



## Determinasi Faktor Psikososial terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Matematika Universitas Mataram Selama Penyusunan Skripsi

***Aulia Sahadatin<sup>a</sup>, Rosa Anggara<sup>b</sup>, Zulhan Widya Baskara<sup>c</sup>, Dina Eka Putri<sup>d\*</sup>***

<sup>a,b</sup>Program Studi Matematika, Universitas Mataram, Indonesia.

<sup>c,d</sup>Program Studi Statistika, Universitas Mataram, Indonesia.

*\*Corresponding author: [dina.putri@unram.ac.id](mailto:dina.putri@unram.ac.id)*

### A B S T R A C T

This study examines the relationship between undergraduate thesis preparation and the mental health of Mathematics students at Universitas Mataram, focusing on key factors that influence the thesis process. These factors include motivation to graduate on time, peer support/social environment, availability of learning resources, and supervisor support. The findings indicate that motivation to graduate on time ( $x_1$ ) has the strongest positive impact on mental health. Additionally, supervisor support ( $x_4$ ) and the availability of learning resources ( $x_3$ ) positively impact students' mental health, while social support ( $x_2$ ) was found to have a negative effect. This study highlights the importance of motivation and academic support in promoting the mental well-being of students during the undergraduate thesis process.

**Keywords:** Undergraduate Thesis, Mental Health, Multiple Linear Regression

### A B S T R A K

Penelitian ini mengkaji hubungan antara persiapan skripsi dan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Matematika di Universitas Mataram, dengan fokus pada faktor-faktor kunci yang memengaruhi proses skripsi. Faktor-faktor tersebut meliputi motivasi untuk lulus tepat waktu, dukungan teman atau sekitarnya, ketersediaan sumber daya pembelajaran, dan dukungan pembimbing. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi untuk lulus tepat waktu ( $x_1$ ) memiliki dampak positif yang paling kuat dan signifikan dengan kesehatan mental. Dukungan dosen pembimbing ( $x_4$ ) berdampak positif tetapi tidak signifikan terhadap kesehatan mental, ketersediaan sumber belajar ( $x_3$ ) berdampak positif dan signifikan terhadap kesehatan mental, sementara dukungan sosial ( $x_2$ ) justru ditemukan memiliki dampak negatif dan tidak signifikan terhadap kesehatan mental. Penelitian ini menyoroti pentingnya motivasi dan dukungan akademik dalam meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa selama proses penyusunan skripsi.

**Kata kunci:** Skripsi, Kesehatan Mental, Regresi Linier Berganda

Diterima: 29-04-2025; Disetujui: 30-11-2025;

Doi: <https://doi.org/10.29303/ijasds.v2i2.6831>



## 1. Pendahuluan

Penyusunan skripsi merupakan salah satu bagian penting dalam proses akademik mahasiswa program sarjana, termasuk di Program Studi Matematika Universitas Mataram. Kelulusan mahasiswa bergantung pada keberhasilan dalam penyusunan skripsi dan hasil sidang akhir, menjadikan tahapan ini sangat krusial (Mulyani et al., 2023). Namun, dalam praktiknya, banyak mahasiswa menghadapi tekanan yang signifikan selama proses penyusunan skripsi, yang tidak jarang menghambat penyelesaian studi tepat waktu dan menyebabkan keterlambatan kelulusan. Dalam proses penyelesaian skripsi, terdapat berbagai faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa terlambat menyelesaikan tugas akhir mereka. Salah satu aspek penting adalah peran dosen pembimbing, sehingga hubungan antara pembimbing dan mahasiswa perlu dikelola dengan baik. Pembimbing yang baik dapat melakukan berbagai peran, termasuk sebagai penasihat, rekan, pendidik, pengawas, dan penilai. Pembimbing juga harus memahami tanggung jawabnya, yakni memberikan jawaban yang jelas, tepat, dan memuaskan atas pertanyaan mahasiswa (Amandus et al., 2018). Sementara itu, Sitompul et al., (2018) menegaskan bahwa peran dosen pembimbing tidak hanya sebatas memberikan arahan, tetapi juga termasuk memberikan motivasi kepada mahasiswa.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan penyusunan skripsi. Hidayatullah et al. (2021) mengelompokkan faktor tersebut menjadi dua kategori utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi motivasi dan kemampuan individu, sedangkan faktor eksternal mencakup lingkungan mahasiswa dan ketersediaan sumber belajar. Secara lebih rinci, Magdalena (2021) mengidentifikasi empat faktor yang memengaruhi proses penyusunan skripsi, yakni ketersediaan sumber belajar, manajemen waktu, keinginan untuk lulus tepat waktu, dan kemampuan menulis karya ilmiah. Sementara itu, Mulyani et al. (2023) juga membedakan faktor-faktor tersebut ke dalam faktor internal, seperti tingkat kecerdasan, minat, dan motivasi, serta faktor eksternal, yang meliputi lingkungan sosial, fasilitas pendukung, materi ajar, dan suasana akademik.

