**TINGKAT KECEMASAN STRES DAN DEPRESI MAHASISWA TERHADAP PENGERJAAN SKRIPSI DALAM SITUASI PANDEMI COVID-19**

1. Yossi Vrichasti ([yossivrichasti@student.upi.edu](mailto:yossivrichasti@student.upi.edu))
2. Indra Safari ([indrasafari77@upi.edu](mailto:indrasafari77@upi.edu))
3. Dewi Susilawati ([dewisusilawati@upi.edu](mailto:dewisusilawati@upi.edu))

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang, Jl. Mayor Abdurrachman, No. 211, Kabupaten Sumedang, 0261-201244.

**Abstrak**

Pengerjaan skripsi seringkali membuat mahasiswa mengalami kesulitan, oleh sebab itu skripsi dapat dikatakan sebagai sumber stressor bagi mahasiswa yang sedang mengerjakannya. Kondisi ini biasanya akan memicu timbulnya reaksi psikologis seperti kecemasan, stres bahkan depresi. Apalagi ketika beban pengerjaan skripsi ditambah dengan adanya pandemi *covid-19*. Kondisi inilah yang saat ini sedang dialami oleh mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang, dimana proses pengerjaan skripsi di hadapkan dengan situasi pandemi *covid-19*. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan, stres, serta depresi mahasiswa PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi *covid-19.* . Metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain survey. Instrumen yang digunakan kuisioner *DASS-42*. Dari 53 mahasiswa yang dijadikan sampel diperoleh hasil kecemasan; 28% sangat parah, 26,40% sedang, 18,90% parah, 17,00% ringan, 9,40% normal. Stres; 39,60% normal, 20,80% ringan, 18,90% parah, 17,00% sedang, 3,80% sangat parah. Depresi 37,70% normal, 22,60% ringan 18,90% seang, 15,10% parah, 5,70% sangat parah.

**Kata Kunci :** Skripsi, Pandemi Covid-19, Kecemasan, Stres, Depresi.

**PENDAHULUAN**

Skripsi sering sekali menjadi stressor bagi mahasiswa yang sedang menempuh tahap akhir pada jenjang perkuliahan dalam meraih gelar sarjananya. Hal ini terjadi disebabkan karena skripsi sering sekali membuat mahasiswa merasa kesulitan serta merasa terkanan sehingga menjadi beban bagi mahasiswa dalam proses pengerjaannya. Menurut Asmawan (2017, p. 52) menyatakan bahwa kesulitan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal yang meliputi motivasi dan kemampuan mahasiswa dalam menulis kripsi, sedangkan faktor eksternal meliputi situasi lingkungan, sistem pengelolaan skripsi oleh fakultas, dan beberapa faktor lainnya. Faktor eksternal ini seringkali muncul secara tak terduga, seperti adanya wabah penyakit yang saat ini sedang mewabah hampir di seluruh penjuru dunia, yaitu wabah *Virus Covid-19.*

Menurut Zu et al. (2020, p. 3) *Covid-19* merupakan jenis virus baru yang bersal dari Wuhan Provinsi Hubei Cina. Dikutip dalam artikel (Cucinotta & Vanelli, 2020) *“The World Health Organization (WHO) on March 11, 2020, has declared the novel coronavirus (COVID-19) outbreak a global pandemic (1)”.* Organisasi kesehatan dunia pada 11 Maret tahun 2020 mendeklarasikan virus *Covid-19* sebagai pandemi global kesatu. Dengan penyebaran virus yang cukup pesat dan karena ini virus baru, banyak para ahli kesehatan yang kesulitan untuk mencari anti virus yang ampuh dalam menyembuhkannya. Maka dari itu, untuk memutur rantai penularan, beberapa wilayah samapi negara menutup dan membatasi kegiatan warganya hingga situasi ini dapat kembali aman seperti semula.

