

KEPRIBADIAN IHSAN DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Desi Astuti, Shanty Komalasari, dan Yulia Hairina

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

e-mail: Desiastuti113@gmail.com

Abstract

The obstacles that students go through when writing a thesis are increasing during the Covid-19 pandemic. Therefore, students are expected to have a positive outlook. This is also related to a person's personality, namely a person's self-development that originates from the individual nature that was possessed when humans were born into the world, one of which is ihsan's personality, namely a good or positive personality in islam. Is a correlational study that aims to determine the relationship between ihsan's personality and academic stress on students who are preparing their thesis. The sample in this study amounted to 86 students who are were compiling their thesis. From the corelation test between ihsan's personality and academic stress, the corelation coefficient $r = -0,527$ dengan $p = 0,000$ $p < 0,05$. Thus, it can be concluded that there is a negative relationship between ihsan's personality and academic stress on students whi are compiling theses. This indicates that students who compose theses have ihsan's high personality in their daily applications, so it will be difficult to experience academic stress. On the other hand, students who compose theses have a low personality in their daily applications, they will easily experience academic stress.

Keywords: Academic Stress, Ihsan Personality, Student,

Abstrak

Kendala yang dilalui mahasiswa ketika proses menyusun skripsi semakin bertambah di saat keadaan wabah pandemi Covid-19 melanda. Oleh karenanya mahasiswa diharapkan mempunyai pandangan yang positif, hal ini juga berkaitan dengan kepribadian seseorang yaitu suatu perkembangan diri seseorang yang asalnya dari sifat individu tersebut yang dimiliki ketika manusia dilahirkan ke dunia, salah satunya adalah kepribadian ihsan yaitu kepribadian baik atau positif di dalam islam. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 86 mahasiswa yang sedang menyusun skripsinya. Dari uji korelasi antara kepribadian ihsan dan stres akademik diperoleh hasil koefisien korelasi $r = -0,527$ dengan $p = 0,000$ $p < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepribadian ihsan dan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki kepribadian ihsan yang tinggi dalam aplikasi sehari-harinya maka akan sukar mengalami stres akademik. Sebaliknya, jika mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki kepribadian ihsan yang rendah dalam aplikasi sehari-harinya maka akan mudah mengalami stres akademik.

Kata Kunci: Kepribadian Ihsan, Stres Akademik, Mahasiswa

Pendahuluan

Setiap manusia tentunya memiliki hambatan yang harus dijalani dalam kehidupnya. Salah satu hambatan itu terjadi juga pada masa pendidikan, yang lebih tepatnya pada saat menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang dialami oleh mahasiswa. Pada mahasiswa

yang sedang menjalani masa studi pendidikan di perguruan tinggi, mereka diwajibkan untuk bisa menyelesaikan masa studinya dari waktu yang sudah ditetapkan. Tuntutan yang dialami mahasiswa bersumber dari berbagai pihak, diantaranya dari pihak universitas, orangtua yang ingin anaknya mendapatkan gelar sarjana, masalah ekonomi, dan dorongan dari orang sekitar maupun dari diri sendiri. Peristiwa yang dapat menimbulkan tuntutan yang sangat kuat cenderung dilihat sebagai sesuatu yang dapat menimbulkan stres (Anwar, 2018).

Tahap terakhir yang wajib dilalui oleh mahasiswa tingkat akhir adalah mereka harus menyelesaikan skripsi atau tugas akhir. Skripsi yaitu sebuah karya ilmiah yang dikerjakan semua mahasiswa secara murni untuk dapat gelar strata satu (S-1) di suatu lembaga perguruan tinggi (Aditia, 2017). Proses dalam penyusunan skripsi dikerjakan secara individu untuk mengajarkan agar mahasiswa lebih dapat berusaha dan mandiri dalam menyelesaikan memecahkan masalah yang dilewati dan mahasiswa agar lebih mampu menanamkan ilmu yang didapat selama masa perkuliahan. Namun pada kenyataannya ketika mahasiswa semester akhir yang diwajibkan agar dapat menyelesaikan skripsi, tidak berjalan dengan lancar seperti yang diinginkan, melainkan dalam proses menyelesaikan tugas akhir tersebut, terdapat banyak kendala dalam mengerjakannya. Berbagai kendala tersebut yang tentunya bisa membuat hambatan dalam mengerjakan skripsi (Zakaria, 2017). Dalam keadaan tersebut sebagian mahasiswa tidak siap akan tuntutan-tuntutan akademik yang dirasakan. Mahasiswa yang merasakan ketidaksiapan tersebut akan mengalami keadaan yang bisa disebut stres akademik (Indira, 2018).

