan dari luar. Selama mengenyam bangku pendidikan khususnya di perguruan tinggi, mahasiswa akan diperhadapkan pada tantangan dan tuntutan constant untuk penyesuaian dan perubahan. Selama itu pula mereka bertanggung jawab untuk menyelesaikan tantangan tersebut. Namun apabila mahasiswa tersebut tidak mampu menyelesaikan tantangan yang diterimanya maka hal tersebut akan menimbulkan stres akademik. Standar dan ekspektasi akademik yang terlalu tinggi yang tidak dibarengi dengan rasa peduli terhadap kesehatan dan kemampuan diri sendiri, keinginan untuk terus menunjukkan keunggulan berprestasinya dalam persaingan akademik, juga dapat menyebabkan terjadinya stres akademik. Tidak jarang mahasiswa yang memiliki ambisi yang kuat untuk mendapatkan nilai yang bagus, melakukan berbagai cara agar ambisinya tersebut tercapai. Namun apabila hal yang diinginkannya itu tidak tercapai maka mahasiswa bisa menyalakan dirinya sendiri karena merasa gagal dalam mendapatkan nilai-nilai tugas sampai tertekan dan pada akhirnya mengalami stres akademik.

Dari pernyataan tersebut, dapat didukung teori yang dikemukakan oleh Fatimah, (2021) bahwa stres akademik yang terjadi pada mahasiswa disebabkan oleh faktor internal (mahasiswa itu sendiri). Selanjutnya dijelaskan bahwa tidak jarang mahasiswa yang mempersepsikan secara negatif stimulus atau stressor yang diterimanya, sehingga menyebabkan terjadinya stres akademik. Selanjutnya Dewi, dkk, (2022) juga mengungkapkan bahwa stres akademik yang terjadi pada mahasiswa dipengaruhi oleh cara mahasiswa itu sendiri dalam mengatasi tekanan situasional serta jumlah stressor yang datang.

Kemudian responden yang tidak mengalami stres akademik sebanyak 12 orang (23,190). Responden yang tidak mengalami stress akademik ini bisa dipengaruhi oleh persepsi diri yang baik terhadap stressor yang ada. Mahasiswa yang menggunakan pola pikir yang positif akan menyiapkan diri untuk menghadapi masalah yang tidak mengenakan dan menekan. Semakin tinggi tingkat pola pikir positif seorang mahasiswa, maka kecemasan serta resiko terjadinya stres akademik juga semakin rendah. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Mamahit, (2020) yang menyatakan bahwa semakin tinggi pola pikir positif, serta keyakinan dan kepribadian yang optimis seorang mahasiswa, maka semakin rendah juga resiko kejadian stres akademiknya.

3. **Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kejadian Stres Akademik**

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa dukungan orang tuamahasiswa baik sebanyak 35 (67,390), diantaranya ada sebanyak 26 (50,090) yang mengalami stres akademik. Hal ini disebabkan karena kejadian stres akademik pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh banyak

faktor, seperti cara berpikir, kepribadian, prokrastinasi, tuntutan atau tekanan akademik dari kampus, dan harapan orang tua. Meskipun seorang mahasiswa sudah mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua, namun apabila mahasiswa itu tidak mempunyai kemampuan berpikir yang baik dalam menghadapi tuntutan-tuntutan yang diterimanya, maka hal itulah yang akan memicu timbulnya stres akademik. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Mamahit, (2020) bahwa stress akademik yang dialami oleh mahasiswa terjadi karena adanya penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru untuk mahasiswa tahun pertama, tuntutan akademik, tugas-tugas yang banyak dan ketidakmampuan menyesuaikan diri dan berpikir dengan baik, sehingga mahasiswa yang mengalami hal tersebut akan cenderung menganggap setiap masalah atau kejadian yang dialaminya sebagai suatu ancaman.

Sementara responden yang mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua dan tidak mengalami stres akademik sebanyak 9 (17,399). Hal ini terjadi karena adanya dukungan yang baik dari orang tua, sehingga mahasiswa dalam menghadapi suatu stressor akademik akan menjadi lebih tenang dan nyaman karena merasa diperhatikan oleh orang tuanya. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Putu Utami, (2020) tentang hubungan komunikasi orang tua-anak dengan stress akademik mahasiswa tahun pertama pada 61 responden, dan didapatkan korelasi negatif dengan nilai p.value sebesar 0,004\$0,05, yang artinya semakin baik komunikasi antara orang tua dengan anak, maka semakin rendah stres akademik yang dialami oleh mahasiswa (Putu Utami, 2020).

