

Hubungan Penggunaan *Generative Artificial Intelligence* (Gen AI) Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta

Rifky Amar Saputra¹, Irba Tartila Amtiyaz², Totok Wahyudi³

^{1,2,3,4} Universitas Duta Bangsa Surakarta

Email: rifkyamar0139@gmail.com¹, irba_tartila@udb.ac.id, totok_wahyudi@udb.ac.id¹

Abstrak

Latar Belakang : Stres seringkali dialami oleh mahasiswa tingkat akhir karena tuntutan akademik dalam menyelesaikan skripsi. Stres tersebut perlu dikelola dengan baik. Banyak mahasiswa tingkat akhir yang memanfaatkan Gen AI sebagai salah satu teknologi yang digunakan dalam membantu menyusun skripsi. Pemanfaatan Gen AI dapat membantu mengurangi beban akademik sehingga dapat memengaruhi tingkat stres. Tujuan : Mengetahui hubungan penggunaan *Generative Artificial Intelligence* (Gen AI) dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta. Metode : Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif analitik dengan desain korelasional dan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 140 responden dari 4 Fakultas di Universitas Duta Bangsa Surakarta, yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner penggunaan Gen AI yang di adopsi dari penelitian terdahulu dan *Lakaev Academic Stress Response Scale -2* (LASRS-2). Data responden diolah menggunakan uji Spearman Rank. Hasil : Sebagian besar responden berada pada tingkat penggunaan Gen AI rendah (35,7%) dan tingkat stres juga berada pada kategori rendah (35%) tetapi tidak jauh berbeda dengan kategori lainnya. Hasil uji spearman rank menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir ($p = 0,008$, $r = -0,222$). Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan negatif yang lemah. Yang artinya semakin tinggi penggunaan Gen AI, maka semakin rendah tingkat stres mahasiswa. Kesimpulan : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penggunaan *Generative Artificial Intelligence* dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta.

Kata kunci: *Generative Artificial Intelligence* (Gen AI), Tingkat Stres, Mahasiswa Tingkat Akhir, Skripsi

Abstract

Background: Senior students often experience stress due to the academic demands of completing their thesis. This stress needs to be managed effectively. Many senior students use Gen AI as one of the technologies to help them write their thesis. The use of Gen AI can help reduce their academic workload, which in turn can lower their stress levels. Objective: To determine the relationship between the use of Generative Artificial Intelligence (Gen AI) and stress levels among senior students at Duta Bangsa University in Surakarta. Method: This study employed a descriptive-analytical quantitative research method with a correlational design and a cross-sectional approach. The study sample consisted of 140 respondents from four faculties at Duta Bangsa University in Surakarta, selected using consecutive sampling. Data were collected using a Gen AI usage questionnaire adapted from previous research and the Lakaev Academic Stress Response Scale-2 (LASRS-2). Respondent data were analyzed using the Spearman rank test. Results: Most respondents reported a low level of Gen AI usage (35.7%), and their stress levels were also in the low category (35%), though not significantly different from the other categories. The results of the Spearman rank test indicate a significant relationship between Gen AI usage and stress levels among senior students ($p = 0.008$, $r = -0.222$). The correlation coefficient indicates a weak negative relationship. This means that the higher the level of Gen AI usage, the lower the students' stress levels. Conclusion: There is a significant negative correlation between the use of Generative Artificial Intelligence and stress levels among senior students at Duta Bangsa University in Surakarta.

Keywords: Generative Artificial Intelligence (Gen AI), Stress Levels, Student Undergraduates Thesis

1. PENDAHULUAN

Stres merupakan reaksi alami yang mendorong individu untuk menghadapi tantangan dan bahaya dalam kehidupannya[1]. Kondisi ini disebabkan oleh perubahan lingkungan yang dianggap menantang, mengancam atau mengganggu keseimbangan dinamis seseorang[2]. Stres dapat terjadi pada siapa saja termasuk mahasiswa. Stres yang tinggi sering dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir dihadapkan dengan proses penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat mahasiswa dinyatakan lulus dari program studi yang ditempuh[3]. Proses penyusunan skripsi memerlukan waktu yang panjang dan seringkali mengakibatkan stres bagi mahasiswa karena beberapa faktor seperti, kesulitan mencari referensi, kesulitan dalam mengelola *microsoft word*, proses bimbingan dengan dosen, banyaknya revisi dan tuntutan selesai tepat waktu[4].

