

**ANALISIS PERBEDAAN BEBAN STRESS PADA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI**

**LILA BISMALA**

**Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**

**Surel: lila1976bismala@gmail.com**

**ABSTRAK**

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tentu seringkali mengalami perasaan tertekan yang bermuara pada stress. Keadaan ini akan berbeda antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan stress antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.

***ABSTRACT***

*Students who are preparing thesis certainly often experience feelings of distress that leads to stress. This situation will be different between male students and female. This study aims to determine the stress difference between male students and female who was writing his thesis.*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan formal di perguruan tinggi berperan penting dalam menghasilkan individu yang bermartabat, tangguh, serta kreatif. Mewujudkan hal itu tidaklah mudah, karena melalui serangkaian proses pembelajaran yang panjang dan tidak mudah. Pada tingkat akhir, mahasiswa diharuskan menyusun tugas akhir dalam bentuk skripsi dan kemudian mempertanggung jawabkannya. Selain melakukan penyusunan skripsi tersebut, mahasiswa masih disibukkan dengan kegiatan perkuliahan seperti biasa, seperti menghadiri perkuliahan, mengikuti ujian dan mengerjakan tugas yang diberikan dosen.

Kegiatan perkuliahan seperti ini merupakan beban dalam proses pendidikan yang dilalui mahasiswa. Beragam sikap mahasiswa dalam melaluinya. Ada mahasiswa yang merasa tertantang dengan keadaan seperti itu dan berusaha menyelesaikan semuanya secara baik dan tepat waktu. Ada mahasiswa yang merasa terbebani sehingga menyebabkan mahasiswa tersebut menjadi stress dan mengabaikan segala tugas, kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa biasa.

Perbedaan di antara keadaan mahasiswa laki-laki dan perempuan, menyebabkan perbedaan sikap mereka dalam menjalani proses perkuliahan. Perempuan dikenal lebih penakut dengan segala konsekuensi ketika tidak melakukan tugas, tentunya akan menjalankan semua proses perkuliahan dengan benar. Sedangkan mahasiswa laki-laki cenderung kurang memberikan perhatian dan sering kali mengabaikan tugas dan tanggung jawabnya. Keadaan ini menarik

untuk dijadikan bahan kajian penelitian, yaitu perbedaan beban stress antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.

## **LANDASAN TEORITIS PENDIDIKAN**

Pada hakekatnya pendidikan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Secara operasional pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa, berwatak, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Pendidikan sebagai suatu proses, membutuhkan adanya *raw-input* dan *instrumental input*. *Raw input* merupakan peserta didik sedangkan *instrumental input* terdiri dari : gedung, perpustakaan, pedoman akademik, dosen, kurikulum, metode dan lain-lain. Kedua *raw input* dan *instrumental input* masuk dalam proses, yang akan memakan waktu sekitar delapan semester. Ketiga, *output* (hasil didik) yang sesuai dengan kriteria institusi dan siap untuk masuk ke dalam persaingan sumber daya manusia. Dosen merupakan instrumen yang sangat menentukan keberhasilan proses pendidikan, karena dari dosenlah perpindahan ilmu dilakukan kepada peserta didik. (Rosul Asmawi, 2005)

## **STRESS**

Stres didefinisikan sebagai suatu tanggapan penyesuaian, yang dilatarbelakangi oleh perbedaan individu atau proses psikologis yang

merupakan suatu konsekuensi dari setiap tindakan dari luar (lingkungan), situasi, peristiwa yang menetapkan permintaan psikologis dan atau fisik berlebihan kepada seseorang (Ivancevich & Matteson, 1999). Stres ditimbulkan oleh interaksi antara individu dan lingkungan yang diterima dan merupakan beban yang berlebihan serta merupakan penyebab faktor-faktor fisik atau psikologis berada di luar kestabilan, sehingga menimbulkan ketegangan dalam diri individu. Stres dapat juga dinyatakan sebagai keadaan yang tidak menyenangkan sebagai akibat ketika seseorang menghadapi ketidakpastian apakah dia dapat mengatasi kesan tantangan (*perceived challenge*) terhadap nilai-nilai yang penting. Dari definisi tersebut di atas, terdapat 3 komponen yang perlu dipahami, yaitu :

