

Eksplorasi *Mental Health* dalam Meningkatkan Motivasi Penyelesaian Studi Mahasiswa Tingkat Akhir STIE Bank BPD Jateng

Riam Amalia Salsabila¹, Asri Nur Wahyuni²

^{1,2}Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas BPD

Email: asri.penelitian@gmail.com

ABSTRACT

Final-year students at STIE Bank BPD Jateng face challenges in completing their theses, which may affect their mental health. This study explores anxiety, depression, and social support in relation to academic motivation, involving 77 students selected through proportionate stratified and purposive sampling. Using multiple linear regression, the results show that anxiety and depression are not significant, while social support has a positive and significant effect. The study concludes that support from family, peers, and lecturers plays a crucial role in enhancing student motivation and recommends institutions provide better mental health support services.

Keyword: mental health, anxiety, depression, social support, academic motivation

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir STIE Bank BPD Jateng menghadapi tantangan dalam menyelesaikan skripsi, yang dapat mengganggu kesehatan mental. Penelitian ini mengkaji kecemasan, depresi, dan dukungan sosial terhadap motivasi penyelesaian studi, dengan sampel 77 mahasiswa menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* dan *purposive sampling* dengan alat analisis regresi linear berganda. Hasil menunjukkan kecemasan dan depresi tidak signifikan, sedangkan dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan. Kesimpulannya, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan dosen berperan penting dalam meningkatkan motivasi mahasiswa. Penelitian ini memberikan wawasan tentang peran kesehatan mental dalam proses akademik serta rekomendasi bagi institusi untuk menyediakan layanan pendukung kesehatan mental yang lebih efektif.

Kata Kunci: kesehatan mental, kecemasan, depresi, dukungan sosial, motivasi akademik

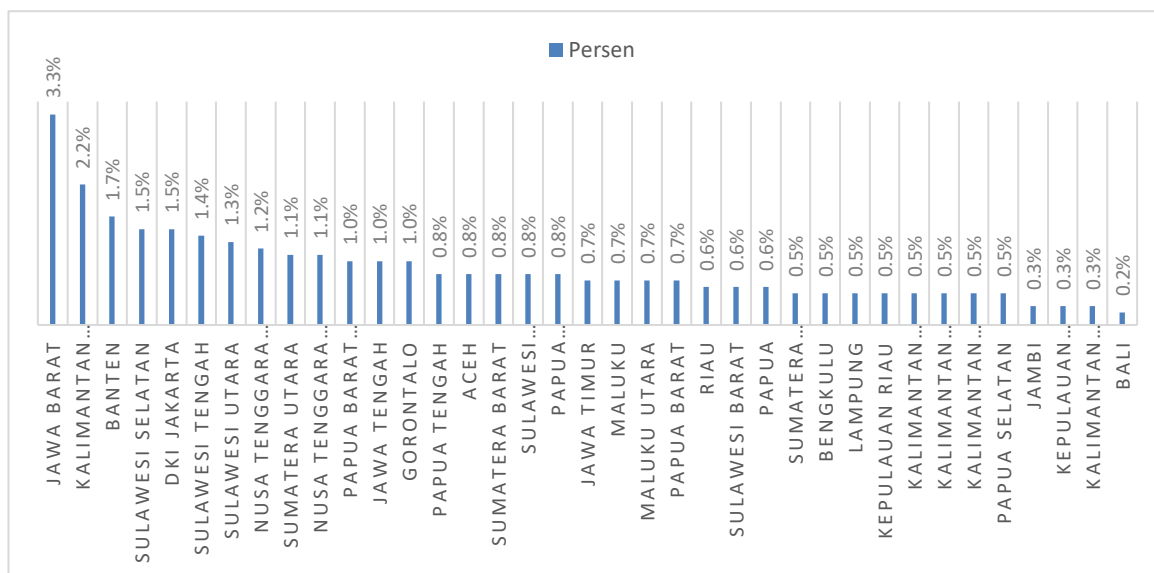
Pendahuluan

Pada tahap akhir masa studi, mahasiswa sering kali dihadapkan dengan tantangan akademik yang semakin tinggi, salah satunya adalah proses pengerjaan skripsi untuk menyelesaikan studi mahasiswa di jenjang perguruan tinggi. Skripsi tidak hanya menuntut pemahaman mendalam dalam bidang studi yang ditekuni, tetapi juga memerlukan komitmen jangka panjang dan kemampuan untuk mengatasi berbagai hambatan akademik serta emosional. Mahasiswa diharapkan untuk mampu melakukan penelitian yang orisinal, menyusun analisis, serta mempresentasikan hasil penelitian secara sistematis. Beban akademik ini menjadi semakin kompleks ketika dikombinasikan dengan ekspektasi untuk segera lulus dan memulai karier, baik dari keluarga, lingkungan sosial, maupun institusi pendidikan. Tuntutan-tuntutan tersebut sering kali menciptakan tekanan yang tinggi, membuat mahasiswa merasa tertekan atau bahkan cemas dalam menghadapi tantangan akademis yang ada.

Masalah kesehatan mental yang timbul dari tekanan ini berdampak langsung pada kehidupan akademik dan motivasi mahasiswa. Fawzy & Hamed (2017) dalam studi mereka menyebutkan bahwa stres akademik dapat menyebabkan mahasiswa kehilangan fokus, menurunkan motivasi, dan mengganggu kesehatan mental, yang pada akhirnya menghambat prestasi akademik. Kondisi psikologis yang kurang stabil juga dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mengambil keputusan, menyelesaikan masalah yang kompleks, serta menghadapi kegagalan atau revisi yang mungkin diberikan oleh dosen pembimbing. Ketika kesehatan mental terganggu, mahasiswa dapat mengalami hambatan dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu, sehingga memperpanjang masa studi mahasiswa dan berpotensi menimbulkan perasaan frustrasi serta penurunan rasa percaya diri.

Ketika kesehatan mental mahasiswa terganggu, tidak hanya aspek akademik yang terdampak, tetapi juga kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Kecemasan, depresi, dan penurunan psychological *well-being* yang terkait dengan stres akademik dapat mengarah pada penurunan interaksi sosial, isolasi diri, dan gangguan dalam hubungan interpersonal. Vierdiana (2024) mengungkapkan bahwa kurangnya interaksi sosial serta kesulitan dalam membangun relasi interpersonal yang sehat dapat memperbesar potensi munculnya masalah pada kesehatan mental.

Kondisi ini tidak dapat diabaikan, mengingat gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan kerap kali menjadi faktor utama yang menghambat kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akademik, termasuk skripsi. Ketidakmampuan untuk mengelola tekanan yang muncul selama proses pengerjaan skripsi dapat memperburuk kesehatan mental, yang pada akhirnya berdampak pada keberhasilan akademik dan masa depan mahasiswa.



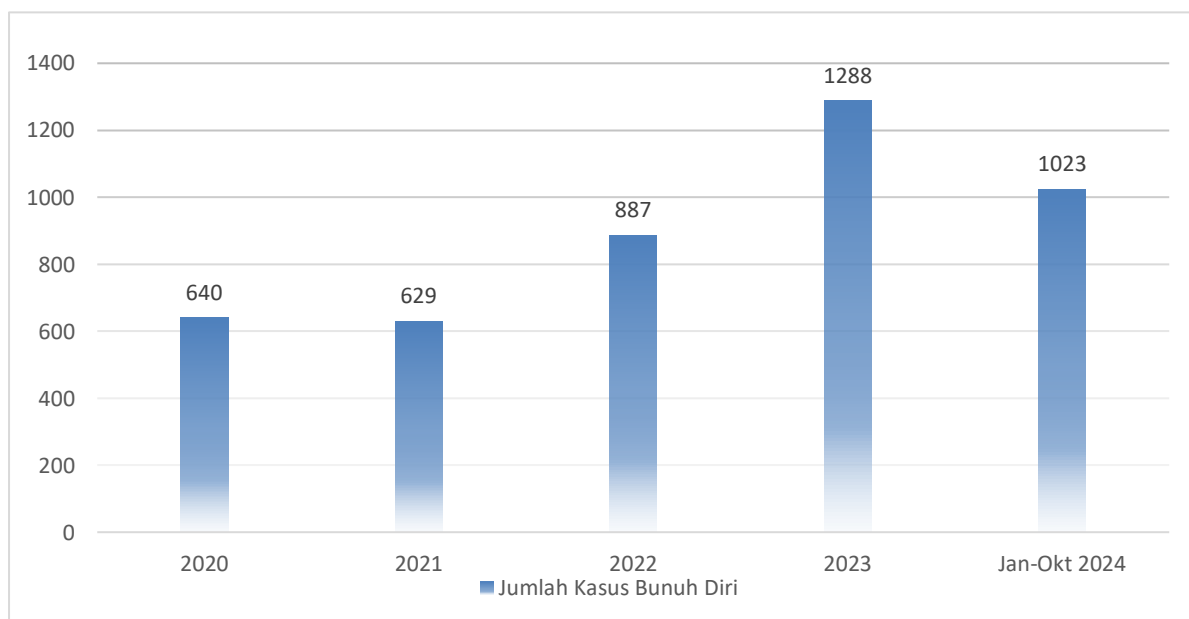
Sumber: Diolah dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI), 2023

Gambar 1. Prevalensi Depresi di Indonesia Berdasarkan SKI Tahun 2023

Berdasarkan data prevalensi depresi di Indonesia menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2023 pada gambar 1, terdapat variasi yang signifikan di antara provinsi – provinsi. Provinsi Jawa Barat mencatat prevalensi tertinggi, yaitu sebesar (3,3%), diikuti oleh Kalimantan Timur (2,2%) dan Banten serta Sulawesi Selatan (masing – masing 1,7%). Di sisi lain, beberapa provinsi memiliki angka yang sangat rendah,

seperti Bali (0,2%) dan Kalimantan Tengah (0,3%). Data ini menunjukkan bahwa depresi tidak hanya menjadi masalah kesehatan mental yang signifikan di wilayah dengan urbanisasi tinggi seperti Jawa Barat dan DKI Jakarta (1,5%), tetapi Sulawesi Tengah (1,5%) dan Papua Barat Daya (1,1%). Hal ini mengindikasikan bahwa faktor lingkungan, ekonomi, sosial, dan akses terhadap layanan kesehatan mental berkontribusi terhadap variasi ini. Yang menarik, provinsi – provinsi dengan tingkat urbanisasi tinggi seperti Jawa Tengah dan Jawa Timur mencatat prevalensi yang relatif rendah, masing – masing sebesar (1,0%) dan (0,7%). Fenomena ini mungkin disebabkan oleh perbedaan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan mental atau tingkat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental.

