

Hubungan Antara Komunikasi Dengan Stress Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Tahun 2017

Ilustri

Program Studi D3 Kebidanan, STIK Bina Husada di Palembang

Email : illustri89@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Komunikasi, stress,
skripsi

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi, karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai ahli madya atau sarjana muda. Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah dalam kaitannya dengan komunikasi dan penilaian mahasiswa terhadap dosen pembimbingnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat program studi kesehatan masyarakat STIK Bina Husada Palembang. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menyebar kuesioner sebanyak 56 responden. Analisis yang digunakan yaitu uji validitas, uji reliabilitas, dan uji hipotesis, dengan bantuan komputer program SPSS versi 18,0 menggunakan analisis regresi sederhana. Berdasarkan uraian dan hasil analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat STIK Bina Husada Palembang tahun 2017 dalam penelitian ini diterima. Adapun bunyi dari hipotesis penelitian ini berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan adalah ada hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat

1. PENDAHULUAN

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi. Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah skripsi, karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai ahli madya atau sarjana muda.

Masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah, banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurang adanya ketertarikan mahasiswa pada penelitian (Slamet, 2003). Kegagalan dalam penyusunan skripsi juga disebabkan oleh adanya kesulitan mahasiswa dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing (Riewanto, 2003). Apabila masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa maka dapat menyebabkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus & Nevid, 2002). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika seseorang tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan.

Salah satu faktor yang berpengaruh pada stres yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dari faktor dosen pembimbing adalah masalah hubungan interpersonal yang negatif dengan dosen pembimbing dalam kaitannya dengan komunikasi dan penilaian mahasiswa terhadap dosen pembimbing (Pangestuti, 2003). Hubungan interpersonal yang negatif merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres pada individu (Sarafino, 1994).

Salah satu faktor penentu positif negatifnya suatu hubungan adalah komunikasi, karena komunikasi merupakan salah satu komponen pembentuk hubungan interpersonal (Sarwono, 1997). Komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan lambang yang mengandung arti, baik berupa informasi, pemikiran, pengetahuan dan lainnya, dari komunikator ke komunikan (Walgito, 2001). Komunikasi merupakan faktor yang penting dalam hubungan interpersonal. Kebutuhan seseorang akan rasa ingin tahu, aktualisasi diri, dan kebutuhan untuk menyampaikan ide, pemikiran, pengetahuan dan informasi secara timbal balik kepada orang lain dapat terpenuhi melalui komunikasi.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian permasalahan diatas maka peneliti ingin mengetahui “Hubungan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada Mahasiswa program studi Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada tahun 2017”.

2. METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional, yang ingin melihat hubungan antara variabel-variabel yang akan diteliti, maka metode yang paling tepat digunakan adalah metode korelasi. Suharsimi, A. (2009), menjelaskan bahwa penelitian korelasional dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara dua fenomena (variabel) atau lebih. Karena hubungan yang dicari bukanlah hubungan kausal atau sebab akibat, maka metode penelitiannya adalah metode penelitian korelasional.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian tindakan ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat yang Sedang menyusun Skripsi, yaitu mahasiswa tingkat akhir. Jumlah mahasiswa yang sedang menyusun Skripsi sebanyak 126 orang.

Sampel adalah bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misal karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti akan mengambil sampel dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul *representative* (Sugiyono, 2011).

Untuk jumlah populasi yang telah diketahui digunakan rumus **Taro Yamane** (Ridwan, 2007) untuk menghitung jumlah sampel yang diperlukan:

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

Dimana :

n : Jumlah sampel yang dicari

N : Jumlah populasi

d² : Jumlah presisi 10% (0,10)

maka ;

$$n = \frac{126}{126(0.10)^2 + 1}$$

$$n = \frac{126}{(1.26) + 1}$$

$$n = \frac{126}{2,26} = 55,75$$

Jumlah sampel adalah 55,75. Dibulatkan menjadi 56 orang.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di STIK Bina Husada Palembang pada mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat yang sedang Menyusun Skripsi. Waktu penelitian selama satu minggu.

