

Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres terhadap mahasiswa S1 fisioterapi yang sedang menyusun skripsi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Beti Yunianti, Noor Ariyani Rokhmah, Yuni Kurniasih

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta
Email: betiyunianti295@gmail.com; nurariyanir@gmail.com; yunikurniasih@gmail.com

Abstrak

Stres merupakan suatu hal yang dialami mahasiswa. Stres merupakan tekanan atau beban yang tidak sesuai dengan lingkungan dan sumber daya yang dialami para mahasiswa. Salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa stres yaitu karena adanya tuntutan dalam menyelesaikan tugas akhir, sehingga mahasiswa membutuhkan bantuan dan dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga adalah suatu proses dinamis yang melibatkan sikap, tindakan, dan penerimaan antar anggota keluarga untuk saling memberikan support, bantuan dan bimbingan dalam melakukan banyak hal. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode analisis korelasional melalui pendekatan cross sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 55 responden dengan teknik sampling menggunakan simple random sampling dengan cara acak. Hasil Penelitian: Hasil uji Spearman Rank menunjukkan dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 dibuktikan dengan nilai p -value sebesar 0.046 ($p < 0.05$). Mayoritas responden memiliki dukungan keluarga cukup baik sebanyak 25 responden (45.5%) dengan tingkat stres ringan sebanyak 23 responden (41.8%), sedangkan minoritas responden memiliki dukungan keluarga kategori kurang sebanyak 8 responden (14.5%) dengan tingkat stres sangat berat sebanyak 3 responden (5.5%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Saran: Diharapkan bagi institusi dapat menciptakan program untuk mencegah stres mahasiswa sejak dini terutama bagi mahasiswa yang akan mengerjakan tugas akhir.

Kata Kunci: dukungan keluarga; mahasiswa; stres

Relationship of family support with level stress against undergraduate physiotherapy students who are compiling a thesis at the University 'Aisyiyah Yogyakarta

Abstract

Stress is something that students experience. Stress is pressure or burden that is not in accordance with the environment and resources experienced by students. One of the factors that causes students to be stressed is because there is coercion in completing their final assignments. Thus, students need help and support from their families. Family support is a dynamic process that involves attitudes, actions, and acceptance between family members to give support each other, assistance, and guidance in doing many things. Research objective to determine the relationship between family support and stress levels in undergraduate Physiotherapy students at Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. This research was quantitative research with a correlational analysis method using a cross-sectional approach. The sample in this study consisted of 55 respondents with a sampling technique using simple random sampling randomly. Spearman Rank test results showed that family support has a significant relationship with stress levels in 2021 undergraduate Physiotherapy students as evidenced by a p -value of 0.046 ($p < 0.05$). The majority of respondents had quite good family support as many as 25 respondents (45.5%) and 23 respondents (41.8%) had light stress levels. Meanwhile, the minority of respondents had poor family support as many as 8 respondents (14.5%) and 3 respondents (5.5%) had high severe of stress levels. There is a significant relationship between family support and stress levels in 2021 undergraduate Physiotherapy students at Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. It is hoped that institutions can create programs to prevent student stress from an early phase, especially for students who will be working on their final assignments.

