
**ANALISIS DAMPAK STRES AKADEMIK MAHASISWA
DALAM PENYELESAIAN TUGAS AKHIR (SKRIPSI)
STUDI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI MANAJEMEN
UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU DAN UNIVERISTAS
INTERNASIONAL BATAM KEPULAUAN RIAU**

Mulia Sosiady, Ermansyah
Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau
mulia_sosiady@yahoo.com

Abstract

This research is located in the Management Study Program located in Pekanbaru and the Management Study Program Batam International University. The research began in June to December 2017, this research is motivated that students experience stress as demands of academic life that must be undertaken, including activities outside academic activities including socializing and adjust to fellow students who have different characteristics and backgrounds, these conditions become stressors for students when completing the final project / thesis. The conclusion in this study from the Analysis of Researchers Internal Factors which tends to cause Academic Stress Management Study Program UIN Sultan Syarif Kasim Riau and Batam International University Management Study Program namely Internal Factors such as: Ability and Intelligence are not well developed such as Visual Ability, Verbal Ability and Ability Numerical and Conceptual Ability While External Factors which tend to cause Academic Stress Students of Management Study Program of UIN Sultan Syarif Kasim Riau and Batam International University Management Study Program, namely External Factors such as: Procedure System for submission of Thesis Title Proposals is considered difficult for students because they have to pass the Originality and Majority Study Program of Syarif Kasim Riau Study Program and Batam International University Management Study Program. Student Work. Suggestions Students should apply "Problem focused coping" more focused on solving the problem, Students should be able to Emotion-focused coping more focused on controlling emotional responses, Of course the most important thing is to increase Spiritual Questions (Faith and Taqwa) To Allah SWT.

Keywords: Academic Stress, Physical Symptoms, Emotional Symptoms, Cognitive Symptoms

Abstrak

Penelitian ini berlokasi di Program Studi Manajemen yang berada di Pekanbaru dan Program Studi Manajemen Universitas Internasional Batam Penelitian ini dimulai pada bulan Juni sampai Desember 2017, Penelitian ini dilatarbelakangi bahwa Mahasiswa mengalami stress sebagai tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani, termasuk aktivitas diluar akademik diantaranya bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman sesama mahasiswa dimana memiliki karakteristik dan latar belakang yang berbeda, Kondisi kondisi tersebut menjadi stressor bagi mahasiswa ketika menyelesaikan tugas akhir/skripsi Kesimpulan dalam Penelitian ini dari Analisis Peneliti Faktor Internal yang cenderung menyebabkan Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Manajemen UIN Sulstan Syarif Kasim Riau dan Program Studi Manajemen Univesitas Internasional Batam yaitu Faktor Internal seperti : Kemampuan dan Kecerdasaan kurang dikembangkan dengan baik seperi Kemampuan Visual, Kemampuan Verbal dan Kemampuan Numerik serta Kemampuan Konseptual Sedangkan Faktor Eksternal yang cenderung menyebabkan Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Manajemen UIN Sulstan Syarif Kasim Riau dan Program Studi Manajemen Univesitas Internasional Batam yaitu Faktor Eksternal seperti : Sistem Prosedur pengajuan Judul Proposal Skripsi dianggap sulit bagi mahasiswa karena harus melewati Uji Originalitas dan Mayoritas Mahasiswa Bekerja. Saran Mahasiswa harus menerapkan “*Problem focused coping*” lebih berfokus kepada pemecahan masalahnya, Mahasiswa harus mampu *Emotion-focused*

coping lebih fokus kepada pengendalian respon emosi, Tentunya yang paling terpenting meningkatkan *Spiritual Questions* (Iman dan Taqwa) Kepada Allah SWT.

Kata Kunci : Stres Akademik, Gejala Fisik, Gejala Emosional, Gejala Kognitif

PENDAHULUAN

Stress akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan diperguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2014).

Mahasiswa mengalami stress sebagai tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani, termasuk aktivitas diluar akademik diantaranya bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman sesama mahasiswa dimana memiliki karakteristik dan latar belakang yang berbeda, mengembangkan bakat dan minat melalui kegiatan kegiatan non akademis, dan bekerja sama untuk menambah uang saku, Kondisi kondisi tersebut menjadi stressor bagi mahasiswa.

Peningkatan jumlah stress akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stress yang dirasa berat dapat memicu seseorang untuk berperilaku negatif seperti merokok, konsumsi alkohol, tawuran, seks bebas bahkan penyalahgunaan NAPZA (Widianti, 2009).

