JOURNAL SYNTAX IDEA
p–ISSN: 2723-4339 e-ISSN: 2548-1398
Vol. 8, No. 9, September 2026

Hubungan Dukungan Sosial dan Komunikasi dengan Tingkat Ansietas pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII di Universitas Eka Harap

Dwi Lestiana*, Dwi Agustian Faruk Ibrahim, Nia Pristina
Universitas Eka Harap, Indonesia
Email: dwilestiana04@gmail.com*

Keywords:
Social Support; Communication; Anxiety Level among University Students

Abstract
Thesis preparation is one of the academic requirements that often causes psychological pressure among final-year students. Based on a preliminary survey conducted at Eka Harap University, some students experienced anxiety related to the supervision process, thesis completion, and academic demands. Anxiety is a feeling of worry, fear, or uneasiness arising from the perception of a threat or challenging situation. Social support refers to the assistance, attention, appreciation, and motivation received from family, friends, and the surrounding environment. Communication is the process of exchanging information and messages that enables effective interaction and correlation with others. Adequate social support and effective communication are expected to help reduce students' anxiety levels during thesis preparation. Therefore, this study aimed to determine the relationship between social support and communication with anxiety levels among fourth-year undergraduate nursing students in the eighth semester at Eka Harap University. This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The population consisted of fourth-year undergraduate nursing students in the eighth semester, classes C and D, at Eka Harap University. A total sampling technique was used, resulting in 84 respondents. Data were collected using questionnaires measuring social support, communication, and anxiety levels. Data were analyzed using the Spearman Rank test with a significance level of α = 0.05. The results showed a significant correlation between social support and anxiety levels (p-value = 0.005; r = -0.302). In addition, there was a significant relationship between communication and anxiety levels (p-value = 0.047; r = -0.217). Social support and communication were significantly associated with anxiety levels among students. Lower levels of social support and communication were related to higher levels of anxiety experienced during the thesis preparation process.

Kata Kunci:
Dukungan Sosial; Komunikasi; Tingkat Ansietas pada Mahasiswa

Abstrak
Penyusunan skripsi merupakan salah satu tahapan akademik yang sering menimbulkan tekanan pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan survei awal di Universitas Eka Harap, masih ditemukan mahasiswa yang mengalami kekhawatiran terkait proses bimbingan, penyelesaian skripsi, dan tuntutan akademik lainnya. Ansietas merupakan perasaan cemas, khawatir, atau takut yang muncul akibat persepsi terhadap suatu ancaman. Dukungan sosial adalah bantuan, perhatian, penghargaan, dan motivasi yang diterima individu dari lingkungan sekitar, sedangkan komunikasi merupakan proses penyampaian informasi yang memungkinkan

terjadinya interaksi dan hubungan yang efektif. Dukungan sosial dan komunikasi yang baik diduga dapat membantu menurunkan tingkat ansietas mahasiswa. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan komunikasi dengan tingkat ansietas pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII di Universitas Eka Harap. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII kelas C dan D Universitas Eka Harap. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah 84 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan sosial, komunikasi, dan tingkat ansietas. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat ansietas (p-value = 0,005; r = -0,302). Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi dengan tingkat ansietas (p-value = 0,047; r = -0,217). Dukungan sosial dan komunikasi memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat ansietas mahasiswa. Semakin rendah dukungan sosial dan komunikasi yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi tingkat ansietas yang dialami selama proses penyusunan skripsi.

PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang sedang menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dengan tuntutan menyusun tugas akhir atau skripsi sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana. Pada tahap ini mahasiswa menghadapi proses pencarian referensi, penyusunan proposal, pengambilan data, pengolahan data, bimbingan, revisi, hingga persiapan ujian. Berbagai tuntutan tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis apabila tidak diimbangi kemampuan menghadapi masalah dan dukungan lingkungan yang memadai (Sari, 2024).

Survei pendahuluan pada 16 mahasiswa di Universitas Eka Harap menunjukkan bahwa 10 mahasiswa mengalami tingkat ansietas tinggi. Temuan awal tersebut memperlihatkan adanya masalah psikologis yang perlu diperhatikan pada mahasiswa yang sedang berada pada tahap akhir pendidikan. Kondisi tersebut menjadi dasar peneliti untuk melihat faktor interpersonal yang dapat berkaitan dengan tingkat ansietas, yaitu dukungan sosial dan komunikasi (Dwi Lestiana, 2026).

