BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan adalah sebuah proses yang dilakukan secara sadar dan terencana, dengan tujuan untuk membantu seseorang mengembangkan kemampuan dan potensi dirinya sebaik mungkin, seperti yang dikemukakan oleh Siswoyo pada tahun 2013. Sejalan dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan dianggap sebagai upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk menciptakan suasana serta proses belajar yang memungkinkan peserta didik mengembangkan potensi dirinya secara aktif. Pengembangan ini mencakup berbagai aspek seperti spiritual, kemampuan mengendalikan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak yang baik, serta berbagai keterampilan yang dibutuhkan dalam hidup pribadi, hidup di masyarakat, hidup sebagai bangsa, dan hidup sebagai negara.

Dengan demikian, pendidikan bukan hanya proses menempuh ilmu pengetahuan, tapi juga merupakan proses pembentukan karakter dan nilai-nilai kehidupan. dalam konteks pendidikan tinggi, mahasiswa tidak lagi diposisikan sebagai penerima materi secara pasif, melainkan sebagai individu yang dituntut untuk aktif, mandiri, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya (Freire, 2000; serta Slavin, 2011). menurut Wulan dan Abdullah (2014), Mahasiswa di perguruan tinggi diharapkan bisa berpikir kritis, mengelola waktu dengan baik, menyelesaikan berbagai tugas akademik, dan menghadapi tantangan dalam proses perkuliahan sebagai bagian dari perkembangan intelektual dan emosional. hal ini

sejalan dengan teori perkembangan mahasiswa yang dikemukakan oleh Arthur W. Chickering dan dikembangkan lebih lanjut oleh Nancy J. Evans dkk. (2010). Teori tersebut menjelaskan bahwa masa perkuliahan merupakan fase penting dalam perkembangan individu. di tahap ini mahasiswa tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga mengalami perkembangan pada berbagai aspek psikologis dan sosial. Mahasiswa dituntut untuk mengembangkan kompetensi intelektual, kemampuan dalam mengelola emosi, dan kemandirian dalam mengambil keputusan sebagai bagian dari proses pembentukan identitas diri. Proses perkembangan tersebut berlangsung melalui beberapa aspek utama, yaitu pengembangan kompetensi, pengelolaan emosi, perkembangan kemandirian menuju interdependensi, pembentukan hubungan interpersonal yang matang, pengembangan identitas diri, penetapan tujuan hidup, serta pembentukan integritas. Mahasiswa adalah orang yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi serta pada dasarnya berada pada rentang usia 18–25 tahun yang termasuk dalam tahap perkembangan dewasa awal (Santrock, 2011). dari John W. Santrock (2011), masa dewasa awal merupakan periode produktif yang berfokus pada pembentukan karier, kemandirian ekonomi, serta pembangunan hubungan intim. pada tahap ini, individu mulai mengambil keputusan penting terkait pekerjaan, pernikahan, dan peran sosial, serta ditandai dengan pencarian komitmen dan stabilitas emosional yang merupakan karakteristik perkembangan pada masa dewasa awal (Santrock, 2011). dengan demikian, mahasiswa bukan hanya dituntut untuk mencapai prestasi akademik, tetapi juga harus mampu mengelola emosi dan menyesuaikan diri secara matang dalam menghadapi

berbagai tantangan perkembangan pada masa dewasa awal (Antony & Barlow, 2020). Mahasiswa di perguruan tinggi berasal dari latar belakang sosial dan budaya yang beragam, sehingga proses adaptasi terhadap lingkungan baru menjadi tantangan tersendiri (Sutalhis & Novaria, 2023). Mahasiswa Papua yg menempuh pendidikan di provinsi Aceh menghadapi perbedaan bahasa, norma sosial, dan budaya yang dapat memunculkan culture shock serta perasaan terasing sebagai kelompok minoritas (Ward dkk., 2020; Verkuyten, 2021).

Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tekanan emosional yang Mengganggu proses penyesuaian diri. apabila tidak diimbangi dengan dukungan yang memadai, tekanan itu dapat berkembang menjadi stress akademik, dengan kondisi ketika tuntutan akademik melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (Gadzella, 1991). dengan demikian, stress akademik pada mahasiswa Papua tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik, tapi juga oleh tantangan beradaptasi sosial dan budaya di lingkungan baru. berdasarkan Nasution dan Safuwan (2022), stress akademik merupakan tekanan psikologis yang dialami mahasiswa akibat tuntutan akademik, seperti tugas, ujian, dan target nilai.

Tingkat stress individu dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kemampuan coping dan manajemen waktu, serta faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan lingkungan kampus. Meskipun keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan akademik dan non-akademik dapat meningkatkan prestasi belajar dan penyesuaian diri (Credé dkk., 2021), banyak mahasiswa masih kesulitan menentukan strategi coping yang tepat untuk mengatasi stress. salah satu yang dapat dilakukan adalah mencari bantuan profesional, seperti psikolog atau

konselor (American Psychological Association, 2019). Namun, hanya sedikit mahasiswa yang memanfaatkan layanan tersebut ketika mengalami stress akademik (Stallman, 2008). Mahahasiswa papua provinsi Aceh sangat bertantangan dalam lingkungan pendidikan tinggi yang kompetitif, tuntutan akademik, tekanan keluarga, dan kebutuhan adaptasi sosial dalam waktu terbatas menjadi sumber utama stress akademik yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan performa belajar mahasiswa (Son et al., 2022). Papua merupakan salah satu daerah yang termasuk kategori terdepan, terluar, tertinggal (3T) yang kemungkinan akan lebih mengadapi tantangan lebih besar sehingga mahasiswa yang berasal dari papua harus beradaptasi dengan lingkungan baru yang sangat berbeda budaya, bahasa, dan pola komunikasi Natalia dkk, (2016). Mahasiswa Papua di Provinsi Aceh menghadapi tuntutan akademik sekaligus tantangan beradaptasi sosial dan budaya. kondisi tersebut dapat menimbulkan stres akademik, yaitu tekanan psikologis dampak tuntutan akademik yang dirasakan melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya. Stres akademik dapat memengaruhi kondisi emosional, motivasi belajar, dan keberhasilan akademik mahasiswa. oleh karena itu, fenomena ini penting untuk diteliti, khususnya pada mahasiswa Papua di provinsi Aceh yang sedang menjalani proses adaptasi di lingkungan budaya yang berbeda.

Menurut Gadzella dan Masten (2005), stress akademik terdiri dari dua aspek utama, yaitu stressor akademik dan reaksi terhadap stresor akademik. Stressor akademik mencakup berbagai faktor seperti frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri yang menuntut mahasiswa untuk menyesuaikan

diri di luar kebiasaan sehari-hari. sementara itu, reaksi terhadap stresor akademik terlihat dalam bentuk respon fisiologis seperti gangguan tidur atau sakit kepala, respon emosional seperti kecemasan dan kemarahan, respon perilaku seperti menarik diri, serta respon kognitif berupa kesulitan dalam menilai atau mengatasi situasi menekan (Humaira, 2024). Mahasisiwa papua yang ada di provinsi Aceh yang sedang bertantangan. seperti lingkungan sosial, perbedaan budaya, dan beban akademik menjadi pemicu utama munculnya stress, demikian Penelitian Sarah Humaira (2024) menemukan bahwa mahasiswa Indonesia Bagian Timur yang menempuh pendidikan di Provinsi Aceh umumnya mengalami stress akademik pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tuntutan akademik cukup tinggi, sebagian besar mahasiswa masih mampu mengelolanya dengan strategi coping yang memadai.

Faktor-faktor seperti perubahan lingkungan sosial, perbedaan budaya, dan beban akademik menjadi pemicu utama munculnya stres, sementara reaksi yang tampak meliputi gangguan fisik, emosional, perilaku, dan kognitif . Mahasiswa masih minimnya studi yang secara jelas mengaitkan tantangan pendidikan, status minoritas, dan stress akademik yang dialami mahasiswa Papua di perguruan tinggi luar daerah Asalnya. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya meneliti mahasiswa secara umum atau mahasiswa kedokteran/tingkat akhir, bukan secara spesifik mahasiswa Papua yang menghadapi tantangan lintas budaya (Hardisman & Pertiwi, 2014).