Pengumpulan dan Pengolahan Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari sumbernya. Data primer dalam penelitian ini adalah aitem-aitem pertanyaan yang diperoleh melalui kuesioner mengenai Komunikasi dan stress. Berupa jawaban atas pertanyaan yang terkait dengan kedua variabel.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang sudah dikumpulkan terlebih dahulu oleh pihak lain atau sudah disajikan dalam bentuk laporan. Data sekunder dalam penelitian ini adalah berbagai sumber informasi yang diperoleh melalui literatur-literatur dalam bentuk buku teks, jurnal, tesis, artikel mengenai komunikasi dan stress. Pengolahan data penelitian dilaksanakan dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS 18,0 (*Statistical Package For Social Science*)

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analisis statistic*. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas, uji linieritas dan uji hipotesis.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang terkumpul bersubsidi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogrof-Smirnov*. Kaidah yang digunakan untuk menyetujui normalitas sebaran data adalah Jika signifikansi $p > 0,05$ maka data berdistribusi normal, sebaliknya jika signifikansi $p < 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal (Sudjana, 2009).

Apabila pengujian normal, maka hasil perhitungan statistik menggunakan uji parametrik. Sebaliknya jika pengujian tidak normal, maka hasil perhitungan statistik menggunakan uji non parametrik.

Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas yaitu Komunikasi dan variabel terikat yaitu Stress memiliki hubungan yang linier. Hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dikatakan linier jika tidak ditemukan penyimpangan. Kaidah uji yang digunakan adalah jika $p < 0,05$ berarti hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan linier, tetapi jika $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat tidak linier (Sudjana, 2009).

Uji linieritas dilakukan dengan teknik analisis *varians*. Jika $p \leq 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan linier dan jika $p > 0,05$ maka hubungannya tidak linier.

Uji Hipotesis

Apabila terpenuhnya uji normalitas dan uji linieritas maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah kuantitatif, sehingga data

tersebut akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana (*Simple Regression*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Penelitian

Gambaran umum mengenai data penelitian, dapat dilihat pada tabel deskripsi data penelitian variabel Komunikasi dan stress dirangkum dalam tabel 3.1 dibawah ini :

Tabel 3.1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Yang Diperoleh Melalui Analisis SPSS			
	Mean	SD	X Min	X Max
Stress	90.48	19.730	49	161
Komunikasi	92.14	14.021	55	121

Sumber : Olahan Data Penelitian (Illustri, 2017)

Arikunto (2009), membagi kategori subjek menjadi dua bagian yaitu baik dan tidak baik dilihat dari nilai tengah tiap variabel atau nilai mean. Dikatakan baik suatu variabel jika $X > \text{Mean}$, dikatakan kategori tidak baik jika $X \leq \text{Mean}$.

a. Kategori Variabel Stress

Berdasarkan tabel 3.1 tentang distribusi frekuensi responden, menyatakan bahwa sebanyak 56 Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada dijadikan subjek penelitian, terdapat 29 Mahasiswa atau 52% yang mengalami stress rendah dan 27 Mahasiswa atau 48% Mahasiswa yang mengalami stress tinggi. Sehingga dapat disimpulkan rata – rata Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada mengalami kategorisasi stress rendah.

b. Kategori Variabel Komunikasi

Berdasarkan hasil tabel 3.1 diatas, responden menyatakan bahwa sebanyak 56 Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada dijadikan subjek penelitian, terdapat 29 Mahasiswa atau 52% yang melakukan komunikasi baik dan 27 Mahasiswa atau 48% Mahasiswa yang melakukan komunikasi tidak baik. Sehingga dapat disimpulkan rata – rata Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada melakukan kategorisasi Komunikasi yang baik.

Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum uji hipotesis, dimana dalam penelitian ini uji asumsi terdiri dari dua pengujian, yaitu : uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui kenormalan data sebaran di dalam data penelitian, dimana yang menjadi syarat untuk dilaksanakan bahwa data tersebut normal apabila nilai data lebih dari taraf signifikan yang telah ditentukan yaitu $p > 0,05$ dengan uji *Kolmogorov Smirnof*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran data adalah jika $p > 0,05$ maka sebaran dinyatakan normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran dinyatakan tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.2 Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	P	Keterangan
Stress	0,493	0,968	Normal
Komunikasi	0,516	0,953	Normal

Keterangan : KS-Z = Uji *Kolmogorof Smirnof*
p = Signifikansi

Berdasarkan tabel diatas, bahwa hasil dari kedua data yang diperoleh melalui alat ukur yang dibuat oleh penulis berdistribusi normal karena memenuhi kaidah $p > 0,05$, dapat dilihat dari nilai p (Asymp.Sig 2-tailed) alat ukur tersebut yaitu pada Stress (0,968) dan Komunikasi (0,953) yang lebih besar dari 0,05.

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantug. Kaidah yang digunakan adalah jika $p < 0,05$ berarti hubungan antara kedua variabel adalah linier, jika $p > 0,05$ maka hubungan antara kedua variabel tidak linier. Hasil uji linieritas antara Komunikasi dengan Stress dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.3 Hasil Uji Linieritas Antara Komunikasi dengan Stress

Variabel	F	p	Keterangan
Komunikasi dengan Stress	41.182	0.000	Linier

Berdasarkan tabel diatas dari uji linieritas antara Komunikasi dengan Stress dapat dilihat bahwa terdapat hubungan yang linier karena memenuhi kaidah $p < 0,01$. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai p (0,000) yang lebih kecil dari 0,01.

Uji Hipotesis

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah menggunakan uji regresi sederhana yang dilakukan pada variabel Komunikasi dengan Stress, dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 3.4 Hasil Uji Regresi Sederhana

Variabel	R	R ²	F	p	Ket
Komunikasi dengan Stress	0,658	0,433	41.182	0,000	Sangat Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil nilai korelasi antara variabel Komunikasi dengan Stress yaitu $r = 0,658$ dengan nilai $F = 41.182$ dan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$. Ini berarti bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara Komunikasi dengan Stress pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada yang sedang menyusun skripsi. Besarnya sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel komunikasi dengan stress adalah sebesar 0,433 atau 43,3%. Jadi masih terdapat 56,7% pengaruh dari faktor – faktor lain.

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan mengenai hubungan antara Komunikasi dengan Stress dalam menyusun skripsi ini menggunakan uji regresi sederhana yang bertujuan untuk menguji hipotesis tentang adanya hubungan antara Komunikasi dengan Stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada. Hasil analisis yang diperoleh dari penelitian ini adalah adanya penerimaan pada hipotesis yang diajukan. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi $r = 0,658$ dengan nilai signifikansi (p) =

0,000 atau dengan kata lain $p < 0,01$. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat STIK Bina Husada Palembang tahun 2017 dalam penelitian ini diterima. Adapun bunyi dari hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat.

Hasil hipotesis dalam penelitian ini dikatakan signifikan karena pada dasarnya stress adalah kondisi dimana individu yang merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya, menyebabkan adanya tekanan yang mempengaruhi aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Tekanan yang dialami individu terhadap stress dapat bersumber dari lingkungan sosial (Sarafino, 1994). Hubungan komunikasi yang tidak baik akan menimbulkan stress. Komunikasi juga membantu individu dalam proses perkembangan intelektual dan sosial, pembentukan identitas diri dan jati diri, sumber pembandingan sosial dan penentu kesehatan mental (Supratiknya, 1995).

Salah satu penyebab terjadinya komunikasi yang tidak baik adalah kurang terjalin komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing sehingga menyebabkan permasalahan saat penyusunan skripsi seperti tidak tersampaikan konsep pikir dosen ke mahasiswa, dimana komunikasi dosen dan mahasiswa juga sangat berperan dalam pengambilan keputusan oleh mahasiswa atas masalah-masalah yang dihadapi saat menyusun skripsi.