Sedangkan dampak positif dari stress berupa peningkatan kreativitas dan memicu perkembangan diri, selama stress yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Stress tetap dibutuhkan untuk pengembangan diri mahasiswa (Smeltzer & Bare, 2009). Respon stress dari setiap mahasiswa berbeda, tergantung pada kondisi kesehatan, kepribadian, pengalaman sebelumnya terhadap stress, mekanisme coping, jenis kelamin, dan usia, besarnya stressor, dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing masing individu menyelesaikan arahan dari Dosen yang ditunjuk oleh Ketua Jurusan untuk menjadi pembimbing Mahasiswa tersebut :

1. Kasus DO /Kehabisan waktu studi yang sudah ditetapkan oleh Universitas;
2. Banyaknya mahasiswa yang lambat menyelesaikan Tugas Akhir lebih dari 6 Bulan.

Keterlambatan Mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau Skripsi di UIN Sultan Syarif Kasim Riau khususnya pada Program Studi Manajemen S1 Manajemen ada beberapa Faktor Penyebabnya :

1. Faktor Ekonomi, mahasiswa lebih memilih bekerja untuk mencari tambahan biaya hidup, di UIN Sultan Syarif Kasim Riau memang banyak mayoritas bekerja sambil

Kuliah, tapi dalam prakteknya waktu lebih banyak bekerja dari pada menyelesaikan kuliahnya tersebut;

2. Faktor Bimbingan Skripsi yang tidak efektif, Mulai dari proses Pproposal sampai ke Skripsi Mahasiswa, Dimana ada beberapa pembimbing Skripsi yang kurang komunikatif dan susah ditemui, dan sangat Egosentris;
3. Pelayanan di Program Studi yang kurang efektif sehingga mahasiswa yang Skripsi kurang mendapat pelayanan akademik yang efektif;
4. Di UIN Sultan Syarif Kasim Riau ada syarat tambahan dari Fakultas dalam bentuk kebijakan Peraturan Syarat Ujian Komprehensif harus lulus Ujian Badan Pembinaan Keagamaan, Syarat tersebut : 1 Hapal Jus 30, Mampu melaksanakan Khutbah Sholat Jumat, dan Bisa menjadi Imam Sholat (Sholat 5 Waktu, Sholat Jenazah, dan Sholat Minta Hujan, dan Menguasai Fiqih dalam kehidupan sehari –hari,).

Standar penyelesaian berdasarkan Kurikulum yang ada secara Teori sampai semester Tujuh, sedangkan Proses Pengajuan Judul sampai selesai Penelitian sampai semester Sembilan paling lambat untuk menyelesaikan Skripsi

Tabel I : Jumlah Mahasiswa yang Mengalami Keterlambatan Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi)

No	Tahun	Jumlah Mahasiswa yang Selesai > 10 Semester	Jumlah yang Gagal dalam Penyelesaian Skripsi (Droup Out/Pindah)
1.	2015	37	2
2.	2016	41	3
3.	2017	53	2
	Jumlah	131	7

Dari data kami dapatkan di Program Studi Manajemen UIN Sultan Syarif Kasim Riau dapat dilihat bahwa mahasiswa masih banyak yang menyelesaikan masa Studinya lebih dari semester Sembilan, atau sudah masuk ke Semester Sepuluh dan bahkan ada yang sampai Droup Out, tetapi ada juga yang pindah karena tidak mampu menyelesaikan Skripsi pada waktu yang sudah ditentukan.

Berbeda yang kami dapatkan di Universitas Internasional Batam Skripsi disana harus diselesaikan dengan baik dan harus dipertanggungjawabkan keasliannya dengan menggunakan

cek original skripsi yang terintegrasi ke system perpustakaan milik Universitas, Sehingga Skripsi yang dibuat bena-benar karya otentik mahasiswa yang bersangkutan.

Penyelesaian Skripsi di Universitas Internasional Batam (UIB) menggunakan Model Komparatif , yaitu membandingkan kasus yang ada di dalam negeri dengan kasus yang terjadi di luar negeri objek penelitian internasional di Malaysia dan Singapura yang direkomendasikan oleh Universitas.