Pada situasi sat ini Mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang dihadapkan dengan situasi pandemi *Covid-19,* yang berdampak pada proses pengerjaan skripsi yang tengah dilkerjakannya. Diantaranya yaitu penularan virus yang sangat pesat dan belum ditemukannya vaksin 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, dan kebanyak mahasiswa melakukan penelitian terhadap lingkungan pendidikan sedangkan pemerintah memutuskan untuk memberhentikan sementara kegiatan pendidikan seperti biasanya dan menggantinya dengan pembelajaran daring hal ini tentu saja membuat peneliti kesulitan dalam menjangkau populasi yang hendak diteliti dalam penelitiannya.

Dari kesulitan-kesulitan yang muncul dan dirasakan oleh mahasiswa, biasanya dapat menimbulkan reaksi psikologis bagi mahasiswa. Hal ini sependapat dengan apa yang dipaparkan oleh Ningrum (2013, p. 52) yang menjelaskan bahwa “kondisi-kondisi seseorang dalam keadaan tertekan bisanya 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 seperti yang telah dipaparkan oleh Rawson, Bloomer, and Kendall (2000, p. 325) yang menjelaskan “*high correlation between anxiety and depressive steps. Because anxiety is one aspect of depression”.* Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara kecemasan dan depresi karena kecemasan adalah salah satu aspek dari depresi.

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. Callahanmenyebutkan dalam Vitasari et al. (2010, p. 491)*“Anxiety is one of the psychophysiology difficulties The symptoms can be psychological physical or environmental challenges”.* Kecemasan merupakan salah satu kesulitan psikofisiologis, gejalanya dapat berupa tantangan fisik atau lingkungan psikologis. Adapun gejala kecemasan yang sering kali terjadi seperti rasa takut, gelisah, respon emosional yang berlebihan, pemikiran negatif, dan lain sebagainya.

Selain kecemasan, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi juga memungkinkan timbul keadaan stres. Definisi dari stres menurut Behere, Yadav, and Behere (2011, p. 146) mendefinisikan “*Stress is the wear and tear our bodies experience as we adjust to our continually changing environment; it has physical and emotional effects on us and can create positive or negative influence on us”.* 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.

Reaksi Psikologis yang ketiga yaitu depresi. Depresi adalah gangguan perasaan atau mood yang disertai komponen psikologi berupa sedih, susah, tidak ada harapan dan putus asa disertai komponen biologis atau somatik misalnya anoreksia, konstipasi dan keringat dingin (Widosari, 2010, p. 20). Sedangkan menurut World Health Organization %J Geneva (2012, p. 6) menjelaskan “*Depression is a common mental disorder that presents with depressed mood, loss of interest or pleasure, decreased energy, feelings of guilt or low self-worth, disturbed sleep or appetite, and poor concentration”.* 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. Dari definisi yang telah dijelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan gangguan perasaan yang timbul karena suasana hati yang tertekan yang berakibat pada gangguan psikologis juga biologis.

Beberapa peneliti lain telah melakukan penelitian serupa diantaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Rizkiyati (2019, p. 12) dengan judul penelitian “Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam (Bki) Fakultas Dakwah Iain Purwoketo Angkatan 2015 Dalam Menyusun Skripsi” diperoleh hasil yang menunjukan dari total sampel penelitian penelitian terdapat 12 mahasiswa (25,53%) mempunyai tingkat kecemasan dengan kategori panik, 11 mahasiswa (23,40%) mempunyai tingkat kecemasan berat, 13 mahasiswa (27,57%) mempunyai tingkat kecemasan sedang dan 11 mahasiswa (23,40%) mempunyai tingkat kecemasan ringan. Presentase terbanyak terdapat pada mahasiswa dengan tingkat kecemasan sedang yaitu 13 mahasiswa (27,57%).

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan oleh Pierceall, Keim, and Practice (2007, p. 703) yang melakukan penelitian dengan judul “Peneitiannya Mengenai *Stress And Coping Strategies Among Community College Students”,* dimana tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat stres yang dirasakan oleh mahasiswa di dua perguruan tinggi di Illinois Selatan, dari 212 mahasiswa yang dijadikan sampel penelitiannya diperoleh hasil *75% of students are in the amoderate stress category; 12% of students in the high stress category, and 13% in the low stress category.* 75% mahasiswa berada pada kategori stres sedang, 12% mahasiswa berada pada kategori stres tinggi dan 13% mahasiswa berada pada kategori stres rendah.