Tingginya prevalensi depresi di berbagai wilayah Indonesia menunjukkan betapa seriusnya masalah kesehatan mental di negara ini. Ketika depresi tidak ditangani dengan baik, dampaknya dapat meluas, tidak hanya memengaruhi kesejahteraan individu tetapi juga meningkatkan risiko terjadinya konsekuensi yang lebih fatal, seperti pikiran untuk mengakhiri hidup (Kemenkes RI, 2022). Depresi sering kali menjadi salah satu faktor pendorong utama tingginya angka bunuh diri, terutama di kalangan individu yang merasa kehilangan harapan dan dukungan sosial. Tekanan hidup yang berat, termasuk tuntutan akademik yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir, dapat memperparah kondisi tersebut, terutama ketika mereka merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi atau menghadapi kegagalan. Laporan dari Pusiknas Bareskrim Polri mencatat bahwa dalam lima tahun terakhir, terjadi peningkatan tajam hingga 60% pada jumlah insiden bunuh diri di Indonesia, mencerminkan tren yang mengkhawatirkan dalam perkembangan isu kesehatan mental di masyarakat.



Sumber: Diolah dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas), 2020

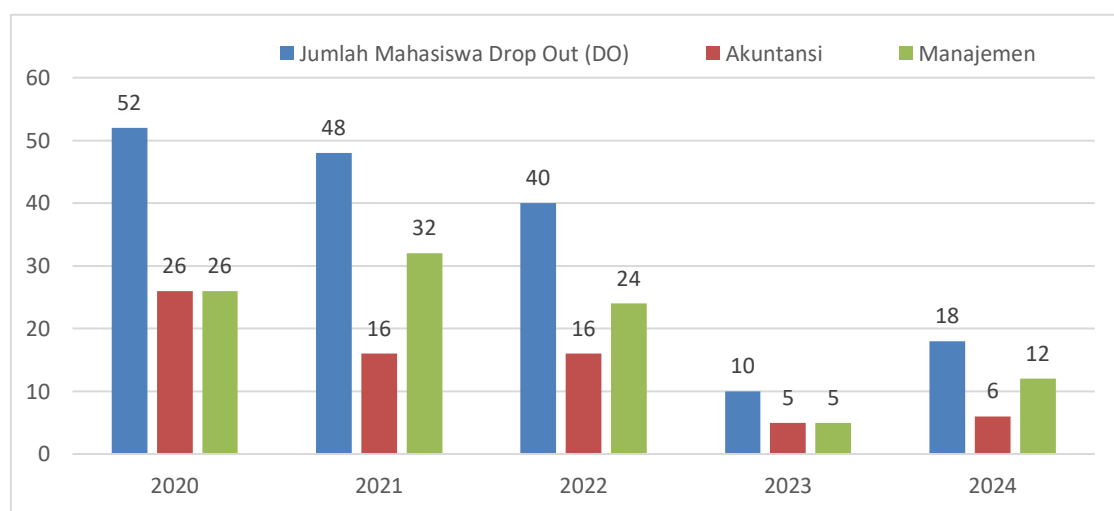
Gambar 2. Perkembangan Jumlah Kasus Bunuh Diri di Indonesia Tahun 2020-2024

Terlihat pada gambar 2, di tahun 2020, terdapat lebih dari 640 kasus bunuh diri yang dilaporkan. Angka ini sedikit menurun pada 2021 menjadi 629 kasus, namun kembali melonjak secara drastis di tahun-tahun berikutnya. Pada 2022, sebanyak 887 orang dilaporkan melakukan bunuh diri, sementara di 2023 angka ini meningkat drastis menjadi 1.288 kasus. Hingga periode Januari hingga Oktober 2024, sudah tercatat 1.023 kasus bunuh diri, menunjukkan tren peningkatan yang konsisten dari tahun ke tahun.

Peningkatan yang konsisten ini mencerminkan krisis kesehatan mental yang semakin serius di Indonesia. Lonjakan signifikan pada 2022 dan 2023 menyoroti perlunya perhatian lebih pada faktor-faktor yang mendasari keputusan bunuh diri, seperti tekanan sosial, ekonomi, dan masalah kesehatan mental. Meski terdapat penurunan sementara pada 2021, tren keseluruhan menunjukkan kebutuhan mendesak untuk intervensi yang lebih efektif. Fenomena ini juga memperlihatkan kemungkinan adanya kekurangan layanan dukungan kesehatan mental yang terjangkau dan mudah diakses oleh masyarakat. Masalah ini bisa diperparah oleh stigma yang masih melekat pada diskusi tentang kesehatan mental, yang sering kali membuat individu enggan mencari bantuan. Upaya pencegahan yang melibatkan edukasi masyarakat, penguatan layanan kesehatan mental, dan program dukungan psikologis harus menjadi prioritas untuk menekan angka kasus bunuh diri di masa depan.

Mahasiswa tingkat akhir memiliki dinamika unik dalam perjalanan akademiknya, terutama di STIE Bank BPD Jateng, sebagai salah satu institusi pendidikan tinggi yang berkomitmen menghasilkan lulusan berkualitas. Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tekanan, seperti menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yang sering kali menjadi ujian mental dan emosional tersendiri. Tantangan ini tidak hanya menuntut kemampuan akademik, tetapi juga kestabilan mental untuk menghadapi proses yang penuh tekanan dan tidak jarang menjadi pemicu stres. Kondisi ini sering kali memunculkan tekanan psikologis yang dapat memengaruhi keseimbangan mental mahasiswa. Bagi sebagian mahasiswa, tekanan tersebut justru menjadi pendorong untuk terus maju, tetapi tidak sedikit yang mengalami penurunan motivasi hingga berdampak pada proses penyelesaian studi. Oleh karena itu, mahasiswa tingkat akhir di STIE Bank BPD Jateng menjadi kelompok yang sangat relevan untuk diteliti, terutama dalam kaitannya dengan kesehatan mental mereka dan dampaknya terhadap motivasi menyelesaikan skripsi atau studi secara keseluruhan.

Fenomena yang semakin memprihatinkan adalah adanya mahasiswa yang tidak mampu menyelesaikan studinya tepat waktu atau bahkan mengalami *Drop Out* (DO). Angka DO yang signifikan ini menjadi sinyal bagi institusi untuk memberikan perhatian lebih terhadap aspek psikologis mahasiswa, terutama pada fase akhir studi. Kesehatan mental yang terganggu tidak hanya memengaruhi kemampuan akademik mahasiswa, tetapi juga dapat berdampak pada kehidupan pribadi mahasiswa.



Sumber: Diolah dari STIE Bank BPD Jateng, 2024

Gambar 3. Data Mahasiswa *Drop Out* (DO)

Dari gambar 3, terlihat adanya penurunan jumlah mahasiswa yang mengalami *Drop Out* (DO) dari tahun 2020 hingga 2023, sebelum kembali meningkat pada tahun 2024. Pada tahun 2020, jumlah mahasiswa DO mencapai angka tertinggi yaitu 52 orang, dengan kontribusi yang sama dari program studi Akuntansi dan Manajemen, masing-masing 26 mahasiswa. Penurunan jumlah DO dimulai pada tahun 2021, di mana total angka DO turun menjadi 48 mahasiswa, kemudian menjadi 40 mahasiswa pada tahun 2022, hingga mencapai titik terendah yaitu 10 mahasiswa pada tahun 2023. Penurunan yang signifikan ini dapat mengindikasikan adanya keberhasilan perguruan tinggi dalam mengimplementasikan program atau kebijakan yang mendukung keberlangsungan studi mahasiswa.

Namun, pada tahun 2024, jumlah mahasiswa DO kembali meningkat menjadi 18 orang, yang didominasi oleh program studi Manajemen (12 mahasiswa) dibandingkan Akuntansi (6 mahasiswa). Kenaikan ini menjadi sinyal perlunya evaluasi lebih lanjut, terutama pada program studi Manajemen yang menunjukkan peningkatan DO lebih tinggi. Jika dilihat berdasarkan program studi, Akuntansi menunjukkan penurunan DO yang konsisten dari 26 mahasiswa pada tahun 2020 menjadi 5 mahasiswa pada tahun 2023, meskipun angka ini sedikit meningkat menjadi 6 mahasiswa pada tahun 2024. Sebaliknya, program studi Manajemen dengan peningkatan jumlah DO pada tahun 2021 (32 mahasiswa) sebelum menurun secara bertahap hingga 5 mahasiswa pada tahun 2023, lalu naik kembali menjadi 12 mahasiswa pada tahun 2024.

Fenomena mahasiswa *Drop Out* (DO) merupakan salah satu indikator penting yang dapat memengaruhi dinamika jumlah mahasiswa wisuda dan yang mengambil KRS skripsi di STIE Bank BPD Jateng. Jumlah mahasiswa DO yang tercatat selama periode 2020–2024 menunjukkan fluktuasi yang signifikan, dengan angka tertinggi terjadi pada tahun 2020 sebanyak 52 mahasiswa. Kondisi ini dapat memberikan gambaran mengenai berbagai tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan studinya, yang pada akhirnya berdampak pada jumlah mahasiswa yang mampu mencapai tahap wisuda maupun yang berhasil mengambil KRS skripsi.