Keywords: family support; stress; students

1. Pendahuluan

Penugasan penyusunan tugas akhir, mahasiswa akan mulai menggunakan kemampuan berpikirnya (kognitif) untuk melakukan secara mandiri, seperti kemampuan berfikir kreatif dalam menentukan topik penelitian, kemampuan merumuskan masalah, mengumpulkan, mengolah dan menganalisa data, menarik kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan. (Anangkota, 2023) Stres yang terjadi karena disebabkan oleh berbagai macam tuntutan, baik tuntutan fisik, lingkungan, maupun situasi sosial yang tidak terkendali. Tuntutan yang harus dihadapi dan individu yang tidak siap dalam menghadapinya juga dapat menimbulkan masalah psikologis seperti stres. (Ambarwati, 2019) Perbedaan tingkat stress yang dialami mahasiswa dapat diakibatkan karena terdapat perbedaan individual dalam berespons terhadap stressor. Mahasiswa yang sulit menenangkan diri ketika menghadapi masalah-masalah kecil berkaitan dengan karya ilmiah akan mudah merasa kecewa dan merasa putus asa. Ada beberapa dua faktor yang bisa membuat mahasiswa stress saat mengerjakan tugas akhir yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal yang timbul dari dalam individu sedangkan faktor eksternal meliputi keluarga, rekan atau teman, fasilitas, lingkungan, serta tugas yang banyak. Stres yang berkepanjangan bisa mempengaruhi aspek dan sistem tubuh seseorang dengan menimbulkan kecemasan, kemarahan, dan frustrasi. (Priyoto et al., 2019).

Dampak dari stres antara lain kecemasan, emosi, depresi, serta stres fisik dan psikologis. Secara pada umumnya, 38-71% mahasiswa mengalami stres dan 39,6-61,3% di Asia mengalami stres, namun di Indonesia sendiri, tingkat stres mahasiswa adalah 36,7- 71,6%. Data tersebut menggambarkan angka permasalahan stress masih terjadi. Stres adalah perasaan frustrasi, tekanan, ataupun kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa akibat dari beban yang tinggi dan tuntutan mahasiswa serta orang tua yang menuntut nilai dan prestasi yang tinggi dari mahasiswanya. (Ladapase et al., 2022) Stres dapat menjadi positif apabila dapat memotivasi seseorang untuk menghadapi masalah atau stres, tetapi stres negatif terjadi ketika seseorang tidak dapat mengatasi stres, yang dapat menyebabkan sulit tidur, mudah marah, sakit kepala, dan berbagai gejala kesehatan. Berdasarkan data Riskesdas 2020, prevalensi gangguan jiwa dan emosi dengan gejala depresi dan stres pada penduduk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta jiwa atau 9,8% dari total seluruh penduduk Indonesia. Hasil Riskesdas 2020 menunjukkan bahwa prevalensi orang yang mengalami gangguan psiko-afektif di Jawa Timur adalah 6,28% dari yang dianalisis. (Hastuti and Baiti, 2019). Menurut penelitian (Harahap, 2020) mendefinisikan stres merupakan sebuah tuntutan yang dialami mahasiswa yang menjadi tekanan atau beban yang tidak sesuai dengan lingkungan dan sumber daya yang dialami para mahasiswa. Hal ini, dapat mengakibatkan mahasiswa menjadi stres, rendah diri, kehilangan motivasi dan gangguan pola tidur, sehingga mahasiswa membutuhkan bantuan dan Dukungan keluarga.

Dukungan keluarga adalah suatu proses dinamis yang melibatkan sikap, tindakan, dan penerimaan antar anggota keluarga untuk saling memberikan bantuan dan bimbingan dalam berbagai bentuk, seperti dukungan informasi, instrumental, dan emosional. (Harahap. Ambarwati *et al.*, 2020). Dukungan keluarga dapat bersumber dari internal keluarga, seperti orang tua, atau dari eksternal keluarga, seperti saudara kandung (Muhriisa, 2024). Beberapa faktor yang memengaruhi dukungan keluarga, yaitu jenis kelamin, tahap perkembangan yang berhubungan dengan usia, pendidikan atau tingkat pengetahuan, spiritual, serta kemampuan untuk menemukan harapan dan makna dalam hidup. Menurut peneliti hal ini berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga seperti usia dan pendapatan. (Muhriisa et al., 2024).