Penelitian yang dilaksanakan oleh Maulida (2012, p. 38) dengan judul penelitian “Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana yang Melakukan Konseling di Bandan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia”. Diproleh hasil untuk mahasiswa tingkat akhir tingkat kategori depresi paling banyak frekuensinya yaitu ada pada kategori depresi sedang dengan jumlah 15 mahasiswa (46,9), diikuti dengan kategori ringan sebanyak 7 mahasiswa (21,9%), kategori depresi berat sebanyak 5 mahasiswa (15,6%) juga depresi minimal sebanyak 5 mahasiswa (15,6%).

Beda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada situasi yang sedang dihadapkan mahasiswa dalam pengerjaan skripsi yang tengah berada pada situasi pandemi *covid-19,* yang mana tingkat stressor yang dihadapi mahasiswa berbeda tidak seperti situasi biasanya. Kemudian pada penelitian ini membahas dan bertujuan untuk menggambarkan tiga variabel sealigus yaitu variabel kecemasan, stres, dan juga depresi yang dialami oleh mahasiswa selama pengerjaan skripsi pada saat situasi pandemi *covid-19*. Oleh sebab itu 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.

**METODE PENELITIAN**

Dalam melakukan sebuah penelitian tentunya harus menggunakan suatu metode penelitian yang tepat agar mampu menjawab permasalahan yang hendak diteliti. Metode penelitian menurut Safari (2016, p. 72) merupakan “cara ilmiah yang digunakan oleh peneliti dalam merancang, melaksanakan, dan mengolah data, serta menarik kesimpulan berkenaan dengan masalah penelitian. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Arikunto (2010, p. 3) “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”. Sedangkan pendekatan kuantitatif menururt Margareta (2013) adalah “pendekatan yang digunakan dalam penelitian dengan cara mengukur indikator-indikator variabel penelitian sehingga diperoleh gambaran diantara variabel tersebut.

Oleh karena itu jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif ini dipilih karena tujuan dari penelitian ini ialah untuk menggambarkan tingkat kecemasan, stres dan depresi mahasisw PGSD Penjas UPI Sumedang angkatan 2016 terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi *covid-19*. Sebagaimana yang dipaparkan oleh Sudjana (dalam Margareta, 2013) “Penelitian deskriptif dengan pendekatan secara kuantitatif digunakan apabila bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan peristiwa atau suatu kejadian yang terjadi pada saat sekarang dalam bentuk angka-angka yang bermakna”. Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain survey dengan menggunakan alat ukur kuisioner *DASS-42* oleh Lovibond & Lovibond*,* dengan menggunakan versi bahasa Indonesia yang ditranslasikan oleh Damanik (Rosyad, 2019, p. 59).

Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari 3 tahapan yaitu tahap persiapan yang meliputi proses identifikasi masalah, merumuskan masalah, menentukan metode penelitian, menentukan instrumen penelitian, dan menentukan sampel penelitian. Kemudian tahap pelaksanaan yang meliputi penyebaran kuisioner terhadap seluruh sampel yang terpilih. Dan tahap ketiga yaitu tahap analisis data berupa analisis statistik deskriptif dan mencari distribusi frekuensi dan persentase menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 20.

Subjek Penelitian

Lokasi pada penelitian ini bertempat di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang, Jl. Mayor Abdurahman No. 211, Kabupaten Sumedang, Kecamatan Sumedang Utara, Kelurahan Kota Kaler, Jawa Barat. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang angktan 2016 yang sedang mengerjakan skripsi dengan jumlah 105 mahasiswa. Menurut penjelasan dari S. Arikunto (dalam Sulistiyono, 2013, pp. 19-20) berpendapat bahwa “apabila subjeknya kurang dari seratus, lebih baik diambil semua sehingga penelitianya merupakan populasi. Tetapi, jika jumlah subjek besar, dapat diambil antara 10-15% atau 15- 25% atau lebih.” Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 50% dari total populasi yaitu sebanyak 53 mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang angkatan 2016. Teknik sampling yang yang dipilih dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik acak sederhana atau teknik *simple* *random sampling.* Berikut dipaparkan sampel penelitian yang terpilih dalam tabel berikut:

