



ANALISIS PERBANDINGAN TINGKAT STRES TERHADAP AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER 2 DAN SEMESTER 6 PROGRAM STUDI PGSD DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Adi Candra Wijaya¹, Mochamad Ilham Abdillah^{2,*}, Shelsa Cantika Bahri³, Widya Florenzia Tarigan⁴, Hafiziani Eka Putri⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi PGSD, Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Purwakarta

*Email Korespondensi: mochamadilhamabdillah29@upi.edu
Email: adicandrawijaya04@upi.edu
shelsacb27@upi.edu
widyatarigan01@upi.edu
hafizianiekaputri@upi.edu

ABSTRACT

This study aims to analyze the differences in academic stress levels between second-semester and sixth-semester students of the PGSD study program at UPI Purwakarta Campus. Employing a quantitative approach with a comparative design, data were collected through an online questionnaire and analyzed using an independent t-test. Descriptive results show that second-semester students have higher average stress levels ($M = 28.00$) compared to sixth-semester students ($M = 24.43$). However, the t-test results indicate no statistically significant difference ($p = 0.082 > 0.05$). These findings suggest that although there is a descriptive tendency for difference, it is not statistically strong enough to be considered significant. This study underscores the importance of understanding students' psychological conditions across semesters and the need for empirically-based preventive interventions.

Keywords: Academic Stress, Semester Difference, t-test, Mental Health.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan semester 6 pada Program Studi PGSD UPI Kampus Purwakarta. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif, data dikumpulkan melalui angket daring dan dianalisis menggunakan uji-t independen. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mahasiswa semester 2 memiliki rata-rata tingkat stres yang lebih tinggi ($M = 28,00$) dibandingkan semester 6 ($M = 24,43$). Namun, hasil uji-t menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik ($p = 0,082 > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun terdapat kecenderungan perbedaan secara deskriptif, perbedaan tersebut tidak cukup kuat untuk dinyatakan signifikan. Studi ini menekankan pentingnya pemahaman mendalam terhadap kondisi psikologis mahasiswa lintas semester dan perlunya intervensi preventif berbasis data empiris.

Kata kunci: Stres Akademik, Perbedaan Semester, Uji-t, Kesehatan Mental.

ARTICLE INFO

Submission received: 14 May 2025

Accepted: 30 December 2025

Revised: 27 May 2025

Published: 31 December 2025

Available on: <https://doi.org/10.32493/sm.v7i3.49219>

StatMat: Jurnal Statistika dan Matematika is licenced under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.



1. PENDAHULUAN

Masa perkuliahan merupakan fase krusial dalam kehidupan individu, ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, tantangan kompleks, dan tuntutan akademik yang intens. Mahasiswa dihadapkan pada tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memicu stres. Menurut Sari dan Febriyanti (2022), stres akademik adalah kondisi psikologis yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan kemampuan mahasiswa untuk menghadapinya. Stres ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis, performa akademik, hingga hubungan sosial mahasiswa, serta memengaruhi keseluruhan proses pendidikan dan perkembangan individu selama studi di perguruan tinggi. Mahasiswa semester awal, seperti semester 2, umumnya berada dalam masa transisi dari pendidikan menengah ke perguruan tinggi.

Masa ini seringkali diwarnai dengan ketidakpastian, penyesuaian terhadap metode pembelajaran yang baru, serta manajemen waktu yang belum optimal, sehingga berpotensi menimbulkan tingkat stres yang tinggi. Sebaliknya, mahasiswa semester lanjut, seperti semester 6, cenderung telah memiliki pengalaman akademik yang lebih matang serta strategi *coping* yang lebih terbangun untuk mengelola tekanan akademik (Fitriani et al., 2023). Namun, penelitian oleh Putri et al. (2022) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat stres akademik antara mahasiswa semester awal dan semester akhir. Studi tersebut menemukan bahwa sebanyak 70% mahasiswa, baik di semester awal maupun akhir, mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, dengan dimensi perubahan dan emosional sebagai faktor dominan.