Menyelesaikan Skripsi dalam bentuk Komparatif sangatlah menghabiskan Waktu dan biaya, mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Internasional Batam (UIB) harus mengeluarkan biaya yang sangat besar untuk dapat mengumpulkan data penelitian kasus yang ada di luar negeri seperti di Malaysia dan Singapura, dan tentunya juga menghabiskan waktu yang sangat panjang, dapat diketahui mendapatkan data di Negara seperti Malaysia dan Singapura sangatlah susah karena system disana sangatlah ketat dengan warga yang bukan asli negara yang di tuju dalam penelitian.

Dari sumber kami di Universitas Internasional Batam, dengan kondisi menyelesaikan Skripsi yang rumit di sana, tapi tingkat kelulusan sangatlah tinggi, jadi jangan salah kalau di Program Studi S1 Manajemen Universitas Internasional Batam (UIB) tingkat kelulusan mencapai 99%

Bandingkan dengan Proses penyelesaian Skripsi pada mahasiswa Program Studi Manajemen UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang sangat tinggi tingkat keterlambatan dalam menyelesaikan Skripsi.

TELAAH LITERATUR

Defenisi Stres

Stres akan berpengaruh terhadap prestasi sebagaimana yang dikemukakan oleh Gibson (2004:207) adalah konsekwensi atau dampak dari stres yaitu dampak subjektif (kecemasan, agresi, kebosanan, depresi, kelelahan, frustrasi, kehilangan kesabaran, rendah diri, gugup dan merasa kesepian)

Dampak perilaku (kecendrungan mendapatkan kecelakaan, alkohol, menyalahgunakan obat-obatan, emosi yang tiba-tiba meledak, makan berlebihan, merokok berlebihan, perilaku yang mengikuti kata hati, ketawa dan gugup),

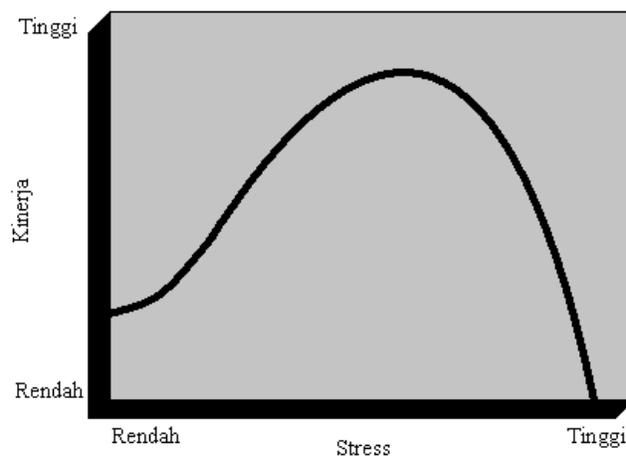
Dampak kognitif (ketidakmampuan mengambil keputusan yang jelas, konsentrasi yang buruk, rentang perhatian yang pendek, sangat peka terhadap kritik, dan rintangan mental),

dampak psikologis (meningkatkan kadar gula, meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah, kekeringan di mulut, berkeringat, membesarnya pupil mata dan tubuh panas dingin); dampak organisasi (keabsenan, pergantian karyawan, rendahnya produktivitas, ketersaingan dari rekan kerja, ketidakpuasan kerja, menurunnya keterikatan dan kesetiaan terhadap organisasi).

Anoraga (2004:108) mengatakan secara sederhana stress sebenarnya merupakan suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental, terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Apabila perubahan dalam lingkungannya sudah menjadi sedemikian cepat dan ganas, sehingga seseorang sudah merasa keawalahan untuk menghadapi atau menyesuaikan dirinya terhadap perubahan tersebut, maka ambang ketahanannya terhadap stres mulai terlampaui kondisi inilah yang harus dihindari dan ditanggulangi.

Stres yang tidak di atasi dengan baik akan berakibat pada ketidakmampuan seseorang berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam arti lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luarnya. Artinya karyawan yang bersangkutan akan menghadapi berbagai gejala negatif yang pada gilirannya berpengaruh pada prestasi kerja.

Menurut Stephen P. Robbins dalam Muchlas (2008:495) stres didefinisikan sebagai kondisi yang dinamis di mana seseorang dikonfrontasikan dengan kesempatan, hambatan, atau tuntutan yang berhubungan dengan apa yang diinginkan dan untuk itu keberhasilannya yang dianggap penting ternyata tidak pasti. Hubungan antara stress dan kinerja yang sering didokumentasikan adalah hubungan seperti U-terbalik yang dapat dilihat dari gambar berikut ini:



Stres yang tingkatnya rendah sampai sedang justru menstimulasi tubuh dan meningkatkan kemampuannya untuk bereaksi. Karyawan akan menunjukkan tugas-tugas yang dikerjakan secara lebih baik, lebih intens, dan lebih cepat. Tetapi jika terlalu berat stres justru akan menempatkan karyawan pada berbagai hambatan atau ketidakberhasilan memenuhi tuntutan-tuntutan, sehingga mengakibatkan kinerja yang lebih rendah/menurun.

