

Status Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi S1 Farmasi Angkatan Pertama dalam Menyusun Skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Salsabila Serang Tahun 2021

Mental Health Status of Pharmacy Undergraduate Students First Batch in Writing Thesis at the College of Health Sciences (STIKes) Salsabila Serang in 2021

Ade Anwar^{1*} & Filda Fairuza¹

¹STIKes Salsabila Serang, Indonesia

Penulis Korespondensi:

*ade.anwar@gmail.com

Proses Artikel

Dikirim : Oktober 2021
Direview : Desember 2021
Diterima : Januari 2022
Tersedia Online : Januari 2022

Keywords: *Depression, Anxiety, Stress, Students, Thesis*

Kata Kunci: Depresi, Kecemasan, Stres, Mahasiswa, Skripsi

Diterbitkan oleh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila, Serang Banten

ABSTRACT

The thesis work is the final and decisive stage in achieving a bachelor's degree. In compiling a thesis, students will be required to be more independent and disciplined in managing a tight schedule to achieve planning targets related to their thesis. The aim of the study was to describe the mental health status (depression, anxiety, and stress) of First Batch Pharmacy Undergraduate Students in compiling a thesis at Salsabila College of Health Sciences Serang in 2021. The research method is descriptive quantitative with a survey design. The instrument used was the Depression, Anxiety and Stress Scale – 21 Items (DASS-21) questionnaire. Research Results Of the 50 students who were the subject of the study, the results of depression were obtained; 88.00% Normal, 10% Mild, 2% Moderate. Worry ; 80% Normal, 12% Mild, 6% Moderate, 2% Severe. stress ; 66% Normal ; 14% light and moderate category, 6% heavy. Conclusion The levels of depression, anxiety and stress of First Batch Students of the Pharmacy Study Program in preparing their thesis at the Salsabila Serang College of Health Sciences are generally in the normal category.

ABSTRAK

Pengerjaan skripsi merupakan tahap paling akhir dan menentukan dalam mencapai gelar sarjana. Dalam menyusun skripsi mahasiswa akan dituntut lebih mandiri dan disiplin dalam mengatur jadwal yang ketat untuk mencapai target-target perencanaan yang berkaitan dengan skripsinya. Tujuan penelitian ialah untuk mengetahui gambaran status kesehatan mental (depresi, kecemasan, dan stres) Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Angkatan Pertama dalam menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang Tahun 2021. Metode penelitian ialah deskriptif kuantitatif dengan desain survey. Instrumen yang digunakan kuesioner Depression, Anxiety And Stress Scale – 21 Items (DASS-21). Hasil Penelitian Dari 50 Mahasiswa yang menjadi subjek penelitian diperoleh hasil Depresi ; 88,00% Normal, 10% Ringan, 2% Sedang. Kecemasan ; 80% Normal, 12% Ringan, 6% Sedang, 2% Berat. Stres ; 66% Normal ; 14% kategori ringan dan sedang, 6% Berat. Kesimpulan Tingkat depresi, kecemasan dan stres Mahasiswa Angkatan Pertama Program Studi S1 Farmasi dalam menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang secara umum berada pada kategori normal.

Cara Mengutip Artikel :

Anwar, A. & Fairuza F. (2022). Status Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi S1 Farmasi Angkatan Pertama dalam Menyusun Skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Salsabila Serang Tahun 2021, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 4(2): 62-66. DOI : <https://doi.org/10.60010/jikd/v4i2.64>

PENDAHULUAN

Pengerjaan skripsi merupakan tahap paling akhir dan menentukan dalam mencapai gelar sarjana. usaha dan kerja keras yang telah dilakukan bertahun-tahun sebelumnya akan sia-sia jika mahasiswa gagal dalam menyelesaikan skripsi. Dalam menyusun skripsi mahasiswa akan dituntut lebih mandiri dan disiplin dalam mengatur jadwal yang ketat untuk mencapai target-target perencanaan yang berkaitan dengan skripsinya, melakukan survey lapangan, berpikir dan menulis secara ilmiah, melakukan proses bimbingan dengan dosen pembimbing, dan mengintegritaskan pengalaman belajar serta teori-teori yang didapat selama perkuliahan pada semester-semester sebelumnya. (Asmawan ; 2017)

Penelitian merupakan karya ilmiah yang memerlukan ketelitian, memakan waktu, tenaga dan kapasitas internal. Kapasitas internal yang harus dimiliki peneliti agar dapat menyelenggarakan penelitian dengan baik yaitu: Latar belakang Keilmuan yang relevan, kemampuan menalar dan mengingat, kemampuan berpikir orisinal dan objektif, kesabaran, kapasitas kerjasama dan kesabaran pribadi. (Asmawan ; 2017)