Berdasarkan penelitian Samudro (2020) diketahui bahwa bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir adalah dengan memberikan semangat kepada mahasiswa. Dukungan keluarga juga dapat menyebabkan kesejahteraan psikologis seseorang karena adanya perhatian, pengertian atau menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri, serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri. (Samudro, 2020). Ketika telah tercapai pemenuhan dukungan sosial keluarga, maka diharapkan dalam menghadapi tekanan, individu dapat merespon positif tekanan tersebut dan menunjukkan performa yang dimiliki secara maksimal. Dukungan yang didapatkan oleh mahasiswa dapat berupa perhatian yang berasal dari keluarga sehingga mahasiswa termotivasi untuk segera menyelesaikan tugas akhir. Dukungan keluarga dapat menimbulkan dampak yaitu dukungan keluarga menahan dampak negatif dari stres terhadap kesehatan dan utama dukungan keluarga yang secara langsung mempengaruhi peningkatan kepercayaan diri

(Ilmiati *et al.*, 2019). Berdasarkan hasil studi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara Dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa, dengan arah hubungan negatif yang berarti semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat stres yang dialami mahasiswa. Studi pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara pada mahasiswa 10 orang mahasiswa program studi fisioterapi angkatan 2021 didapatkan bahwa 8 mahasiswa mengalami stres dan 2 mahasiswa tidak mengalami stres.

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analisis korelasional melalui pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas Aisyiyah Yogyakarta yang berjumlah 110 mahasiswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah 55 responden dengan teknik sampling menggunakan *simple random sampling* dengan cara acak (undian). Alat dan pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan yaitu analisa Univariat dan Bivariat menggunakan uji *spearman rank* yaitu untuk menguji hubungan antara dua variabel dengan skala ordinal.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Analisa Univariat

3.1.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
20 tahun	4	7.3
21 tahun	23	41.8
22 tahun	24	43.6
23 tahun	4	7.3
Total	55	100.0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 jumlah responden terbanyak berdasarkan usia yaitu usia 22 tahun sebanyak 24 responden (43,6%), sedangkan responden paling sedikit berusia 20 tahun dan 23 tahun sebanyak 4 responden (7.3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	17	30.9
Perempuan	38	69.1
Total	55	100.0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 jumlah responden terbanyak berdasarkan jenis kelamin yaitu jenis kelamin perempuan dengan jumlah 38 responden (69.1%).

3.1.2. Dukungan Keluarga

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Angkatan 2021

Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	8	14.5
Cukup	25	45.5
Baik	22	40.0
Total	55	100.0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan penelitian ini dari 55 sampel yang dijadikan responden didapatkan hasil bahwa mayoritas dukungan keluarga pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 paling banyak memiliki dukungan keluarga kategori cukup yaitu sebesar 25 responden (45.5%). Berdasarkan hasil tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa seseorang yang memiliki dukungan keluarga yang cukup baik adalah seseorang yang memiliki support yang baik dari keluarganya, dimana hal ini disebabkan oleh bebrapa faktor salah satunya yaitu faktor lingkungan mahasiswa, jika lingkungan mahasiswa baik dan mempunyai hubungan yang harmonis dengan keluarganya maka mahasiswa cenderung mendapatkan dukungan yang lebih baik.

Dukungan keluarga sangat berperan dalam kehidupan mahasiswa, dukungan keluarga yang diberikan berupa pemberian dukungan penilaian, pemberian dukungan informasional, serta pemberian dukungan emosional (Eva, 2021). Dalam hal ini dapat dipahami bahwa keluarga adalah sebuah komunikasi interpersonal yang didalamnya terdapat tindakan, sikap, serta penerimaan kepada anggota keluarga yang dapat saling memberi perhatian (Friedman, 2019). Ketika mahasiswa mengalami stres dalam mengerjakan skripsi, dukungan ini berguna untuk menghadapi stres. Dukungan keluarga merupakan dukungan sosial pertama yang diterima oleh mahasiswa karena keluarga adalah orang yang paling dekat dengan individu dan memiliki peluang paling besar untuk memberi bantuan. Adanya dukungan keluarga menjadikan mahasiswa lebih semangat dalam mengerjakan skripsi.