Tabel 1. Tingkat Mahasiswa Wisuda dan yang Mengambil KRS Skripsi per Periode

	Jumlah Mahasiswa Wisuda				Jumlah Mahasiswa yang Mengambil KRS Skripsi		
	Manajemen	Akuntansi			Manajemen	Akuntansi	
Mar 2020	69	81	150	Ganjil 19/20	159	167	326
Sep 2020	57	46	103	Genap 19/20	103	97	200
Mar 2021	61	59	120	Ganjil 20/21	137	148	285
Sep 2021	51	53	104	Genap 20/21	89	96	185
Mar 2022	62	43	105	Ganjil 21/22	131	130	261
Sep 2022	42	53	95	Genap 21/22	82	95	177
Mar 2023	54	27	81	Ganjil 22/23	124	115	239
Sep 2023	62	66	128	Genap 22/23	117	110	227
Mar 2024	77	49	126	Ganjil 23/24	145	116	261
Sep 2024	58	47	105	Genap 23/24	100	88	188
Total	593	524		Total	1.187	1.162	

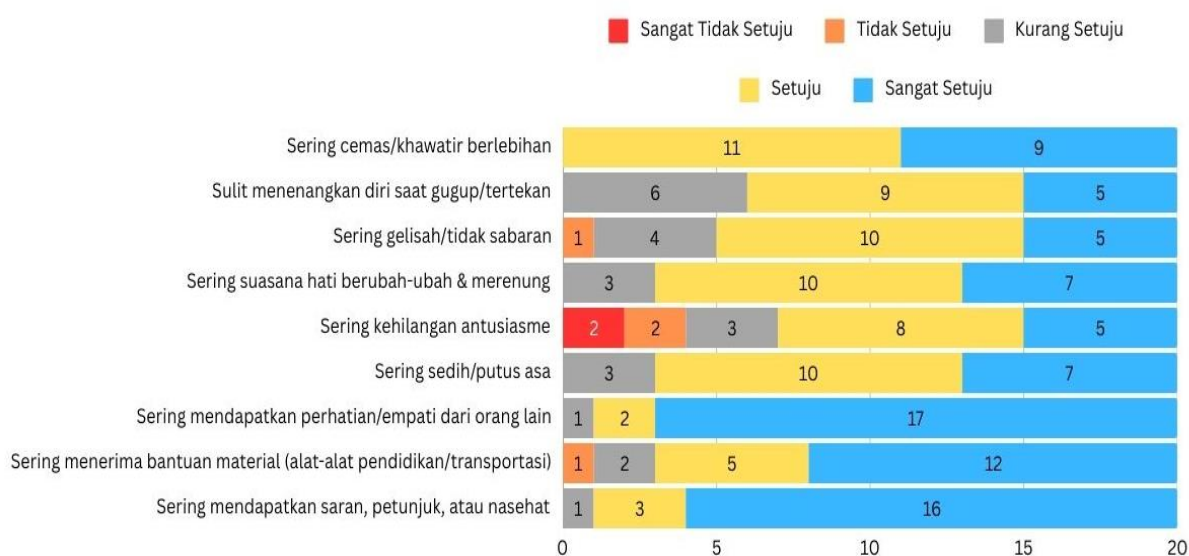
Sumber: Diolah dari STIE Bank BPD Jateng, 2024

Berdasarkan data dalam tabel 1, jumlah mahasiswa wisuda di STIE Bank BPD Jateng periode 2020–2024 mengalami fluktuasi. Secara total, program studi Manajemen mencatat jumlah wisuda lebih tinggi (593 mahasiswa) dibandingkan Akuntansi (524 mahasiswa).

Puncak jumlah mahasiswa wisuda terjadi pada Maret 2020 dengan 150 mahasiswa, terdiri dari 69 mahasiswa Manajemen dan 81 mahasiswa Akuntansi. Sebaliknya, jumlah wisuda terendah terjadi pada Maret 2023 dengan total 81 mahasiswa (54 dari Manajemen dan 27 dari Akuntansi). Data ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pola antara dua program studi, di mana Manajemen cenderung memiliki jumlah lulusan yang lebih konsisten setiap periode dibandingkan Akuntansi. Pada data jumlah mahasiswa yang mengambil KRS skripsi, terlihat bahwa mahasiswa Manajemen juga lebih banyak mengambil KRS dibandingkan mahasiswa Akuntansi, dengan total 1.187 mahasiswa dari Manajemen dan 1.162 mahasiswa dari Akuntansi selama periode 2019/2020 hingga 2023/2024. Semester dengan jumlah KRS skripsi tertinggi terjadi pada Ganjil 2019/2020, yaitu 326 mahasiswa (159 dari Manajemen dan 167 dari Akuntansi). Sementara itu, semester dengan jumlah KRS terendah terjadi pada Genap 2021/2022 dengan hanya 177 mahasiswa (82 dari Manajemen dan 95 dari Akuntansi).

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang mengambil KRS skripsi dan jumlah mahasiswa yang wisuda memiliki hubungan yang relatif proporsional. Program studi Manajemen cenderung mendominasi baik dalam jumlah mahasiswa yang mengambil KRS skripsi maupun jumlah lulusan, meskipun ada periode tertentu di mana jumlah wisuda di Akuntansi lebih tinggi, seperti pada Maret 2020. Fluktuasi ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal mahasiswa dalam menyelesaikan studi mereka.

Jumlah mahasiswa wisuda dan yang mengambil KRS skripsi memberikan gambaran tentang progres akademik mahasiswa, khususnya dalam menyelesaikan studi akhir di STIE Bank BPD Jateng. Data ini menunjukkan pola yang mencerminkan tingkat keberhasilan mahasiswa dalam menempuh pendidikan hingga tahap akhir. Namun, di balik angka-angka tersebut, terdapat berbagai tantangan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir, termasuk tekanan akademik, beban emosional, dan gangguan mental seperti kecemasan atau depresi, yang dapat memengaruhi motivasi mereka dalam menyelesaikan skripsi. Oleh karena itu, dilakukan pra-survei mengenai mental health mahasiswa tingkat akhir untuk mengeksplorasi sejauh mana faktor-faktor tersebut memengaruhi kemampuan mereka dalam menyelesaikan studi.



Sumber: Diolah dari Pra Survei, 2024

Gambar 4. Pra Survei Mental Health Mahasiswa Tingkat Akhir Terhadap Motivasi Penyelesaian Studi di STIE Bank BPD Jateng

Pra survei pada gambar 4, menunjukkan beragam kondisi psikologis yang dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Berdasarkan data, terdapat kecenderungan cukup signifikan terhadap pengalaman cemas atau khawatir berlebihan, dengan mayoritas responden menyatakan "setuju" atau "sangat setuju." Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan menjadi salah satu tantangan utama yang dialami mahasiswa. Selanjutnya, saat menghadapi situasi gugup atau tertekan, sebagian besar mahasiswa mengaku sulit untuk menenangkan diri, meskipun intensitasnya lebih rendah dibandingkan kecemasan umum. Indikasi serupa terlihat pada respon mengenai kegelisahan dan ketidaksabaran, dengan mayoritas berada pada kategori "kurang setuju" hingga "setuju."

Dari sisi suasana hati, fluktuasi emosi seperti mudah berubah-ubah atau cenderung murung cukup sering dialami, meskipun tingkat kesetujuannya lebih bervariasi. Hal ini diperkuat dengan respon terkait kehilangan antusiasme dan rasa putus asa, di mana sebagian besar mahasiswa mengakui pernah atau sering merasakan hal tersebut selama proses penyelesaian studi.

Namun, dari sisi dukungan sosial, survei menunjukkan bahwa mahasiswa secara relatif mendapatkan perhatian atau empati dari orang lain, baik dalam bentuk bantuan material maupun saran. Sebagian besar responden menyatakan "setuju" atau "sangat setuju" terkait penerimaan dukungan ini, yang menunjukkan pentingnya peran lingkungan sosial dalam mengurangi tekanan mental dan meningkatkan motivasi. Secara keseluruhan, hasil survei ini mengindikasikan bahwa meskipun banyak mahasiswa mengalami tekanan mental yang cukup signifikan, dukungan sosial tetap menjadi faktor protektif yang membantu mereka dalam menghadapi tantangan studi akhir.

Ulfah (2023) menemukan bahwa kondisi mental yang baik berkontribusi secara positif dan signifikan terhadap capaian akademik mahasiswa di tahap akhir studi. Sementara itu, studi oleh Widiyanti et al. (2022) mengindikasikan bahwa kondisi mental justru dapat berdampak negatif dalam konteks tertentu. Di sisi lain, Vanessa & Ferdian (2023) menyimpulkan bahwa individu dengan tingkat self-compassion yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis lebih baik serta mengalami tingkat tekanan emosional yang lebih rendah.

Temuan Maria et al. (2022) mengungkap adanya keterkaitan antara tingkat motivasi mahasiswa dan kecemasan yang dirasakan saat mengerjakan tugas akhir. Dukungan motivasional yang kuat dari keluarga, dosen, maupun teman sebaya terbukti mampu mereduksi kecemasan, sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan tugas akademiknya dengan lebih cepat dan optimal. Namun, hasil berbeda diperoleh dari penelitian Susilo & Eldawaty (2021), yang menyatakan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan tanpa mengetahui penyebab pastinya. Kondisi ini berdampak negatif pada emosi dan perilaku, yang pada akhirnya menghambat penyelesaian tugas. Sementara itu, studi lain oleh (Gunawan et al., 2018) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara motivasi dengan kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian proposal, yang berarti bahwa tinggi atau rendahnya motivasi tidak secara langsung memengaruhi tingkat kecemasan dalam konteks tersebut.