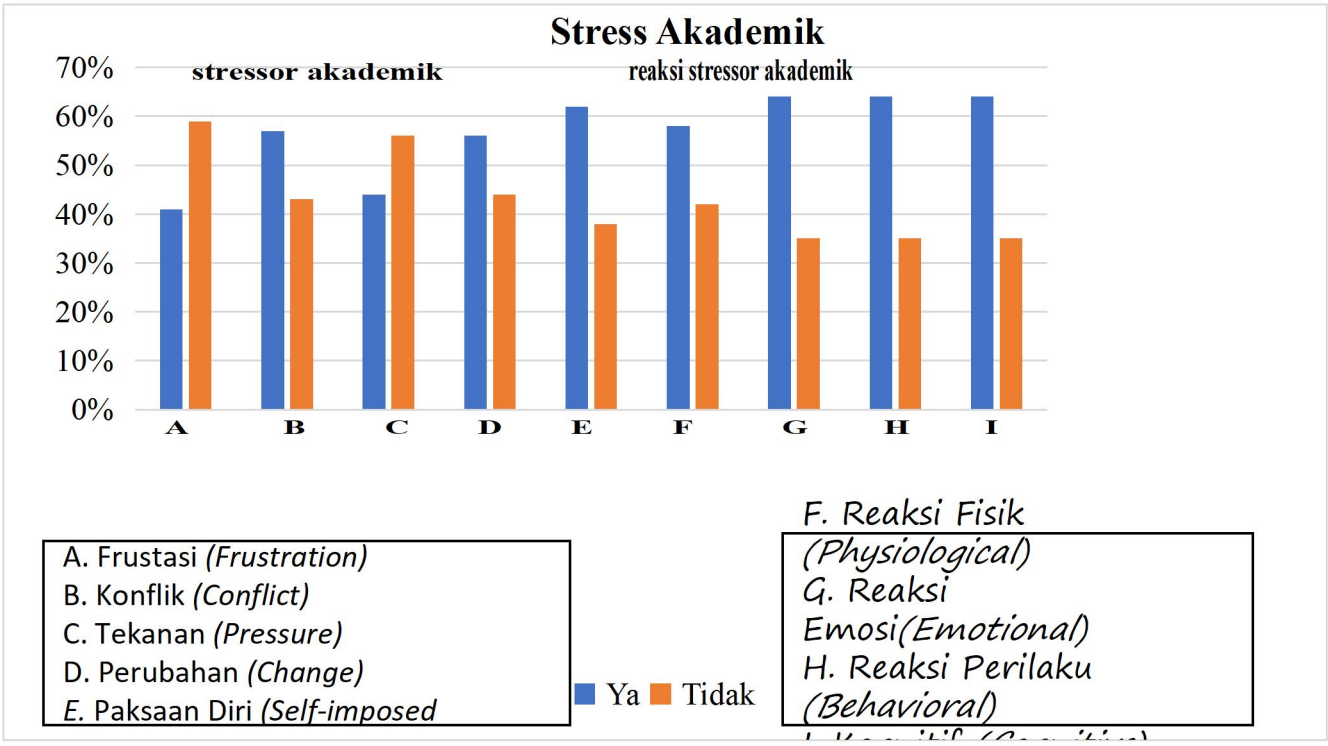
Oleh sebab itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mendeskripsikan kondisi stress akademik yang dialami mahasiswa Papua di Provinsi Aceh, serta

menjadi dasar penyusunan kebijakan pendidikan dan dukungan psikososial yang lebih inklusif dan berkeadilan. Pendekatan pendidikan yang berorientasi pada keragaman budaya sangat diperlukan agar tujuan pendidikan nasional benar-benar dapat dinikmati oleh seluruh arga negara, termasuk mereka yang berasal dari Papua. Hal tersebut diperkuat oleh hasil survei awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 28-29 September 2025 terhadap 30 mahasiswa Papua di Provinsi Aceh yang terdiri dari Universitas Malikussaleh (UNIMAL),

Universitas Samudra (UNSAM), Poltek-Lhokseumawe, Universitas Syiah Kuala (USK) melalui penyebaran kuesioner secara daring lewat *google-form*, dan memperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1. 1