Tujuan dari dukungan keluarga yaitu untuk meredakan stress dan memberikan ketenangan. Jadi dukungan keluarga mengacu kepada dukungan-dukungan sosial yang dipandang oleh anggota keluarga sebagai sesuatu yang dapat diakses atau diadakan untuk keluarga yang selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Ii, 2020). Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Zhaafira *et al.*, (2019) yang berjudul "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Alfath Bekasi" didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami dukungan keluarga kategori cukup yaitu sebanyak 33 responden (55%). Hal ini juga didukung oleh penelitian Jayanti *et al.*, (2021) dengan judul "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi S-1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon" didapatkan bahwa responden terbanyak mengalami dukungan keluarga kategori cukup yaitu sebanyak 25 responden (58%), hal ini dipengaruhi karena mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga yang cukup baik memiliki lingkungan yang supportif dan positif.

3.1.3. Tingkat Stres

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Angkatan 2021

Tingkat Sres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	7	12.7
Ringan	23	41.8
Sedang	13	23.6
Berat	9	16.4
Sangat Berat	3	5.5
Total	55	100.0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan hasil penelitian ini dari 55 responden didapatkan bahwa responden terbanyak memiliki tingkat stres ringan yaitu sebesar 23 responden (41.8%), sedangkan responden paling sedikit memiliki tingkat stres kategori sangat berat yaitu sebanyak 3 responden (5.5%), hal ini didapatkan melalui total nilai skor jawaban responden berdasarkan kuesioner tingkat stres yang mana total skor 23 responden berada pada rentang 15-18 dengan kategori stres ringan dan total skor 5 responden berada pada skor >34 dengan kategori stres sangat berat. Berdasarkan hasil tersebut menurut peneliti walaupun pada penelitian ini sebagian besar dari mahasiswa mengalami stres ringan, namun tidak menutup kemungkinan rasa stres itu akan mempengaruhi kognitif mahasiswa, mengganggu konsentrasi, dan memandang bahwa hal yang dihadapinya akan bertambah semakin sulit. Stres ringan yang dihadapi oleh mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 ini disebabkan oleh kurangnya dukungan keluarga terhadap mahasiswa tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nur & Amna (2016) yang menyatakan bahwa stres yang dialami mahasiswa merupakan suatu kondisi individu yang disertai dengan keadaan waspada dan tegang, dimana kondisi ini dirasakan secara terus-menerus yang mengakibatkan individu mudah sedih atau frustrasi. Aspek-aspek stres terdiri dari sulit bersantai, mudah kesal/gelisah, mudah marah/reaksi berlebihan, dan tidak sabaran. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yusuf & Yusuf (2020) yang mengatakan bahwa stres akademik merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan pada individu yang muncul karena akibat adanya tuntutan atau tekanan dalam akademik yang melebihi batas kemampuannya sehingga individu tersebut merasa terbebani secara mental.

Penelitian ini juga didukung oleh pendapat Zuama (2014) yang menyatakan bahwa stres akademik merupakan suatu kesenjangan yang harus dihadapi mahasiswa akibat banyaknya tuntutan pikiran akademik serta dukungan dari keluarga yang kurang, seperti banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen dan tenggang waktu pengumpulan tugas yang mendesak. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Kadapatti & Vijayalaxmi (2012), yang menyatakan bahwa munculnya stres akademik pada mahasiswa disebabkan karena kurangnya dukungan dari keluarga dan adanya berbagai tuntutan yang berkaitan dengan akademik, yang mana tuntutan tersebut diluar batas kemampuannya. Penelitian ini diperkuat dengan pendapat Agung & Budiani (2013) yang menyatakan bahwa pada mahasiswa semester akhir, kondisi stres akademik akan semakin tinggi dengan adanya tuntutan dalam mengerjakan skripsi.