Stres akademik merupakan tertekan secara emosional maupun fisik, merasakan perasaan cemas, dan khawatir terhadap apa yang dirasakan individu karena mengalami tuntutan akademik yang berasal dari dosen maupun orang sekitar dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu dan skripsi yang baik (Hantoro & Endang, 2016). Elias mengemukakan bahwa tingkatan stres akademik yang terjadi pada mahasiswa tahun terakhir dikelompokkan kedalam stres sedang dan stres berat (Syifa dan Ria, 2019).

Penelitian terdahulu mengemukakan bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa menyusun skripsi yaitu terkendala saat bimbingan skripsi kepada dosen pembimbing yang di mana setiap dosen pembimbing berbeda karakter, yang menimbulkan mahasiswa bingung. Dalam kondisi bingung tersebut yang akhirnya membuat sebagian mahasiswa tidak melanjutkan konsultasi lalu tidak mengerjakan skripsi dengan waktu yang panjang, dan membuat tertundanya mengerjakan tugas akhir ditambah kebijakan baru. Kedua, hasil penelitian ini mengemukakan bahwa mahasiswa yang mencari alasan agar tidak menemui dosen pembimbing agar menghindari perasaan takut dan tidak nyaman saat melakukan bimbingan skripsi. Timbulnya perasaan tersebut karena mahasiswa merasa tidak sanggup memenuhi tugas yang diberikan dosen pembimbing pada saat bimbingan skripsi (Gunawati, 2006).

Kendala yang di lalui ketika proses menyusun skripsi semakin bertambah di saat keadaan wabah pandemi *Covid-19* melanda. Masalah yang biasa ditemui oleh seorang mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir biasanya banyaknya mahasiswa yang tidak pandai dalam menuangkan pikiran dalam bentuk tulisan, keahlian akademis mahasiswa tersebut yang kurang memadai. Apabila mahasiswa merasa bahwa tekanan dalam menyusun tugas akhir yaitu skripsi yang diluar dari kemampuannya, mahasiswa akan mengalami kondisi yang disebut stres (Hasanah, 2019). Dalam hal ini mahasiswa diharapkan mempunyai pandangan yang positif cara pandang, baik dalam jiwa, kepribadian, serta mental yang kuat dan sehat. Sebagaimana pula mahasiswa yang bisa dalam menguasai tuntutan dalam bentuk apapun, memiliki pandangan dan cara berpikir yang baik kepada dirinya sendiri. maupun orang lain.

Berusaha menyelesaikan masalah atau hambatan yang dialami dan juga tentunya tidak putus asa dalam kondisi apapun (Duri, 2015).

Terdapat kepribadian dalam dan luar pada diri seseorang. Kepribadian yang disebut kepribadian dalam adalah suatu perkembangan diri seseorang yang asalnya dari sifat individu tersebut yang dimiliki ketika manusia dilahirkan ke dunia. Kepribadian tersebut memiliki perilaku-perilaku yang positif yang tentunya wajib dikembangkan sehingga menjadikan faktor pendukung dalam pengembangan individu untuk menjadi seorang profesionalisme, Kepribadian baik atau positif di dalam Islam disebut dengan kepribadian ihsan (Fienaningsih, 2017).