Imperial et al. (2023) menyebutkan bahwa terdapat keterkaitan antara kondisi mental mahasiswa—seperti kecemasan dan depresi—dengan tingkat motivasi dalam menjalani aktivitas akademik. Hal ini mengindikasikan bahwa kesehatan mental yang stabil berperan penting dalam menjaga semangat belajar mahasiswa. Sementara itu, penelitian Laoli et al. (2022) menunjukkan bahwa terdapat berbagai penyebab depresi yang memberikan dampak

negatif bagi mahasiswa akhir, di antaranya kebiasaan menunda tugas, tekanan dari orang tua, serta tantangan akademik. Namun, temuan berbeda disampaikan oleh (Ngara et al., 2021), yang menyatakan bahwa tidak ditemukan hubungan signifikan antara tingkat depresi dengan capaian IPK mahasiswa.

Penelitian oleh Stefany et al. (2022) menemukan bahwa adanya dukungan dari keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Di sisi lain, hasil penelitian Daawi & Nisa (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu berkontribusi dalam menurunkan stres mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Hal ini dikarenakan bentuk dukungan yang diberikan tidak selalu sejalan dengan kebutuhan spesifik mahasiswa saat itu.

Penelitian ini penting dilakukan untuk menjawab tantangan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan studi, khususnya di STIE Bank BPD Jateng. Meskipun institusi telah menyediakan berbagai dukungan akademik, masih terdapat celah dalam memahami bagaimana kesehatan mental mahasiswa memengaruhi motivasi mereka dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan hubungan kesehatan mental dengan performa akademik secara umum, namun belum secara spesifik menggali bagaimana faktor-faktor psikologis seperti kecemasan, depresi, dan dukungan sosial memengaruhi motivasi mahasiswa tingkat akhir untuk menyelesaikan tugas akhir mereka. Mahasiswa tingkat akhir sering kali berada dalam tekanan yang lebih besar karena kombinasi dari ekspektasi sosial, tuntutan akademik, dan tekanan untuk segera memasuki dunia kerja. Hal ini membuat mereka menjadi kelompok yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental, yang jika tidak ditangani dengan baik dapat memperpanjang masa studi atau bahkan mengarah pada keputusan untuk *drop out*.

Melalui eksplorasi mendalam mengenai keterkaitan antara kesehatan mental dan motivasi, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih jelas tentang tantangan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir serta menawarkan rekomendasi yang relevan untuk mendukung mereka. Untuk itu, penelitian ini mengajukan beberapa pertanyaan yaitu (i) Bagaimana pengaruh kecemasan terhadap motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan studi? (ii) Bagaimana hubungan depresi dengan motivasi mahasiswa tingkat akhir? (iii) Apakah dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya berperan sebagai faktor pendorong atau penghambat motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir mereka?

Tinjauan Pustaka

Cognitive Dissonance Theory

Menurut Festinger (1957), *cognitive dissonance theory* menjelaskan bahwa ketidaknyamanan muncul ketika seseorang memiliki dua pemikiran atau keyakinan yang bertentangan. Dalam konteks mahasiswa, kondisi ini sering terjadi saat ada perbedaan antara keinginan menyelesaikan studi dan rasa takut terhadap hambatan akademik. Ketidaknyamanan ini, atau disonansi, bisa mempengaruhi motivasi mereka. Namun, dengan adanya kecemasan tersebut, mahasiswa akan mencari cara untuk mengurangi rasa cemasnya, misalnya dengan mengubah cara pandang mereka atau meningkatkan usaha agar mereka bisa lebih fokus dan termotivasi untuk menyelesaikan skripsinya.

Self – Determination Theory

Menurut Deci & Ryan (1985), *Self-Determination Theory* menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya memiliki tiga kebutuhan psikologis utama yang penting untuk motivasi dan kesejahteraan, yaitu kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan hubungan sosial. Otonomi berarti seseorang merasa memiliki kendali atas apa yang ia lakukan, kompetensi berarti merasa mampu dalam menyelesaikan tugas atau tantangan, dan hubungan sosial berarti merasa terhubung dan diterima oleh orang lain. Ketika kebutuhan ini terpenuhi, seseorang cenderung lebih termotivasi secara alami (motivasi intrinsik), yaitu dorongan untuk melakukan sesuatu karena ia menikmatinya atau merasa itu bermakna. Namun, depresi dapat mengganggu pemenuhan kebutuhan ini. Misalnya, orang yang depresi merasa tidak punya kendali atas hidupnya (kurang otonomi) atau merasa tidak mampu untuk berhasil (kurang kompetensi), sehingga motivasinya menurun. Dalam kondisi ini, motivasi yang awalnya datang dari dalam diri bisa tergantikan oleh motivasi dari luar atau bahkan hilang sama sekali, yang disebut *amotivation*.

Social Capital Theory

Menurut Bourdieu (1986), *Social Capital Theory* atau modal sosial dalam bukunya *The Forms of Capital* menjelaskan bahwa hubungan sosial yang dimiliki seseorang dapat menjadi aset berharga. Modal sosial mencakup jaringan hubungan, kepercayaan, dan norma-norma yang ada di dalam masyarakat atau kelompok tertentu. Dengan memiliki modal sosial, seseorang dapat mengakses dukungan, informasi, atau peluang yang mungkin sulit didapatkan sendirian. Dalam konteks dukungan sosial terhadap motivasi, teori ini menunjukkan bahwa hubungan dengan keluarga, teman, atau komunitas dapat memberikan dorongan emosional, membantu mengatasi hambatan, dan meningkatkan rasa percaya diri. Ketika seseorang merasa didukung oleh lingkungannya, ia lebih termotivasi dan berusaha mencapai tujuannya.

Motivasi Penyelesaian Studi

Motivasi berasal dari kata latin *movere*, yang berarti "menggerakkan." Dalam psikologi, motivasi dipahami sebagai dorongan internal yang berfungsi untuk menggerakkan, mengarahkan, dan memperkuat perilaku seseorang dalam mencapai tujuan tertentu. Motivasi menjadi energi yang mendorong individu untuk mengambil tindakan, baik secara sadar maupun tidak sadar, untuk memenuhi kebutuhan atau mencapai hasil yang diinginkan. Dalam konteks pendidikan, motivasi belajar tercermin dari karakteristik tertentu seperti minat terhadap materi, kemampuan mempertahankan perhatian, tingkat konsentrasi, serta ketekunan dalam menghadapi tantangan hingga mencapai tujuan akademik. Motivasi ini tidak hanya sekadar dorongan untuk bertindak, tetapi juga memengaruhi cara seseorang menghadapi hambatan dan mengelola strategi untuk tetap fokus pada keberhasilan (Sarinah, 2017). Sedangkan menurut Maria et al. (2022) Motivasi adalah kekuatan dari dalam individu yang berfungsi mendorong seseorang untuk bertindak guna memenuhi kebutuhan serta keinginannya. Bagi mahasiswa, motivasi berperan penting dalam menumbuhkan semangat untuk belajar secara optimal dan membangkitkan tekad dalam mencapai target yang diharapkan. Sebagai salah satu faktor psikologis yang penting, motivasi memiliki peran yang sangat besar dalam menentukan keberhasilan seseorang, baik dalam pembelajaran maupun dalam menyelesaikan tugas tertentu. Dengan adanya motivasi, seseorang dapat mengarahkan

energi mereka untuk tetap berusaha meskipun menghadapi kesulitan, seperti dalam proses penyelesaian skripsi atau tugas akhir.

Motivasi penyelesaian studi dapat diidentifikasi melalui beberapa indikator utama, yaitu dorongan untuk menyelesaikan tugas akademik, semangat dalam menghadapi tantangan, kegigihan dalam mencari solusi atas hambatan yang muncul, keyakinan terhadap kemampuan diri, keseriusan dalam mengelola waktu dan sumber daya, serta kemampuan memilih target yang jelas dalam menyelesaikan skripsi. Indikator-indikator ini berperan dalam membantu mahasiswa mempertahankan komitmen mereka terhadap penyelesaian studi, meskipun dihadapkan dengan berbagai kendala akademik maupun non-akademik.

Kesehatan Mental (*Mental Health*)

Kesehatan mental merupakan keadaan di mana seseorang mampu menghadapi tekanan hidup, memahami kapasitas dirinya, serta berfungsi secara optimal dalam kegiatan belajar, bekerja, dan berperan dalam kehidupan sosial. (WHO, 2024) menyatakan bahwa kesehatan mental memiliki nilai penting tidak hanya secara pribadi, tetapi juga secara keseluruhan karena memengaruhi kemampuan individu untuk menjalani hidup secara seimbang dan produktif. Veit & Ware (1983) menyebutkan bahwa kesehatan mental terdiri atas dua aspek utama, yakni *psychological distress* dan *psychological well-being*. *Psychological distress* mengacu pada terbebasnya individu dari tekanan psikologis, seperti kecemasan dan depresi. Sementara itu, *psychological well-being* merujuk pada kondisi dukungan emosional yang diterima dari lingkungan sosial, seperti keluarga, teman, pasangan, atau dosen.

Kecemasan (*Anxiety*)

Kecemasan adalah kondisi di mana individu merasa tidak mampu atau tidak berdaya ketika dihadapkan pada realitas tertentu atau tuntutan kehidupan sehari-hari yang harus dihadapinya (Annisa & Ifdil, 2016). Menurut Susilo & Eldawaty (2021), kecemasan adalah perasaan tidak nyaman yang muncul dari dalam diri seseorang, yang ditandai oleh rasa gelisah, khawatir, bingung, was-was, hingga takut terhadap hal-hal yang belum terjadi. Pikiran-pikiran tersebut sering kali berfokus pada kemungkinan kerugian atau ancaman terhadap keamanan fisik dan psikologis individu yang mengalaminya. Gejala fisik seperti sakit kepala, jantung berdebar, atau sulit tidur juga menjadi indikator kecemasan. Menurut Habibullah et al. (2019), kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir sering disebabkan oleh tekanan akademik, kurangnya dukungan sosial, pengelolaan waktu yang buruk, dan kendala teknis atau administratif. Pengelolaan kecemasan yang baik memberikan manfaat berupa peningkatan fokus, pengambilan keputusan yang lebih baik, dan keseimbangan psikologis yang mendukung produktivitas akademik.