Stres Akademik

Stres merupakan suatu fenomena yang pernah atau akan dialami oleh seseorang dalam kehidupannya dan tidak seorang pun dapat terhindar dari padanya. Berdasarkan terminologinya, istilah stres berasal dari bahasa Latin “singere” yang berarti keras atau sempit (strictus). Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelaahan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*, *stresce*, dan *stress*.

Menurut Santrock, stres merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stressor) yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (coping). Stres adalah realitas kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari, disebabkan oleh perubahan yang memerlukan penyesuaian.

Sarafino mendefinisikan stres sebagai kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dari sistem-sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang.

Menurut Agista (2011:78), stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. Stres akademik yang dialami siswa merupakan hasil persepsi yang subjektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki Mahasiswa

Menurut Desmita (2010:292), terdapat empat macam stress akademik yang disebabkan oleh beberapa aspek dijelaskan sebagai berikut:

1. *Physical Demands (Tuntutan Fisik)*

Merupakan tuntutan yang bersumber pada lingkungan fisik sekolah diantaranya indikatornya seperti; keadaan iklim ruang kelas, temperatur yang tinggi (temperature extremes), pencahayaan dan penerangan (lighting and illumination), sarana dan prasarana

penunjang pembelajaran, kebersihan dan kesehatan sekolah keamanan sekolah dan sebagainya.

2. Task Demands (Tuntutan Tugas)

Ditunjukkan dengan adanya berbagai tugas-tugas pelajaran (academic work) yang menimbulkan perasaan tertekan pada siswa. Indikator dari academic work adalah tugas-tugas yang dikerjakan di sekolah (classwork), dan tugas-tugas yang di kerjakan di rumah (homework), tuntutan kurikulum, menghadapi ujian atau ulangan, kedisiplinan di sekolah, dan mengikuti berbagai kegiatan ekstrakurikuler.

3. Role Demands (Tuntutan Peran)

Sekumpulan kewajiban yang diharapkan dan harus dipenuhi oleh siswa terkait dengan pemenuhan fungsi pendidikan di sekolah. Indikator dari tuntutan peran ini seperti; harapan memiliki nilai yang memuaskan, mempertahankan prestasi sekolah, memiliki sikap yang baik, memiliki motivasi belajar yang tinggi, memiliki ketrampilan yang lebih.

4. Interpersonal Demands (Tuntutan Interpersonal)

Di lingkungan sekolah siswa tidak hanya dituntut dalam segi tuntutan akademis yang tinggi melainkan sekaligus harus mampu melakukan interaksi sosial atau menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Interaksi sosial ini merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi perkembangan siswa, namun di sisi lain interaksi sosial di sekolah ini juga menjadi salah satu sumber stres bagi siswa seperti, menimbulkan ketegangan dalam diri siswa yaitu; ketidakmampuan dalam menjalin hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, keharusan menghadapi persaingan dengan teman, adanya perlakuan guru yang tidak adil, adanya sikap kurangnya perhatian dan dukungan dari guru dan sikap dijauhi bahkan dikucilkan

Gejala Stres Akademik

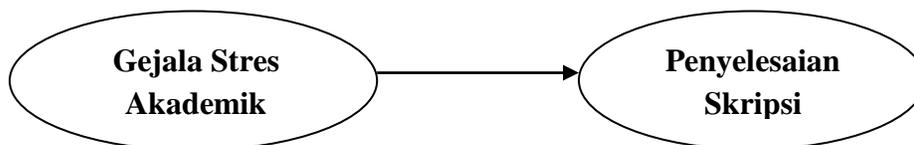
Menurut Sriati (2008:7), stres akademik ditandai dengan munculnya gejala-gejala sebagai berikut:

1. **Reaksi Fisik.** Reaksi fisik yang dimaksud antara lain: sakit perut, mudah lelah, memegang benda dengan erat, otot tegang, sakit kepala, suka berkeringat dingin, sering buar air kecil, denyut jantung meningkat, tangan dingin.
2. **Pikiran.** Gejala pada aspek pikiran antara lain: bingung atau pikiran kacau, pelupa, tidak punya tujuan hidup, berpikir negatif, prestasi menurun, kehilangan harapan, merasa tidak

berguna, merasa tidak menikmati hidup, sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, tidak punya prioritas.