Dukungan sosial merupakan persepsi individu mengenai tersedianya bantuan dari keluarga, teman, dan orang-orang yang dianggap penting. Dukungan dapat berupa perhatian, dukungan emosional, penghargaan, informasi, motivasi, maupun bantuan nyata. Pada mahasiswa tingkat akhir, dukungan sosial dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik, memperoleh tempat berbagi masalah, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menyelesaikan skripsi (Zimet, 1988; Wardani et al., 2023).

Komunikasi interpersonal merupakan proses penyampaian dan penerimaan pesan antara individu yang memungkinkan seseorang mengungkapkan perasaan, kebutuhan,

masalah, dan memperoleh tanggapan dari orang lain (Aini, F., Islam, U., Sumatera, N., Diri, P., & Bersama, 2025). Komunikasi yang efektif mencakup keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Bagi mahasiswa tingkat akhir, komunikasi dengan dosen pembimbing, teman, dan keluarga dapat membantu memperoleh informasi, arahan, dukungan, dan pemecahan masalah (Devito, 1991; Handayani & Lestari, 2025).

Ansietas merupakan respons emosional yang muncul ketika individu menghadapi keadaan yang dianggap mengancam, menekan, atau tidak pasti. Pada mahasiswa tingkat akhir, ansietas dapat terlihat dalam bentuk rasa khawatir, takut, gelisah, sulit berkonsentrasi, gangguan tidur, dan berbagai keluhan fisik. Kondisi tersebut dapat mengganggu aktivitas belajar dan proses penyelesaian tugas akhir apabila berlangsung secara berlebihan (Sofia et al., 2025; Sarwati et al., 2025).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan kondisi psikologis mahasiswa. Wardani et al. (2023) melaporkan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian studi pada mahasiswa tingkat akhir, sedangkan (Lestari & Ruzain, 2023) menunjukkan keterkaitan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi (Wardani et al., 2023; Lestari & Ruzain, 2023).

Komunikasi juga menjadi aspek yang penting dalam menghadapi tugas akhir. Penelitian mengenai komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang menyusun skripsi menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang baik berhubungan dengan tingkat ansietas yang lebih rendah. Komunikasi membantu mahasiswa menyampaikan kekhawatiran dan memperoleh arahan sehingga masalah akademik dapat dibicarakan dengan pihak yang relevan (Rahmawati, 2023).

Berdasarkan telaah terhadap penelitian terdahulu, terdapat beberapa kesenjangan yang menjadi dasar penelitian ini. Penelitian Wardani et al. (2023) dan Lestari dan Ruzain (2023) hanya meneliti dukungan sosial tanpa mengkaji komunikasi, sedangkan Rahmawati (2023) hanya meneliti komunikasi tanpa mengkaji dukungan sosial. Belum ada penelitian yang secara simultan mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan komunikasi dengan tingkat ansietas pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada penggabungan kedua variabel independen tersebut dalam satu model penelitian, dengan fokus pada populasi mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII di Universitas Eka Harap yang sedang menyusun skripsi

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan dukungan sosial dan komunikasi dengan tingkat ansietas pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII di Universitas Eka Harap. Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran mengenai kondisi ketiga variabel dan hubungan antarvariabel tersebut pada mahasiswa tingkat akhir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Desain korelasional digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel penelitian. Pendekatan yang digunakan adalah cross-sectional, yaitu pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada satu waktu secara bersamaan (Sugiyono, 2019; Notoatmodjo, 2018; Nursalam, 2020).

Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan sosial dan komunikasi, sedangkan variabel dependen adalah tingkat ansietas. Dukungan sosial meliputi persepsi terhadap dukungan keluarga, teman, dan orang terdekat. Komunikasi meliputi aspek keterbukaan, empati, sikap dukung, sikap positif, dan kesetaraan. Tingkat ansietas dinilai melalui gejala psikologis dan fisik yang sesuai dengan instrumen HARS (Zimet, 1988; Devito, 1991; Hamilton, 1959).