Depresi (*Depression*)

Depresi adalah kondisi di mana seseorang merasakan kesedihan mendalam disertai dengan berkurangnya minat atau kegembiraan terhadap aktivitas yang biasanya dinikmati. Hal ini sering kali dipicu oleh masalah sehari-hari atau tantangan yang berulang, yang jika tidak teratasi, dapat menjadi beban dan ancaman psikologis bagi individu tersebut (Maisarah et al., 2021). Ciri-ciri yang muncul antara lain gangguan pola tidur dan selera makan, gangguan gerak tubuh (psikomotor), kesulitan dalam fokus, kelelahan berlebih, perasaan tidak memiliki

harapan serta kehilangan kendali diri, bahkan hingga timbulnya pemikiran untuk mengakhiri hidup (Handayani, 2022).

Ardiansyah et al. (2023) menyatakan bahwa selama mengalami depresi, individu cenderung merasakan suasana hati yang suram, seperti kesedihan mendalam, mudah marah, atau merasa hampa, serta kehilangan minat terhadap kegiatan yang biasanya menyenangkan. Gejala tersebut bisa terjadi hampir setiap hari dan berlangsung setidaknya selama dua minggu berturut-turut. Selain itu, individu juga dapat mengalami berbagai gangguan tambahan seperti kesulitan dalam fokus, perasaan bersalah yang berlebihan, menurunnya rasa percaya diri, hilangnya harapan terhadap masa depan, hingga muncul pikiran tentang kematian atau keinginan untuk mengakhiri hidup. Gejala lainnya meliputi gangguan tidur, perubahan pola makan maupun berat badan, rasa lelah yang berlebihan, serta berkurangnya energi secara signifikan. Penanganan depresi memiliki manfaat penting, seperti peningkatan produktivitas akademik, stabilitas emosional, dan hubungan sosial yang lebih baik (Ngara et al., 2021)

Dukungan Sosial (*Social Support*)

Dukungan sosial berperan sebagai salah satu sumber daya penting dari lingkungan sekitar yang membantu mahasiswa. Kehadiran dukungan tersebut dapat memperkuat rasa percaya diri (*self-esteem*) serta meningkatkan keyakinan mahasiswa terhadap kapasitas diri mereka (*self-efficacy*). Hal ini membuat mereka lebih yakin pada kompetensi dan potensi yang dimiliki, terutama dalam menghadapi tantangan akademik seperti pengerjaan skripsi (Wang et al., 2014). Menurut Katc dan Kahn (2000, dalam Widianoro et al., 2019), dukungan sosial mencerminkan sikap positif, rasa percaya, serta perhatian yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki makna penting dalam kehidupan individu. Bentuk dukungan ini biasanya datang dari orang-orang terdekat, terutama rekan sebaya. Sebagai bagian dari lingkungan sosial yang berpengaruh selain keluarga, teman sebaya turut memberikan dorongan emosional yang membuat seseorang merasa lebih bahagia dan mampu menghadapi tantangan yang dialami. Dukungan dari teman sebaya memungkinkan mahasiswa untuk berbagi perasaan dan pengalaman, sehingga mereka merasa lebih nyaman, lebih memahami diri sendiri, dan lebih tenang dalam menghadapi berbagai tantangan. Menurut Stefany et al. (2022), faktor pendukungnya meliputi kualitas hubungan interpersonal, keberadaan sistem dukungan, dan konteks budaya yang mendorong pentingnya dukungan sosial. Dukungan sosial yang kuat memberikan manfaat berupa pengurangan stres, peningkatan motivasi, dan kesehatan mental yang lebih baik (Pangaribuan, 2023).

Pengaruh Kecemasan Terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

Susilo & Eldawaty (2021) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan kondisi emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan dalam diri individu, ditandai dengan munculnya rasa cemas, khawatir, kebingungan, perasaan waspada berlebihan, hingga ketakutan terhadap kejadian yang belum terjadi. Kecemasan dapat menyebabkan gangguan signifikan pada proses berpikir, konsentrasi, dan pengambilan keputusan mahasiswa, terutama ketika mereka dihadapkan pada tuntutan akademik yang tinggi.

Hasil penelitian dari Susilo & Eldawaty (2021) menunjukkan bahwa kecemasan sering kali dialami oleh mahasiswa, tetapi mereka sering tidak menyadari penyebab pasti dari kecemasan tersebut. Hal ini dapat memicu siklus negatif di mana kecemasan mengurangi rasa percaya diri dan memengaruhi motivasi mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi. Mahasiswa

tingkat akhir yang mengalami kecemasan cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus, yang berdampak langsung pada motivasi mereka untuk menyelesaikan studi tepat waktu. Berdasarkan paparan tersebut, hipotesis pertama yang diujikan yaitu:

H1 : Kecemasan berpengaruh negatif terhadap motivasi penyelesaian studi

Pengaruh Depresi Terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

Depresi adalah kondisi di mana seseorang merasakan kesedihan mendalam disertai dengan berkurangnya minat atau kegembiraan terhadap aktivitas yang biasanya dinikmati. Hal ini sering kali dipicu oleh masalah sehari-hari atau tantangan yang berulang, yang jika tidak teratasi, dapat menjadi beban dan ancaman psikologis bagi individu tersebut (Maisarah et al., 2021). Kondisi ini sering kali diperburuk oleh tekanan akademik dan ekspektasi sosial yang tinggi, yang membuat mahasiswa merasa tidak mampu memenuhi tuntutan tersebut.

Dalam penelitian Laoli et al. (2022) dijelaskan bahwa banyak faktor penyebab depresi memberikan dampak negatif pada mahasiswa tingkat akhir. Faktor seperti kebiasaan menunda, tekanan orang tua, dan kesulitan akademis adalah beberapa hal yang meningkatkan beban psikologis mereka. Depresi tidak hanya memengaruhi kesehatan mental mahasiswa tetapi juga mengurangi energi dan semangat mereka untuk menyelesaikan tugas akademik. Gejala-gejala seperti kelelahan, gangguan tidur, dan perasaan putus asa menghambat kemampuan mahasiswa untuk fokus pada penyelesaian skripsi atau tugas akhir lainnya. Ketika depresi tidak tertangani dengan baik, mahasiswa cenderung kehilangan motivasi, yang pada akhirnya memperpanjang masa studi mereka dan memengaruhi hasil akademik secara keseluruhan. Berdasarkan paparan tersebut, hipotesis kedua yang diujikan yaitu:

H2: Depresi berpengaruh negatif terhadap motivasi penyelesaian studi

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

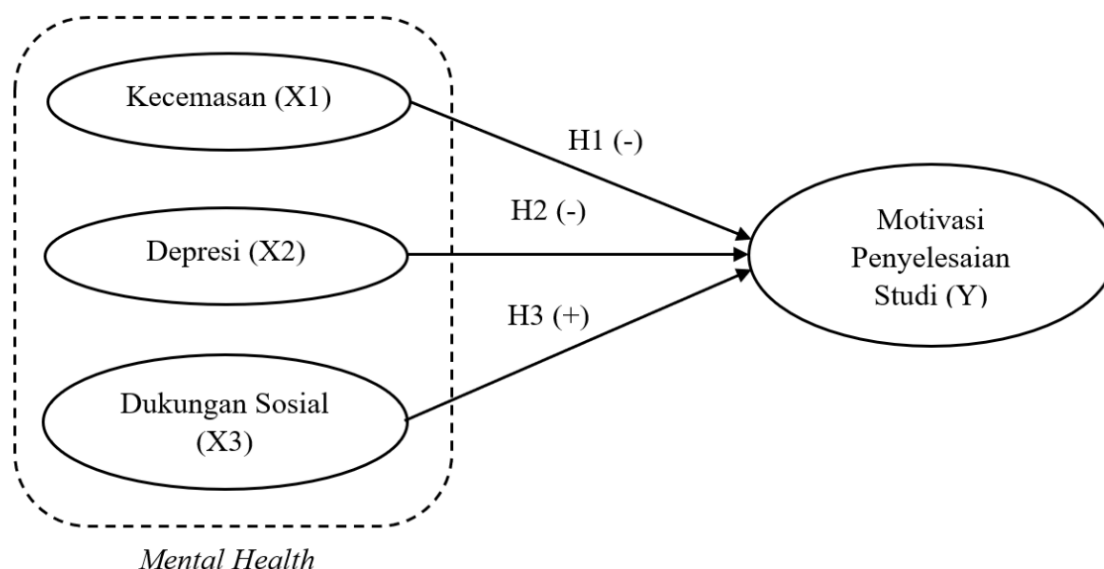
Dukungan sosial merupakan sumber daya lingkungan yang signifikan bagi mahasiswa. Dengan adanya dukungan ini, mahasiswa dapat meningkatkan rasa percaya diri (*self-esteem*) dan keyakinan terhadap kemampuan mereka (*self-efficacy*). Hal ini membuat mereka lebih yakin pada kompetensi dan potensi yang dimiliki, terutama dalam menghadapi tantangan akademik seperti pengerjaan skripsi (Wang et al., 2014). Dukungan sosial ini dapat diperoleh dari orang-orang terdekat, terutama teman sebaya. Sebagai kelompok sosial yang berperan penting selain orang tua, teman sebaya memberikan dukungan yang membantu individu merasa senang dan mampu mengatasi masalah yang dihadapi. Dukungan dari teman sebaya memungkinkan mahasiswa untuk berbagi perasaan dan pengalaman, sehingga mereka merasa lebih nyaman, lebih memahami diri sendiri, dan lebih tenang dalam menghadapi berbagai tantangan.