Survei Stress Akademik



Berdasarkan survei awal yang diatas dilakukan terhadap mahasiswa Papua diprovisi Aceh, terlihat bahwa sebagian besar responden menunjukkan adanya gejala stress akademik pada berbagai aspek. Pada aspek frustrasi, sebanyak 41% mahasiswa mengalami stress, sedangkan 59% tidak mengalami stress. Kondisi frustrasi terjadi karena sebagian responden mengaku mengalami kesulitan memahami materi perkuliahan, terutama ketika dosen menjelaskan dengan cepat atau menggunakan istilah yang belum mereka pahami. Selain itu, beberapa mahasiswa merasa kecewa ketika nilai ujian atau tugas yang tidak sesuai dengan usaha yang telah dilakukan. Sebaliknya, mahasiswa tidak mengalami frustrasi menyatakan bahwa mereka mampu memahami materi melalui belajar mandiri, berdiskusi dengan teman, atau meminta penjelasan kembali kepada dosen. Pada aspek konflik, sebanyak 57% mahasiswa mengalami stres, sedangkan 43% tidak mengalami stress. Konflik muncul karena responden mengaku sering mengalami kebingungan dalam membagi waktu antara kegiatan perkuliahan, organisasi, pekerjaan sambilan, maupun aktivitas sosial. Sebagian mahasiswa juga mengalami perbedaan pendapat ketika mengerjakan tugas kelompok sehingga menimbulkan tekanan dalam proses belajar. Sementara itu, mahasiswa yang tidak mengalami konflik menyatakan mampu menentukan prioritas serta mengatur aktu dengan lebih baik. Pada aspek tekanan (pressure), sebanyak 44% mahasiswa mengalami stress dan 56% tidak mengalami stress. Tekanan tersebut disebabkan oleh banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang bersamaan, jadwal ujian yang berdekatan, serta tuntutan memperoleh nilai yang baik agar dapat mempertahankan prestasi maupun beasiswa. Adapun mahasiswa yang tidak

mengalami tekanan berlebihan mengaku telah terbiasa menyusun jadwal belajar sehingga beban akademik masih dapat dikendalikan. Pada aspek perubahan (change), sebanyak 56% mahasiswa mengalami stres, sedangkan 44% tidak mengalami stress.

Hal ini terjadi karena sebagian besar responden masih berada dalam proses beradaptasi dengan lingkungan kampus di Aceh yang memiliki budaya, bahasa, sistem pembelajaran, serta pola interaksi sosial yang berbeda dengan daerah asal mereka di Papua. Perubahan tersebut membuat beberapa mahasiswa membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak mengalami stres pada aspek ini menyatakan bahwa mereka telah mampu beradaptasi dengan lingkungan kampus dan menjalin hubungan yang baik dengan teman maupun dosen. Pada aspek pemaksaan diri *(self-imposed),* sebanyak 62% mahasiswa mengalami stres dan 38% tidak mengalami stres. Kondisi ini muncul karena responden memiliki tuntutan yang tinggi terhadap diri sendiri untuk memperoleh hasil belajar yang baik, tidak mengecewakan orang tua, serta mampu membuktikan bahwa mereka dapat berhasil meskipun menempuh pendidikan jauh dari daerah asal. Harapan tersebut sering kali menimbulkan rasa takut gagal dan meningkatkan tekanan psikologis. Pada aspek reaksi fisik *(physiological),* sebagian responden mengaku mengalami keluhan fisik seperti sakit kepala, sulit tidur, tubuh mudah lelah, serta menurunnya kondisi kesehatan ketika menghadapi banyak tugas dan ujian. Keluhan tersebut menunjukkan bahwa tekanan akademik tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik mahasiswa. Pada aspek reaksi emosional

(emotional), sebanyak 64% mahasiswa mengalami stres, sedangkan 36% tidak mengalami stres. Responden mengaku lebih mudah merasa cemas ketika menghadapi ujian, sedih ketika memperoleh nilai yang rendah, serta mudah marah atau tersinggung saat beban akademik semakin meningkat. Selain tuntutan akademik, perasaan rindu keluarga dan proses adaptasi di lingkungan baru juga menjadi faktor yang memperkuat munculnya reaksi emosional tersebut. Pada aspek reaksi perilaku *(behavioral*), sebanyak 64% mahasiswa mengalami stres, sedangkan 36% tidak mengalami stres. Reaksi perilaku yang paling sering muncul adalah menunda mengerjakan tugas, mengurangi interaksi dengan teman, memilih menyendiri, serta kehilangan semangat mengikuti kegiatan akademik ketika merasa tertekan.