Untuk memahami dan mengukur dinamika stres akademik secara lebih objektif, pendekatan kuantitatif berbasis statistika sangat diperlukan. Misalnya, penelitian Purba et al. (2025) menggunakan distribusi *Weibull* untuk menganalisis efektivitas jam belajar mahasiswa matematika. Model ini dapat diadaptasi untuk mengevaluasi hubungan antara durasi belajar dan tingkat stres akademik mahasiswa. Selain itu, model prediktif seperti *Fuzzy Time Series* dan *Markov Chain* yang digunakan oleh Nugroho dan Wutsqa (2025) membuktikan relevansinya dalam meramalkan tren perilaku berbasis data waktu, yang dapat diterapkan untuk memetakan fluktuasi stres mahasiswa sepanjang semester. Bahkan pendekatan stokastik dalam analisis investasi oleh Manik et al. (2025) dapat dimanfaatkan untuk memahami variabilitas stres mahasiswa yang bersifat dinamis dan dipengaruhi banyak faktor eksternal maupun internal.

Fenomena ini menarik untuk diteliti lebih lanjut, khususnya dalam konteks perbandingan tingkat stres antara mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester lanjut. Mengetahui perbedaan tingkat stres berdasarkan jenjang semester dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dinamika psikologis mahasiswa selama masa studi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan mahasiswa semester 6. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang program pendampingan atau intervensi psikologis yang tepat sasaran di lingkungan perguruan tinggi.

Fenomena tersebut menarik untuk diteliti lebih lanjut, khususnya dalam konteks perbandingan tingkat stres antara mahasiswa semester awal dan mahasiswa semester lanjut. Mengetahui perbedaan tingkat stres berdasarkan jenjang semester dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dinamika psikologis mahasiswa selama masa studi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan mahasiswa semester 6. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang program pendampingan atau



intervensi psikologis yang tepat sasaran di lingkungan perguruan tinggi.

2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan semester 6. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t independen (*independent samples t-test*), Menurut Kim dan Park (2019) uji-t independen merupakan metode statistik parametrik yang digunakan untuk membandingkan rata-rata antara dua kelompok independen. Uji ini dapat dilakukan apabila data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas varians.

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui angket daring (*Google Form*) yang disusun berdasarkan indikator stres akademik dari sumber-sumber teori yang relevan. Instrumen memuat aspek-aspek seperti tekanan akademik, beban tugas, waktu belajar, dan kondisi psikologis mahasiswa. Meskipun tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas formal, butir-butir angket telah dirancang mengacu pada landasan konseptual yang kuat dan telah ditelaah secara isi.

Subjek Penelitian dan Pembagian Kelompok

Responden penelitian terdiri dari mahasiswa Program Studi PGSD UPI Kampus Purwakarta. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria semester aktif, dan dibagi ke dalam dua kelompok independen:

1. Mahasiswa semester 2 (n = 8)
2. Mahasiswa semester 6 (n = 7)

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan karakteristik data tingkat stres akademik dari masing-masing kelompok. Statistik yang dianalisis meliputi:

1. Rata-rata (mean)
2. Simpangan baku (standar deviasi)
3. Galat baku (standard error)
4. Varians
5. Rentang
6. Nilai minimum dan maksimum
7. Jumlah total (sum)

Tujuan analisis deskriptif ini adalah untuk melihat sebaran data dan kecenderungan sentral, serta memberikan gambaran awal mengenai potensi perbedaan antara kelompok.

Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan uji-t independen, dilakukan terlebih dahulu uji prasyarat untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi statistik parametrik, yaitu:

1. Uji Normalitas: dilakukan dengan menggunakan *Shapiro-Wilk Test* untuk mengevaluasi apakah distribusi data dari masing-masing kelompok berdistribusi normal (Kim & Park, 2019).
2. Uji Homogenitas: dilakukan menggunakan *Levene's Test* untuk mengevaluasi apakah varians antar kelompok bersifat homogen (Ojeda, 2024).



Uji-t Independen

Setelah data dinyatakan memenuhi syarat normalitas dan homogenitas, dilakukan uji-t independen untuk menguji hipotesis mengenai perbedaan tingkat stres akademik antar dua kelompok.

Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) < 0,05, maka H_0 ditolak, artinya terdapat perbedaan yang signifikan.
2. Jika nilai signifikansi $\geq 0,05$, maka H_0 diterima, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Hipotesis Penelitian

1. H_0 (Hipotesis nol): $\mu_1 = \mu_2 \rightarrow$ Tidak terdapat perbedaan signifikan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan semester 6.
2. H_1 (Hipotesis alternatif): $\mu_1 \neq \mu_2 \rightarrow$ Terdapat perbedaan signifikan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan semester 6.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa semester 2 dan semester 6. Untuk itu, data dikumpulkan melalui penyebaran kuisioner kepada responden dari kedua kelompok semester tersebut. Setelah data dikumpulkan, langkah selanjutnya adalah mengolah dan menganalisis data guna memperoleh pemahaman yang mendalam terkait kondisi stres akademik yang dialami mahasiswa.

Berikut adalah tabel yang menyajikan hasil penyebaran kuisioner yang telah dikumpulkan. Tabel ini memuat respons dari para responden terhadap pertanyaan-pertanyaan yang diajukan, yang nantinya akan menjadi dasar dalam proses analisis data.

Tabel 1. Hasil Skor responden

Semester	Hasil	Semester	Hasil
2	24	6	27
2	25	6	23
2	36	6	24
2	23	6	26
2	30	6	28
2	31	6	23
2	28	6	27
2	27	6	23

Data pada tabel tersebut akan dianalisis secara deskriptif untuk melihat kecenderungan umum tingkat stres pada masing-masing kelompok, kemudian dilanjutkan dengan analisis inferensial untuk menguji perbedaan secara statistik.



a. Analisis Deskripsi

Hasil analisis deskriptif disajikan pada:

Tabel 2. Hasil analisis deskriptif

No		Semester 2	Semester 6
1	Mean	28.0000	24.4286
2	Standard Error	1.51186	1.04328
3	Standard Deviation	4.27618	2.76026
4	Sample Variance	18.286	7.619
5	Range	13	8
6	Minimum	23	20
7	Maximum	36	28
8	Sum	224	171

Berdasarkan tabel tersebut, rata-rata tingkat stres mahasiswa semester 2 lebih tinggi dibandingkan mahasiswa semester 6, yaitu masing-masing sebesar 28,00 dan 24,43. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa pada semester awal cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi secara deskriptif. Selain itu, standar deviasi pada mahasiswa semester 2 sebesar 4,28, lebih besar dibandingkan semester 6 yang sebesar 2,76, yang mengindikasikan bahwa tingkat stres pada mahasiswa semester 2 memiliki variasi yang lebih besar, sedangkan semester 6 lebih seragam.

Namun, perbedaan ini masih bersifat deskriptif dan belum dapat disimpulkan sebagai perbedaan yang signifikan secara statistik tanpa melalui analisis inferensial lebih lanjut. Oleh karena itu, interpretasi mendalam dilakukan pada tahap uji statistik berikutnya.

b. Analisis inferensial

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sampel data berasal dari populasi normal atau tidak. Adapun uji yang digunakan dalam analisis ini adalah uji *Shapiro Wilk*.

H₀: data berdistribusi normal

H₁: data tidak berdistribusi normal

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

	Semester	Stat	df	Sig.
Tingkat Stress	Semester 2	0.947	8	.685
	Semester 6	0.959	7	.808

Dari tabel di atas terlihat nilai signifikansi untuk kedua kelompok lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal berdistribusi normal.

2) Uji Homogenitas

Adapun hasil uji homogenitas sebagai berikut:

H₀: Homogen

H₁: Tidak homogen



Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

	Levene	Df ₁	Df ₂	Sig. α
Tingkat Stress	0.962	1	13	0.354

Hasil uji homogenitas tingkat stres mahasiswa semester 2 dan semester 6 menggunakan *Levene's Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,354. Karena nilai signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data memiliki varians yang homogen, atau dengan kata lain, varians tingkat stres antara kedua semester adalah sama (terima H₀).