Dalam Aida, (2021) juga diungkapkan bahwa adanya dukungan yang baik dari orang tua itu adalah suatu hal yang sangat penting terlebih dalam menempuh pendidikan. Seseorang yang mengalami stres akan berusaha mencari rasa aman dan nyaman serta jalan keluar dari masalah yang membuatnya stres. Dalam hal inilah pentingnya dukungan dari orang-orang sekitar terlebih orang tua untuk membantu dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Sedangkan dukungan orang tua mahasiswa kurang baik sebanyak 17 orang (32,790), diantaranya 14 (26,990) yang mengalami stress akademik. Hal ini disebabkan karena dukungan orang tua yang kurang sehingga mahasiswa itu merasa tidak lagi mendapat perhatian dari orang tuanya. Selain itu banyaknya tuntutan-tuntutan akademik yang diterimanya akan semakin membuat mahasiswa itu merasa tertekan sehingga tidak mampu menghadapi setiap masalah itu, yang pada akhirnya menyebabkan stres akademik. Putra, (2022) juga menjelaskan bahwa dukungan keluarga khususnya orang tua merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stres yang buruk. Semakin besar dukungan dari orang tua, maka stres semakin berkurang sehingga emosi mahasiswa bisa menjadi lebih stabil dalam melaksanakan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa. Namun sebaliknya, semakin kurang dukungan orang tua makin besar juga kemungkinan terjadinya stres akademik. Sementara mahasiswa yang dukungan orang tua kurang baik dan tidak mengalami stres akademik sebanyak 3 orang (5,890). Hal ini disebabkan karena mahasiswa itu sendiri memiliki perilaku mandiri, keyakinan serta kepribadian yang optimis sehingga mampu berpikir positif dalam menghadapi setiap stressor yang diterimanya. Selain itu pikiran atau persepsi yang baik juga bisa membuat mahasiswa tersebut tidak bergantung pada orang tuanya sehingga ketika mahasiswa itu tidak mendapatkan dukungan dari orang tua, mahasiswa itu tetap bisa bertahan dalam situasi dan kondisi akademik yang menekan. Pernyataan ini juga didukung teori yang

dikemukakan oleh Hayati, (2020) yang mengungkapkan bahwa perilaku mandiri seseorang dapat membuat orang tersebut mampu menghadapi situasi dan kondisi yang dirasa mengancam termasuk tekanan akademik bagi seorang mahasiswa. Dengan adanya kemampuan mengelolah dengan baik setiap stressor yang diterima, akan ikut mendukung dalam pencegahan stres akademik yang dialami. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Dewi, (2022) bahwa kemampuan dalam mengelolah diri agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengelolah emosi dan kemampuan mempersepsikan beban akademik yang dirasakan akan membantu dalam mencegah atau mengurangi terjadinya stres akademik.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai $p=0,729$ atau $>0,05$ yang artinya H_a ditolak dan H_o diterima atau tidak ada hubungan dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja tahun 2023.

Dalam penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardiansyah, dkk, (2023) tentang hubungan antara dukungan orang tua dengan stres akademik pada 312 responden dengan menggunakan metode purposive sampling. Dalam penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan nilai p -value sebesar $0,001 < 0,05$ yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak. Dari hasil analisa data juga diperoleh nilai Odds Ratio 0,619 dengan tingkat kepercayaan 95%, yang berarti bahwa responden dengan dukungan orang tua kategori baik memiliki peluang 0,619 kali mempengaruhi kejadian stres akademik dibandingkan dengan dukungan orang tua kurang baik.

Menurut asumsi peneliti mengenai kejadian stres akademik yang dialami oleh mahasiswa di Stikes Tana Toraja tersebut disebabkan karena persepsi dan pola pikir mahasiswa itu sendiri yang tidak mampu melihat atau mempersepsikan dengan baik setiap beban atau tuntutan akademik yang diterimanya, sehingga setiap tuntutan itu dilihatnya sebagai suatu ancaman, serta adanya ketidakmampuan dalam mengelolah waktu mereka dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan pada mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja tahun 2023, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Mayoritas umur responden pada penelitian ini adalah 19 tahun yakni sebanyak 24 orang (46,290).
2. Mayoritas jenis kelamin responden dalam penelitian ini adalah perempuan yakni sebanyak 49 orang (94,290).
3. Mayoritas dukungan orang tua responden adalah baik sebanyak 35 (67,390) responden. Mayoritas kejadian stres akademik responden adalah ada stres sebanyak 40 (76,990) responden.
4. Tidak ada hubungan dukungan orang tua dengan kejadian stres akademik pada mahasiswa S1 semester II di Stikes Tana Toraja tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

Adawiah, R. M. (2021). *Gambar Stressor Akademik Mahasiswa di Kota Makassar Pada Masa Pandemi Covid-19*. Makassar: 2021.

Aida, U. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres Kebersihan Lingkungan, Pengetahuan, dan Kesadaran Masyarakat*

Akademik Pada Remaja Selama Masa Pandemi Covi-19. Surabaya: 2021.

Akmal, N. A. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Islam Alauddin Makassar, Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Makassar.*

Alfi, L. d. (2022). *Dukungan sosial teman sebaya dan problem focused coping dengan stres akademik pada mahasiswa . Yogyakarta: 2022.*

Asmita, W. (2021). *Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Menghadapi Kuliah Daring Pada Mahasiswa IAIN Batusangkar. Batusangkar: 2021.*

BAAK, (. A. (2023). *Rekapitulasi Pelaporan PDDIKTI. Toraja Utara: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tana Toraja.*

Barseli, 1. &. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa. Jurnal Konseling dan Pendidikan (Online), 5 (3), 143-148. Retrieved Juni 5, 2023, from Shttp://jurnal.konselingindonesia.com»*

Budiyanti, G. A. (2022). *Persepsi dukungan Orang Tua dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Masa PAndemi Covid-19. Yogyakarta: 2022.*

Dewi, dkk. (2022). *Profil Perceived Academic Stres pada Mahasiswa. Surabaya: 2022.*

Farida Ida, d. (2022). *Pengaruh Application Mobile Mindfulness (MM) Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa di tanggerang Raya. Tangerang: 2022.*

Gafur, H. (2015). *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus. Bandung: Rasibook.*

Hardiansyah, dkk. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Stres Akademik pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Indonesian Journal of — Innovation Studies, 2103), 8-16. doi:10.21070/ijins.v211.813*

Kaligis, F. (2021). *Usia 16-24 tahun adalah periode kritis untuk kesehatan mental remaja dan anak muda Indonesia. 2021.*