

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2021 dengan metode daring dimulai dari pengambilan data dilakukan pada mahasiswa yang bertempat di kediaman masing-masing. Jumlah mahasiswa dalam penelitian ini adalah 70 orang, terdiri dari mahasiswa yang mengikuti organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

5.1.1 Kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Tabel 5.1. Distribusi Frekuensi Kemampuan Manajemen Waktu Mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Tingkat Manajemen Waktu	Frequency	Percent
Rendah	13	18.6
Sedang	46	65.7
Tinggi	11	15.7
Total	70	100.0

Pada tabel 5.1 dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi kemampuan manajemen waktu mahasiswa yang mengikuti Organisasi Kemahasiswaan Di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti

Kencana terdapat kemampuan manajemen waktu sedang sebanyak 46 orang (65,7 %) lebih dari setengah responden.

5.1.2 Tingkat stress pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Tabel 5.2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress SSI Mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Tingkat Stress	Frequency	Percent
Ringan	14	20.0
Sedang	54	77.1
Berat	2	2.9
Total	70	100.0

Pada tabel 5.2. dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi tingkat stress mahasiswa yang mengikuti Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana terdapat tingkat stress sedang sebanyak 54 orang (77,1%) sebagian besar responden.

5.1.3 Hubungan manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Tabel 5.3. Hubungan Manajemen Waktu dengan Tingkat Stress Mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

		Waktu	Stress
Manajemen Waktu	Correlation Coefficient	1.000	-0.237*
	Sig. (2-tailed)	.	0.049
	N	70	70
Stress	Correlation Coefficient	-0.237*	1.000
	Sig. (2-tailed)	0.049	.
	N	70	70

Hasil pada tabel 5.3. yang dilakukan dengan uji rank spearman menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 yaitu $0,049 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga adanya hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Untuk bisa mengenali kokoh lemahnya tingkatan ataupun derajat keeratan ikatan antara variabel-variabel yang diteliti,

digunakan pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi (Sugiyono, 2013).

Kriteria tingkat hubungan (koefisien korelasi) antara variabel berkisar $\pm 0,00$ sampai $\pm 1,00$ tanda (+) adalah positif dan tanda (-) adalah negatif. Nilai korelasi yang di dapat sebesar $-0,237$. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi antara manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana rendah dengan arah hubungan negatif.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Kemampuan manajemen waktu pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Penelitian ini membahas tentang hubungan manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Dalam hal ini manajemen waktu merupakan hal yang perlu dimiliki setiap mahasiswa apalagi mahasiswa itu mempunyai banyak kegiatan yang harus dilakukan, seperti yang dikatakan oleh Macan dkk (1994)

dalam Hijraty R. Z (2018) seseorang harus mempunyai aspek-aspek seperti bisa menetapkan tujuan dan prioritas, merencanakan dan penjadwalan, kemampuan mengendalikan waktu serta preferensi untuk terorganisir.

Hasil statistik yang di dapat untuk mengidentifikasi kemampuan manajemen waktu didapatkan hasil sebanyak 65,7% lebih dari setengah mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana mempunyai kategorisasi sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan dari anggota dapat mengelola waktu dengan cukup efisien untuk mencapai hasil akhir. dibantu dengan sebagian dari mereka mempunyai catatan prioritas atau jadwal yang sudah disusun jauh hari tetapi terkadang mereka dalam merencanakan jadwal tidak terlalu sesuai dengan perencanaan dilihat dari hasil pengisian kuesioner di aspek perencanaan, penjadwalan dan hasil statistik sebanyak 18,8% sebagian kecil mahasiswa masih memiliki tingkat manajemen waktu yang masih rendah. Dalam penelitian (Barr F. D & Harta I, 2016) kebanyakan dari mahasiswa yang mengikuti organisasi kemahasiswaan telah membuat catatan prioritas utama dari jauh hari sebagai acuan untuk melakukan kegiatan yang telah disusun bertujuan meminimalisir kegiatan yang berbenturan. Mahasiswa yang menjadi mahasiswa sedikit banyaknya mempunyai pengalaman yang cukup sering mengenai memanajemen waktu karena selalu dihadapkan terhadap situasi yang mendorong mereka untuk lebih bisa fleksibel dalam

hal waktu dan hasil statistik menunjukkan sebanyak 15,7% mahasiswa mempunyai kemampuan manajemen yang tinggi.