3. **Perilaku.** Perilaku yang ditunjukkan oleh siswa yang mengalami stres akademik antara lain: gugup, suka bohong, suka bolos, tidak disiplin, tidak peduli terhadap materi, suka menggerutu, sulit konsentrasi, malas belajar, tidak mengerjakan tugas, suka mengambil jalan pintas, tidak punya keterampilan atau kompetensi, suka menyendiri, menghindari situasi stres, insomnia, menyalahkan orang lain.
4. **Reaksi Emosi.** Reaksi emosi pada siswa yang mengalami stres akademik yaitu: mudah marah, panik, mudah kecewa, tidak ada rasa humor, gelisah, merasa ketakutan.

Kerangka Pemikiran



Pandangan Islam Terhadap Gejala Stres

Jika stress menghadapi masalah yang sukar diputuskan “ salah atau benarnya sesuatu “ maka Al-Quran memberi petunjuk “ FA SHABRUN JAMIL “ (Maka bersabar itu lebih indah). Dan hanya kepada Allah tempat memohon pertolongan. (QS. Yusuf 18).

Stres dapat diatasi dengan bersabar. Sabar dalam menghadapi setiap masalah yang dihadapi. Menyadari bahwa setiap manusia di dunia ini pasti memiliki masalah yang berbeda-beda. Karena dalam sholat ada untaian do’a yang kita panjatkan kepada Allah dengan penuh keyakinan bahwa Allah akan mengabulkan setiap do’a hamba-hambaNya.

Mengingat Allah (Zikrullah) termasuk dapat mengatasi stres. Dengan mengingat dan mengembalikan segalanya dari dan untuk Allah, maka stres akan dapat diatasi. . Sesuai Al-Quran, “ TATHMAINN AL-QULUB “ (Mengingat Allah, hati akan tenang) (QS. Al-Raad 28).

METODE PENELITIAN

Lokasi dan Waktu Penelitian

Adapun lokasi penelitian ini adalah di Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau di Pekanbaru dan Program S1 Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Internasional Batam (UIB) di Kota Batam

Jenis dan Sumber Data

Adapun jenis dan sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah

1. Data Primer

Yaitu data penelitian yang diperoleh dari hasil penelitian langsung ke lapangan, seperti jawaban responden yang menggambarkan terhadap stress Akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan Tugas akhir Skripsi pada Prodi S1 Manajemen UIN Suska Riau dan Mahasiswa UIB Batam

2. Data Sekunder

Yaitu segala informasi yang diperlukan untuk menyusun data-data penelitian baik berupa, konsep, atau teori-teori yang dapat dipergunakan untuk menjelaskan permasalahan. Untuk maksud tersebut penulis menggunakan metode kepustakaan.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Prodi Manajemen UIN Suska Riau dan Mahasiswa UIB Batam , Sampel dalam Penelitian ini adalah Mahasiswa yang sedang dan terlambat dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi pada Prodi Manajemen UIN Suska Riau dan Prodi S1 Manajemen UIB Batam

Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Observasi

Pengambilan datanya didasarkan pada pengamatan langsung terhadap objek penelitian yaitu mahasiswa Prodi S1 Manajemen UIN Suska Riau dan Mahasiswa Prodi S1 Manajemen Universitas Internasional Batam (UIB)

2. Wawancara

Teknik wawancara ini dipergunakan untuk memperoleh data dari mahasiswa Prodi S1 Manajemen UIN Suska Riau dan Mahasiswa Prodi S1 Manajemen Universitas Internasional Batam (UIB)

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini data yang didapat dari wawancara dan Observasi dilakukan analisis secara Kualitatif yang sangat mendalam Terjadnya Fenomena Stress Akademik Mahasiswa Prodi Manajemen S1 Manajemen UIN Suska Riau dan Mahasiswa Prodi Manajemen S1 Manajemen UIB Batam yang sedang menyelesaikan Tugas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi responden penelitian adalah Mahasiswa dan Pengelola Program Studi yakni Program Studi S1 Manajemen UIN Sultan Syarif Kasim Riau dan Program Studi S1 Manajemen Universitas Internasional Batam.