**Tabel 1.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Total Populasi : 105 Mahasiswa  Sampel 50% dari populasi : 53 Mahasiswa  Teknik pengambilan sampel : Teknik sampel acak sederhana | | | |
| Sampel terpilih | | | |
| Kelas | Perempuan | Laki-laki | Jumlah |
| Penjas A | 4 | 14 | 18 |
| Penjas B | 3 | 13 | 16 |
| Penjas C | 3 | 16 | 19 |
| Jumlah | 10 | 43 | 53 |

Sampel Penelitian

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

**Tabel 2.**

*Analisis Statistik Deskriptif*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Deskriptive Statistics*** | | | | |
| Deskripsi | | Kecemasan | Stres | Depresi |
| N | Valid | 53 | 53 | 53 |
| Missing | 0 | 0 | 0 |
| Mean | | 15,13 | 17,70 | 13,09 |
| Median | | 14,00 | 16,00 | 12,00 |
| Std. Deviation | | 6,953 | 8,016 | 8,129 |
| Minimum | | 5 | 2 | 1 |
| Maximum | | 30 | 35 | 35 |
| Sum | | 802 | 938 | 694 |
|  | | | | |

Berdasarkan tabel diatas, dapat diperoleh data sebagai berikut; *N* menunjukkan jumlah sampel atau responden dalam penelitian, yaitu sebanyak 53 mahasiswa. *Mean* merupakan rata-rata dari jumlah skor, data diatas *mean* kecemasan yaitu 15,13 skor ini termasuk dalam kategori “parah”, mean stres 17,70 skor ini termasuk dalam kategori “ringan” dan mean depresi 13,09 skor ini termasuk kategori “rigan”. *Median* merupkan nilai tengah, dari data diatas nilai tengah dari kecemasan yaitu 14,00 stres 16,00 dan depresi 12,00. *Standart deviation* atau simpangan baku menunjukan variasi jawaban, standar deviasi dari kecemasan ialah 6,953 sedangkan stres 8,016 dan untuk depresi 8,129. *Minimun* adalah nilai terendah dari skor, untuk nilai *minimum* kecemasan adalah 5 skor ini termasuk kategori “normal”, nilai *minimum* dari stres adalah 1 skor ini pun termasuk kategori “normal”, dan nilai *minimum* dari depresi adalah 1 skor ini juga termasuk dalam kategori “normal”. *Maximun* adalah nilai tertinggi dari skor, untuk nilai *maximum* dari kecemasan yaitu 30 skor ini termasuk kategori “sangat parah”, nilai *maximun* dari stres yaitu 35 skor ini juga termasuk kategori “sangat parah” , dan untuk depresi yaitu 35 skor ini pun termasuk kategori “sangat parah”.