Kondisi ini menunjukkan bahwa stres akademik turut memengaruhi perilaku sehari-hari mahasiswa Pada aspek kognitif (cognitive), sebanyak 64% mahasiswa mengalami stres, sedangkan 36% tidak mengalami stres. Berdasarkan hasil survei, responden mengaku sering mengalami kesulitan berkonsentrasi saat mengikuti perkuliahan, mudah lupa terhadap materi yang telah dipelajari, sehingga merasa bingung ketika menyelesaikan beberapa tugas dalam waktu yang bersamaan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tekanan akademik memengaruhi kemampuan berpikir dan proses pengambilan keputusan mahasiswa. Mahasiswa Papua menghadapi stres akademik akibat tuntutan perkuliahan yang tinggi serta kesulitan beradaptasi dengan sistem pembelajaran dan lingkungan budaya yang baru. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kecemasan, kelelahan mental, serta perasaan terasing dalam proses akademik dan sosial (Hasbi dkk.,

2020; Sinaga, 2018). Lebih jauh lagi, pengalaman diskriminasi dan rasisme turut memperburuk kondisi psikologis mahasiswa Papua. Sinaga (2018) menemukan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi perlakuan negatif, seperti dipandang rendah atau dikucilkan karena latar belakang mereka. Hal ini berdampak pada menurunnya motivasi belajar dan rasa aman di lingkungan kampus.

Sementara itu rumbar dan Soetjiningsih (2021) menemukan bahwa rendahnya dukungan sosial berkaitan dengan meningkatnya stres akademik pada mahasiswa Papua. Kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar menyebabkan mahasiswa lebih rentan mengalami kesepian dan tekanan psikologis. Selain faktor sosial dan budaya, keterbatasan ekonomi juga menjadi sumber stres akademik pada mahasiswa Papua. Tekanan dalam memenuhi kebutuhan hidup dan akademik dapat mengganggu konsentrasi belajar serta menurunkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa kesulitan finansial berhubungan dengan peningkatan stres akademik dan hambatan dalam pencapaian akademik (Misra & McKean, 2000; Robotham & Julian, 2006). Penelitian oleh Ardi, Afifah, dan rekan-rekan (2025) menyoroti tekanan akademik selama pembelajaran daring, terutama dalam penyelesaian tugas akhir. Mereka menemukan bahwa mahasiswa rantau, termasuk mahasiswa Papua, mengalami tingkat stres akademik yang tinggi akibat keterbatasan fasilitas belajar seperti jaringan internet dan perangkat digital. Minimnya interaksi sosial juga memperparah rasa isolasi dan kebingungan akademik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres akademik pada mahasiswa Papua yang berkuliah di luar daerah asal dipengaruhi oleh tuntutan akademik, kesulitan adaptasi budaya,

kurangnya dukungan sosial, dan kendala ekonomi. Penelitian Humaira dkk. (2025) dan Hasbi dkk. (2020) menyatakan bahwa mahasiswa Papua mengalami stres akademik dengan kategori tinggi, hal tersebut akibat dari tekanan akademik dan proses penyesuaian diri. Kondisi tersebut berpotensi mengganggu kesejahteraan psikologis dan perkembangan akademik mahasiswa, sehingga penting untuk diteliti lebih lanjut. Berdasarkan uraian dan penjelasan diatas membuat peneliti tertari dan memilih untuk melakukan penelitian tentang gambaran *stress akademik* pada mahasiswa Papua diprovinsi aceh. Penelitian yang sama belum pernah sama sekali dilakukan dan berdasarkan data awal yang menjadikan penelitian ini penting untuk dilakukan, maka penelitian ini berjudul "Gambaran stress akademik pada Mahasiswa Papua Provinsi Aceh" dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Annisa Gatari (2020) yang "Hubungan Stress Akademik dengan Flow Akademik pada Mahasiswa". Metode penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan subjek mahasiswa psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang angkatan ke-7, sebanyak 174 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling nonprobabilitas, yaitu sempling purposif. Hasil penelitian menunjukkan hubungan antara kedua variabel yaitu semakin tinggi tingkat stress akademik, maka semakin rendah aliran akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah stress akademik, semakin tinggi aliran akademik pada siswa. Kontribusi efektif stress akademik terhadap aliran akademik adalah 12,9%, sedangkan 87,1%

