

PENGUKURAN KELUHAN DEPRESI KECEMASAN DAN STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI INSTITUT TEKNOLOGI KALIMANTAN MENGGUNAKAN METODE DASS 21

Nama : Muhammad Akbar Rasya
NIM : 12211055
Dosen Pembimbing Utama : Ir. Muqimuddin, S.T., M.T
Dosen Pembimbing Pendamping : Anis Rohmana Malik, S.K.M., M.K.K.K

ABSTRAK

Kesehatan mental mahasiswa merupakan aspek penting yang berpengaruh langsung terhadap kesejahteraan psikologis dan keberhasilan akademik. Tekanan akademik, tuntutan sosial, serta aktivitas perkuliahan yang padat sering memicu timbulnya gejala depresi, kecemasan, dan stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat keluhan depresi, kecemasan, dan stres mahasiswa Program Studi Teknik Industri Institut Teknologi Kalimantan menggunakan metode *Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21)*. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif melalui penyebaran kuesioner kepada 352 mahasiswa aktif menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil uji validitas menunjukkan seluruh item memiliki nilai *r hitung* lebih besar dari *r tabel* (0,107), sedangkan uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,914 yang menandakan tingkat konsistensi internal yang sangat tinggi. Uji kecukupan data menunjukkan nilai *Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)* sebesar 0,930 dengan signifikansi *Bartlett's Test* sebesar 0,000 ($<0,05$), sehingga data dinyatakan layak untuk dianalisis lebih lanjut. Berdasarkan hasil analisis, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori depresi sedang (37,2%), diikuti depresi berat (21,0%), dan ringan (15,6%), sementara gejala paling dominan adalah kelelahan (QD4) dan kesulitan berkonsentrasi (QD5). Mahasiswa perempuan serta mahasiswa yang bekerja sambil kuliah cenderung lebih rentan mengalami kecemasan dan stres akibat beban akademik dan tanggung jawab ganda. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan dan gangguan konsentrasi merupakan faktor utama yang memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa Teknik Industri ITK.

Kata Kunci : DASS-21, Depresi, Kecemasan, Kesehatan Mental, Stres