

Analisis Beban Mental Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di Universitas Malikussaleh

ABSTRAK

Manusia menggunakan fisik dan pikiran untuk menjalankan kegiatan sehari-hari, Tingkat kesulitan yang berbeda-beda pada setiap kegiatan yang dilakukan manusia menyebabkan beban kerja yang berbeda pula. Universitas Malikussaleh adalah sebuah perguruan tinggi negeri, untuk lulus dari Universitas tersebut mahasiswa diwajibkan untuk membuat sebuah skripsi. Diketahui bahwa terdapat beberapa masalah bagi seorang mahasiswa dalam menyusun skripsi masalah ini dapat memicu timbulnya beban mental yang tinggi pada mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat beban mental, Faktor-faktor yang mempengaruhi serta penyebab timbulnya beban mental. Adapun metode yang digunakan adalah NASA-TLX, RSME dan *Fishbone Diagram*. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 98 mahasiswa yang sedang dan sudah menyusun skripsi di 30 Jurusan dari 7 fakultas. Hasil penelitian dengan metode NASA-TLX menunjukkan bahwa 40,82% mahasiswa mengalami beban mental sangat tinggi, 42,86% dikategorikan tinggi, 10,20% dikategorikan sedang, 4,08% dikategorikan rendah dan 2,04% dikategorikan sangat rendah. Faktor yang paling berpengaruh yaitu faktor *Frustration* 19,65%, *Temporal Demand* 18,89%, *Effort* 18,56%, *Mental Demand* 15,89%, *Own Performance* 15,54% dan *Physical Demand* sebesar 11,44%. Adapun hasil penelitian dengan metode RSME diketahui sebanyak 39% mahasiswa mengaku usaha yang dilakukan sangat besar sekali dalam menyusun skripsi, 21% mahasiswa mengaku usaha yang dilakukan sangat besar dalam menyusun skripsi, 28% mahasiswa mengaku usaha yang dilakukan cukup besar, 7% mahasiswa mengaku usaha yang dilakukan kecil, 4% mahasiswa mengaku usaha yang dilakukan sangat kecil dan 1% mahasiswa mengaku hampir tidak ada usaha dalam menyusun skripsi.

Kata Kunci: Beban Mental, Mahasiswa, Skripsi, NASA-TLX, RSME.