Penyebab munculnya stres akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi diantaranya yaitu rendahnya dukungan dari keluarga, rendahnya keyakinan pada kemampuan diri sendiri serta kesulitan atau hambatan yang dialami dalam proses penyusunan skripsi, sehingga beberapa penyebab ini membuat mahasiswa merasa tidak nyaman. Penelitian ini juga didukung oleh pendapat Broderick (2018) yang menyatakan bahwa saat mahasiswa mengalami perasaan tidak nyaman karena stres akademik maka mahasiswa akan cenderung menghilangkan perasaan tidak nyaman tersebut secepat mungkin. Koping stres yang dilakukan mahasiswa salah satunya yaitu mencari aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan menghindari dari hal yang tidak berhubungan dengan skripsi yang dapat memunculkan stres dalam penyelesaian skripsi.

Menurut peneliti setiap mahasiswa mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda dalam proses pengerjaan skripsi. Hal ini terjadi karena kurangnya dukungan keluarga sehingga kemunculan stres akademik pada setiap mahasiswa tergantung pada mekanisme koping stres yang dipilih dalam menanggapi atau menanggapi stres yang muncul. Setiap mahasiswa mempunyai metode tersendiri dalam menghadapi stres sehingga dampak yang ditimbulkan dari stres terhadap mahasiswa juga berbeda tergantung bagaimana cara mahasiswa dalam penyelesaian suatu permasalahan akademiknya, jika seorang mahasiswa menyelesaikannya dengan baik maka tidak akan memberikan dampak yang negatif, namun jika seorang mahasiswa tidak mampu menyelesaikan permasalahan akademiknya dengan baik maka akan berdampak pada psikologis yang tidak menyenangkan yang dapat menimbulkan stres. Oleh karena itu salah satu hal penting untuk memicu tidak terjadinya stres yaitu adanya dukungan yang positif dari keluarga agar bisa menyelesaikan tugas akhir dengan baik dan tepat waktu. Meskipun dari hasil penelitian ini data terbanyak diperoleh tingkat stres yang dirasakan oleh mahasiswa masih tergolong ringan, namun ada beberapa mahasiswa merasakan stres sedang bahkan berat. Hal ini perlu menjadi perhatian penting bagi para dosen, orang tua dan mahasiswa bahwasanya tidak menutup kemungkinan angka stres dapat semakin bertambah untuk kedepannya.

3.2. Analisa Bivariat

Tabel 5. Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Terhadap Mahasiswa S1
Fisioterapi Angkatan 2021 Di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Dukungan Keluarga	Tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2021										Total Jumlah	P-value	Correlation Coefficient	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat					
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%				
Kurang	1	12,5	1	12,5	3	37,5	3	37,5	0	0,0	8	100,0	0,046	-0,270
Cukup	9	36	3	12	9	36	3	12	1	4,0	25	100,0		
Baik	13	59,1	3	13,6	1	4,5	3	13,6	2	9,1	22	100,0		

Total	23	41,8	7	12,7	13	23,6	9	16,4	3	5.5	55	100,0
-------	----	------	---	------	----	------	---	------	---	-----	----	-------

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji spearman rank diperoleh nilai ρ -value sebesar 0,046 ($\alpha < 0,05$) yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Linda *et al.*, (2015) bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres dengan hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Lestari *et al.*, (2023) yang berjudul "Hubungan dukungan keluarga Dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan Cirebon" bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres dengan hasil uji statistik didapatkan p value = 0,026 $< p = 0,05$ yang berarti H_a diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres mahasiswa.

Penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Riska *et al.*, (2023) yang berjudul "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Alfath Bekasi" bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres dengan hasil uji statistik didapatkan p value = 0,002 $< p = 0,05$ yang berarti H_a diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres mahasiswa. Hasil Penelitian ini diperkuat oleh teori yang diungkapkan oleh Dyah (2020) yaitu dukungan keluarga sangat mempengaruhi tingkat stres yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa, sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa.