**Tabel 3.**

*Kategori Tingkat Kecemasan Stres dan Depresi*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Kecemasan | | Stres | | Depresi | |
| Frekuensi | Persen | Frekuensi | Persen | Frekuensi | Persen |
| Normal | 5 | 9,40 | 21 | 39,60 | 20 | 37,70 |
| Ringan | 9 | 17,00 | 11 | 20,80 | 12 | 22,60 |
| Sedang | 14 | 26,40 | 9 | 17,00 | 10 | 18,90 |
| Parah | 10 | 18,90 | 10 | 18,90 | 8 | 13,10 |
| Sangat Parah | 15 | 28,30 | 2 | 3,80 | 2 | 3,70 |
| Total | 53 | 100 | 53 | 100 | 53 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa dari 53 sampel penelitian untuk tingkat kecemasan, diperoleh hasil sebagai berikut; kategori normal sebanyak 5 mahasiswa atau sebesar 9,40%, kategori ringan sebanyak 9 mahasiswa atau sebesar 17,00%, kategori sedang sebanyak 14 mahasiswa atau sebesar 26,40%, kategori parah sebanyak 10 mahasiswa atau sebesar 18,90%, kategori sangat parah sebanyak 15 mahasiswa atau sebesar 28,30%. Sedangkan untuk tingkat stres, diperoleh hasil sebagai berikut; kategori normal sebanyak 21 mahasiswa atau sebesar 39,60%, kategori ringan sebanyak 11 mahasiswa atau sebesar 20,80%, kategori sedang sebanyak 9 mahasiswa atau sebesar 17,00%, kategori parah sebanyak 10 mahasiswa atau sebesar 18,90%. Kategori sangat parah sebanyak 2 mahasiswa atau sebesar 3,80%. Dan untuk tingkat depresi, diperoleh hasil sebagai berikut; kategori normal sebanyak 20 mahasiswa atau sebesar 37,70%, kategori ringan sebanyak 12 mahasiswa atau sebesar 22,60%, kategori sedang sebanyak 10 mahasiswa atau sebesar 18,90%, kategori parah sebanyak 8 mahasiswa atau sebesar 13,10%, kategori sangat parah sebanyak 2 mahasiswa atau sebesar 3,70%. Berikut peneliti gambarkan dalm bentuk grafik dibawah ini:

**Gambar 1** : Garfik Tingkat Kecemasan, Stres, dan Depresi Mahasiswa UPI Kampus Sumedang Terhadap Pengerjaan Skripsi dalam Situsi Pandemi *Covid-19.*

Berdasarkan gambar 4.3 diatas dapat dilihat bahwa untuk tingkat kecemasan mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang angkatan 2016 secara umum berada pada kategori kecemasan sangat parah dengan nilai persentase sebesar 28,30%, sedangkan gambaran secara umum tingkat stres dan depresi masih berada pada kategori normal yaitu dengan persentase 39,60% untuk stres dan 37,70% untuk depresi.

**Pembahasan**

Tingkat kecemasan, stres dan depresi mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi *covid-19,* secara umum berada pada kategori kecemasan sangat parah, stres normal, dan depresi normal. Dilihat dari uraian tersebut nampak tingkat kecemasan mahasiswa dalam pengerjaan skripsi di tengah pandemi *covid-19* ini sangat tinggi. Hal ini wajar saja terjadi karena menurut Oktary (dalam Rizkiyati, 2019, p. 1) berpendapat bahwa “mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami peningkatan kecemasan” apalagi situasinya dihadapkan dengan wabah penyakit menular yang belum tentu kapan akan berakhir. Hasil penelitian ini berbanding terbalik jika dibandingkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nst, Purwoningsih, Gultom, and Fujiati (2018, p. 80) Dengan Judul “Pengaruh Penulisan Skripsi Terhadap Simtom Depresi Dan Simtom Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2014”. Dari total sampel penelitian sebanyak 84 mahasiswa diperoleh hasil tingkat kecemasan mahasiswa yang sedang menulis skripsi yaitu 25 mahasiswa mengalami kecemasan berat, 28 mahasiswa mengalami kecemasan sedang, 23 mahasiswa mengalami kecemasan ringan, dan mahasiswa tanpa mengalami kecemasan sebanyak 8 orang. Berdasarkan penelitian ini kategori kecemasan dengan distribusi terbanyak berada pada kecemasan sedang.

Kategori stres dan depresi mahasiswa PGSD Penjas yang sedang mengerjakan skripsi dalam situasi pandemi *covid-19,* masih berada pada kateori normal. Hal ini menunjukan bahwa mahasiswa memiliki pengelolaan stres yang baik dengan memiliki *coping stres* yang baik. *Coping stres* merupakan strategi untuk mengelola stres dengan respon prilaku positif dalam pemecahan suatu masalah. Artinya para mahasiswa 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.