Selain tantangan akademik, proses penyusunan skripsi juga dapat berdampak terhadap kesehatan mental mahasiswa. Sebagaimana dinyatakan oleh Sugiharno et al. (2022), tekanan akademik yang tinggi dapat memicu gangguan kesehatan mental. Gangguan ini dapat terjadi pada siapa saja, ditandai dengan perubahan kondisi emosi, pikiran, atau perilaku, yang menghambat fungsi sehari-hari serta kemampuan beradaptasi dengan lingkungan (Madani et al., 2022; Suliati et al., 2022). Data survei terbaru menunjukkan sekitar 37–53% mahasiswa S1 di Indonesia melaporkan gejala stres tinggi, sementara 25% mengalami depresi dan 51% mengalami kecemasan (Kotera et.al., 2022).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan antara proses penyusunan skripsi dan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Matematika Universitas Mataram. Fokus penelitian ini adalah pada empat faktor utama, yaitu motivasi untuk lulus tepat waktu, dukungan sosial dari teman sebaya, ketersediaan sumber belajar, dan peran dosen pembimbing. Penelitian ini sangat relevan di bidang kesehatan masyarakat karena membahas kesehatan mental mahasiswa selama penyusunan skripsi, sebuah fase yang rentan terhadap tekanan psikologis. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting, tidak hanya bagi mahasiswa sebagai subjek utama, tetapi juga bagi institusi pendidikan, dosen, serta keluarga dalam memahami dan mengatasi tantangan yang dihadapi mahasiswa selama penyusunan skripsi.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menganalisis hubungan penyusunan skripsi (motivasi lulus tepat waktu ( $x_1$ ), dukungan sosial ( $x_2$ ), ketersediaan sumber belajar ( $x_3$ ), dosen pembimbing ( $x_4$ )) terhadap Kesehatan mental mahasiswa matematika Universitas Mataram. Langkah-langkah penyelesaian penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Menentukan Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 118 mahasiswa, yang merupakan seluruh mahasiswa Program Studi Matematika Universitas Mataram yang terdaftar aktif dan sedang mengerjakan tugas akhir pada saat penelitian dilaksanakan, yaitu pada periode September 2024 hingga Desember 2024. Teknik sampling yang digunakan sampling non-probabilistik yaitu purposive sampling.

## 2. Ukuran Sampel

Penentuan jumlah sampel penelitian dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin, yang bertujuan untuk menghitung ukuran sampel berdasarkan total populasi dan tingkat kesalahan (*error*) yang telah ditetapkan. Rumus tersebut dituliskan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

*n* = Ukuran Sampel

*N* = Populasi = 118 mahasiswa

*e* = Margin of *error* (0.05)