Hasil uji statistik pada penelitian ini didapatkan nilai correlation coefficient yaitu sebesar -0,270 yang artinya tingkat kekuatan hubungan kedua variabel berada pada kategori cukup dan bernilai negatif. Hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan tingkat stres mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel ini berlawanan arah yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat stres sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga maka semakin tinggi tingkat stres mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari *et al.*, (2021) didapatkan hasil ρ -value sebesar $< 0,05$; $r_s = -0,0443$) yang berarti terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres dengan arah hubungannya negatif yaitu dapat diartikan bahwa semakin baik dukungan keluarga maka semakin rendah stres yang dirasakan begitupun sebaliknya.

Dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 menurut peneliti memiliki hubungan yang erat, dikarenakan semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat stres yang dialami saat mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga yang baik saat mengerjakan skripsi memiliki kemampuan sosial yang baik sehingga mahasiswa tersebut akan mudah menghadapi semua tantangan, sedangkan mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga yang kurang akan mudah merasa stres dan pesimis terhadap hasil yang akan dicapainya.

Menurut analisa peneliti mayoritas mahasiswa di S1 Fisioterapi angkatan 2021 memiliki dukungan keluarga yang cukup hal ini timbul karena mahasiswa sendiri sudah mulai hidup secara mandiri dan kebanyakan mahasiswa sudah tidak tinggal bersama keluarga, dimana mahasiswa memilih tinggal bersama teman dikos terutama mahasiswa tingkat akhir dan jarang pulang.

Mereka pulang saat liburan dan ada acara keluarga dirumah dan mereka berkomunikasi dengan keluarga hanya melalui handphone. Untuk tingkat stres mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 sendiri banyak mengalami stres ringan dimana hal ini terjadi karena mahasiswa sendiri sudah berada pada fase dewasa dan sudah dapat mengelola stres dengan baik misalnya mahasiswa meluapkan masalah dengan bercerita kepada teman asrama atau Kos dan keluarga atau meluapkan stres melalui sosial media. Sehingga stres yang dialami tidak begitu memperberat mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga yang cukup baik tidak akan mudah mengalami stres dan merasa terbebani, sedangkan

mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga kurang cenderung akan mudah mengalami kekhawatiran dan stres yang berlebihan dikarenakan perasaan yang menganggap segala sesuatu sebagai sebuah hambatan dan halangan untuk mencapai sebuah keberhasilan saat mengerjakan skripsi (Thio Saba, 2018).

Stres yang dialami mahasiswa saat mengerjakan skripsi akan memberikan dampak yang buruk jika hal tersebut tidak segera diatasi. Cara efektif untuk menghindari stres saat mengerjakan skripsi yaitu adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan, memperbanyak relasi, membuat skala prioritas, meningkatkan motivasi dan keyakinan diri, manajemen waktu yang baik, dan menciptakan strategi belajar yang baik dan efisien (Laela, 2023).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Dukungan keluarga pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta mayoritas mengalami dukungan keluarga cukup yaitu sebanyak 25 responden (45.5%).
- b. Tingkat stres mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta mayoritas mengalami stres ringan yaitu sebanyak 23 responden (41.8%).
- c. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Angkatan 2021 di Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- d. Hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dalam kategori cukup dengan arah hubungan negatif (berlawanan arah).

5. Ucapan Terimakasih

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat stres pada mahasiswa S1 Fisioterapi angkatan 2021 di Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Adapun penulisan artikel ini dibuat untuk memenuhi syarat tugas akhir guna mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi masih jauh kata sempurna. Meskipun demikian, penulis berusaha semaksimal mungkin agar penyusunan artikel ini berhasil dengan sebaik-baiknya, sehingga dapat diterima. Beribu banyak ucapan terimakasih yang ingin penulis ucapkan terutama kepada bapak ibu dosen yang telah memberikan banyak bimbingan dan masukan, dan khususnya untuk kedua orang tua tercinta penulis yang telah memberikan dukungan baik moral maupun material dan do'a serta kasih sayang yang tiada terkira dalam setiap langkah kaki penulis, dan tidak lupa untuk teman-teman satu almamater dan semua pihak yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan artikel ini. Tambahkan ucapan terimakasih kepada pihak tertentu, misalnya sponsor penelitian atau mitra pengabdian, nyatakan dengan jelas dan singkat, hindari pernyataan terima kasih yang berbunga-bunga.