1. Kesan tantangan (*perceived challenge*) stres dapat timbul karena interaksi antara seseorang dengan persepsi mereka terhadap lingkungannya (belum tentu realita).
2. Nilai yang penting (*important value*), dimana ketika ada kejadian yang menimpa, namun sesuatu hal tersebut dinilai tidak penting maka tidak akan menimbulkan stres.
3. Ketidakpastian penyelesaian (*uncertainty resolution*), di mana akan terjadi bila seseorang menginterpretasikan situasi dengan tingkat kemungkinan dia dapat sukses dalam menghadapi tantangan

Menurut Ivancevich dan Matteson (1999), faktor-faktor penyebab stress dalam organisasi adalah sebagai berikut :

1. Faktor-faktor intrinsik dalam pekerjaan, yang terdiri dari konflik peran, peran ganda (*role ambiguity*), beban kerja terlalu banyak, tidak cukupnya pengawasan, peralatan kerja kurang memadai, dan lingkungan kerja tidak baik.
2. Struktur dan pengendalian organisasional, yang terdiri dari pola organisasi, sistem dan prosedur kerja, pengambilan keputusan, dan kolusi.
3. Sistem imbalan, yang terdiri dari ketidakadilan imbalan, kerahasiaan sistem, umpan balik yang tidak jelas.
4. Kebijakan manajer, meliputi kebijakan manajemen personalia, kurangnya kesempatan berkembang, takut adanya pemindahan (*transfer*) yang tidak adil, kurangnya kesempatan pelatihan, takut ada pengurangan karyawan.
5. Kepemimpinan, yang dipengaruhi oleh hubungan kerja yang jelek, kurangnya rasa hormat, kurangnya dukungan dari atasan

Aspek-aspek stres menurut Sarafino (1994) dalam Rindang dkk (2006) meliputi :

- a. Aspek Biologis  
Aspek biologis dari stres berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.
- b. Aspek Psikologis  
Aspek psikologis stres berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain:
  1. Gejala kognisi

Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

2. Gejala emosi

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

3. Gejala tingkah laku

Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

Menurut Smet (1994) dalam Rindang dkk (2006), faktor yang dapat mempengaruhi stres antara lain :

a. Variabel dalam diri individu

Variabel dalam diri individu meliputi: umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, inteligensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi.

b. Karakteristik kepribadian

Karakteristik kepribadian meliputi: introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian ketabahan, *locus of control*, kekebalan, ketahanan Variabel sosial-kognitif meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan.

c. Hubungan dengan lingkungan sosial

Hubungan dengan lingkungan sosial adalah dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.

d. Strategi koping

Strategi koping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

Mahasiswa dapat mengalami stress, sebagaimana sering terjadi terutama pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun faktor-faktor yang diduga dapat mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi antara lain:

a. Faktor internal mahasiswa

1) Jenis kelamin

Penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30 % lebih tinggi dari pada pria.

2) Status sosial ekonomi

Orang yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Rendahnya pendapatan menyebabkan adanya kesulitan ekonomi sehingga sering menyebabkan tekanan dalam hidup.

3) Karakteristik kepribadian mahasiswa

Adanya perbedaan karakteristik kepribadian mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menyebabkan adanya perbedaan reaksi terhadap

sumber stres yang sama. Mahasiswa yang memiliki kepribadian ketabahan memiliki daya tahan terhadap sumber stres yang lebih tinggi dari pada mahasiswa yang tidak memiliki kepribadian ketabahan.