## 3. Melakukan Penyusunan Instrumen

Merancang instrumen dengan 4 faktor atau variabel independent yang memengaruhi penyusunan skripsi yaitu motivasi lulus tepat waktu ( $x_1$ ), dukungan sosial ( $x_2$ ), ketersediaan sumber belajar ( $x_3$ ), dosen pembimbing ( $x_4$ ) dan variabel dependen yaitu kesehatan mental (y) serta melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Adapun untuk Variabel Lulus Tepat Waktu dapat diukur dengan indikator, keinginan lulus tepat waktu, keinginan lulus tercepat, lulus dengan prestasi, kebanggaan lulus tepat waktu, perasaan dipandang berprestasi dan malu jika tidak lulus tepat waktu (Wahjuningsih *et.al.*, 2022). Kemudian terdapat empat indikator yang digunakan untuk mendeskripsikan dukungan sosial, yakni dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif (Tuaputimain & Tutupary, 2022). Variabel Ketersediaan Sumber Belajar dapat diukur dari Ketersediaan macam-macam sumber belajar dan Sumber belajar yang sering digunakan, sumber belajar yang sesuai dengan tujuan belajar (Widyasari, 2017). Dan untuk variabel Dosen Pembimbing dapat diukur dengan beberapa indikator yaitu, kedisiplinan dosen dalam memberikan bimbingan, kemampuan akademik dan kemampuan untuk memberikan arahan yang jelas, motivasi dosen untuk mendukung proses pengerjaan skripsi, dan kepribadian dosen yang tercermin dalam cara mereka berkomunikasi dan bersikap terhadap mahasiswa (Kinasih *et al.*, 2022). Variabel kesehatan mental diukur menggunakan pedoman instrumen *General Health Questionnaire* (GHQ-12) yang terdiri dari 12 indikator (Idaiani & Suhardi, 2006).

## 4. Melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen padan pilot sampling

Pertanyaan pada variabel  $x_1 - x_4$  dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan indikator teoritis setiap variabel, menggunakan skala Likert 1–4 (1 = sangat tidak setuju, 4 = sangat setuju). Untuk variabel kesehatan mental digunakan instrumen GHQ-12 dengan skala 1–4 yang disesuaikan dengan panduan pengukuran kesehatan mental. Seluruh instrumen diuji validitas dan reliabilitas melalui pilot sampling

## 5. Mengumpulkan data dengan menyebarkan instrumen pada sampel utama

## 6. Menganalisis data secara deskriptif dan inferensial, yaitu menggunakan analisis korelasi dan analisis regresi linier berganda.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1 Penentuan Jumlah Sampel

Penelitian ini mengambil populasi mahasiswa Matematika semester akhir yang sedang mengambil skripsi saat penelitian ini berlangsung, yaitu September - November 2024. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan margin of error sebesar 10%.

$$n = \frac{118}{1 + 118(0.1)^2} \approx 54$$

Berdasarkan perhitungan, jumlah sampel pada penelitian ini adalah 54 mahasiswa.

### 3.2 Uji Validitas dan Reliabilitas Intrumen

#### a. Uji Validitas

Uji validitas adalah proses pengujian yang dilakukan pada komponen instrumen. Validitas diukur dengan menilai validitas angket yang digunakan untuk mengukur variabel yang akan dikaji (Rindiasari *et al.*, 2021).

**Tabel 1.** Uji Validitas Instrumen

Variabel	Pernyataan	r hitung	r tabel	Keterangan
$x_1$	1	0.713	0.2262	Valid
	2	0.640	0.2262	Valid
	3	0.799	0.2262	Valid
$x_2$	4	0.739	0.2262	Valid
	5	0.5	0.2262	Valid
	6	0.792	0.2262	Valid
$x_3$	7	0.715	0.2262	Valid
	8	0.349	0.2262	Valid
	9	0.661	0.2262	Valid
$x_4$	10	0.793	0.2262	Valid
	11	0.711	0.2262	Valid
	12	0.716	0.2262	Valid
y	13	0.63	0.2262	Valid
	14	0.512	0.2262	Valid
	15	0.707	0.2262	Valid
	16	0.729	0.2262	Valid
	17	0.782	0.2262	Valid
	18	0.826	0.2262	Valid
	19	0.679	0.2262	Valid
	20	0.762	0.2262	Valid
	21	0.736	0.2262	Valid
	22	0.823	0.2262	Valid
	23	0.881	0.2262	Valid
	24	0.752	0.2262	Valid

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji validitas menunjukkan bahwa semua 24 item pernyataan dalam kuesioner dinyatakan valid, karena nilai koefisien korelasi (r hitung) masing-masing item lebih besar daripada nilai r tabel. Adapun rentang nilai r hitung berada antara 0,349 hingga 0,881, sedangkan nilai r tabel pada taraf signifikansi  $\alpha = 5\%$  dengan  $n = 54$  adalah 0,2262.