dipengaruhi oleh faktor lain. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah dalam penelitian hanya menggunakan satu variabel yaitu stress akademik, metode penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif deskriptif.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sarah Humaira, dkk (2024) dengan judul "Gambaran Stress Akademik pada Mahasiswa Indonesia Bagian Timur di Provinsi Aceh". Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran stres akademik pada mahasiswa Indonesia bagian Timur yang menempuh pendidikan di Provinsi Aceh, serta memberikan pemahaman mengenai penyebab stres akademik dan cara mengatasinya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, dengan jumlah subjek sebanyak 180 mahasiswa (88 laki-laki dan 92 perempuan) dari beberapa perguruan tinggi di Aceh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Indonesia bagian Timur mengalami stres akademik pada kategori sedang (72,8%), yang berarti tekanan akademik cukup tinggi namun masih dapat diatasi dengan strategi coping yang tepat. Reaksi stress yang muncul mencakup aspek fisik, emosional, kognitif, dan perilaku. Instrumen skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas tinggi ($\alpha = 0{,}910$), menunjukkan bahwa alat ukur yang digunakan valid dan konsisten. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada subjek penelitian dan fokus kajian budaya. Penelitian Sarah Humaira, dkk meneliti mahasiswa Indonesia bagian Timur secara umum yang berasal dari berbagai provinsi seperti Nusa Tenggara, Maluku, dan Papua, sedangkan penelitian ini secara khusus meneliti mahasiswa

Papua provinsi aceh sebagai kelompok minoritas yang menghadapi tantangan adaptasi budaya dan sosial yang lebih spesifik. Selain itu, penelitian ini berfokus pada penggambaran tingkat stres akademik mahasiswa Papua dalam konteks kehidupan kampus provinsi aceh, sehingga hasilnya diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi psikologis dan kebutuhan dukungan akademik bagi mahasiswa dari Papua.

Penelitian yang dilakukan oleh Dodikrisno E. Manery, dkk (2024) berjudul "Gambaran Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Pasapua Ambon Tahun 2024". Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi Keperawatan di STIKES Pasapua Ambon. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner online dan analisis univariat untuk memberikan gambaran deskriptif terhadap tingkat stres yang dialami responden. Populasi penelitian berjumlah 381 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 76 responden, yang sebagian besar berjenis kelamin perempuan (68,4%), berusia 17–19 tahun (46,1%), dan berasal dari luar Pulau Ambon (68,4%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori sedang (48,7%), diikuti kategori tinggi (32,7%). Mahasiswa dari luar Pulau Ambon menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa asal Pulau Ambon, yang dikaitkan dengan faktor homesickness, jarak dari keluarga, serta beban finansial. Peneliti menyimpulkan bahwa faktor sosial dan ekonomi memiliki kontribusi besar terhadap peningkatan stres akademik pada mahasiswa keperawatan di STIKES Pasapua Ambon.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada populasi, konteks sosial-budaya, dan fokus kajian penelitian. Penelitian dalam jurnal ini berfokus pada mahasiswa keperawatan di lingkungan institusi kesehatan yang menghadapi tuntutan akademik spesifik dalam bidang medis, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa Papua di provinsi Aceh yang menghadapi tantangan lintas budaya, adaptasi sosial, dan tekanan akademik di lingkungan universitas umum. Selain itu, penelitian ini menyoroti aspek keragaman budaya dan psikologis mahasiswa Papua sebagai kelompok minoritas yang menempuh pendidikan di luar daerah asal, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan kebijakan pendidikan dan dukungan psikososial yang lebih inklusif di perguruan tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Ishmah Rosyidah, dkk (2020) dengan judul "Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin" bertujuan untuk mengetahui tingkat stress akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Hasanuddin. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, dengan populasi seluruh mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan angkatan pertama hingga ketiga, dan teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Instrumen penelitian berupa Skala Stres Akademik untuk mengukur tingkat stres mahasiswa berdasarkan dimensi dan indikator akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori berat, dengan rincian mahasiswa tahun pertama sebesar 90%, tahun kedua 89%, dan tahun ketiga 73%. Faktor-faktor penyebab utama