4) Strategi koping mahasiswa  
Strategi koping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar. Strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam menghadapi stres, berpengaruh pada tingkat stresnya.

5) Suku dan kebudayaan

6) Inteligensi  
Mahasiswa yang mempunyai tingkat inteligensi yang lebih tinggi akan lebih tahan terhadap sumber stres dari pada mahasiswa yang memiliki inteligensi rendah, karena tingkat inteligensi berkaitan dengan penyesuaian diri. Mahasiswa yang memiliki inteligensi yang tinggi cenderung lebih adaptif dalam menyesuaikan diri.

b. Faktor eksternal

1) Tuntutan pekerjaan/ tugas akademik (skripsi)  
Tugas akademik (skripsi) yang dianggap berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat

menyebabkan terjadinya stres.

2) Hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya  
Hubungan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan lingkungan sosialnya meliputi dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal dengan lingkungan sosialnya.

Terdapat lima macam konsekuensi yang mungkin timbul akibat stres, yang meliputi :

1. Akibat subyektif, seperti kegelisahan, agresif, kelesuan, kebosanan, kemurungan (depresi), kelelahan, kekecewaan (frustasi), kehilangan kesabaran, harga diri yang rendah, kegelisahan dan perasaan terpencil.
2. Akibat perilaku, seperti mudah terkena kecelakaan, penyalahgunaan obat, peledakan emosi, makan yang berlebihan, tidur berlebihan, makan dan minum berlebihan, berperilaku impulsif.
3. Akibat kognitif, seperti tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu berkonsentrasi, sangat peka terhadap kecaman atau kritik, dan rintangan mental.
4. Akibat fisiologis, seperti kadar gula naik, denyut jantung naik atau tekanan darah naik, mulut kering, berkeringat, sebentar-sebentar panas dingin
5. Akibat keorganisasian, seperti kemangkiran, produktivitas turun, mengasingkan dari teman sekerja, kepuasan kerja,

menurunnya komitmen dan loyalitas terhadap organisasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Shenoy (2000) dalam Faridah (2006) bahwa tuntutan terhadap mahasiswa bisa merupakan sumber stres yang potensial. Hal tersebut disebabkan oleh banyaknya tanggung jawab baru yang harus dihadapi oleh mahasiswa, contohnya tekanan untuk meningkatkan prestasi akademik, kehidupan yang mandiri dan pengaturan keuangan

Suryaningsum, dkk. (2005) menemukan bahwa kecerdasan emosional mahasiswa akuntansi terhadap stres kuliah hanya dipengaruhi oleh variabel, yaitu pengenalan diri dan variabel keterampilan sosial, sedangkan variable pengendalian diri, motivasi, empati, tidak berpengaruh signifikan terhadap stress kuliah. Suryaningsum dan Trisniwati (2003) menemukan bahwa kecerdasan emosional secara statistik tidak berpengaruh terhadap tingkat pemahaman akuntansi. Hal tersebut bisa disebabkan karena banyaknya faktor-faktor diluar faktor kecerdasan emosional yang berpengaruh dalam kehidupan individual, misalnya faktor tekanan mental, lingkungan pergaulan, trauma kegagalan, masalah pribadi, kegiatan diluar kampus (bekerja), budaya, atau bisa saja disebabkan perilaku belajar mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel perilaku belajar dan stress kuliah berpengaruh signifikan terhadap keterlambatan penyelesaian studi, sedangkan variabel kecerdasan emosional tidak berpengaruh secara signifikan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi pada dasarnya dibagi menjadi :