### 3.3 Uji Reliabilitas

Salah satu jenis reliabilitas dalam suatu pengukur adalah kapabilitas pengukur untuk menyajikan hasil sesuai dengan yang telah ditetapkan dan selama pengukur tersebut konsisten dengan dirinya sendiri. Dalam penelitian ini, Uji Reliabilitas menggunakan software SPSS Untuk menentukan reliabel dari variabel apabila cronbach alpha uji keterandalan lebih besar dari 0.60 (Vania, *et al.*, 2024).

**Tabel 2.** Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha		Keterangan
	Standar	Hasil	
$x_1$	0.6	0.810	Reliabel
$x_2$	0.6	0.809	Reliabel
$x_3$	0.6	0.736	Reliabel
$x_4$	0.6	0.917	Reliabel
y	0.6	0.942	Reliabel

Semua nilai tersebut berada di atas ambang batas minimum (0,6), yang menunjukkan bahwa setiap instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dalam mengukur masing-masing konstruk. Nilai alpha di atas 0,8 bahkan mengindikasikan tingkat reliabilitas yang tinggi. Dengan demikian, seluruh item pada masing-masing variabel dapat digunakan secara konsisten untuk mengukur variabel yang dimaksud, dan hasil yang diperoleh dari kuesioner dapat dipercaya untuk dianalisis lebih lanjut.

### 3.4 Analisis Deskriptif

Penelitian ini menggunakan empat variabel independen yang memengaruhi penyusunan skripsi mahasiswa semester akhir yaitu motivasi lulus tepat waktu ( $x_1$ ), dukungan sosial ( $x_2$ ), ketersediaan sumber belajar ( $x_3$ ), dosen pembimbing ( $x_4$ ) dan kesehatan mental (y).

**Tabel 3.** Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (mahasiswa)	Persentase
Laki-Laki	39	72.2%
Perempuan	15	27.8%
Total	54	100%

Berdasarkan Tabel 3, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki sebanyak 39 orang atau sebesar 72,2% dari total 54 responden. Sementara itu, responden perempuan berjumlah 15 orang atau 27,8%. Hal ini menunjukkan bahwa partisipasi mahasiswa laki-laki dalam penelitian ini lebih dominan dibandingkan mahasiswa perempuan.

**Tabel 4.** Distribusi Berdasarkan Tahun Angkatan

Tahun Angkatan	Frekuensi (mahasiswa)	Persentase
2019	5	9.2%
2020	15	27.8%
2021	34	63%

Berdasarkan Tabel 4, distribusi responden berdasarkan tahun angkatan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal dari angkatan 2021, yaitu sebanyak 34 orang atau 63,0% dari total responden. Responden dari angkatan 2020 berjumlah 15 orang (27,8%), sedangkan dari angkatan 2019 berjumlah 5 orang (9,2%). Distribusi ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi berasal dari angkatan yang lebih baru, khususnya angkatan 2021, yang menunjukkan perkembangan normal sesuai masa studi.

### 3.5 Analisis Korelasi

Pengujian korelasi berdasarkan Pearson Correlation. Pedoman derajat untuk mengetahui hubungan disajikan pada Tabel 5 di bawah ini: (Jabnabillah et al.,2022)

**Tabel 5.** Pedoman Tingkat Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 - 0.1999	Sangat lemah
0.20 - 0.399	Lemah
0.40 - 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat kuat

Adapun korelasi variabel ( $x_1$ ), ( $x_2$ ), ( $x_3$ ), ( $x_4$ ) terhadap y dijabarkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6.** Nilai Pearson Correlation

Variabel	Nilai Pearson Correlation
( $x_1$ )	0.716
( $x_2$ )	0.561
( $x_3$ )	0.593
( $x_4$ )	0.612

Berdasarkan nilai Pearson Correlation yang diperoleh, berikut adalah interpretasi yang lebih singkat:

- Motivasi Lulus Tepat Waktu ( $x_1$ ) memiliki nilai 0.716, menunjukkan hubungan kuat dengan kesehatan mental mahasiswa, artinya semakin tinggi motivasi, semakin baik kesehatan mental mahasiswa.

- Dukungan Sosial ( $x_2$ ) dengan nilai 0.561 menunjukkan hubungan sedang, yang berarti dukungan sosial berpengaruh signifikan, namun tidak sekuat motivasi.
- Ketersediaan Sumber Belajar ( $x_3$ ) memiliki nilai 0.593, juga menunjukkan hubungan sedang, yang berarti sumber belajar yang memadai berkontribusi pada kesehatan mental.
- Dosen Pembimbing ( $x_4$ ) dengan nilai 0.612 menunjukkan hubungan sedang, artinya dukungan dari dosen pembimbing penting bagi kesehatan mental mahasiswa.