yang diidentifikasi meliputi beban akademik yang tinggi, tuntutan tanggung jawab peran, perubahan pola hidup, serta masalah ekonomi yang memengaruhi keseimbangan emosional mahasiswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa stres akademik pada mahasiswa keperawatan cenderung meningkat seiring dengan kompleksitas beban akademik dan tuntutan profesional yang mereka hadapi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada subjek penelitian, konteks institusi, dan fokus fenomena psikologis yang dikaji. Penelitian Ishmah Rosyidah, dkk meneliti mahasiswa keperawatan yang memiliki karakteristik beban akademik dan tuntutan praktik klinis yang tinggi dalam konteks pendidikan kesehatan, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa Papua di provinsi aceh yang menghadapi tekanan akademik dalam konteks lintas budaya, termasuk tantangan adaptasi sosial, perbedaan bahasa, serta diskriminasi sebagai kelompok minoritas.

Penelitian yang dilakukan oleh Lidia Danu, dkk (2024) dengan judul "Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana (UNDANA)" bertujuan untuk menggambarkan tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir serta mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stres akademik yang dialami oleh responden, seperti frustasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan populasi seluruh mahasiswa tingkat akhir Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana semester 8, 10, 12, dan 14 sebanyak 770 orang, dan sampel 202 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik simple random sampling.

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner skala stres akademik yang diadaptasi dari penelitian Azahra (2017), dengan analisis data univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel stres akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 48% mahasiswa mengalami stres akademik tinggi, dengan prevalensi tertinggi pada usia 24 tahun (30,2%), mayoritas berjenis kelamin perempuan (71%), dan paling banyak berasal dari semester 14 (28,7%). Faktor-faktor penyebab stres yang dominan adalah frustasi (57,92%), konflik (58,42%), tekanan (58,42%), perubahan (54,46%), dan pemaksaan diri (52,42%), yang sebagian besar berkaitan dengan proses pengerjaan tugas akhir, tuntutan akademik, serta tekanan dari orang tua dan dosen. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada tahap studi responden, fokus fenomena, dan konteks sosial budaya penelitian. Penelitian Lidia Danu, dkk berfokus pada mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres akibat tekanan penyusunan tugas akhir dan tuntutan akademik tinggi, sedangkan penelitian ini meneliti mahasiswa Papua di provinsi aceh secara umum tanpa membatasi tingkat semester. Penelitian ini menyoroti stres akademik dalam konteks adaptasi lintas budaya, di mana mahasiswa Papua menghadapi tekanan tambahan berupa perbedaan bahasa, norma sosial, dan diskriminasi kultural di lingkungan baru.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran *stress akademik* pada mahasiswa Papua Provinsi Aceh berdasarkan aspek.

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui bagaimana gambaran *stress akademik* pada mahasiswa Papua Provinsi Aceh berdasarkan aspek.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai gambaran stres akademik pada mahasiswa asal Papua yang sedang menempuh pendidikan di Provinsi Aceh. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan dan menjadi sumber informasi bagi peneliti selanjutnya, khususnya dalam pengembangan kajian di bidang psikologi pendidikan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Universitas

   Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi universitas untuk menyusun kebijakan yang lebih inklusif, seperti memberikan perhatian khusus pada adaptasi mahasiswa Papua terhadap lingkungan kampus.

2. Bagi Mahasiswa

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa memahami kondisi stres akademik yang dialami serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Pemahaman tersebut dapat menjadi dasar dalam mengembangkan strategi yang tepat untuk mengelola stres dan meningkatkan keberhasilan akademik.