No	Nama Responden	Asal Kampus	Keterangan
1.	Muhammad Arif	UIN Suska Riau	Mahasiswa Semester 13
2.	Rulliyandi Asyura	UIB Batam	Mahasiswa Semester 10
3.	Ermansyah, SE, MM	UIN Suska Riau	Dosen Pembimbing Muhammad Arif
4.	Broto Widya Hartanto, ST,MM	UIB Batan	Dosen Pembimbing Rulliyandi Asyura
5.	Dr. Mulia Sosiady, SE,MM,Ak	UIN Suska Riau	Ka.Prodi Manajemen S1
6.	Evi Silvana Mukhtar, SE, M.Si	UIB Batam	Ka. Prodi Manajemen S1

Sumber : Data Olahan Lapangan 2018

Dari identifikasi diatas dapat dijelaskan masalah yang dihadapi oleh Responden dapat peneliti uraikan sebagai berikut

1. Masalah Pertama Responden menganggap bahwa skripsi hanya lah sebagai tugas biasanya yang tidak sulit dikkerjakan dan bisa dibantu oleh rekan kuliah;
2. Masalah yang kedua yang dihadapi oleh Responden yaitu mencoba membuat skripsi dalam bentuk proposal terbenr mencari literasi yaitu buku referensi dan jurnal;
3. Masalah yang ketiga yang dihadapi oleh responden yaitu Komunikasi dengan dosen pembimbing yang kurang intensif secara historis;
4. Masalah ke empat yaitu Dengan Dorongan teman-teman responden tetap melaksanakan bimbingan skripsi dengan dosen tersebut.Pada Awal bimbingan sudah dihadapkan dengan beban revsisi Proposal yang banyak sehingga menjadi tekanan bagi Responden dan Langsung mengambil kesimpulan bahwa Membuat Skripsi itu Berat;

5. Masalah ke lima yang dihadapi Responden yaitu dalam proses bimbingan rentan waktu yang diberikan oleh Pembimbing sangatlah cepat dengan jarak waktu bimbingan dan revisi hanya seminggu.

Dari Identifikasi diatas dapat dijelaskan masalah yang dihadapi oleh Responden dapat peneliti uraikan sebagai berikut

1. Responden sering kali mengajukan Judul kepada Program Studi, tapi selalu ditolak dengan alasan sudah banyak yang melakukan kajian yang sama dan Banyak ketidak cocokan pada Variabel Penelitian yang diajukan oleh Responden;
2. Menurut Respoden bahwa Dosen Pembimbing tidak mempunyai waktu banyak untuk ditemui karena perbedaan jam kuliah, Kebetulan Responden bekerja, sehingga Responden hanya bisa bimbingan di malam hari, dengan rentan waktu 2-3 Jam;
3. Responden mengakui bahawa konsentrasinya dalam menyelesaikan Skripsi terganggu karena hobby yang sekaligus merupakan sumber pendapatan di bidang musik;
4. Berhubung Responden Bekerja sebagai Marketing di salah satu perusahaan kartu kredit di Batam dan hanya berstatus pegawai kontrak tahunan;
5. Masalah yang timbul ketika sudah proses penulisan Skripsi terkendala dengan harus melampirkan Referensi sebanyak 20 (Duapuluh) Jurnal Internasional dan Template yang susah diikuti. melakukan uji originalitas selalu gagal di angka di atas 30%.

Wawancara dengan Pembimbing Skripsi

Nama : Ermansyah, SE,MM

Jabatan :Dosen Program Studi S1Manajemen

Pangkat/Gol : Penata (III/c)/ Lektor

Hasil diskusi kami dengan Dosen Pembimbing Skripsi dapat kami simpulkan dalam hal Teknik dan proses Membimbing Skripsi

1. Pembimbing menilai bahwa Subjek lambat memahami arahan dari Pembimbing dan seakan-akan subjek paham dan memahami apa yang dijelaskan oleh Pembimbing, tetapi setelah direview kembali oleh Pembimbing Subjek tidak mengerti dan bertanya kembali berulang-ulang kepada Dosen Pembimbing.

Kesimpulan yang diambil oleh Pembimbing Skripsi bahwa Subjek Tidak bisa Focus.

2. Sering berjanji akan revisi dan jadwal bimbingan yang telah disepakai oleh Pembimbing dan Subjek sering mengingkar waktu bimbingan (Janji pagi pukul 10.00 subjek datang dan menghubungi jam 14.00

Kesimpulan Dosen Pembimbing bahwa Subjek orang nya tidak konsisten.