Daftar Pustaka

- Adlina, Nur & Zaujatul Amna. 2016. Hubungan Antara Stres dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Psikologi*. Aceh: Program Studi Psikologi Universitas Syiah Kuala. Vol. 1, No. 3.
- Agung, G., & Budiani, M. S. 2013. Hubungan antara kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Character*, 01,(2).
- Ambarwati, G. S. K. D. (2019). hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar. 2(1). <http://jurnal.icjambi.id/index.php>
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche* 165, 13(02), 235–239. <http://lppm.upiypk.ac.id/ojsupi/index.php/PSIKOLOGI/article/view/1363>
- Anangkota, M. , , J. T. M. S. Y. D. (2023). hubungan dukungan keluarga dengan stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi di fakultas psikologi universitas medan area.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.

- Bahri, Syaiful. 2018. *Metode Penelitian Bisnis – Lengkap Dengan Teknik Pengolahan Data SPSS. ANDI: Yogyakarta.*
- Eva Paridah, (2021), *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Stikes Medistra Indonesia Dalam Pembelajaran Online Dimasa Pandemi Tahun 2021. Stikes Medistra Indonesia*
- Ilmiati, Marheni, W., Program Studi Psikologi, P., & Psikologi, F. (2019). Hubungan antara Muhrisa, Studi Keperawatan, P., & Eka Harap Palangkaraya, Stik. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stress pasien kemoterapi di ruang anggrek tewu RSUD dr. Murjani Sampit. 2(1), 28–42. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i1.960>
- Nur Laela. (2023). Pengaruh Penerapan Metode Family Centered Care Terhadap Stres Hospitalisasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Ruang Baitunnisa I Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- Kadapatti, M. G. & Vijayalaxmi, A.H.M. (2012). Stressors of Academic Stress- A Study On Pre-University Students. *Indian Journal Science*. [Online]. Vol. 3 No.1.
- Susilawati. (2020). dukungan keluarga dapat berpengaruh pada kualitas hidup pasien kanker paru yang menjalani kemoterapi. In *Journal of Advanced Nursing and Health Sciences* (Vol. 4, Issue 1).
- Thio Saba. (2018) Hubungan Self-Efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Yulianto, B., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2020). Pada anak usia sekolah di puskesmas karang mekar tahun 2022. In *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI): Vol. x (Issue Y)*.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche* 165, 13(02), 235–239.
- Zhafira 2019 Hubungan Antara Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswi Akper As-Syafi'iyah Jakarta. *Afiat*, 4(02), 603-612.
- Priyoto, Keperawatan Jiwa, D., stElisabeth, Stik., Tengah, J., Keperawatan, I., StElisabeth, Stik., Studi, P. S., & keperawatan, imu. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stress mahasiswa keperawatan pada penyusunan karya ilmiah The Correlation Of Family Support With Nursing Student Stress Level In Scientific Paper Preparation. In *CARING* (Vol. 4, Issue 1).
- Ladapase, E. M. dan S., Keperawatan, F. I., Islam, U., Agung, S., & Author, C. (2022). *Gambaran stress akademik pada mahasiswa universitas Nusa nipa indoseia, jurnal mahasiswa psikologi universitas buana perjuangan karawang*, 2(2), pp. 42-47.
- Hastuti and Baiti, G. S. K. D. (2019). *Skripsi Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Oleh: Nur Intan Yunitasari Nim 201802118 Prodi Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun 2022.*
- Samudro. (2020). *Hubungan sikap mahasiswa terhadap penelitian dengan motivasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran univerrsitas lampung. Lampung, 201.*
- Friedman. (2019) *Keperawatan Keluarga. Yogyakarta: Gosyen Publishing.*