Stefany et al. (2022) mengungkapkan bahwa terdapat keterkaitan yang signifikan antara peran dukungan keluarga dan tingkat motivasi mahasiswa akhir dalam proses penyusunan skripsi. Dukungan dari keluarga, teman, dan dosen tidak hanya membantu mahasiswa mengelola tekanan emosional tetapi juga memberikan dorongan nyata dalam bentuk bantuan material atau saran. Dukungan ini menciptakan lingkungan yang kondusif bagi mahasiswa untuk tetap termotivasi meskipun menghadapi tantangan akademik yang berat. Berdasarkan paparan tersebut, hipotesis ketiga yang diujikan yaitu:

H3: Dukungan sosial berpengaruh positif terhadap motivasi penyelesaian studi

Kerangka Konseptual

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 5. Kerangka Konseptual

Tabel 2. Definisi Operasional Penelitian

<i>Variabel</i>	<i>Definisi Operasional</i>	<i>Indikator Variabel</i>	<i>Skala</i>
Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman yang muncul dari dalam diri seseorang, yang ditandai oleh rasa gelisah, khawatir, bingung, was-was, hingga takut terhadap hal-hal yang belum terjadi. (Susilo & Eldawaty, 2021)	1) Perasaan minder. 2) Merasa lebih bodoh. 3) Perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi. 4) Perasaan sedih. 5) Pikiran tidak tenang. 6) Merasa tidak percaya diri. 7) Tiba-tiba merasa sakit kepala. 8) Mudah marah dan tersinggung (Marjan et al., 2018)	Skala Likert 1 - 5
Depresi (<i>Depression</i>)	Depresi adalah kondisi di mana seseorang merasakan kesedihan mendalam disertai dengan berkurangnya minat atau kegembiraan terhadap aktivitas yang biasanya dinikmati. (Maisarah et al., 2021)	1) Mudah berubah suasana hati, sering merenungkan sesuatu. 2) Semangat rendah atau sangat rendah. 3) Merasa putus asa dan sedih. 4) Merasa tertekan. 5) Ketegangan, stres, tekanan. (Veit & Ware, 1983)	Skala Likert 1 - 5
Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	Dukungan sosial adalah sikap positif, kepercayaan, serta perhatian dari orang lain yakni orang yang memiliki arti dalam kehidupan orang tersebut. (Katz dan Kahn, 2000 dalam Widianoro et al., 2019)	1) Dukungan Emosional (mengungkapkan empati, perhatian kepada individu terkait) 2) Dukungan Penghargaan (Motivasi terhadap ide individu, ekspresi apresiasi) 3) Dukungan Instrumental (Penyediaan bantuan materi secara langsung, pemberian dukungan transportasi dan alat-alat pendidikan) 4) Dukungan Informatif (Penyampaian nasehat dan saran, pemberian petunjuk) (Sarafino & Smith, 2014 dalam Sary et al., 2024)	Skala Likert 1 - 5

<i>Variabel</i>	<i>Definisi Operasional</i>	<i>Indikator Variabel</i>	<i>Skala</i>
Motivasi	Motivasi adalah kondisi internal yang membangkitkan kita untuk bertindak, mendorong kita mencapai tujuan tertentu, dan membuat kita tetap tertarik dalam kegiatan tertentu. (Weiner, 1990 dalam Sari Purwoko, 2023)	1) Dorongan. 2) Semangat. 3) Kegigihan. 4) Keyakinan. 5) Keseriusan. 6) Memilih target dalam menyelesaikan skripsi. (Widiantoro et al., 2019)	Skala Likert 1 - 5

Metode Penelitian

Penelitian ini melibatkan populasi mahasiswa tingkat akhir STIE Bank BPD Jateng yang sedang menjalani proses penyusunan skripsi pada semester Ganjil tahun akademik 2024/2025, dengan total populasi sebanyak 338 orang, terdiri dari 180 mahasiswa program studi Manajemen dan 158 mahasiswa dari program studi Akuntansi (STIE Bank BPD Jateng, 2024). Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (margin of error) sebesar 10%, sehingga diperoleh 77 responden sebagai sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel dilakukan melalui dua metode, yaitu *Proportionate Stratified Random Sampling* dan *Purposive Sampling*. Metode *Purposive Sampling* digunakan sebagai pendekatan non-probabilitas di mana pemilihan responden didasarkan pada pertimbangan tertentu oleh peneliti (Venkata & Mba, 2023). Sementara itu, teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* mengharuskan populasi dibagi ke dalam beberapa strata homogen, kemudian diambil sampel acak dari masing-masing strata secara proporsional sesuai dengan ukuran strata terhadap total populasi. Rumus yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel dari setiap strata adalah sebagai berikut:

$$\text{Jumlah Sampel} = \frac{\text{Jumlah Sub Populasi}}{\text{Total Populasi}} \times \text{Jumlah Sampel Yang Diperlukan} \quad (1)$$

$$\text{Jumlah Sampel Program Studi Manajemen} = \frac{180}{338} \times 77 = 41,0059172 \approx 41$$

$$\text{Jumlah Sampel Program Studi Akuntansi} = \frac{158}{338} \times 77 = 35,9940828 \approx 36$$

Metode Analisis

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS Versi 26.0. Pendekatan ini digunakan untuk menguji hubungan antara beberapa variabel independen (kecemasan, depresi, dan dukungan sosial) dengan variabel dependen (motivasi penyelesaian studi). Berdasarkan definisi operasional variabel dalam penelitian ini, kecemasan diukur dengan 8 indikator, depresi dengan 5 indikator, dukungan sosial dengan 4 indikator, dan motivasi penyelesaian studi diukur dengan 6 indikator.

Hasil dan Pembahasan

Deskripsi Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin Sebagian besar (71,4%) adalah Perempuan. Sedangkan laki-laki sebesar 28,5%. Secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Demografi Umum Responden

Keterangan	Jumlah	Presentase
Gender		
– Laki-laki	22	28,57%
– Perempuan	55	71,43%
Usia		
– 19 Tahun	1	1,30%
– 20 Tahun	2	2,60%
– 21 Tahun	48	62,34%
– 22 Tahun	15	19,48%
– 23 Tahun	7	9,09%
– 24 Tahun	1	1,30%
– ≥ 25 Tahun	3	3,90%
Program Studi		
– Manajemen	41	53,25%
– Akuntansi	36	46,75%
Konsentrasi yang Diambil		
– Manajemen Keuangan	16	20,78%
– Manajemen SDM	10	12,99%
– Manajemen Perbankan	11	14,29%
– Manajemen Pemasaran	4	5,19%
– Akuntansi Perbankan	8	10,39%
– Akuntansi Keuangan	14	18,18%
– Akuntansi Manajemen	9	11,69%
– Akuntansi Sektor Publik	5	6,49%
Berapa kali bertemu dengan Dosen Pembimbing		
– Belum sama sekali	6	7,79%
– 1 – 3 kali	13	16,88%
– 4 – 6 kali	30	38,96%
– 7 – 9 kali	19	24,68%
– > 9 kali	9	11,69%
Perkembangan Pengerjaan Skripsi		
– Judul	8	10,39%
– Latar Belakang Masalah	6	7,79%
– Bab 1	9	11,69%
– Bab 2	6	7,79%
– Bab 3	19	24,68%
– Bab 4	20	25,97%
– Bab 5	9	11,69%
Lama Mengerjakan Skripsi		
– 0 – 3 Bulan	68	88,31%
– 3 – 6 Bulan	7	9,09%
– 7 – 9 Bulan	0	0,00%
– 9 – 12 Bulan	0	0,00%
– >12 Bulan	2	2,60%

Terlihat pada tabel 3, Objek penelitian yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir reguler STIE Bank BPD Jateng yang saat ini sedang mengerjakan skripsi. Dari segi usia, mayoritas responden berada pada usia 21 tahun, dengan proporsi sebesar 62.34%. Kelompok usia lainnya yang cukup signifikan adalah usia 22 tahun (19.48%) dan 23 tahun (9.09%), sementara responden yang berusia 19 tahun (1.30%), 20 tahun (2.60%), 24 tahun (1.30%), dan ≥ 25 tahun (3.90%) memiliki persentase yang lebih kecil. Distribusi ini menunjukkan bahwa survei terutama diikuti oleh mahasiswa pada usia produktif, dengan jumlah terbesar di usia 21 tahun.

Dari segi program studi, responden terbagi ke dalam dua jurusan utama, yaitu Manajemen (53.25%) dan Akuntansi (46.75%). Hal ini mengindikasikan dominasi responden dari Program Studi Manajemen, meskipun mahasiswa Akuntansi juga memiliki partisipasi yang cukup signifikan. Selanjutnya, distribusi konsentrasi yang diambil oleh responden menunjukkan variasi yang beragam. Konsentrasi yang paling banyak dipilih dalam program studi Manajemen adalah Manajemen Keuangan (20.78%), diikuti oleh Manajemen Perbankan (14.29%), Manajemen SDM (12.99%), dan Manajemen Pemasaran (5.19%). Kemudian dari program studi Akuntansi, konsentrasi yang banyak dipilih adalah Akuntansi Keuangan (18.18%). Konsentrasi seperti Akuntansi Perbankan (10.39%), Akuntansi Manajemen (11.69%), dan Akuntansi Sektor Publik (6.49%) memiliki proporsi yang lebih kecil. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa cenderung memilih bidang konsentrasi yang berfokus pada keuangan dalam program studi manajemen maupun akuntansi.

Dalam hal frekuensi bertemu dengan dosen pembimbing, sebagian besar responden melaporkan telah melakukan konsultasi sebanyak 4–6 kali (38.96%) dan 7–9 kali (24.68%). Sebagian lainnya hanya bertemu 1–3 kali (16.88%), sementara 7.79% responden belum pernah bertemu sama sekali dengan dosen pembimbing dan 11.69% sudah bertemu dengan dosen pembimbing > 9 kali. Pola ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa cukup aktif dalam proses bimbingan skripsi, meskipun ada sejumlah kecil yang belum memulai konsultasi. Progres pengerjaan skripsi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap Bab 3 (24.68%) dan Bab 4 (25.97%). Sebagian lainnya masih berada pada tahap awal, yaitu Judul (10.39%), Latar Belakang Masalah (7.79%), Bab 1 (11.69%), atau Bab 2 (7.79%). Selain itu, ada pula responden yang sudah mencapai tahap akhir di Bab 5, dengan proporsi sebesar 11.69%. Hal ini mencerminkan variasi progres pengerjaan skripsi, dengan mayoritas berada di tahap tengah hingga akhir. Dari segi waktu pengerjaan skripsi, mayoritas responden menyelesaikan skripsi dalam waktu 0–3 bulan, yaitu sebesar 88.31%. Sebagian kecil membutuhkan waktu 3–6 bulan (9.09%), dan hanya 2.60% responden yang menghabiskan waktu lebih dari 12 bulan. Tidak ada responden yang membutuhkan waktu 7–12 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi dalam waktu yang relatif singkat, meskipun ada beberapa yang membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikannya.