Wawancara dengan Pembimbing Skripsi

Nama : Broto Widaya Hartanto, ST, MM

Jabatan : Dosen Program Studi S1 Manajemen UIB Batam

Pangkat/Gol :

Hasil Wawancara dengan Pembimbing Rulliyandi dibatasi oleh waktu dan kesempatan karena Kesibukan Pembimbing penilaian terhadap Subjek sebagai Berikut :

1. Pada umumnya mahasiswa di UIB yang dibimbing adalah Mahasiswa yang bekerja sehingga memang dibatasi oleh waktu dan Intensitas bimbingan menjadi sangat kurang;
2. Pada umumnya mahasiswa yang dibimbing sering terhambat karena kewajiban untuk mencari Sitasi Jurnal Internasional dan Referensi terbaru, Kondisi ini sehingga subjek sering menghilang agak lama dan muncul tiba-tiba menghubungi pembimbing dengan Progres bimbingan yang tidak bisa Pembimbing awasi;
3. Pembimbing mengakui bahwa proses menyusun Skripsi, Kewajiban Bahan Referensi yang Internasional di Universitas Intenrasional Batam (UIB) paling sulit dan ketat dibandingkan dengan Kampus lain di Batam;
4. Pembimbing hanya mengingat bahwa yang sanamnya Rulliyandi jarang membuat janji untuk konsultasi Skripsi.

Wawancara dengan Ketua Prodi S1 Manajemen Sampai Juli 2018

Nama : Dr. Mulia Sosiady, SE,MM,Ak

NIP : 19761217 200901 10145

Pangkat : Penata Tk I/ III.d Lektor

1. Prosedur Pengajuan Judul dan Skripsi pada Program Studi S1 Manajemen

- a. Mahasiswa mengajukan Judul ke Program Studi disertai dengan kelengkapan sistematika Penulisan Skripsi (Sampai Format Proposal);

- b. Mahasiswa yang mengajukan Judul Skripsi Minimal harus menyelesaikan 110 SKS dan Wajib Lulus Mata Kuliah Metode Penelitian dan Bahasa Indonesia dan telah menyelesaikan Praktek Kerja Lapangan (PKL) dan Kuliah Kerja Nyata (KKN);
- c. Mahasiswa harus dapat memahami masalah/fenomena yang akan diteliti dan variable-variabel yang akan digunakan dalam konsep penelitian dengan syarat variable tersebut cocok dengan identifikasi masalah dan teori yang ada;
- d. Setelah Judul di ACC oleh Ketua Program Studi menunjuk Dosen Konsultasi yang biasanya langsung ditunjuk nantinya sebagai Pembimbing SKripsi setelah Seminar Proposal, Setelah pembimbing di tunjuk Program Studi mengajukan ke Dekan untuk di SK kan dan sepenuhnya menjadi tanggung jawab pembimbing. (Kecuali hal-hal tertentu).

Wawancara dengan Ketua Prodi S1 Manajemen UIB Batam

Nama : Evi Silvana Mukhtar, SE,M.Si

Pangkat : Penata Tk I/ III.d Lektor

Kesimpulan Hasil Wawancara dan Pengambilan Dokumen yang diberikan Ketua Prodi S1 Manajemen UIB Batam Prosedur Pengajuan Judul Skripsi