### 3.6 Analisis Regresi Linier Berganda

#### a. Uji Simultan

$$H_0: \beta_1 = \dots = \beta_4 = 0$$

(Tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen)

$$H_1: \beta_j \neq 0$$

(Setidaknya ada satu koefisien regresi yang berbeda dari nol)

**Tabel 7.** Uji Simultan

F tabel	F hitung
2.0633	19.036

Pada tingkat signifikansi 5%, nilai F hitung sebesar 19.036 lebih besar dibandingkan dengan F tabel 2.0633. Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak. Ini menunjukkan bahwa variabel independen secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen, atau dengan kata lain, model regresi yang diuji dapat menjelaskan variasi dalam variabel dependen secara keseluruhan.

#### b. Uji Parsial

$$H_0: \beta_j = 0$$

(Tidak ada pengaruh signifikan antara variabel independen ( $\beta_j$ ) terhadap variabel dependen)

$$H_1: \beta_j \neq 0$$

(Ada pengaruh signifikan antara variabel independen ( $\beta_j$ ) terhadap variabel dependen)

**Tabel 8.** Uji Parsial

Variabel	Signifikansi
$x_1$	0.000
$x_2$	0.316
$x_3$	0.003
$x_4$	0.294

Pada uji parsial (uji t), kriteria pengujian yang digunakan adalah jika nilai signifikansi (p-value) kurang dari 0.05, maka  $H_0$  ditolak, yang berarti variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Berdasarkan pengambilan keputusan kriteria tersebut:

- Variabel  $x_1$  (Motivasi Lulus Tepat Waktu) memiliki p-value sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05. Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak, yang menunjukkan bahwa motivasi lulus tepat waktu berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa.
- Variabel  $x_2$  (Dukungan Sosial) memiliki p-value sebesar 0.316, yang lebih besar dari 0.05. Dengan demikian, gagal tolak  $H_0$ , yang berarti dukungan sosial tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa.
- Variabel  $x_3$  (Ketersediaan Sumber Belajar) memiliki p-value sebesar 0.003, yang lebih kecil dari 0.05. Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak, yang menunjukkan bahwa ketersediaan sumber belajar berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa.
- Variabel  $x_4$  (Peran Dosen Pembimbing) memiliki p-value sebesar 0.294, nilai ini lebih besar dari 0.05. Dengan demikian, gagal tolak  $H_0$ , yang berarti peran dosen pembimbing tidak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa.

c. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk mengetahui apakah data mengikuti distribusi tertentu dalam kasus di mana ada varians dan mean (Ahadi *et al.*, 2023).

**Tabel 9.** Uji Normalitas

<b>Signifikansi</b>		<b>Keterangan</b>
Signifikansi yang ditentukan	Hasil	
0.05	0.200	Normal

Tabel diatas uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov menghasilkan nilai signifikansi 0.200, nilai  $0.200 > 0.05$ . Hal ini menunjukkan bahwa tidak cukup bukti untuk menolak  $H_0$ , yang artinya data berdistribusi normal.

2) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dengan uji glejser dilakukan dalam model regresi yaitu varians residual berbeda dari satu pengamatan ke pengamatan lain. Tujuan dari uji ini untuk memastikan apakah ada atau tidak gejala heteroskedastisitas.

**Tabel 10.** Uji Heteroskedastisitas

<b>Variabel</b>	<b>Signifikansi</b>
$x_1$	0.06
$x_2$	0.05
$x_3$	0.89
$x_4$	0.97

Tabel 5 menunjukkan seluruh nilai signifikansi  $\geq 0.05$ , sehingga secara statistik gagal menolak  $H_0$  untuk semua variabel. Dengan demikian, pada level signifikansi 5% dapat dikatakan bahwa tidak ditemukan gejala heteroskedastisitas dalam model, dan model regresi dinyatakan telah memenuhi asumsi homoskedastisitas.

3) Uji Multikolinieritas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear yang tinggi antar variabel independen dalam model regresi. Salah satu indikator yang umum digunakan adalah nilai Variance Inflation Factor (VIF), di mana jika  $VIF < 10$ , maka tidak terdapat multikolinearitas.