3) Pengujian Hipotesis

Hasil uji prasyarat yang telah dilakukan memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas, maka digunakan uji parametrik (uji-t)

$$H_0: \mu_1 = \mu_2 \quad H_1: \mu_1 \neq \mu_2$$

Keterangan:

H₀: Tidak terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa semester 2 dan semester 6

H₁: Terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa semester 2 dan semester 6

μ_1 = Tingkat stres mahasiswa semester 2.

μ_2 = Tingkat stres mahasiswa semester 6

Kriteria pengujian:

jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< \alpha = 0,05$, maka H₀ ditolak.
 Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $\geq \alpha = 0,05$, maka H₀ diterima.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

Tingkat Stress	Hasil	
	t	1.888
		df
	Sig. (2-tailed)	0.082

Berdasarkan hasil uji-t pada tingkat stres mahasiswa semester 2 dan semester 6, diketahui nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,082. Karena nilai tersebut lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres mahasiswa semester 2 dan semester 6. Dengan demikian, hipotesis nol (H₀) diterima.

4. SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa semester 2 dan semester 6. Stres akademik merupakan isu yang penting dalam dunia pendidikan tinggi karena dapat memengaruhi performa belajar, kesehatan mental, serta kelangsungan studi mahasiswa. Untuk itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode komparatif dan analisis uji-t independen terhadap dua kelompok mahasiswa. Secara deskriptif, mahasiswa semester 2 menunjukkan tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa semester 6. Namun, varians data pada mahasiswa semester 6 lebih kecil dan lebih seragam. Meskipun ada perbedaan nilai rata-rata, hasil uji-t menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik.



Dengan demikian, secara statistik, tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat stres akademik mahasiswa semester 2 dan semester 6. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat stres akademik tidak hanya dipengaruhi oleh perbedaan jenjang semester, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti pengalaman individu, kemampuan adaptasi, strategi manajemen stres, dan dukungan sosial. Selain itu, mengingat jumlah sampel yang relatif kecil ($n = 8$ dan $n = 7$), hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan dengan hati-hati dan tidak dapat digeneralisasi secara luas. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan jumlah partisipan yang lebih besar sangat disarankan untuk memperoleh kesimpulan yang lebih valid dan representatif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran stress akademik dan strategi coping pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241-250.
- Fitriani, N., Ramadani, R., & Santoso, D. (2023). Tingkat Stres Mahasiswa Ditinjau dari Semester dan Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 45-52.
- Kim, T. K., & Park, J. H. (2019). More about the basic assumptions of t-test: normality and sample size. *Korean Journal of Anesthesiology*, 72(4), 331-335.
- Manik, I. T., Siallagan, C. J., Siregar, R. R., & Arum, E. P. S. (2025). Suku bunga stokastik dalam analisis saham dan pengambilan keputusan investasi. *STATMAT: Jurnal Statistika dan Matematika*, 7(1), 7–15.
- Nugraha, N. F., & Purwandari, E. (2024). *Religiusitas, Dukungan Sosial Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nugroho, I. A., & Wutsqa, D. U. (2025). Analisis perbandingan metode Fuzzy Time Series Model Singh dan Markov Chain untuk prediksi tingkat penghunian kamar hotel bintang di Yogyakarta. *STATMAT: Jurnal Statistika dan Matematika*, 7(1), 16-30.
- Ojeda, C. A. C. (2024). Levene's test for verifying homoscedasticity between groups in quasi-experiments in social sciences. *South Eastern European Journal of Public Health*, 2024, 2119–2125.
- Purba, M. A., Lumbantobing, H. J., Lumban Gaol, I. P. M., Tumanggor, A., Lubis, N. N., Nababan, R. P. S., & Ritonga, A. (2025). Analisis efektivitas jam belajar mahasiswa matematika UNIMED dengan pendekatan distribusi Weibull dalam sistem blok (Studi Kasus: STANBUK 2024). *STATMAT: Jurnal Statistika dan Matematika*, 7(1), 1-6.
- Sari, R. P., & Febriyanti, H. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 5(2), 67-74.