Tidak sedikit mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi. Kesulitan yang seringkali dihadapi, diantaranya: menemukan dan merumuskan masalah, menentukan judul yang sesuai, sistematika proposal, sistematika skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah serta dana dan waktu yang terbatas. (Baskoro : 2012)

Selanjutnya hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa prodi S1 Farmasi STIKes Salsabila Serang menunjukkan bahwa salah satu kesulitan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi yaitu pengaturan waktu dalam merevisi dan konsultasi serta mencari literatur. Kesulitan-kesulitan tersebut dalam penyelesaian skripsi akan membuat mahasiswa semakin cemas, karena mahasiswa merasa tidak percaya diri akan skripsi yang ditulis, tidak maksimal dalam membuat skripsi, dan lain-lain.

Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan cemas sehingga dapat menyebabkan mahasiswa kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi. Hal ini tentu sangat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik. Selain itu, usaha dan kerja keras

yang telah dilakukan bertahun-tahun sebelumnya akan menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal menyelesaikan skripsi (Hariwijaya & Triton, 2005).

Disisi lain saat ini Mahasiswa STIKes Salsabila Serang dihadapkan dengan situasi pandemi Covid-19, yang berdampak pada proses pengerjaan skripsi yang tengah dikerjakannya. Diantaranya yaitu penularan virus yang sangat pesat dan sampai saat ini belum ditemukannya obat yang tepat yang membahayakan peneliti dan pihak yang terlibat jika penelitian tetap dilaksanakan, kebijakan pemerintah yang menerapkan pembatasan sosial berskala besar yang membatasi segala kegiatan yang melibatkan banyak orang sehingga proses pelaksanaan penelitian mahasiswa terhambat.

Dari kesulitan-kesulitan yang muncul dan dirasakan oleh mahasiswa, biasanya dapat menimbulkan reaksi psikologis bagi mahasiswa. Kondisi-kondisi seseorang dalam keadaan tertekan biasanya menimbulkan reaksi psikologis seperti kecemasan, stres atau bahkan depresi. Kondisi hingga keadaan depresi ini mungkin saja terjadi karena terdapat korelasi yang tinggi antara tindakan kecemasan dengan tingkat depresi. (Ningrum :2013). Kecemasan merupakan hal yang lumrah dialami dan menimpa hampir setiap orang. Terutama dalam situasi tertentu terhadap apa yang sedang dihadapi atau akan dihadapi. Kecemasan dalam psikologi sering kali disebut sebagai alarm internal, yang mengingatkan seseorang akan ancaman dari luar. Artinya, kecemasan bisa menjadi hal yang baik bagi seseorang untuk membantu dan melindungi diri jika menggunakan perasaan itu dengan baik. Akan tetapi jika kecemasan tidak terkontrol dengan baik maka bisa saja sampai membahayakan keselamatan dan menghambat kelangsungan hidup seseorang. (Vitasari et al. :2010).

Selain kecemasan, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi juga memungkinkan timbul keadaan stres. Stres adalah gangguan yang dialami tubuh kita saat kita menyesuaikan diri dengan lingkungan kita yang terus berubah; itu memiliki efek fisik dan emosional pada kita dan dapat menciptakan pengaruh positif atau negatif pada diri kita. Sebagai pengaruh positif, stres dapat membantu memaksa kita untuk bertindak. Sebagai pengaruh negatif, stres dapat mengakibatkan perasaan tidak percaya, penolakan, kemarahan, dan depresi, yang pada gilirannya dapat menyebabkan masalah kesehatan. (Behere, Yadav, and Behere :2011).

Reaksi Psikologis yang ketiga yaitu depresi. Depresi adalah gangguan mental yang umum yang

timbul karena suasana hati yang tertekan, hilangnya minat atau kesenangan, berkurangnya energi, perasaan bersalah atau rendah diri, mengganggu tidur atau nafsu makan, serta konsentrasi yang buruk. (WHO:2012).

Penelitian ini diangkat dengan harapan dari hasil penelitian dengan situasi terkini yang sedang terjadi dapat memberikan informasi sebagai bahan evaluasi serta masukan yang baik bagi pihak terkait khususnya, umumnya bagi banyak pihak yang dapat mengambil pelajaran serta dapat menjadi referensi untuk menggali lebih jauh lebih dari penelitian ini. Adapun tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran status mental (stres, kecemasan, dan depresi) mahasiswa S1 farmasi angkatan pertama dalam menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang Tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Dalam melakukan sebuah penelitian tentunya harus menggunakan suatu metode penelitian yang tepat agar mampu menjawab permasalahan yang hendak diteliti. Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan oleh peneliti dalam merancang, melaksanakan, dan mengolah data, serta menarik kesimpulan berkenaan dengan masalah penelitian. (Safari : 2016). Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain (situasi, peristiwa, kegiatan), yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Dalam kegiatan penelitian ini peneliti hanya menggambarkan apa yang terjadi pada diri objek atau wilayah yang diteliti, kemudian memaparkan apa yang terjadi dalam bentuk laporan penelitian secara lugas, seperti apa adanya. (Arikunto :2010)