1. Faktor Internal yang mempengaruhi persepsi, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu, yang mencakup beberapa hal antara lain :
  - a. Fisiologis. Informasi masuk melalui alat indera, selanjutnya informasi yang diperoleh akan mempengaruhi dan melengkapi usaha untuk memberikan arti terhadap lingkungan sekitarnya. Kapasitas indera untuk mempersepsi pada tiap orang berbeda-beda sehingga interpretasi terhadap lingkungan juga akan berbeda.
  - b. Perhatian. Individu memerlukan sejumlah energi yang dikeluarkan untuk memperhatikan atau memfokuskan pada bentuk fisik dan fasilitas mental yang ada pada suatu obyek. Energi tiap orang berbeda-beda sehingga perhatian seseorang terhadap obyek juga berbeda dan hal ini akan mempengaruhi persepsi terhadap suatu obyek.
  - c. Minat. Persepsi terhadap suatu obyek bervariasi tergantung pada seberapa banyak energi atau *perceptual vigilance* yang digerakkan untuk mempersepsi. *Perceptual vigilance* merupakan kecenderungan seseorang untuk memperhatikan tipe tertentu dari stimulus atau dapat dikatakan sebagai minat.
  - d. Kebutuhan yang searah. Faktor ini dapat dilihat dari bagaimana kuatnya seseorang

- individu mencari obyek-obyek atau pesan yang dapat memberikan jawaban sesuai dengan dirinya.
- e. Pengalaman dan ingatan. Pengalaman dapat dikatakan tergantung pada ingatan dalam arti sejauh mana seseorang dapat mengingat kejadian-kejadian lampau untuk mengetahui suatu stimulus dalam pengertian luas.
  - f. Suasana hati. Keadaan emosi mempengaruhi perilaku seseorang, *mood* ini menunjukkan bagaimana perasaan seseorang pada waktu yang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang dalam menerima, bereaksi dan mengingat.
2. Faktor Eksternal yang mempengaruhi persepsi, merupakan karakteristik dari lingkungan dan obyek-obyek yang terlibat di dalamnya. Elemen-elemen tersebut dapat mengubah sudut pandang seseorang terhadap dunia sekitarnya dan mempengaruhi bagaimana seseorang merasakannya atau menerimanya. Adapun faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi persepsi adalah :
    - a. Ukuran dan penempatan dari obyek atau stimulus. Faktor ini menyatakan bahwa semakin besarnya hubungan suatu obyek, maka semakin mudah untuk dipahami. Bentuk ini akan mempengaruhi persepsi individu dan dengan melihat bentuk ukuran suatu obyek individu akan mudah untuk perhatian pada gilirannya membentuk persepsi.
    - b. Warna dari obyek-obyek. Obyek-obyek yang mempunyai cahaya lebih banyak, akan lebih mudah dipahami (*to be perceived*) dibandingkan dengan yang sedikit.
    - c. Keunikan dan kekontrasan stimulus. Stimulus luar yang penampilannya dengan latar belakang dan sekelilingnya yang sama sekali di luar sangkaan individu yang lain akan banyak menarik perhatian.
    - d. Intensitas dan kekuatan dari stimulus. Stimulus dari luar akan memberi makna lebih bila lebih sering diperhatikan dibandingkan dengan yang hanya sekali dilihat. Kekuatan dari stimulus merupakan daya dari suatu obyek yang bisa mempengaruhi persepsi.
    - e. *Motion* atau gerakan. Individu akan banyak memberikan perhatian terhadap obyek yang memberikan gerakan dalam jangkauan pandangan dibandingkan obyek yang diam.
- Secara umum stres kerja dikelompokkan menjadi stressor individu dan stressor organisasi, yaitu sebagai berikut :
1. Stressor individu, yang berasal dari diri individu sendiri, yang meliputi : sikap, karakteristik, sifat-sifat fisik, minat dan motivasi, pengalaman, umur, jenis kelamin, pendidikan, serta faktor individu lainnya.
  2. Stressor organisasi, yang berasal dari organisasi, yang terdiri dari :

- a. Faktor fisik dan pekerjaan, terdiri dari : metode kerja, kondisi dan desain perlengkapan kerja, penataan ruang dan lingkungan fisik (penyinaran, temperatur, dan ventilasi).
- b. Faktor sosial dan organisasi, meliputi : peraturan-peraturan organisasi, sifat organisasi, jenis latihan dan pengawasan, sistem upah dan lingkungan sosial