Menurut Rakhmat (2011) komunikasi interpersonal yang efektif menyebabkan dua individu yang tergabung dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga menumbuhkan sikap saling terbuka, sebaliknya komunikasi interpersonal yang berjalan tidak efektif maka menyebabkan pelaku komunikasi mengembangkan sikap tegang. Adanya keterbukaan dalam komunikasi memudahkan komunikasi memahami maksud dari pesan yang disampaikan oleh komunikator dan dapat mempengaruhi komunikasi untuk bersikap dan bertindak sesuai dengan harapan komunikator.

Pada dasarnya komunikasi bertujuan menyampaikan suatu pesan atau informasi hingga pesan tersebut dapat diterima oleh penerima dengan bentuk dan cara penyampaian yang baik. Namun, sering terjadi pesan atau informasi tersebut berubah arti (*distorsi*) dari pesan yang diharapkan untuk diterima. Suatu *distorsi* (penyimpangan/kekeliruan) terjadi akibat gangguan dalam proses komunikasi. *Distorsi* sebenarnya tidak boleh terlalu banyak dan sering terjadi, harus di minimalisir. Untuk itu hendaknya dapat ditelusuri dan dipelajari komponen-komponen komunikasi yang terlibat sebagai potensi terjadinya *distorsi* tersebut. Dengan cara itu kita dapat lebih berhati-hati (DeVito, 1995).

Menurut Ross et al (Gunawati, 2006) bahwa perselisihan pendapat antara mahasiswa dengan dosen merupakan salah satu sumber stress pada mahasiswa. Kegagalan dalam komunikasi menyebabkan terjadinya perselisihan pendapat yang terjadi akibat adanya kesalahan dalam menginterpretasi arti pesan. Adanya kesalahan dalam interpretasi pesan menunjukkan bahwa komunikasi yang ada tidak berjalan efektif, sehingga menyebabkan adanya ketegangan. Ketegangan yang berlangsung secara terus-menerus dapat berkembang menjadi stress.

Berdasarkan hasil analisis di atas nilai koefisien korelasi $r = 0,658$ dengan nilai signifikansi (p) = 0,000 atau dengan kata lain $p < 0,01$ menunjukkan bahwa semakin baik komunikasi maka semakin rendah tingkat stress dalam menyusun skripsi, dan sebaliknya tidak baik komunikasi yang dilakukan maka semakin tinggi tingkat stress yang terjadi dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat STIK Bina Husada Palembang. Hasil analisis tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat STIK Bina Husada Palembang.

Besarnya nilai sumbangan efektif atau R^2 Komunikasi (variabel bebas) terhadap stress (variabel terikat) dalam menyusun skripsi adalah 43,3% yang berarti bahwa masih terdapat 56,7% dari faktor lain yang juga berhubungan. Faktor yang paling dominan dalam

mempengaruhi komunikasi adalah keterbukaan, empati, dukungan, kepositifan, kesederajatan, keyakinan, kesiapan, dan manajemen interaksi.

Besarnya sebaran skala stress dalam menyusun skripsi terhadap subyek penelitian diperoleh Mean Empirik (hasil analisis SPSS) sebesar 90.48 dengan Standar Deviation 19.730. Sedangkan dari hasil respon subyek pada item skala stress dalam menyusun skripsi menunjukkan tingkat stress mahasiswa dalam menyusun skripsi dalam kategori tinggi sebanyak 27 orang (48%) sedangkan kategori rendah sebanyak 29 orang (52%).

Sedangkan untuk sebaran skala komunikasi terhadap subyek penelitian diperoleh Mean Empirik (hasil analisis SPSS) sebesar 92.14 dengan Standar Deviation 14.021. Sedangkan dari hasil respon subyek pada item skala komunikasi dalam menyusun skripsi menunjukkan tingkat komunikasi mahasiswa dalam menyusun skripsi dalam kategori baik sebanyak 29 orang (52%) sedangkan kategori rendah sebanyak 27 orang (48%).