**Tabel 11.** Uji Multikolinearitas

<b>Variabel</b>	<b>VIF</b>
$x_1$	2.435
$x_2$	3.340
$x_3$	1.577
$x_4$	3.247

Semua nilai VIF berada di bawah 10, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas di antara variabel-variabel independen dalam model regresi ini.

4) Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dilakukan untuk memastikan bahwa residual dalam model regresi bersifat independen antar satu pengamatan dengan pengamatan lainnya. Salah satu cara umum untuk mendekripsi autokorelasi adalah dengan menggunakan uji Durbin-Watson (DW).

Dalam pengujian ini, nilai DW dibandingkan dengan dua nilai kritis, yaitu batas bawah ( $d_L$ ) dan batas atas ( $d_U$ ) yang diperoleh dari Tabel Durbin-Watson berdasarkan jumlah observasi ( $n$ ) dan jumlah variabel independen ( $k$ ). Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- Jika  $DW < dL$ , maka terdapat autokorelasi positif.
- Jika  $DW > (4 - dL)$ , maka terdapat autokorelasi negatif.
- Jika  $dL < DW < dU$  atau  $(4 - dU) < DW < (4 - dL)$ , maka hasilnya tidak pasti (daerah abu-abu).
- Jika  $dU \leq DW \leq (4 - dU)$ , maka dapat disimpulkan tidak terdapat autokorelasi.

**Tabel 12.** Uji Autokorelasi

Nilai Durbin-Watson	$dU$	$dL$
1,868	1,386	1,650

Tidak ada autokorelasi dalam model regresi ini karena nilai  $DW = 1,868$  berada dalam rentang  $dU \leq DW \leq (4 - dU)$ , yang berarti berada antara 1,386 dan 2,614. Hal ini menunjukkan bahwa residual bersifat acak dan independen satu sama lain, sehingga asumsi klasik mengenai tidak adanya autokorelasi terpenuhi.

### 3.7 Model Regresi Linier Berganda

Setelah semua asumsi klasik regresi, yaitu normalitas, homoskedastisitas, tidak adanya multikolinearitas, dan tidak adanya autokorelasi terpenuhi, maka model regresi linear berganda yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$\hat{y} = 0.062 + 2.085x_1 - 0.638x_2 + 1.563x_3 + 0.640x_4$$

Interpretasi model secara statistika dan psikologis adalah sebagai berikut:

- a. Intercept: 0,062  
Nilai intercept menunjukkan bahwa jika seluruh variabel prediktor berada pada level minimum (nol), maka skor kesehatan mental yang diprediksi adalah 0,062. Secara praktis, angka ini hanya menjadi baseline matematis dan tidak memiliki makna psikologis substantif, tetapi tetap penting untuk memahami titik awal model.
- b.  $x_1$  (Motivasi lulus tepat waktu)  
Koefisien ini merupakan yang paling kuat dan signifikan dalam model. Secara statistik, setiap kenaikan satu satuan motivasi meningkatkan skor kesehatan mental sebesar 2,085 poin, dengan variabel lain konstan.  
Temuan ini selaras dengan Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 2000) yang menekankan bahwa motivasi intrinsic, misalnya keinginan menyelesaikan kuliah tepat waktu. Mahasiswa yang memiliki motivasi jelas akan lebih terstruktur dalam penggeraan skripsi, memiliki kontrol terhadap proses akademik, serta mengalami kecemasan akademik yang lebih rendah. Hal ini konsisten dengan literatur *self-regulation* oleh Baumeister & Vohs (2007).
- c.  $x_2$  (Dukungan sosial)  
Secara statistik, koefisiennya negatif tetapi tidak signifikan, sehingga pengaruh negatif tersebut tidak dapat ditarik sebagai kesimpulan nyata. Namun hal ini dapat menjadi diskusi menarik terkait dukungan sosial yang mengacu pada pendapat Cohen & Wills (1985), bahwa dukungan sosial membantu mengatasi stres hanya jika kualitas dukungan sesuai kebutuhan atau dukungan dirasakan relevan dan tepat waktu. Pada konteks skripsi, tidak semua dukungan sosial benar-benar menurunkan stress mahasiswa, misalnya:
  - dukungan yang bersifat “menghibur tapi tidak membantu” justru bisa membuat mahasiswa merasa tidak dipahami,
  - dukungan keluarga yang diterjemahkan sebagai “tekanan” atau “sindiran” untuk cepat lulus, atau dengan kata lain dapat dianggap sebagai dukungan negatif,
  - teman sebaya mungkin hanya memberi dukungan emosional tanpa membantu aspek akademiknya.