Melihat dari hasil tingkat stres dan tingkat depresi dalam penelitian ini, hasil penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti, Mahardianisa, and Syafei (2018, p. 123) yang meneliti tentang “Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi, yang dilaksanakan pada 49 subjek mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung”, menunjukan hasil yang berbeda adapaun hasil analisis distribusi frekuensi yang diperoleh berdasarkan tingkat stres mahasiswa ialah 34 mahasiswa (69,39%) berada pada kategori sedang, 9 mahasiswa (18,37%) berada pada kategori rendah dan 6 mahasiswa (12,24%) berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengerjaan skripsi cukup memberi stressor bagi mahasiswa. Namun, hasil penelitian ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cynthia and Zulkaida (2009, p. 1) dengan judul “Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin”. Yang dilakukan pada 112 mahasiswa tingkat tiga dan juga tingkat empat yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa tidak ada mahasiswa yang mengalami depresi sama sekali.

Hasil penelitian-penelitin tersebut termasuk hasil penelitian ini merupakan gambaran gangguan psikologis mahasiswa dalam mengerjakan skripsi pada situasi tertentu dan waktu yng berbeda, sehingga hanya berlaku pada waktu tertentu saja dan tidak menutup kemunkinan akan berbeda pula dengan penelitian kedepannya karena situasi dan juga karakteristik responden yang berbeda.

**SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan tingkat kecemasan, stres dan depresi mahasiswa PGSD Penjas UPI Sumedang angkatan 2016 terhadap pengerjaan skripsi dalam situasi pandemi *covid-19* secara umum berada pada kategori tingkat kecemasan sangat parah, tingkat stres yang masih berada pada kategori stres normal, serta tingkat depresi yang juga masih berada pada kategori depresi normal.

# REFERENSI

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. In: Rineka Cipta.

Asmawan, A. J. J. P. I. S. (2017). *Analisis Kesulitan Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi*. *26*(2), 51-57.

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*. *33*(2), 145.

Cucinotta, D., & Vanelli, M. J. A. b.-m. A. P. (2020). *Who Declares Covid-19 A Pandemic*. *91*(1), 157-160.

Cynthia, T., & Zulkaida, A. (2009). *Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa dan Perbedaan berdasarkan Jenis Kelamin*.

Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. J. P. J. I. P. (2018). *Self Disclosure Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. *5*(1), 115-130.

Maulida, A. J. J. F. I. K. U. I. (2012). *Gambaran Tingkat Depresi pada Mahasiswa Program Sarjana yang melakukan Konseling di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia*.

Ningrum, D. W. J. J. P. E. U. (2013). *Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa Ueu Yang Sedang Menyusun Skripsi*. *9*(01), 126155.

Nst, M. S., Purwoningsih, E., Gultom, D. P., & Fujiati, I. I. J. J. I. S. B. (2018). *Pengaruh Penulisan Skripsi terhadap Simtom Depresi dan Simtom Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2014*. *2*(1), 80-90.

Pierceall, E. A., Keim, M. C. J. C. C. J. o. R., & Practice. (2007). *Stress And Coping Strategies Among Community College Students*. *31*(9), 703-712.

Rawson, H. E., Bloomer, K., & Kendall, A. J. T. J. o. G. P. (2000). *Stress, Anxiety, Depression, And Physical Illness In College Students*. *The Journal of Genetic Psychology, 155*(3), 321-330. doi:<https://doi.org/10.1080/00221325.1994.9914782>

Rizkiyati, R. B. (2019). *Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Di Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Iain Purwokerto Angkatan 2015.* IAIN,

Rosyad, Y. S. J. C. P. (2019). *Tingkat Stres Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta Dalam Mengerjakan Skripsi Tahun Akademik 2018/2019*. *5*(1).

Safari, I. (2016). *Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Pukulan Forehand Topspin Tenis Meja.* Universitas Pendidikan Indonesia,

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*. *8*, 490-497.

Widosari, Y. W. (2010). *Perbedaan Derajat Kecemasan Dan Depresi Mahasiswa Kedokteran Preklinik Dan Ko-Asisten Di Fk Uns Surakarta*.

World Health Organization %J Geneva, S. W. (2012). *Depression: A Global Public Health Concern*.

Zu, Z. Y., Jiang, M. D., Xu, P. P., Chen, W., Ni, Q. Q., Lu, G. M., & Zhang, L. J. J. R. (2020). *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19): A Perspective From China*. 200490.