Populasi penelitian adalah mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII kelas C dan D Universitas Eka Harap. Sampel yang dianalisis berjumlah 84 responden dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah disiapkan sesuai variabel penelitian. Data yang diperoleh kemudian dilakukan pengolahan, pengkodean, pemberian skor, dan tabulasi sebelum dianalisis secara statistik (Nursalam, 2020).

Instrumen dukungan sosial menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet dan terdiri dari 12 item untuk menilai dukungan dari keluarga, teman, dan *significant others*. Instrumen komunikasi menggunakan kuesioner komunikasi interpersonal yang terdiri dari 10 item. Tingkat ansietas diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang terdiri dari 14 item (Zimet, 1988; Devito, 1991; Hamilton, 1959).

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat ansietas serta hubungan komunikasi dengan tingkat ansietas. Uji yang digunakan adalah Spearman Rank karena data penelitian berbentuk ordinal dan bertujuan mengetahui arah serta kekuatan hubungan antarvariabel dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ (Notoatmodjo, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum

Karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal. Dari 84 responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan, berada pada kelompok usia 23–24 tahun, dan tinggal di kos/asrama. Karakteristik ini menjadi gambaran umum kondisi responden yang sedang menjalani tahap akhir pendidikan keperawatan (Data primer, 2026).

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	19	22,6
	Perempuan	65	77,4
Usia	21–22 tahun	38	45,2
	23–24 tahun	46	54,8
Tempat tinggal	Kos/asrama	56	66,7
	Bersama orang tua	24	28,6
	Keluarga/saudara	4	4,8
Total		84	100

Sumber: Data primer, 2026 (kuesioner penelitian)

Berdasarkan Tabel 1, responden perempuan berjumlah 65 orang (77,4%), sedangkan laki-laki 19 orang (22,6%). Kelompok usia 23–24 tahun merupakan kelompok terbanyak dengan 46 orang (54,8%). Berdasarkan tempat tinggal, 56 responden (66,7%) tinggal di kos/asrama, 24 responden (28,6%) bersama orang tua, dan 4 responden (4,8%) bersama keluarga atau saudara (Data primer, 2026).

Data Khusus

Distribusi Dukungan Sosial, Komunikasi, dan Tingkat Ansietas

Distribusi ketiga variabel penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan komunikasi paling banyak berada pada kategori rendah, sedangkan tingkat ansietas paling banyak berada pada kategori berat. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa responden dalam penelitian ini berada pada kondisi interpersonal yang relatif rendah bersamaan dengan tingginya tingkat ansietas (Data primer, 2026).

Tabel 2. Distribusi dukungan sosial, komunikasi, dan tingkat ansietas

Variabel	Kategori	n	%
Dukungan sosial	Rendah	47	56,0
	Sedang	19	22,6
	Tinggi	18	21,4
Komunikasi	Rendah	54	64,3
	Sedang	18	21,4
	Tinggi	12	14,3
Tingkat ansietas	Berat	78	92,9
	Sedang	5	6,0
	Ringan	1	1,2

Sumber: Data primer, 2026 (kuesioner penelitian)

Dukungan sosial rendah merupakan kategori terbanyak, yaitu 47 responden (56,0%), sedangkan kategori sedang sebanyak 19 responden (22,6%) dan tinggi 18 responden (21,4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mempersepsikan dukungan sosial yang diterima masih rendah (Data primer, 2026).

Pada variabel komunikasi, sebanyak 54 responden (64,3%) berada pada kategori rendah, 18 responden (21,4%) pada kategori sedang, dan 12 responden (14,3%) pada kategori tinggi. Dengan demikian, kemampuan komunikasi yang rendah merupakan kategori dominan pada responden penelitian (Data primer, 2026).

Pada variabel tingkat ansietas, 78 responden (92,9%) mengalami ansietas berat, 5 responden (6,0%) ansietas sedang, dan 1 responden (1,2%) ansietas ringan. Dominannya kategori berat menunjukkan bahwa tingkat ansietas merupakan masalah yang paling menonjol pada kelompok penelitian ini (Data primer, 2026).