Kepribadian ihsan merupakan kepribadian yang menunjukkan seseorang untuk mempercantik dirinya atau memperbaiki dirinya baik dalam berupa yang berhubungan dengan dirinya sendiri atau sesamanya, alam semesta, serta kepada TuhanNya yang diniatkan semata-mata hanya untuk mencari ridhaNya. Adapun pengertian secara istilah, yang di mana *ihsan* berasal dari kata "*Hasuna*" yang artinya bagus atau baik. Mujib mengemukakan sifat-sifat yang membawakan manfaat dan juga menjauhkan kemudharatan adalah perilaku yang ihsan (Mujib, 2017).

Dengan mempunyai sifat kepribadian ihsan individu diharapkan agar setiap melakukan segala sesuatu perbuatannya dapat mendatangkan kebaikan untuknya dan bukan keburukan. Dalam hal ini menjadi salah satu contoh peran penting dari fungsi kepribadian ihsan yaitu dalam pengendalian yang memberi arah efisien dan efektif untuk bertindak laku sebagai manusia yang baik, juga mengaplikasikan ilmu Qur'ani yang didapat secara benar yang tujuannya agar meningkatkan kesejahteraan kehidupan sebagai manusia, dan bermanfaat untuk pendidikan dalam meningkatkan kualitas perilaku manusia, menunjukkan tingkah laku yang positif, dan memberikan tujuan bagaimana menjadikan perilaku yang salah menjadi benar, buruk menjadi baik, sehingga membentuk kepribadian yang baik (*kamil*) (Susanto, 2018). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Sampel yang diteliti berjumlah 86 mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir (skripsi). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi yaitu skala kepribadian ihsan dan skala stres akademik. Skala kepribadian ihsan disusun berdasarkan 4 dimensi yang dikemukakan oleh Mujib yaitu Karakter *wari'*, karakter *kha'if*, karakter *istiqamah*, dan karakter *shabir* (Mujib, 2017). Sedangkan skala stres akademik disusun berdasarkan 2 dimensi yang dikemukakan oleh Gadzella yaitu *stressor* akademik yang terdiri dari 5 kategori yaitu *frustrations*, konflik, tekanan, *changes*, *self-imposed*, dan reaksi terhadap *stressor* akademik yang terdiri dari 4 kategori yaitu *physiological*, *emotional*, *behavioral* dan *cognitive appraisal* (Shahanaz, 2017).

Teknik yang dipakai dalam penelitian dengan melakukan uji kuantitatif dengan menerapkan metode analisis statistik, dipakai untuk mengecek data dalam bentuk angka-angka. Pada pengolahan data penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Tujuannya untuk membuktikan apakah ada hubungan yang antara kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi yang sudah dirumuskan sebelumnya yaitu untuk mengetahui hubungan antara kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi (Ansori, 2019). Selanjutnya, untuk perhitungan korelasi *product moment* menerapkan bantuan aplikasi elektronik berupa *Statistik Package For Social Science* (SPSS) versi 22,0 *for windows*.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Analisis Data Kepribadian Ihsan

Kategorisasi			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	$X < 48,306$	13	15,1	15,1	15,1
	Sedang	$48,306 \leq X < 59,234$	60	69,8	69,8	84,9
	Tinggi	$X \geq 59,234$	13	15,1	15,1	100,0
	Total		86	100,0	100,0	

Hasil pada skala kepribadian ihsan dengan nilai *mean* yaitu 53,77 dan *standar deviasi* 5,464. Subjek akan ditentukan pada bagian rendah, sedang, maupun tinggi dengan menggunakan pengkategorian intensitas variabel. Berdasarkan pada tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat kepribadian ihsan dengan kategori rendah sebesar 15,1% (13 mahasiswa), kategori sedang sebesar 69,8% (60 mahasiswa), dan kategori tinggi 15,1% (13 mahasiswa).

Tabel 2. Analisis Data Stres Akademik

Kategorisasi			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	$X < 71,91$	12	14,0	14,0	14,0
	Sedang	$71,91 \leq X < 88,85$	63	73,3	73,3	87,2
	Tinggi	$X \geq 88,85$	11	12,8	12,8	100,0
	Total		86	100,0	100,0	

Hasil pada skala stres akademik dengan nilai *mean* berjumlah 80,83 dan *standar deviasi* 8,470. Setiap subjek akan ditentukan pada bagian rendah, sedang, maupun tinggi dengan menggunakan pengkategorian intensitas variabel. Berdasarkan data pada tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa tingkat stres akademik dengan kategori rendah sebesar 14,0% yakni sebesar 12 mahasiswa, berada pada intensitas sedang 73,3% yakni sebanyak 63 mahasiswa, dan kategori tinggi sebesar 12,8% yakni sebanyak 11 mahasiswa.