## **PERBEDAAN GENDER DAN STRESS**

Tanda-tanda kelamin primer, sekunder, perlakuan orang tua dan masyarakat merupakan indikator jenis kelamin yang mempengaruhi tidak hanya secara fisik tapi juga secara psikologis, laki-laki dikenal lebih rasional, lebih memegang prinsipnya, cepat mengambil keputusan dan lebih menguasai, sementara perempuan cenderung kurang rasional, manja dan lebih mudah memahami perasaan orang lain, penakut, dan inferior.

Sejumlah penelitian terhadap perbedaan gender dan stres serta mereka menyarankan beberapa variabel gejala stres antara pria dan wanita. Hal ini menyangkut genetik dan faktor biologis sebagai struktur dan aspek psikologi sosial. Mereka mengajukan rancangan konseptual untuk menjelaskan hubungan antara gender dan stres yang didasarkan pada variabel ini. gender dapat dilihat dan disimpulkan bahwa struktur social memiliki pengaruh yang berbeda pada pria dan wanita. Parkin (1993) mempunyai persepsi bahwa wanita dapat mengalami stres karena ekspresi emosional di dalam organisasi dilihat secara gender. Berdasarkan perspektif teoritis

disebutkan bahwa hubungan interpersonal memainkan peran yang lebih besar untuk wanita dibandingkan pria. Studi empiris menunjukkan bahwa wanita memiliki lebih banyak tendensi yang didasarkan pada penghargaan diri sendiri dalam hubungan social, hal ini kelihatannya beralasan untuk mengharapkan bahwa wanita akan menemukan konflik interpersonal lebih berat dibandingkan pria

## **Metode Penelitian**

### **Definisi Operasional Variabel**

Variabel yang akan diukur adalah stress belajar yang bersumber dari stressor individu dan stressor organisasi, untuk menilai manakah sumber stress yang lebih dominan. Sedangkan perbedaan stress mahasiswa laki-laki dan perempuan akan diukur berdasarkan akibat-akibat yang muncul ketika mahasiswa mengalami stress. Definisi operasional variable beserta indikatornya dapat dilihat pada table berikut :

1. Stres Belajar merupakan keadaan yang tidak menyenangkan sebagai akibat ketika seseorang menghadapi ketidakpastian apakah dia dapat mengatasi kesan tantangan (*perceived challenge*) terhadap nilai-nilai yang penting. Indikatornya adalah :

**Tabel 1. Indikator Dan Sub**

Indikator	Sub Indikator
Stressor individu, yang berasal dari diri individu sendiri	sikap, karakteristik, sifat-sifat fisik, minat dan motivasi, pengalaman, umur, jenis kelamin, pendidikan
Stressor organisasi, yang berasal dari organisasi	metode kerja, kondisi penataan ruang, peraturan-peraturan organisasi,
Akibat subyektif	kegelisahan, agresif, kelesuan, kebosanan, kemurungan (depresi), kelelahan, kekecewaan (frustasi), kehilangan kesabaran, harga diri yang rendah, kegelisahan dan perasaan terpencil
Akibat perilaku	seperti mudah terkena kecelakaan, penyalahgunaan obat, peledakan emosi, makan yang berlebihan, tidur berlebihan, makan dan minum berlebihan, berperilaku impulsif.
Akibat kognitif	tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu berkonsentrasi, sangat peka terhadap kecaman atau kritik
Akibat fisiologis	denyut jantung naik berkeringat, sebentar-sebentar panas dingin
Akibat keorganisasian	kemangkiran, produktivitas turun, mengasingkan dari teman sekerja, kepuasan kerja,

lain. Dengan kriteria sebagai berikut :