d.  $x_3$  (Ketersediaan sumber belajar)

Koefisien 1,563 menunjukkan bahwa peningkatan sumber belajar berkontribusi positif terhadap kesehatan mental mahasiswa. Ketersediaan sumber belajar, seperti akses ke materi yang lengkap dan bimbingan akademik, sangat penting dalam mengurangi stres akademik mahasiswa. Teori Kontrol Persepsi (Langer, 1975) menunjukkan bahwa individu yang merasa memiliki kontrol terhadap situasi mereka, misalnya dengan memiliki akses ke sumber daya yang diperlukan, akan merasa lebih tenang dan kurang cemas. Dalam konteks penyusunan skripsi, sumber belajar yang memadai memberikan mahasiswa rasa kesiapan dan pengurangan kecemasan, yang berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik (Lazarus & Folkman, 1984).

e.  $x_4$  (Peran dosen pembimbing)

Koefisiennya positif tetapi tidak signifikan, menunjukkan bahwa kontribusinya pada kesehatan mental tidak cukup kuat secara statistik dalam model ini.

Meskipun tidak signifikan, literatur seperti Interpersonal Relationship Theory (Berscheid & Regan, 2005) menegaskan bahwa hubungan dengan figur otoritas dapat memberi rasa aman psikologis. Akan tetapi, dalam konteks skripsi:

- kualitas bimbingan antar dosen bisa sangat beragam,
- mahasiswa sering menghadapi hambatan administratif,
- frekuensi komunikasi berbeda-beda.

Dosen pembimbing mungkin berpengaruh, tetapi variabilitas pengalaman mahasiswa bisa menyebabkan efek statistiknya melemah.

### 3.8 Uji Koefisien Determinasi

Berdasarkan Uji Koefisien Determinasi didapatkan nilai *R Square* 0.608 artinya 60.8% variasi secara keseluruhan, nilai *R Square* sebesar 0,608 menunjukkan bahwa model ini mampu menjelaskan sebagian besar variasi kesehatan mental mahasiswa, khususnya melalui faktor motivasi, dukungan sosial, ketersediaan sumber belajar, dan peran dosen pembimbing. Namun demikian, masih terdapat 39,2% variasi lain yang berasal dari faktor-faktor di luar model, seperti stres akademik umum, tekanan finansial, self-efficacy, kondisi fisik, burnout, serta karakteristik pribadi mahasiswa. Hal ini menegaskan bahwa kesehatan mental dalam proses penyusunan skripsi merupakan fenomena yang multidimensi dan dipengaruhi oleh berbagai aspek internal maupun eksternal yang saling berinteraksi.

## 4. Kesimpulan

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa motivasi lulus tepat waktu ( $x_1$ ) dan ketersediaan sumber belajar ( $x_3$ ), berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Motivasi yang tinggi dan dukungan bimbingan yang baik membantu mengurangi stres akademik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Sebaliknya, dukungan sosial ( $x_2$ ) dan peran dosen pembimbing ( $x_4$ ) tidak menunjukkan pengaruh signifikan, yang mungkin disebabkan oleh pengukuran yang kurang optimal atau faktor lain yang memengaruhi persepsi mahasiswa terhadap dukungan yang mereka terima.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa faktor-faktor internal dan akademik—khususnya motivasi, ketersediaan sumber belajar, dan kualitas bimbingan—memiliki peran paling penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Oleh karena itu, universitas perlu memperkuat strategi untuk:

- meningkatkan motivasi dan self-regulation mahasiswa,
- memastikan akses yang memadai terhadap sumber daya belajar, dan
- meningkatkan kualitas serta konsistensi bimbingan dosen.