Tabel 3. Tabulasi Silang Dukungan Sosial dengan Tingkat Ansietas

Dukungan sosial	Ansietas berat n (%)	Ansietas sedang n (%)	Ansietas ringan n (%)	Total n (%)
Tinggi	15 (19,2%)	3 (60,0%)	0 (0,0%)	18 (21,4%)
Sedang	16 (20,5%)	2 (40,0%)	1 (100,0%)	19 (22,6%)
Rendah	47 (60,3%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	47 (56,0%)
Total	78 (100%)	5 (100%)	1 (100%)	84 (100%)

Sumber: Data primer, 2026 (kuesioner penelitian)

Tabel 4. Tabulasi Silang Komunikasi dengan Tingkat Ansietas

Variabel	Ansietas berat n (%)	Ansietas sedang n (%)	Ansietas ringan n (%)	Total n (%)
Tinggi	9 (11,5%)	3 (60,0%)	0 (0,0%)	12 (14,3%)
Sedang	17 (21,8%)	1 (20,0%)	0 (0,0%)	18 (21,4%)
Rendah	52 (66,7%)	1 (20,0%)	1 (100,0%)	54 (64,3%)
Total	78 (100%)	5 (100%)	1 (100%)	84 (100%)

Sumber: Data primer, 2026 (kuesioner penelitian)

Tabel 5. Hasil Uji Spearman Rank

Hubungan	p-value	r	Keterangan
Dukungan sosial – ansietas	0,005	-0,302	Signifikan
Komunikasi – ansietas	0,047	-0,217	Signifikan

Sumber: Data primer, 2026

Hasil tabulasi silang menunjukkan seluruh 47 responden dengan dukungan sosial rendah mengalami ansietas berat. Pada dukungan sosial sedang terdapat 16 responden dengan ansietas berat, 2 sedang, dan 1 ringan. Pada dukungan sosial tinggi terdapat 15 responden dengan ansietas berat dan 3 sedang. Uji Spearman Rank menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan sosial dan tingkat ansietas (p=0,005; r=-0,302).

Pada variabel komunikasi, dari 18 responden dengan komunikasi sedang terdapat 17 responden mengalami ansietas berat dan 1 ansietas sedang. Dari 54 responden dengan komunikasi rendah terdapat 52 responden mengalami ansietas berat, 1 sedang, dan 1 ringan. Dengan demikian, kelompok komunikasi tinggi terdiri dari 9 responden dengan ansietas berat dan 3 responden dengan ansietas sedang. Uji Spearman Rank menunjukkan hubungan signifikan antara komunikasi dan tingkat ansietas (p=0,005; r=0,302), dan uji Spearman Rank menunjukkan hubungan signifikan antara komunikasi dan tingkat ansietas (p=0,047; r=-0,217).

Dukungan Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial rendah merupakan kategori yang paling banyak, yaitu 47 responden (56,0%), sedangkan 19 responden (22,6%)

berada pada kategori sedang dan 18 responden (21,4%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum mempersepsikan dukungan sosial yang diterimanya secara optimal selama proses penyelesaian pendidikan dan skripsi (Data primer, 2026).

Dukungan sosial merupakan persepsi individu mengenai ketersediaan bantuan dari keluarga, teman, dan significant others. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan instrumental. Pada mahasiswa tingkat akhir, dukungan dapat diwujudkan melalui perhatian, motivasi, tempat berbagi masalah, informasi terkait tugas akhir, dan bantuan nyata selama proses penyelesaian skripsi (Zimet, 1988).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wardani et al. (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan kecemasan dalam penyelesaian studi mahasiswa tingkat akhir. Lestari dan Ruzain (2023) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya berkaitan dengan stres akademik mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial dapat menjadi sumber daya psikologis dalam menghadapi tekanan akademik (Wardani et al., 2023; Lestari & Ruzain, 2023).

Menurut peneliti, rendahnya dukungan sosial dapat berkaitan dengan pola interaksi mahasiswa, hubungan dengan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan tempat tinggal. Sebanyak 56 responden tinggal di kos/asrama sehingga kesempatan memperoleh dukungan langsung dari keluarga dapat berbeda dengan mahasiswa yang tinggal bersama orang tua. Namun, kondisi tempat tinggal tidak dapat dianggap sebagai penyebab langsung karena penelitian ini menggunakan desain cross-sectional (Data primer, 2026; Nursalam, 2020).

Komunikasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi rendah merupakan kategori terbanyak, yaitu 54 responden (64,3%), diikuti komunikasi sedang 18 responden (21,4%) dan komunikasi tinggi 12 responden (14,3%). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menyampaikan informasi, perasaan, kebutuhan, dan kesulitan masih menjadi aspek yang perlu diperhatikan pada mahasiswa tingkat akhir (Data primer, 2026).

Komunikasi interpersonal yang efektif mencakup keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Keterbukaan membantu mahasiswa menyampaikan masalah secara jujur, empati membantu memahami kondisi orang lain, sedangkan sikap mendukung dan positif dapat menciptakan interaksi yang lebih nyaman. Kesetaraan membantu individu berkomunikasi tanpa merasa lebih rendah atau lebih tinggi dari pihak lain (Devito, 1991).

Dalam proses penyusunan skripsi, komunikasi dengan dosen pembimbing diperlukan untuk memperoleh arahan mengenai penulisan, metode, pengolahan data, dan revisi. Komunikasi dengan teman dan keluarga juga dapat membantu mahasiswa memperoleh dukungan emosional serta berdiskusi mengenai kesulitan yang dihadapi. Kompetensi komunikasi dan dukungan sosial teman sebaya juga berkaitan dengan resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir (Handayani & Lestari, 2025).

Menurut peneliti, komunikasi rendah dapat berkaitan dengan kurangnya keterbukaan dalam menyampaikan masalah, keterbatasan interaksi, kesibukan menyusun skripsi, atau kecenderungan mahasiswa menghadapi masalah secara mandiri. Apabila kesulitan tidak disampaikan, orang lain dapat mengalami kesulitan mengetahui bantuan yang dibutuhkan mahasiswa (Data primer, 2026).

Komunikasi yang baik tidak berarti mahasiswa bebas dari masalah, tetapi komunikasi dapat membantu mahasiswa memperoleh informasi dan dukungan yang sesuai. Dengan menyampaikan masalah secara jelas kepada dosen pembimbing, teman, atau keluarga, mahasiswa mempunyai peluang lebih besar memperoleh respons yang sesuai dengan kebutuhannya (Devito, 1991; Handayani & Lestari, 2025).

Tingkat Ansietas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ansietas berat merupakan kategori dominan, yaitu 78 responden (92,9%). Sebanyak 5 responden (6,0%) mengalami ansietas sedang dan 1 responden (1,2%) mengalami ansietas ringan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis responden perlu mendapatkan perhatian dalam konteks tuntutan akademik mahasiswa tingkat akhir (Data primer, 2026).

Ansietas merupakan respons emosional terhadap ancaman yang belum jelas atau belum diketahui secara pasti. Gejala dapat berupa perasaan cemas, ketegangan, gangguan tidur, gangguan konsentrasi, gejala fisik, dan perilaku gelisah. Pengukuran menggunakan HARS menilai berbagai gejala tersebut untuk menggambarkan tingkat ansietas individu (Hamilton, 1959; Sulistyowati et al., 2025).

Mahasiswa tingkat akhir menghadapi berbagai proses seperti penyusunan proposal, pengambilan data, bimbingan, revisi, penyelesaian skripsi, dan persiapan ujian. Kekhawatiran terhadap hasil penelitian, kelulusan, lama studi, serta persiapan memasuki dunia kerja dapat menambah tekanan psikologis. Penelitian mengenai kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir juga menunjukkan bahwa tahap penyelesaian tugas akhir merupakan kondisi yang perlu diperhatikan (Feronica Marbun, 2023; Sofia et al., 2025).

Menurut peneliti, tingginya ansietas pada responden dapat berkaitan dengan tuntutan akademik, kemampuan menghadapi stres, dukungan sosial, komunikasi interpersonal, dan kondisi lingkungan. Karena penelitian dilakukan pada satu waktu, hasil penelitian hanya menunjukkan hubungan antarvariabel dan tidak dapat digunakan untuk menyatakan hubungan sebab-akibat (Data primer, 2026; Nursalam, 2020).

Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Ansietas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden dengan dukungan sosial rendah, yaitu 47 orang, berada pada kategori ansietas berat. Pada dukungan sosial sedang, sebagian besar responden juga mengalami ansietas berat, sedangkan pada dukungan sosial tinggi masih ditemukan responden dengan ansietas berat. Pola tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa dukungan sosial yang lebih rendah disertai tingkat ansietas yang lebih tinggi (Data primer, 2026).

Uji Spearman Rank memperoleh p=0,005 dan r=-0,302. Nilai p<0,05 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, sedangkan nilai korelasi negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial, tingkat ansietas cenderung semakin rendah. Koefisien -0,302 menunjukkan kekuatan hubungan berada pada kategori lemah (Data primer, 2026).

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Wardani et al. (2023) yang menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian studi mahasiswa tingkat akhir. Dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi tekanan melalui dukungan emosional, informasi, penghargaan, dan bantuan nyata sehingga mahasiswa tidak merasa menghadapi masalah akademik seorang diri (Wardani et al., 2023; Zimet, 1988).

Hasil penelitian juga dapat dipahami melalui fungsi dukungan sosial sebagai sumber daya psikologis. Ketika mahasiswa memiliki keluarga, teman, atau orang penting yang dapat dijadikan tempat berbagi, mahasiswa dapat memperoleh rasa aman dan bantuan ketika mengalami kesulitan. Sebaliknya, persepsi dukungan yang rendah dapat membuat mahasiswa lebih sulit memperoleh bantuan saat menghadapi tekanan akademik (Zimet, 1988; Alexander et al., 2025).

Menurut peneliti, kekuatan hubungan yang lemah menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan satu-satunya faktor yang berkaitan dengan tingkat ansietas. Tuntutan akademik, kemampuan koping, kondisi lingkungan, pengalaman pribadi, dan faktor psikologis lainnya dapat turut berperan. Oleh karena itu, dukungan sosial perlu dilihat sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan ansietas, bukan sebagai satu-satunya penentu (Data primer, 2026).

Hubungan Komunikasi dengan Tingkat Ansietas

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa pada komunikasi rendah terdapat 52 responden dengan ansietas berat dari 54 responden. Pada komunikasi sedang, 17 dari 18 responden mengalami ansietas berat, sedangkan pada komunikasi tinggi 9 dari 12 responden mengalami ansietas berat. Pola tersebut memperlihatkan kecenderungan bahwa kategori komunikasi yang lebih rendah lebih banyak ditemukan pada kelompok dengan ansietas berat (Data primer, 2026).

Uji Spearman Rank memperoleh p=0,047 dan r=-0,217. Nilai p<0,05 menunjukkan adanya hubungan signifikan antara komunikasi dan tingkat ansietas. Koefisien negatif menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi, tingkat ansietas cenderung semakin rendah. Kekuatan hubungan termasuk lemah (Data primer, 2026).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Rahmawati (2023) yang menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang baik berhubungan dengan tingkat ansietas yang lebih rendah pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Komunikasi dapat membantu mahasiswa menyampaikan kekhawatiran, memperoleh arahan, dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sehingga ketidakpastian dalam menghadapi masalah dapat dikurangi (Rahmawati, 2023).

Komunikasi juga berhubungan dengan kemampuan mahasiswa untuk meminta bantuan. Mahasiswa yang mampu menyampaikan kesulitan secara terbuka dapat lebih

mudah memperoleh informasi dan arahan. Dalam konteks bimbingan skripsi, komunikasi yang efektif membantu mahasiswa memahami revisi, menyampaikan hambatan pengumpulan data, serta meminta penjelasan ketika mengalami kesulitan (Devito, 1991; Handayani & Lestari, 2025).

Namun, hubungan yang lemah dalam penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi bukan satu-satunya faktor yang menentukan tingkat ansietas. Mahasiswa yang memiliki komunikasi baik tetap dapat mengalami ansietas berat karena tekanan penyelesaian skripsi. Sebaliknya, mahasiswa dengan komunikasi rendah dapat memiliki sumber dukungan lain atau kemampuan koping yang membantu menghadapi tekanan (Data primer, 2026).