Stres pada mahasiswa tingkat akhir tidak hanya terjadi di Indonesia. Penelitian yang dilakukan di Institut Ilmu Kesehatan Bangladesh, tingkat stres mahasiswa tingkat akhir 68,60%[5]. Data WHO 2020 tingkat stres mahasiswa tingkat akhir di dunia 38-71%, di Asia 39,5-61,3% dan di Indonesia sendiri sebesar 61,3% berdasarkan Data Badan Statistik (BPS)[6]. Angka tersebut bisa dikatakan tinggi, sehingga pengelolaan stres pada mahasiswa tingkat akhir perlu di kelola dengan baik. Seiring berkembangnya kemajuan teknologi, banyak mahasiswa yang menggunakan *Generative Artificial Intelligence* (Gen AI) dalam proses mengerjakan skripsi. Gen AI dapat berperan positif dalam mengelola stres mahasiswa dan mendukung proses belajar mahasiswa[7].

Generative Artificial Intelligence (Gen AI) adalah suatu kecerdasan buatan yang dapat menghasilkan teks, gambar dan suara sesuai dengan instruksi penggunaannya. Gen AI berkembang menjadi beberapa platform seperti ChatGPT, Gemini AI dan masih banyak lagi[8]. Gen AI banyak digunakan oleh mahasiswa tingkat akhir untuk mencari referensi, mengembangkan pokok pikiran, mencari topik penelitian, merangkum literatur dan masih banyak lainnya[9]. Prevelensi tingkat penggunaan Gen AI pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik dengan durasi 71,7% menggunakannya lebih dari 1 kali dalam seminggu, 15,1% menggunakannya 1 kali dalam seminggu, 11,3% menggunakannya setiap hari dan 1,8% tidak pernah menggunakannya selama menyelesaikan tugas[10].

Penelitian mengenai tingkat stres pernah dilakukan di Universitas Duta Bangsa Surakarta, dengan hasil 18,7% stres ringan, 54,22% stres sedang, 26,51% stres berat. Tetapi penelitian tersebut tidak dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir dan hanya melibatkan 1 kelas[11]. Sehingga pada penelitian ini, peneliti tertarik meneliti seluruh mahasiswa Universitas Duta Bangsa Surakarta tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Studi pendahuluan yang dilakukan pada 27 Februari 2026, sebanyak 771 mahasiswa sedang menyusun skripsi. Wawancara yang dilakukan kepada 10 mahasiswa, mengatakan bahwa saat proses penyusunan skripsi mereka cenderung lebih stres dibandingkan saat proses perkuliahan biasa. 10 mahasiswa tersebut memanfaatkan Gen AI dalam proses penyusunan skripsi, sehingga mereka merasa terbantu dengan adanya Gen AI. Maka dari itu peneliti tertarik meneliti hubungan penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif analitik dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Desain ini dipilih untuk mengetahui hubungan penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta. Variabel yang diteliti, diukur dalam satu periode pengamatan tanpa diberikan intervensi oleh peneliti. Pemilihan pendekatan *cross sectional* didasari pertimbangan bahwa peneliti bermaksud mengetahui hubungan kedua variabel dalam waktu tertentu, sesuai dengan desain penelitian yaitu meneliti hubungan.

Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta yang sedang menyusun skripsi berjumlah 771 mahasiswa, yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa sarjana tingkat akhir, sedang menyusun skripsi, pernah menggunakan Gen AI dalam proses perkuliahan maupun saat menyusun skripsi dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang tidak aktif, mahasiswa non reguler dan mahasiswa prodi sarjana keperawatan. Sampel diambil dengan rumus Yamane, diperoleh 263 mahasiswa, dengan teknik sampling *consecutive sampling*. Kemudian dibagi menjadi 4 fakultas dengan teknik rumus *proportional allocation* supaya sampel dari setiap fakultas merata. Penelitian dilakukan dalam waktu 1 bulan sesuai dengan ketentuan akademik.