2. Prosedur Pengajuan Proposal Skripsi

- a. Mahasiswa melakukan KRS Skripsi , Mahasiswa mengambil berkas berupa buku panduan dan buku bimbingan skripsi;
- b. Mahasiswa melakukan key in judul skripsi dan usulan dosen pembimbing untuk rapat prodi dwimingguan;
- c. Mahasiswa memasukkan berkas proposal ke Prodi dilengkapi foto copy raport, KTM dan KRS, Mahasiswa menyerahkan copy proposal skripsi ke dosen-dosen konsentrasi studinya. (dosen-dosen PR, atau Jurnalisme, atau Advertising, atau Kajian Media) Proposal Skripsi yang sudah diterima oleh prodi dan dosen-dosen konsentrasi studi akan dirapatkan dalam rapat prodi dwimingguan;
- d. Mahasiswa melihat hasil pengumuman rapat, mengenai keputusan diterima atau ditolaknya proposal skripsi mahasiswa yang bersangkutan. Mahasiswa yang proposalnya ditolak, dapat mengajukan proposal baru dengan proses yang sama, Mahasiswa yang diterima proposalnya, melanjutkan proses skripsi dengan dosen pembimbing.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Dari Analisis Peneliti Faktor Internal yang cenderung menyebabkan Stres Akademik Mahasiswa Program Studi S1 Manajemen UIN Sulstan Syarif Kasim Riau dan Program Studi S1 Manajemen Univesitas Internasional Batam yaitu Faktor Internal seperti : Kemampuan dan Kecerdasaan kurang dikembangkan dengan baik seperti Kemampuan Visual, Kemampuan Verbal dan Kemampuan Numerik serta Kemampuan Konseptual;
2. Sedangkan Faktor Eksternal yang cenderung menyebabkan Stres Akademik Mahasiswa Program Studi S1 Manajemen UIN Sulstan Syarif Kasim Riau dan Program Studi S1 Manajemen Univesitas Internasional Batam yaitu Faktor Eksternal seperti : Sistem Prosedur pengajuan Judul Proposal Skripsi dianggap sulit bagi mahasiswa karena harus melewati Uji Originalitas dan Mayoritas Mahasiswa Bekerja;
3. Gejala Dominan dari Stres Akademik yang di hadapi oleh Mahasiswa Program Studi S1 Manajemen UIN Sulstan Syarif Kasim Riau dan Program Studi S1 Manajemen Univesitas Internasional Batam Seperti : Gejala Fisik seperti Tidur tidak teratur (Imsomnia) , Kurang intensitas istirahat, Kelelahan Cronik, Gejala Anxiatas Disorder.

Sedangkan Gelaja Emosional Kehilangan Kenyamanan, Lebih memilih “Flight dari pada Fight” dalam menghadapi masalah penyelesaian Skripsi. Dan Negative Thingking.

Serta Gejala Kognitif yaitu Gagal Paham sehingga melemahkan Kemapuan Intelektual diantaranya Kemapuan Visual, Kemampuan Verbal, Kemampuan Konseptual dan Kemampuan Numerik.

Saran

1. Sebaiknya Program Studi mensupport mahasiswa dalam kegiatan-kegiatan Workshop yang dapat mendukung mahasiswa dalam penulisan Skripsi;
2. Program Studi seharusnya selalu mengidentifikasi dan mengevaluasi mahasiswa-mahasiswa yang dianggap terlambat dalam penyelesaian Studi terutama pennyelesaian Skripsi;
3. Mahasiswa harus menerapkan “*Problem focused coping*” lebih berfokus kepada pemecahan masalahnya. Bertujuan untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang menyebabkan stres atau memperluas sumber daya yang dapat dimanfaatkan untuk menghadapinya Misalnya, melakukan diskusi, mencari informasi mengenai cara belajar, bertanya ke dosen, dan lain sebagainya;

4. Mahasiswa harus mampu *Emotion-focused coping* lebih fokus kepada pengendalian respon emosi ketika menghadapi stres. Misalnya, menonton TV, beribadah, mencari dukungan dari keluarga dan teman, berolahraga, menangis, curhat, jalan dengan teman, dan lain sebagainya;
5. Tentunya yang paling terpenting meningkatkan *Spiritual Questions* (Iman dan Taqwa) Kepada Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Benectus Yuliavendra, 2012 : *Hubungan antara Stres Akadmik dan Kecendrungan Implulse Buying pada Mahasiswa: Universitas Sata Dharma Yogyakarta*
- Desmita El Idhami, 2005, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta : PT Remaja Rosdakarya
- Ira Suwartika, 2010, *Analisis Faktor yang berhubungan dengan Tingakt Stres Akademik Mahasiswa Reguler di Prodi Pltekkes Kemenkes : Cirebon*
- Looker,T Olga, U. 2005. *Managing Stres smengatasi stres secara mandiri*. Yogyakarta: Yogyakarta BACA
- Manktelow J. 2007 *Mengendalikan Stres* Erlangga: Indonesia
- Rasmun. 2014 . *Pengertian stres, sumber stres, dan sifat stresor.:* Stres, koping, dan adaptasi edisi ke-1. Jakarta: Sagung Seto
- Shofiyanti Nur, 2009 : *Kemampuan mengelola Stres Akadmeik pada Mahasiswa yang sedang Skripsi*, PG Paud
- Widianti, Elfri 2007. *Remaja dan permasalahannya: bahaya merokok, penyimpangan seks pada remaja dan bahaya penyalahgunaan minuman keras dan narkoba*. September 2017 <http://prov.bkkbn.go.id>