- a. Tolak  $H_0$  jika nilai probabilitas yang dihitung  $\leq$  probabilitas yang ditetapkan atau [ Sig (2tailed)  $\leq \alpha_{0.05}$  ]
- b. Terima  $H_0$  jika nilai probabilitas yang dihitung  $\geq$  probabilitas yang ditetapkan atau [ Sig (2tailed)  $> \alpha_{0.05}$  ]

#### Populasi Dan Sampel

Penelitian ini menggunakan penelitian komparatif dan deskriptif karena ingin membandingkan beban stress pada mahasiswa laki-laki dan perempuan, serta bermaksud ingin menggambarkan tentang factor yang menyebabkan stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Karena banyaknya populasi yang akan diteliti, maka sampel ditetapkan sebesar 72 orang.

#### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan uji beda, independent sample Test, dengan menggunakan program SPSS. karena bertujuan karena bertujuan menganalisis perbedaan rata-rata dua grup/ kelompok yang tidak berhubungan satu dengan yang

#### Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Dengan bantuan program SPSS, diperoleh hasil uji beda sebagai berikut :

**Tabel 1. Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
STRE Equal variances assumed	.096	.757	.086	70	.932
S Equal variances not assumed			.083	55.639	.934

Untuk mengetahui perbedaan beban stres pada mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi, hasil angket diolah dengan program SPSS, dengan menggunakan Independent sample T-Test, karena bertujuan menganalisis perbedaan rata-rata dua grup/ kelompok yang tidak berhubungan satu dengan yang lain. Dengan kriteria sebagai berikut :

- a. Tolak  $H_0$  jika nilai probabilitas yang dihitung  $\leq$  probabilitas yang ditetapkan atau [ Sig (2tailed)  $\leq \alpha_{0.05}$ ]
- b. Terima  $H_0$  jika nilai probabilitas yang dihitung  $>$  probabilitas yang ditetapkan atau [ Sig (2tailed)  $> \alpha_{0.05}$ ]

Dari hasil pengolahan data, terlihat bahwa nilai probabilitas t (Sig<sub>2tailed</sub>) sebesar 0.000 [ Sig (2tailed)  $\leq \alpha_{0.05}$ ]. Maka  $H_0$  diterima. Kesimpulannya : tidak ada perbedaan antara beban stres mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.

Tidak adanya perbedaan tingkat stres berdasarkan gender ini dapat disebabkan oleh iklim yang kondusif, keadaan pembelajaran dan situasi yang mendukung proses penyusunan skripsi. Adanya interaksi yang baik antara dosen pembimbing dengan mahasiswa, menyebabkan mahasiswa mengerjakan skripsi dengan lebih menyenangkan.

Teman-teman yang bisa diajak berdiskusi semakin menambah semangat dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.

Mahasiswa tidak lagi dikelompokkan berdasar gender untuk menilai beban stresnya. Tidak ada indikasi bahwa tanda-tanda kelamin primer, sekunder, perlakuan orang tua dan masyarakat yang berbeda akan memberikan sikap yang berbeda. Laki-laki dikenal lebih rasional, lebih memegang prinsipnya, cepat mengambil keputusan dan lebih menguasai, sementara perempuan cenderung kurang rasional, manja dan lebih mudah memahami perasaan orang lain, penakut, dan inferior, ternyata dalam proses penyusunan skripsi tidak menemukan perbedaan yang berarti. Hal ini bisa saja dikarenakan adanya komunikasi yang baik antara sesama mahasiswa dan juga antara mahasiswa dengan dosen pembimbing.