5.2.2 Tingkat stress pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Ketika kemampuan manajemen waktu yang baik diharapkan stressor yang didapatkan akan menurun seperti yang dikatakan Dianel L. Hubber dalam bukunya yang berjudul *leadership and nursing care management 2014* “salah satu cara yg efektif untuk mengelola stress adalah dengan mengatur waktu secara efisien”. Dalam dunia perkuliahan menjadi hal yang wajar ketika tugas secara bergantian datang baik dari akademik maupun non-akademik yang mendorong mahasiswa bisa membagi waktu, tidak jarang mahasiswa akan mendapat gangguan psikologi seperti istirahat yang terganggu perasaan cemas, gelisah dan banyak gangguan psikologis yang dirasakan seorang mahasiswa, tetapi hal-hal itu bisa saja diminimalisir dengan kemampuan individu mengelola stress itu sendiri seperti yang dikatakan oleh Priyoto (2014), dukungan keluarga, skill manajemen waktu yang baik percakapan kalbu yang positif, keterampilan dalam belajar hal baru maupun berkonsentrasi. Dari hasil statistik didapatkan data bahwa sebanyak 77,1% sebagian besar mahasiswa yang mengikuti Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan mempunyai tingkat stress yang sedang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengelola stress

dengan cukup baik, meskipun tuntutan terhadap individu itu cukup banyak karena selain dari kegiatan akademik mereka juga aktif dalam kegiatan non-akademik. Meskipun mempunyai persentase tingkat stress (sedang) yang cukup signifikan perlu di perhatikan juga mahasiswa yang mempunyai tingkat stress yang berat dengan presentase 2,9% untuk mencegah mereka mendapatkan gangguan psikologis yang buruk perlunya dukungan dari lingkungan sekitar memberikan perasaan positif. Sebagaimana yang dikatakan dalam penelitian (Hatmanti N M & Septianingrum Y, 2019) tingkat stress pada mahasiswa perlu di antisipasi untuk mengurangi energi dan respon adaptif.

5.2.3 Hubungan manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.

Hasil penelitian ini mempunyai korelasi antara manajemen waktu dengan tingkat stress dilihat dari hasil uji statistik korelasi uji rank spearman menunjukan bahwa nilai Sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,049. Sehingga pengambilan keputusan adanya hubungan antara manajemen waktu dengan tingkat stress mahasiswa yang mengikuti kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Meski nilai Sig. (2-tailed) yang tidak terlalu signifikan tetapi prinsip yang didapat adalah semakin tinggi manajemen waktu mahasiswa maka semakin rendah tingkat stress mahasiswa itu sendiri dan keduanya mempunyai hubungan tidak terlalu kuat dilihat dari

nilai koefisien korelasi yang rendah dengan nilai $-0,0237$ dengan bentuk hubungan yang negatif, bentuk hubungan negatif ini adalah ketika semakin tinggi manajemen waktu mahasiswa maka semakin rendah tingkat stress mahasiswa itu sendiri. Hubungan ini dapat dilihat dari setiap faktor dan latar belakang mahasiswa itu sendiri. seperti yang terdapat pada penelitian (Oktavia, W K., Fitroh R., Wulandari, H & Feliana F, 2019) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stress pada mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh diri individu sendiri tetapi juga dipengaruhi faktor luar. Dari hasil penelitian ini juga terhadap mahasiswa yang menjadi responden mempunyai manajemen waktu yang rendah tetapi tingkat stress yang dimiliki itu rendah, hal ini disebabkan oleh hubungan dengan teman yang cukup baik yang menjadi salah satu *Support system* di saat mahasiswa itu merasakan stress dengan cara berbagi perspektif positif dan saling mendukung.