Prosedur dalam penelitian ini meliputi tahap persiapan yaitu proses identifikasi dan merumuskan masalah, menentukan metode dan instrumen serta sampel. Tahap berikutnya yaitu penyebaran kuesioner kepada kuesioner terpilih dengan menggunakan *google form*. Dan tahap terakhir analisis data berupa analisis statistik deskriptif dan mencari distribusi frekuensi dan distribusi relatif. Adapun yang menjadi subjek penelitian ialah seluruh mahasiswa prodi S1 Farmasi angkatan pertama STIKes Salsabila Serang yang sedang mengerjakan skripsi yang berjumlah 50 mahasiswa (*total populasi*). Apabila subjeknya kurang dari seratus, lebih baik diambil semua sehingga

penelitiannya merupakan populasi. Tetapi, jika jumlah subjek besar, dapat diambil antara 10-15% atau 15- 25% atau lebih (Arikunto :2010).

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuisisioner *Depression, Anxiety And Stress Scale – 21 Items (DASS-21)* yang akan diisi oleh responden setelah responden mengisi bagian *informed consent*. Di dalam kuesioner terdapat tiga aspek yang akan dinilai, yaitu depresi, kecemasan, dan stress dimana ketiga aspek ini memiliki sub-skalanya masing-masing. Skala depresi menilai disforia, keputusasaan, devaluasi hidup, penghinaan diri, kurangnya minat /keterlibatan, anhedonia dan inersia. Skala kecemasan menilai saraf otonom, efek otot rangka,kecemasan situasional, dan pengalaman subjektif dari perasaan cemas. Skala stres sensitif terhadap rangsangan saraf kronis nonspesifik. Ini menilai kesulitan bersantai, rangsangan gugup, dan mudah marah / gelisah, mudah tersinggung / terlalu reaktif dan tidak sabar. Skor untuk depresi, kecemasan, dan stres dihitung dengan menjumlahkan skor tersebut untuk item yang relevan. Nilai untuk tiap aspek nya dibagi menjadi kategori normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. sesuai dengan yang dikembangkan oleh Lovibond. S. H dan Lovibond. P. H pada tahun 1995 (Crawford & Henry, 2005)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berikut adalah tabel karakteristik responden Mahasiswa Angkatan Pertama Prodi S1 Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	2	4,00
Perempuan	48	96,00
Total	50	100
Usia		
< 18 Tahun	0	0,00
18 – 21 Tahun	32	64,00
>21 Tahun	18	36,00
Total	50	100

Karakteristik digunakan meliputi jenis kelamin dan usia. Berdasarkan jenis kelamin diperoleh data bahwa responden umumnya pada kategori perempuan dengan jumlah responden sebanyak 48

mahasiswa (96,00%). Berdasarkan usia diperoleh data, umumnya terdapat pada kategori usia 18 – 21 tahun, yakni sebanyak 32 Mahasiswa (64,00%).

Nilai Rerata Status Mental

Gambaran status kesehatan mental yang dimaksud dalam penelitian ini ialah depresi, kecemasan dan stres pada Mahasiswa Angkatan Pertama Prodi S1 Farmasi STIKes Salsabila Serang.

Tabel 2
Analisis Statistik Deskriptif

Deskripsi	Depresi	Kecemasan	Stres
Mean	3,82	5,36	6,4
Median	3	3	6
Standar Deviasi	3,73	3,17	3,72
Minimum	0	0	0
Maximum	14	15	15

Berdasarkan tabel 2 mengenai data rerata status kesehatan mental yang diperoleh dari hasil analisis statistik deskriptif dari jumlah sampel

Tabel 3 Distribusi Kategori Status Kesehatan Mental

	Depresi		Kecemasan		Stres	
	f	%	f	%	f	%
Normal	4	88,	40	80,0	33	66,0
	4	00		0		0
Ringan	5	10,	6	12,0	7	14,0
		00		0		0
Sedang	1	2,0	3	6,00	7	14,0
		0		0		0
Berat	0	0	1	2,00	3	6,00
Sangat Berat	0	0	0	0	0	0
Total	5	10	50	100	50	100
	0	0				