Beberapa penelitian yang menyatakan bahwa wanita dapat mengalami stres karena ekspresi emosional di dalam organisasi dilihat secara gender. Berdasarkan perspektif teoritis disebutkan bahwa hubungan interpersonal memainkan peran yang lebih besar untuk wanita dibandingkan pria. Studi empiris menunjukkan bahwa wanita memiliki lebih banyak tendensi yang

didasarkan pada penghargaan diri sendiri dalam hubungan social, hal ini kelihatannya beralasan untuk mengharapakan bahwa wanita akan menemukan konflik interpersonal lebih berat dibandingkan pria. Dalam hal penyusunan skripsi, tidak ditemui adanya perbedaan beban stress, yang dapat disebabkan oleh konflik interpersonal yang tidak lebih berat di antara mahasiswa laki-laki dan wanita. Adanya banyak kemudahan dari sisi teknologi dan ketersediaan sarana menyebabkan berkurangnya konflik penyebab beban stress yang berlebihan.

Menghindari stres yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi, dosen pembimbing perlu melakukan komunikasi secara interpersonal dengan lebih terbuka. Keterbukaan dimaksudkan untuk memberikan rasa aman bagi mahasiswa dalam berhubungan dengan dosen pembimbing. Mahasiswa pada umumnya memandang dosen sebagai sosok yang menakutkan, terlebih lagi jika dikaitkan dengan pengalamannya mengikuti mata kuliah dosen yang bersangkutan. Hal ini dapat dikategorikan sebagai stressor organisasi, yang berupa lingkungan sosial dalam organisasi. Dampak yang dapat terjadi dengan adanya stres ini adalah tertundanya proses penyelesaian skripsi dan preseden yang buruk terhadap seorang dosen tertentu.

### **Penutup**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara beban stress mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam menyusun skripsi.

### **Daftar Pustaka**

Aditya Sukma, , Studi Empiris Pengaruh Kecerdasan

Emosional, Perilaku Belajar, Dan Stres Kuliah Terhadap Keterlambatan Penyelesaian Studi (Studi Pada Mahasiswa S1 Akuntansi Universitas Brawijaya Malang), Skripsi

M. Rosul Asmawi, 2005, Strategi Meningkatkan Lulusan Bermutu Di Perguruan Tinggi, MAKARA, SOSIAL HUMANIORA, VOL. 9, NO. 2, DESEMBER 2005: 66-71

Marita, Suryaningrum, S dan Naafi, Hening S, 2007, Kajian Empiris Atas Perilaku Belajar Dan Kecerdasan Emosional Dalam Mempengaruhi Stres Kuliah Mahasiswa Akuntansi. Simposium Nasional Akuntansi XI : Pontianak

Cary L. Cooper, Marilyn J. Davidson, 1982, The High Cost of Stress on Women Managers, Organizational Dynamics

Ivancevich, Matteson, 1999, Organizational Behavior and Management, Mc Graw Hill

Faridah Ainur Rohmah, 2006, Pengaruh Diskusi Kelompok Untuk Menurunkan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi, Humanitas : Indonesian Psychological Journal Vol. 3 No. 1 Januari 2006 : 50 - 62

Suryaningsum, Sri, Suchyo Heriningsih, 2005, Kajian Empiris Atas Pengaruh Kecerdasan Emosional Mahasiswa Akuntansi Terhadap Stres Kuliah.

Siposium Nasional  
Mahasiswa Dan Alumni  
Pascasarjana Ilmu-Ilmu  
Ekonomi, MM UGM.  
Yogyakarta.

Trisnawati, Eka Indah. &  
Suryaningsum, Sri, 2003,  
Pengaruh Kecerdasan  
Emosional Terhadap Tingkat  
Pemahaman Akuntansi. SNA  
VI. Surabaya.

Rindang Gunawati, Sri Hartati dan  
Anita Listiara, 2006,  
Hubungan Antara Efektivitas  
Komunikasi Mahasiswa-  
Dosen Pembimbing Utama  
Skripsi Dengan Stres Dalam  
Menyusun Skripsi Pada  
Mahasiswa Program Studi  
Psikologi Fakultas  
Kedokteran Universitas  
Diponegoro, Jurnal Psikologi  
Universitas Diponegoro  
Vol.3 No. 2, Desember2006