Menurut peneliti, komunikasi perlu dipahami sebagai bagian dari hubungan interpersonal yang mendukung mahasiswa. Komunikasi yang terbuka, empatik, positif, mendukung, dan setara dapat menciptakan lingkungan yang memungkinkan mahasiswa mengungkapkan masalah tanpa merasa takut atau malu. Kondisi tersebut dapat membantu mahasiswa memperoleh dukungan yang dibutuhkan selama proses penyelesaian tugas akhir (Devito, 1991).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat IV Semester VIII kelas C dan D Universitas Eka Harap, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki dukungan sosial rendah, komunikasi rendah, dan tingkat ansietas berat. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat ansietas dengan arah hubungan negatif, yang menunjukkan bahwa semakin baik dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat ansietas yang dialami. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi dengan tingkat ansietas dengan arah hubungan negatif, sehingga semakin baik komunikasi mahasiswa dengan keluarga, teman sebaya, dan dosen pembimbing, semakin rendah tingkat ansietas yang dialami selama proses penyusunan skripsi.

Bagi mahasiswa, disarankan lebih aktif membangun dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekitar serta meningkatkan komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing agar beban psikologis selama penyusunan skripsi dapat berkurang. Bagi institusi pendidikan, khususnya Universitas Eka Harap, disarankan menyediakan layanan konseling yang mudah diakses, mengadakan program mentoring atau peer support group, menciptakan lingkungan akademik yang mendukung keterbukaan komunikasi, serta mengintegrasikan pelatihan komunikasi interpersonal dan manajemen stres ke dalam kegiatan akademik. Bagi dosen pembimbing, disarankan meningkatkan komunikasi yang efektif dan empatik, memberikan umpan balik yang jelas dan terarah, serta secara proaktif menanyakan kondisi mahasiswa selama proses bimbingan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan melakukan penelitian dengan desain longitudinal atau eksperimental, memperluas populasi penelitian, menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan ansietas, serta menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pengalaman mahasiswa secara mendalam.

REFERENSI

Aini, F., Islam, U., Sumatera, N., Diri, P., & Bersama, P. (2025). *Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan*. 1–12.

Alexander, A., Imbiri, P., & Huwae, A. (2025). Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. 6(1), 287–294.

Devito, J. A. (1991). Interpersonal Communication.

Handayani, T., & Lestari, P. (2025). Pengaruh Kompetensi Komunikasi Hati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. 14(1), 16–31.

Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. British Journal of Medical Psychology, 32, 50–55.

Lestari, F. P., & Ruzain, R. B. (2023). Dukungan sosial teman sebaya berkorelasi terhadap stres akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. 14(1).

Niken, K., & Aini, M. T. (2020). The correlation between anxiety level and sleep quality of final regular students at Binawan University Jakarta. 2, 341–346.

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan.

Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.

Rahmawati. (2023). Hubungan komunikasi interpersonal dengan tingkat ansietas mahasiswa yang menyusun skripsi.

Rivansyah, A. A., & Alrefi, A. (2025). Analisis Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Akhir Jurusan. 8(2), 81–101.

Sari, Y. (2024). Hubungan Prestasi Belajar dan Motivasi dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan dalam Menyelesaikan Skripsi di STIKES Eka Harap Palangka Raya.

Sarwati, A. S., Wahyu, S., Kartini, A., Yanti, E., Hapsari, P., & Bakhtiar, I. K. (2025). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2023. 7(3), 2082–2089.

Siregar, S. A. (n.d.). Psikologi kecemasan: memahami dan mengelola gejala kecemasan.

Sofia, M., Rahmayanti, K., Nursadrina, C., Serianti, P., & Fitriana, N. (2025). Kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir / The Relationship Social Support With Students' Anxiety Levels in Completing Final Assignments. 11(1), 606–608.

Sulistyowati, A. D., Zahra, F., Hastuti, R. Y., Agustina, N. W., et al. (2025). Hubungan self-efficacy dengan tingkat stres. 20(1), 42–47.

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.

Wardani, T. A., Prasetiyo, W. H., & Gunarsi, S. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan dalam Penyelesaian Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. 6, 4358–4363.

Zimet, G. D. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. 52(1), 30–41.