Uji Kelayakan Data

a. Uji Validitas

Hasil uji validitas untuk variabel Kecemasan, Dukungan Sosial, Depresi, dan Motivasi Penyelesaian Studi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05, dan nilai *r*-hitung lebih besar dari *r*-tabel. Ini mengindikasikan bahwa semua item pada setiap variabel dinyatakan valid, seperti yang tertera pada tabel 6.

Tabel 6. Uji Validitas

	<i>Item</i>	<i>r_{hitung}</i>	<i>r_{tabel}</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Keterangan</i>
Kecemasan	X1.1.1	0,615	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.2	0,782	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.1	0,614	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.2	0,775	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.1	0,664	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.2	0,708	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.1	0,824	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.2	0,806	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.5.1	0,767	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.5.2	0,701	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.6.1	0,805	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.6.2	0,806	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.7.1	0,606	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.7.2	0,700	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.8.1	0,513	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.8.2	0,614	0,221	0,000	<i>Valid</i>
Depresi	X1.1.1	0,730	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.2	0,796	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.1	0,784	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.2	0,672	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.1	0,709	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.2	0,686	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.1	0,686	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.2	0,812	0,221	0,000	<i>Valid</i>
Dukungan Sosial	X1.5.1	0,809	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.5.2	0,704	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.1	0,738	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.2	0,726	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.1	0,696	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.2	0,631	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.1	0,841	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.2	0,778	0,221	0,000	<i>Valid</i>
Motivasi Penyelesaian Studi	X1.4.1	0,775	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.2	0,705	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.1	0,710	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.1.2	0,572	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.1	0,713	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.2.2	0,739	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.1	0,801	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.3.2	0,691	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.1	0,668	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.4.2	0,700	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.5.1	0,777	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.5.2	0,765	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.6.1	0,711	0,221	0,000	<i>Valid</i>
	X1.6.2	0,769	0,221	0,000	<i>Valid</i>

Sumber: Olah data SPSS, 2024

b. Uji Reliabilitas

Pada tabel 7, semua variabel yang dianalisis memiliki nilai *Cronbach Alpha* yang melebihi 0,7, yang merupakan batas minimum untuk menyatakan bahwa instrumen penelitian reliabel. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi yang sangat baik dan dapat diandalkan untuk mengukur variabel-variabel yang diteliti, meskipun digunakan di tempat dan waktu yang berbeda.

Tabel 7. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Kecemasan	0,933	Reliable
Depresi	0,908	Reliable
Dukungan Sosial	0,878	Reliable
Motivasi Penyelesaian Studi	0,910	Reliable

Sumber: Olah data SPSS, 2024

Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Mengacu pada Tabel 8, nilai signifikansi *Asymp.Sig* (2-tailed) tercatat sebesar 0,200, yang lebih besar dari batas signifikansi 0,05. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, hasil ini menunjukkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini terdistribusi normal

Tabel 8. Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandardized Residual
N	77
Test Statistic	0,046
Asymp. Sig (2-tailed)	0,200

Sumber: Olah data SPSS, 2024

b. Uji Multikolinearitas

Mengacu pada Tabel 9, nilai *Tolerance* untuk variabel Kecemasan (X1) adalah 0,316, Depresi (X2) sebesar 0,312, dan Dukungan Sosial (X3) sebesar 0,972, yang semuanya berada di atas ambang batas 0,10. Adapun nilai VIF masing-masing variabel yaitu 3,163 untuk Kecemasan, 3,206 untuk Depresi, dan 1,029 untuk Dukungan Sosial, yang seluruhnya berada di bawah batas maksimal 10,00. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam model ini tidak ditemukan adanya indikasi multikolinearitas antar variabel bebas.

Tabel 9. Uji Multikolinearitas

Variabel Bebas	<i>Collinearity Statistics</i>	
	Tolerance	VIF
Kecemasan	0,316	3,163
Depresi	0,312	3,206
Dukungan Sosial	0,972	1,029

Sumber: Olah data SPSS, 2024

c. Uji Heteroskedastisitas

Pada Tabel 10, nilai signifikansi (Sig.) untuk variabel Kecemasan (X1) tercatat sebesar 0,729, untuk variabel Depresi (X2) sebesar 0,768, dan untuk variabel Dukungan Sosial (X3) sebesar 0,169. Karena nilai signifikansi ketiga variabel tersebut lebih besar dari 0,05, maka berdasarkan uji Glejser, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas.

Tabel 10. Uji Heteroskedastisitas

	t	Sig.	Keterangan
Kecemasan	0,347	0,729	Bebas Hetero
Depresi	-0,297	0,768	Bebas Hetero
Dukungan Sosial	-1,390	0,169	Bebas Hetero

Sumber: Olah data SPSS, 2024

Analisis Regresi Linier Berganda

Untuk menguji pengaruh variable bebas terhadap variabel terikat dapat dilakukan dengan analisis regresi. Hasil analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 11.

Tabel 11. Rangkuman Analisis Regresi

Variable bebas	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	35,256	4,395		8,022	0,000
Kecemasan	0,049	0,086	0,100	0,574	0,568
Depresi	-0,156	0,143	-0,191	-1,091	0,279
Dukungan Sosial	0,558	0,108	0,513	5,159	0,000
Variable terikat	: Motivasi Penyelesaian Studi				
F-hit	: 10,349				
F Sig	: 0,000				
R ajd	: 0,270				
n	: 77				

Sumber: Olah data SPSS, 2024

Berdasarkan Tabel 11 dapat diketahui bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan studi. Sedangkan kecemasan dan Depresi tidak berpengaruh terhadap motivasi penyelesaian studi mahasiswa STIE Bank BPD Jateng. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,270 menunjukkan bahwa sekitar 27% variasi dalam motivasi penyelesaian studi masih dapat dijelaskan oleh variabel kecemasan, depresi dan dukungan sosial. Sedangkan sisanya dijelaskan faktor lainnya di luar model. Hasil uji F pada analisis regresi menunjukkan bahwa nilai F sebesar 10,349 dengan signifikansi sebesar 0,000. lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini fit dengan data atau cukup baik dalam menjelaskan hubungan antara variabel-variabel bebas (kecemasan, depresi, dukungan sosial) dengan motivasi penyelesaian studi.

Pengaruh Kecemasan terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa kecemasan tidak berpengaruh terhadap motivasi menyelesaikan studi. Hal ini berarti hipotesis pertama yang menyatakan kecemasan berpengaruh negatif terhadap motivasi penyelesaian studi ditolak. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain yang juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara motivasi dan tingkat kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian proposal (Gunawan et al., 2018). Di sisi lain, penelitian oleh Maria et al. (2022) menemukan bahwa dukungan motivasi dari keluarga, teman, atau dosen dapat mengurangi kecemasan mahasiswa dalam

menyelesaikan tugas akhir. Motivasi ini berfungsi untuk mengimbangi dampak negatif kecemasan, sehingga mahasiswa dapat melanjutkan tugas akademiknya dengan baik.

Dalam *Cognitive Dissonance Theory*, Festinger (1957) menjelaskan bahwa kecemasan muncul ketika mahasiswa menghadapi ketidaksesuaian antara keinginan untuk segera menyelesaikan studi dan ketakutan akan kegagalan. Dalam kondisi ini, individu berusaha mengurangi kecemasan dengan menyesuaikan pikiran atau perilaku mereka. Misalnya, mahasiswa meningkatkan usaha mereka dalam menyelesaikan skripsi untuk mengurangi ketidaknyamanan emosional yang ditimbulkan oleh kecemasan. Meskipun demikian, kecemasan yang dirasakan tidak cukup kuat untuk memberikan dampak signifikan terhadap motivasi mereka.

Indikator kecemasan dalam penelitian ini, seperti perasaan minder, pikiran tidak tenang, dan perasaan tidak mampu mengerjakan skripsi, menunjukkan bahwa tingginya kecemasan yang dialami sebagian besar responden tidak menghambat motivasi mereka dalam menyelesaikan studi. Mayoritas responden yang berada pada usia 21 tahun (62,34%) dan sebagian besar perempuan (71,43%) memiliki cara atau strategi *coping* yang lebih efektif dalam menghadapi tekanan akademik. Selain itu, faktor-faktor seperti durasi penyelesaian skripsi yang relatif cepat (0–3 bulan, 88,31%) dan frekuensi bimbingan yang cukup intensif (4–6 kali, 38,96%) dapat berkontribusi dalam menjaga motivasi mahasiswa tetap tinggi meskipun mereka mengalami kecemasan. Dengan demikian, hipotesis ditolak disebabkan oleh adanya faktor dari variabel lain, yang memengaruhi hubungan antara kecemasan dan motivasi penyelesaian studi. Kecemasan bukanlah faktor utama yang memengaruhi motivasi penyelesaian studi dalam penelitian ini, tetapi lebih sebagai tantangan yang dapat dikelola oleh mahasiswa dengan dukungan sosial yang memadai.