Pada hasil uji normalitas yaitu uji *Kolmogorof-Smimov*, diperoleh bahwa nilai signifikan sebesar $0,200 \geq 0,050$ lebih besar dari nilai 0,050, sehingga dapat disimpulkan bahwa sebaran item kepribadian ihsan dan stres akademik tersebut berdistribusi normal. Terdapat hasil untuk uji linearitas variabel kepribadian ihsan dengan stres akademik menunjukkan hasil bahwa nilai signifikan *deviation from linearty* adalah 0,165. Adapun data yang bisa dikatakan linear apabila nilai $p \geq 0,05$ atau $0,165 \geq 0,05$. Sehingga dapat dikatakan sebaran item pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear karena nilai p lebih besar dari 0,050.

Apabila terdapat korelasi atau hubungan antar variabel dapat dibuktikan dengan melihat nilai taraf signifikan nilai p value lebih rendah $< 0,050$, apabila nilai signifikan nilai p value kurang dari 0,050. Maka, data terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut (Sugiyono,2013).

Tabel 3. Hubungan Antar Variabel

		Kepribadian ihsan	Stres Akademik
Kepribadian ihsan	Pearson Correlation	1	-,527**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	86	86
Stres Akademik	Pearson Correlation	-,527**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	86	86

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel di atas menjelaskan bahwa taraf signifikan dengan nilai 0,000 ($p < 0,05$), artinya variabel kepribadian ihsan dan stres akademik memiliki keterkaitan secara signifikan satu sama lain. Pada tabel tersebut menunjukkan bahwa hasil koefisien korelasi sebesar 0,527. Hal ini membuktikan bahwa 0,527 itu ialah memiliki posisi kekuatan hubungan koefisien korelasi sedang yaitu antara 0,400 sampai 0,599. Maka, hipotesis alternatif (H_a) **diterima**. Berdasarkan hasil korelasi *correlation product moment*, angka koefisien korelasi bernilai negatif, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kepribadian ihsan dengan stres akademik, semakin tinggi tingkat kepribadian ihsan maka semakin rendah tingkat stres akademik, sebaliknya semakin rendah tingkat kepribadian ihsan, maka semakin tinggi pula tingkat stres akademik pada mahasiswa.

Masalah yang biasa ditemui oleh seorang mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir biasanya banyaknya mahasiswa yang tidak pandai dalam menuangkan pikiran dalam bentuk tulisan, keahlian akademis mahasiswa tersebut yang kurang memadai. Apabila mahasiswa merasa bahwa tekanan dalam menyusun tugas akhir yaitu skripsi yang diluar dari kemampuannya. Mahasiswa akan mengalami kondisi yang disebut stres. Stres ini adalah suatu keadaan di mana menurut mahasiswa mendapat tuntutan dari lingkungan dari batas luar kemampuannya dan harus memenuhinya (Hasanah, 2019). Dari beberapa mahasiswa berpendapat bahwa ketika memasuki pendidikan di perguruan tinggi merupakan salah satu hal yang membuat stres, dikarenakan terjadinya perubahan antara dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, yang didalamnya terdapat banyak perbedaan dan perubahan. Di mana kewajiban belajar mengharuskan mahasiswa lebih mandiri dalam segala hal aktivitas akademiknya. Seiring berjalannya waktu mahasiswa harus berkembang dalam masa ke masa (Adhi, 2016).