Upaya tersebut diharapkan mampu menciptakan lingkungan akademik yang lebih suportif, adaptif, dan kondusif bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 11-19.
- Amandus, H., Mawarni, D., Effendy, C., & Hasanbasri, M. (2018). Sulit bertemu dosen” dan “merasa tidak memperoleh masukan”: Persepsi mahasiswa tentang sosok pembimbing skripsi. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 34(6), 250-255.
- Barrera, M. (2000). Social support and social network interventions. In A. S. Gellis & M. L. McDermott (Eds.), *Handbook of Clinical Psychology* (pp. 109–123). Wiley.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation and the executive function: The self's role in controlling behavior. In C. S. Carver & M. F. Scheier (Eds.), *The Handbook of Self-Regulation* (pp. 12–39). Academic Press.
- Berk, R. A. (2005). *Research Methods in Criminal Justice and Criminology* (5th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Fania, A., & Handayani, F. S. (2024). Analisis Usabilitas Aplikasi Magang RRI Palembang Menggunakan Metode Regresi Linier Berganda. *Teknematika*, 14(01), 68-77.
- Hidayatullah, I., Suryadi, D., & Nurasiyah, S. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi penyelesaian skripsi mahasiswa pada program studi pendidikan teknik bangunan di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan Teknik Bangunan*, 1(1), 13-20.
- Idaiani, S., & Suhardi, S. (2006). Validitas dan reliabilitas General Health Questionnaire untuk skrining distres psikologik dan disfungsi sosial di masyarakat. *Indonesian Bulletin of Health Research*, 34(4), 65029.
- Jabnabillah, F., & Margina, N. (2022). Analisis korelasi pearson dalam menentukan hubungan antara motivasi belajar dengan kemandirian belajar pada pembelajaran daring. *Jurnal Sintak*, 1(1), 14-18.
- Kinashih, H. W., Prajanto, A., & Sartika, M. (2022). Lulus Tepat Waktu Mahasiswa Akuntansi: Faktor Apa Saja Yang Mempengaruhi. *Juara: Jurnal Riset Akuntansi*, 12(2), 285-296.
- Kotera, Y., Lieu, J., Kirkman, A., Barnes, K., Liu, G. H., Jackson, J., ... & Riswani, R. (2022, August). Mental wellbeing of Indonesian students: Mean comparison with UK students and relationships with self-compassion and academic engagement. In *Healthcare* (Vol. 10, No. 8, p. 1439). MDPI.
- Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(2), 311–328. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.32.2.311>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Madani, A., Prasetyowati, I., & Kinanthi, C. A. (2022). Hubungan Karakteristik Mahasiswa Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Kuliah Online. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 72-81.
- Mulyani, D., & Jasrial, J. (2023). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyelesaian Skripsi Mahasiswa di Departemen Administrasi Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. *Journal of Educational Administration and Leadership*, 4(1), 9-14.
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan uji statistik: Implementasi metode regresi linier berganda dengan pertimbangan uji asumsi klasik*. Pradina Pustaka.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Sitompul, H., Daryanto, E., Sitanggang, N., & Mulyana, D. (2018). Kualitas Dosen dalam Pembimbingan Skripsi Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, 20(01), 24-29.
- Sugiharno, R. T., Susanto, W. H. A., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189-1197.
- Suliati, S., Achmadi, S., & Rudhistiar, D. (2022). Penerapan Sistem Pakar Untuk Deteksi Dini Mental

- Illness Dengan Menggunakan Metode Forwad Chaining Dan Certainty Factor Berbasis Website. *JATI (Jurnal Mahasiswa Teknik Informatika)*, 6(2), 1087-1095.
- Tuaputimain, H., & Tutupary, V. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Tangkoleh Putai*, 18(2), 145-159.
- Wahjuningsih, T. P., Siswanto, V. A., & Sulistyorini, P. (2022). Analisis Faktor Kesulitan Penyelesaian Skripsi di Masa Covid dengan Motivasi Lulus Tepat Waktu sebagai Variabel Intervening. *IC Tech: Majalah Ilmiah*, 17(2), 40-46.
- Wangge, M. (2021). Penerapan Metode Principal Component Analysis (PCA) Terhadap Faktor-faktor yang Mempengaruhi Lamanya Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika FKIP UNDANA. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 974-988.
- Widyasari, W. (2017). Kemandirian Belajar Mahasiswa Pgsd Berdasarkan Ketersediaan Sumber Belajar. *Jurnal Sosial Humaniora*, 8(2).