Penelitian ini telah dilakukan secara optimal, namun masih dijumpai berbagai kelemahan dan kekurangan. Sehingga memerlukan perbaikan atau penanganan lebih lanjut agar hasil penelitian dapat lebih akurat dan bermanfaat. Generalisasi dari hasil-hasil penelitian ini terbatas pada populasi tempat penelitian dilakukan sehingga penerapan pada ruang lingkup yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda. Kiranya perlu dilakukan penelitian lagi dengan menggunakan atau menambahkan variabel-variabel lain yang belum disertakan dalam penelitian ini ataupun dengan menambahkan dan memperluas ruang lingkup penelitian.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada sebanyak 29 mahasiswa atau 52% yang mengalami stress rendah dan 27 Mahasiswa atau 48% Mahasiswa yang mengalami stress tinggi. Sehingga dapat disimpulkan rata – rata Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada mengalami kategorisasi stress rendah.
2. Ada sebanyak 29 Mahasiswa atau 52% yang melakukan komunikasi baik dan 27 Mahasiswa atau 48% Mahasiswa yang melakukan komunikasi tidak baik. Sehingga dapat disimpulkan rata – rata Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada melakukan kategorisasi Komunikasi yang baik.
3. Ada hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa kesehatan masyarakat

REFERENSI

- Arikunto, S. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Reinka Cipta.
- Azwar, S. 2005. *Metode Penelitian jilid 1*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bishop, G. D. 1994. *Health Psychology: Integrating Mind and Body*. Singapore: Allin and Bacon.
- De Vito, J. A. 1995. *The Interpersonal Communication*. Seventh Edition. New York: Harper Collins College Publisher.
- Djamarah, S. B. 2004. *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hadi, S. 2007. *Statistika*. Yogyakarta : ANDI.

- Hardjana, A. M. 1994. Stres tanpa Distres: Seni Mengelola Stres. Yogyakarta: Kanisius.
- . 2003. Komunikasi Intrapersonal dan Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta: Kanisius.
- Lunandi, A. G. 1992. Komunikasi Mengena: Meningkatkan Efektifitas Komunikasi Antar Pribadi. Yogyakarta: Kanisius.
- Monk, F. J., Knoers, A. M. P., Haditono, S. R. 2001. Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muhammad, A. 2001. Komunikasi Organisasi. Jakarta: Bumi Aksara.
- Pangestuti, R. 2003. Penundaan Menyelesaikan Skripsi (Studi Kasus pada beberapa Mahasiswa Angkatan '96 Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Semarang. Fakultas Psikologi UNDIP.
- Poerwadarminta, W. J. S. 1983. Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta : PT. Balai Pustaka.
- Rakhmat, J. 2011. Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Redl, F. & Watten, W. W. 1959. Mental Hygiene and Teaching. New York: Harcourt, Brace & World, Inc.
- Riewanto, A. (2003, 5 Febuari). Skripsi Barometer Intelegktualitas Mahasiswa. Suara Merdeka.
- Rathus, S. A. & Nevid, J. S. 2002. Psychology and The Challenge of Life: Adjustment in The New Millenium. Eight Edition. Danver: John Willey & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P. 1994. Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Second Edition. Singapore: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarwono, S. W. 1997. Psikologi Sosial: Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial. Jakarta: Balai Pustaka.
- Schneiders, A. 1964. Personal Adjustment and Mental Health. New York: Rinehart and Windston.Inc.
- Slamet. (2003, 15 Januari). Banyak yang Melakukan Plagiat. Suara Merdeka.
- Smet, B. 1994. Psikologi Kesehatan. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sudjana. 2009. Metoda Statistika. Bandung : Tarsito.
- Sugiyono. 2011. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfa Beta.
- Sukmadinata, N. S. 2003. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Suparno, P., Rohadi, R., Sukadi, G., Kartono, St.. 2002. Reformasi Pendidikan: Sebuah Rekomendasi. Yogyakarta: Kanisius.
- Walgito, B. 2001. Psikologi Sosial: Suatu Pengantar. Yogyakarta: Andi Offset.