Pengaruh Depresi terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

Hasil analisis menunjukkan bahwa depresi tidak berpengaruh terhadap motivasi penyelesaian studi. Hal ini menunjukkan bahwa depresi tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi penyelesaian studi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ngara et al. (2021), yang menemukan bahwa tidak selalu ada hubungan yang signifikan antara depresi dan kinerja akademik. Jika dilihat dari perspektif *Self-Determination Theory*, Deci & Ryan (1985), motivasi intrinsik seseorang sangat bergantung pada pemenuhan kebutuhan psikologis dasar, seperti otonomi, kompetensi, dan hubungan sosial. Depresi memang berpotensi mengganggu pemenuhan kebutuhan ini, tetapi dalam penelitian ini, faktor lain seperti frekuensi bimbingan akademik yang cukup intensif (dengan mayoritas responden bertemu dosen pembimbing 4–6 kali) tampaknya mampu membantu mahasiswa mempertahankan motivasi meskipun mengalami tekanan psikologis. Selain itu, indikator depresi yang meliputi suasana hati yang mudah berubah, perasaan putus asa, dan tekanan psikologis tampaknya dapat dikelola dengan baik oleh responden. Hal ini berkaitan dengan dominasi usia responden yang berada pada rentang 21 tahun (62,34%), yang secara psikologis masih berada dalam tahap adaptasi dan memiliki kemampuan adaptasi yang cukup baik terhadap tekanan akademis.

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan (71,43%), yang menurut Laoli et al., (2022), cenderung memiliki dukungan sosial yang lebih baik. Hal ini dapat membantu mereka menghadapi tekanan psikologis dan menjaga motivasi penyelesaian studi. Selain itu, mayoritas responden menyelesaikan skripsi dalam waktu 0–3 bulan (88,31%), yang menunjukkan efisiensi tinggi dalam penyelesaian tugas akademis, meskipun terdapat potensi tekanan dari depresi. Hipotesis yang ditolak disebabkan oleh depresi tidak langsung berpengaruh terhadap motivasi penyelesaian studi karena depresi lebih berdampak terhadap pada aspek kehidupan lainnya seperti tekanan ekonomi dan tanggung jawab keluarga. Mahasiswa dengan tekanan ekonomi yang tinggi lebih terdorong untuk segera menyelesaikan studi dengan cepat. Seperti halnya pada penelitian dari Khadijah et al. (2024) yang menyatakan

bahwa situasi ekonomi keluarga menjadi faktor pemicu gangguan kesehatan mental pada mahasiswa, termasuk depresi. Mahasiswa dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi menghadapi tekanan tambahan yang berdampak pada kesehatan mental mereka.

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Penyelesaian Studi

Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi penyelesaian studi. Temuan ini mendukung hipotesis ketiga yang menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan (Stefany et al., 2022), yang mengungkapkan bahwa dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Penelitian (Pangaribuan, 2023) juga mengonfirmasi bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima, semakin besar motivasi belajar yang dimiliki seseorang. Dari perspektif teori *Social Capital* (Bourdieu, 1986), dukungan sosial berperan sebagai modal sosial yang penting, di mana hubungan interpersonal yang terjalin antara mahasiswa dengan keluarga, teman, atau dosen pembimbing menjadi aset berharga dalam memotivasi mereka untuk mencapai tujuan.

Dalam penelitian ini, mayoritas responden adalah perempuan (71,43%), yang menurut studi terdahulu cenderung memiliki dukungan sosial yang lebih baik, sehingga hal ini dapat memperkuat pengaruh positif dukungan sosial terhadap motivasi penyelesaian studi. Sebagian besar responden (88,31%) menyelesaikan skripsi dalam waktu 0–3 bulan, yang menunjukkan efisiensi tinggi dalam pengerjaan skripsi. Selain itu, mayoritas responden bertemu dengan dosen pembimbing 4–6 kali (38,96%) selama proses penyusunan skripsi, yang menjadi salah satu bentuk dukungan sosial yang ada. Fakta ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya datang dari keluarga atau teman sebaya tetapi juga dari lingkungan akademik.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, penelitian ini berhasil menguji hubungan antara kesehatan mental dan motivasi penyelesaian studi mahasiswa tingkat akhir, dengan variabel yang dianalisis mencakup kecemasan, depresi, dan dukungan sosial. Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi penyelesaian studi. Sedangkan kecemasan dan depresi tidak mampu mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan studi. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor kunci yang mendorong mahasiswa untuk tetap termotivasi dalam menyelesaikan skripsi, meskipun mereka mungkin menghadapi tekanan emosional. Berdasarkan indeks tanggapan responden, kecemasan dan depresi terbukti memiliki dampak negatif terhadap motivasi akademik, sehingga pihak institusi perlu mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam memberikan dukungan akademik dan psikologis bagi mahasiswa. Peningkatan program konseling, seminar manajemen stres, serta pembentukan komunitas diskusi akademik dapat menjadi langkah yang efektif dalam menciptakan lingkungan akademik yang lebih suportif.

Referensi

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ardiansyah, S., Yuniike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah, Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T., Akhriansyah, M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental*.
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. In *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*.

- Daawi, M. M., & Nisa, W. I. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap tingkat Stres dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi. *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 67–75. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v1i1.556>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*.
- Fawzy, M., & Hamed, A. (2017). *Prevalence of Psychological Stress, Depression and Anxiety among Medical Students in Egypt*.
- Festinger, L. (1957). *A Theory Cognitive Dissonance*.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26 Edisi 10*.
- Gunawan, Y. E. S., Landi, M., & Anthasari, D. (2018). Hubungan Antara Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Proposal Di Prodi Keperawatan Waingapu. *Jurnal Info Kesehatan*, 16(1), 72–82. <https://doi.org/10.31965/infokes.vol16.iss1.173>
- Habibullah, M., Hastiana, Y., & Hidayat, S. (2019). Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Seminar Hasil Skripsi Di Lingkungan Fkip Universitas Muhammadiyah Palembang. *BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 10(1), 36. <https://doi.org/10.24127/bioedukasi.v10i1.2015>
- Handayani, E. S. (2022). Mental Health (Mental Hygiene). In *Journal of Canadian Studies*.
- Imperial, R., Ibanga, J., David, J., Macapagal, J., & Tus, J. (2023). Mental Health and Academic Motivation Among Graduating College Students: A Correlational Study. *Mental Health and Academic Motivation Among Graduating College Students: A Correlational Study Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 902–908. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8158944>
- Indriani, F. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Dosen Pembimbing Skripsi Terhadap Prokratinasi Dalam Penyelesaian Skripsi. *Journal of Science and Social Research*, 7(2), 384–392.
- Kemendes RI. (2022). *Depresi dan Bunuh Diri*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1450/depresi-dan-bunuh-diri.com
- Khadijah, S., Ariu Lahesi, Ridhona, & Eka Wulandari. (2024). Pengaruh Perekonomian Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Educate : Journal of Education and Learning*, 2(1), 42–49. <https://doi.org/10.61994/fks50b62>
- Laoli, S. E. W., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). Gambaran Tingkat Depresi Mahasiswa Dan Faktor Penyebab Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Riau. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(1), 115. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i01.p15>
- Maisarah, Novitayani, S., & Alfiandi, R. (2021). Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi. *JIM FKep*, V(3), 54–59.
- Maria, D. Y., Rahayu, B. A., & Polinggapo, N. A. (2022). Motivasi Dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(4), 629–638.
- Marjan, F., Sano, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 3(2), 84. <https://doi.org/10.29210/02247jpgi0005>
- Meliala, S., Tobing, L., Nursiti, D., & Lumbanraja, K. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial

- Terhadap Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Pgsd Tingkat Akhir Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Psychomutiara*, 4(2), 92–114. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3327>
- Ngara, C. A. R. D., Amat, A. L. S. S., Manafe, D. T., & Koamesah, S. M. . (2021). Hubungan Depresi Dengan Indeks Prestasi Kumulatif (Ipk) Pada Mahasiswa Program Studi Arsitektur. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(1), 178–184. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i1.4954>
- Pangaribuan, E. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kota Medan*. 3, 1–120.
- Sari Purwoko, N. (2023). Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Motivasi Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Perusahaan Penerbangan Flynas. *Artikel*, 1(3), 1–7.
- Sarinah. (2017). *Pengantar Manajemen*.
- Sary, N., Elvinawaty, R., Lim, C., Sihombing, E. F., Stephany, W. W. W., Sirait, A., & F. Zendrato, J. B. (2024). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Student Engagement pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Social Library*, 4(3). <https://scholar.archive.org/work/26zcv7soi5dkbdnjf6arhi66rm/access/wayback/http://p.enelitimuda.com/index.php/SL/article/download/78/pdf>
- Stefany, C., Dewi, A. P., & Dewi, I. Y. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Keluarga Terhadap Motivasi Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 44–55.
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. In 2.
- Susilo, T., & Eldawaty. (2021). Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Consilia*, 4(2), 105–113. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia
- Ulfah, U. (2023). *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir In Proceedings of Annual Guidance and Counseling Academic Forum*. 23–28.
- Vanessa, S. R., & Ferdian, F. R. (2023). Prediksi Self-Compassion terhadap Psychological Distress pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 12(2), 96–109.
- Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5), 730–742. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.51.5.730>
- Venkata, G., & Mba, R. (2023). *Research Methodology and Statistical Analysis-Digital Notes*.
- Vierdiana, D. (2024). Analisis Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental di Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(Jil. 7 Nomor 1 (2024): Jilid 7 Nomor 1 Tahun 2024), 1553–1558. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/25352>
- Wang, X., Cai, L., Qian, J., & Peng, J. (2014). Social support moderates stress effects on depression. *International Journal of Mental Health Systems*, November. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-8-41>
- WHO. (2024). *Mental Health*. https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1
- Widianti, E., Mega Septania, S., & Nur Asriyani Maryam, N. (2022). Gambaran Kesehatan Jiwa Mahasiswa Keperawatan Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*

'*Aisyiyah*, 9(1), 89–105. <https://doi.org/10.33867/jka.v9i1.330>

Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>

Yusri, A. Z. dan D. (2020). Teori, Metode dan Praktik Penelitian Kualitatif. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).