Berdasarkan tabel 3 tersebut diatas dari 50 mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini, untuk tingkat depresi diperoleh data mahasiswa dengan tingkat depresi normal ialah 44 mahasiswa atau sebesar 88%, tingkat depresi ringan ialah 5 mahasiswa atau sebanyak 10%, tingkat depresi sedang ialah 1 mahasiswa atau sebesar 2 %. Untuk tingkat kecemasan diperoleh data mahasiswa dengan tingkat kecemasan normal ialah 40 mahasiswa atau sebesar 80%, tingkat kecemasan ringan ialah 6 mahasiswa atau sebesar 12%, tingkat kecemasan sedang ialah 3 mahasiswa atau sebesar 6% dan tingkat kecemasan berat ialah 1 mahasiswa atau sebesar 2%. Dan untuk tingkat stress diperoleh data mahasiswa dengan tingkat stress normal ialah 33 mahasiswa atau sebesar 66%, tingkat stres ringan dan sedang ialah 7 mahasiswa atau sebesar 14% dan tingkat stress berat ialah 3 mahasiswa atau sebesar

sebanyak 50 Mahasiswa. *Mean* ialah rata-rata dari jumlah skor, dapat kita lihat mean untuk depresi ialah 3,82 skor ini termasuk dalam kategori normal, mean untuk kecemasan ialah 5,36 skor ini termasuk dalam kategori normal dan mean untuk stress ialah 6,4 skor ini juga masih termasuk dalam kategori normal. *Median* merupakan nilai tengah, berdasarkan data diatas nilai tengah untuk depresi dan kecemasan adalah 3 sementara nilai tengah untuk stress ialah 6. Standar Deviasi atau simpangan baku digunakan untuk melihat variasi jawaban responden, adapun simpangan baru untuk depresi adalah 3,73 sedangkan untuk kecemasan adalah 3,17 serta untuk stress adalah 3,72. Minimum adalah nilai terendah dari skor, baik untuk depresi, kecemasan maupun stress nilai minimumnya ialah 0, sedangkan untuk nilai Maximum (nilai tertinggi dari skor), untuk depresi ialah 14 termasuk kategori “sedang” sementara untuk kecemasan dan stres ialah 15 termasuk kategori “Berat”.

Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental

6%.

Tingkat depresi, kecemasan dan stres mahasiswa angkatan pertama prodi S1 Farmasi STIKes Salsabila Serang dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, secara umum berada pada tingkatan normal. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pengelolaan stres yang baik dengan memiliki *coping stress* yang baik. *Coping stress* merupakan strategi untuk mengelola stres dengan respon perilaku positif dalam pemecahan suatu masalah. Artinya para mahasiswa angkatan pertama prodi S1 Farmasi ini menanggapi suatu masalah yang dihadapinya dengan menjadikan lecutan semangat untuk dapat mengatasi dan keluar dari situasi stres yang dihadapinya sehingga dapat menekan tingkat stres dan depresi yang dialami.

PENUTUP

Merujuk data hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan tingkat depresi, kecemasan dan stres Mahasiswa Angkatan Pertama Program Studi S1 Farmasi dalam menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang secara umum berada pada kategori normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. In: Rineka Cipta.
- Asmawan, A. J. J. P. I. S. (2017). *Analisis Kesulitan Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi*.
- Baskoro, D.S.B., Ervina, I., & Rahmawati, E. I. 2012. "Studi Deskriptif Kecemasan Mahasiswa dalam Menyusun Tugas Akhir".
- Behere, S. P., Yadav, R., & Behere, P. B. J. I. j. o. p. m. (2011). *A Comparative Study Of Stress Among Students Of Medicine, Engineering, And Nursing*.
- Crawford, R. J & Henry, D. J. (2005). The Short-form Version Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS 21) : Construct Validity And Normative Data In A Large Non-Clinical Sample. *British Journal Of Clinical Psychology* 44, 227-238.
- Hariwijaya & Triton. 2005. *Pedoman Penulisan Ilmiah Skripsi dan Tesis*. Yogyakarta: Tugu Publisher.
- Kinanthi, Melok & Listiyandini, Ratih Arruum & Amaliah, Uswatunnisa & Ramadhanty, Rahma. (2020). *Adaptasi Alat Ukur DASS-21 Versi Indonesia pada Populasi Mahasiswa*
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2nd. Ed.) Sydney: Psychology Foundation. DASS-21
- Ningrum, D. W. J. J. P. E. U. (2013). *Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa Ueu Yang Sedang Menyusun Skripsi*.
- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T., Sinnadurai, S. K. J. P.-S., & Sciences, B. (2010). *The Relationship Between Study Anxiety And Academic Performance Among Engineering Students*.
- Safari, I. (2016). *Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Pukulan Forehand Topspin Tennis Meja*. Universitas Pendidikan Indonesia,
- World Health Organization Geneva, S. W. (2012). *Depression: A Global Public Health Concern*.