Faktor yang dianggap peneliti memiliki hubungan dengan stres akademik ini ialah kepribadian ihsan yaitu kepribadian yang sangat baik atau positif yang dari berasal diri individu muslim tersebut. Individu yang memiliki kepribadian ihsan ini di mana dia selalu merasa segala sesuatu yang dilakukannya senantiasanya ditinjau oleh Allah SWT. Dengan mempunyai sifat kepribadian ihsan individu diharapkan agar setiap melakukan segala sesuatu peribuatannya dapat mendatangkan kebaikan untuknya dan bukan keburukan. Dalam hal ini menjadi salah satu contoh peran penting dari fungsi kepribadian ihsan yaitu dalam pengendalian yang memberi arah efisien dan efektif untuk bertindak laku sebagai manusia yang baik, juga meaplikasikan ilmu qur'ani yang didapat secara benar yang tujuannya untuk meningkatkan kesejahteraan kehidupan sebagai manusia, dan juga berfungsi sebagai pendidikan dalam meningkatkan kualitas perilaku manusia, menunjukkan tingkah laku yang baik dan benar, dan memberi arahan bagaimana mengubah tingkah laku yang salah menjadi benar, buruk menjadi baik, sehingga membentuk kepribadian yang sempurna (*kamil*)(Susanto, 2018).

Berdasarkan pada hasil yang menggunakan uji *correlation product moment* dapat diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 \leq 0,050$. Artinya terdapat hubungan antara variabel kepribadian ihsan dengan stres akademik secara signifikan. Maka, berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis alternatif (H_a) **diterima** yaitu “ada terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi,” untuk nilai koefisien korelasi sebesar -0,527 berada pada kekuatan hubungan koefisien sedang yaitu antara 0,400-0,599. Berdasarkan hasil korelasi *correlation product moment*, angka koefisien korelasi bernilai negatif, yaitu - 0,527.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data maka terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian ihsan dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi, dengan arah hubungan negatif, yang artinya bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian ihsan, maka akan semakin rendah pula tingkat stres akademik pada mahasiswa yang menyusun. Sebaliknya, jika tingkat kepribadian ihsan rendah maka akan semakin tinggi pula tingkat stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Daftar Pustaka

- Aditia, D. (2017). Hubungan antara Spritualitas dan Stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, *Jurnal el-Tarbawi*, Vol 10,no 2.
- Adhi, H .(2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi univerisitas diponegoro semarang, Semarang: *Jurnal empati*, vol 2 no 2.
- Anwar, K. (2018). *Hubungan antara regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa baru*, Universitas Sunan Kalijaga.
- Ansori, M. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jawa Timur : Airlangga University.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Duri, C. (2015). *Hubungan antara kecerdasan emosi dengan stres akademik mahasiswa Fakultas psikologi universitas muhamaddiyah Surakarta*, Naskah publik .
- Endang & Hantoro. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi universitas diponegoro semarang. Semarang : *Jurnal Empati*,vol 5 (2).
- Fienaningsih, N. (2017). Pengaruh Kepribadian terhadap kerja karyawan di Hotel Elresas Lamongan. *Jurnal Administrasi dan Bisnis*, vol 11,no 2.
- Gunawati, R.(2005). *Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran universitas diponegoro*. Universitas Diponegoro Semarang, Fakultas Kedokteran
- Hasanah, M. (2019). Stres dan solusi dalam perspektif psikologi islam. *Jurnal Ummul Qura*, Vol XIII No 1.
- Indira, I. (2019). Hubungan antara kesabaran dan stres akademik pada mahasiswa di pekanbaru, An-Nafs: *Jurnal psikologi*,Vol.13.No 1,21-34.
- Mujib, A. (2017). *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

- Purwanti, S. (2012). *Tingkat stres akademik pada mahasiswa reguler angkatan 2010 Fakultas Ilmu Leperawatan Universitas Indonesia*, Univesitas Indonesia Depok.
- Ria & Syifa. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, Vol 7 No 2.
- Shahanaz, J. (2017). *Hubungan antara Stres Akademik dengan Coping Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Pendidikan Psikologi*, Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Pendidikan Psikologi.
- Sugiyono. (2013). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung:CV Alfabeta.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Padang : Kencana.
- Zakaria, D. (2017) *,Tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi*, Universitas Muhammadiyah Malang, Fakultas Psikologi.