Variabel independen pada penelitian ini yaitu penggunaan Gen AI dan variabel dependen tingkat stres mahasiswa. Variabel penggunaan Gen AI diukur menggunakan kuesioner penggunaan Gen AI yang diadopsi dari penelitian terdahulu yang terdiri dari 16 butir pertanyaan yang dibagi menjadi dua domain yaitu perilaku penggunaan dan manfaat penggunaan dengan skala likert 1-5, dikategorikan menjadi rendah, sedang dan tinggi. Hasil uji validitas kuesioner tersebut yaitu r tabel = 0,329 dan hasil uji reabilitas *croanbach's alpha* sebesar 0,888[12]. Variabel tingkat stres mahasiswa diukur menggunakan kuesioner *Lakaev Academic Stress Response Scale – 2* (LASRS-2). Kuesioner ini terdiri dari 26 butir pertanyaan yang dibagi menjadi empat domain, yaitu afektif, fisiologis, perilaku dan kognitif dengan skala likert 1-5. Kemudian dikategorikan menjadi rendah, sedang dan tinggi. Hasil uji validitas kuesioner tersebut menggunakan analisis *Rasch* dengan hasil *person reliability* sebesar 0,95 dan *item reliability* sebesar 0,99 serta hasil *croanbach's alpha* sebesar 0,96[13].

Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh izin institusi dan persetujuan komite etik penelitian (*ethical clearance*), dari pihak yang berwenang. Teknik pengambilan data dilakukan melalui kuesioner yang di sebar secara daring melalui *whatss app*, berbentuk link akses yang didalamnya terdiri dari penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat dan risiko penelitian kepada calon responden. Responden yang bersedia berpartisipasi menyetujui *informed consent* yang telah tercantum dalam link tersebut. Pengisian data dilakukan secara mandiri oleh mahasiswa sesuai dengan apa yang dirasakan pada setiap responden. Waktu pengambilan data dilakukan dalam waktu 1 bulan sesuai dengan ketentuan akademik. Data yang terkumpul selanjutnya dilakukan tahap pemeriksaan data dan coding.

Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden yaitu skor penggunaan Gen AI dan tingkat stres berdasarkan LASRS-2, kemudian dikategorikan menjadi rendah, sedang dan tinggi. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir menggunakan uji *spearman rank*. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian yaitu *autonomy*, *beneficence*, *non-maleficence* dan *justice*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Duta Surakarta, setelah memperoleh izin dari institusi dan persetujuan responden. Universitas Duta Bangsa Surakarta terdiri dari 6 fakultas yaitu, Fakultas Ilmu Kesehatan, Fakultas Ilmu Komputer, Fakultas Hukum & Bisnis, Fakultas Sains & Teknologi, Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan dan Fakultas Kedokteran. Fakultas yang dilibatkan dalam penelitian ini ada 4 fakultas yaitu, Fakultas Ilmu Kesehatan, Fakultas Ilmu Komputer, Fakultas Hukum & Bisnis dan Fakultas Sains & Teknologi dengan jumlah responden 140 responden.

Tabel 1. Data Demografi

Jenis Data Demografi	Hasil Data Demografi	Jumlah	
		Frekuensi	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	36	25,7
	Perempuan	104	74,3
Asal Fakultas	Fakultas Ilmu Kesehatan	43	30
	Fakultas Ilmu Komputer	56	40
	Fakultas Sains & Teknologi	11	7,9
	Fakultas Hukum & Bisnis	31	22,1
Jenis Penelitian	Kuantitatif	115	82,1
	Kualitatif	25	17,9
Gen AI Yang Digunakan	Gratis	121	86,4
	Berbayar	19	13,6
Lama Penggunaan Gen AI	Kurang dari 3 bulan	8	5,7
	3-6 bulan	12	8,6
	7-12 bulan	17	12,1
	Lebih dari 1 tahun	103	73,6
Jenis Platform Gen AI Yang Digunakan	Chat GPT	132	94,3
	Gemini AI	80	57,1
	Perplexcity	39	27,9
	Copilot	13	9,3
	Alat Gen AI Gambar (Seperti Midjourney, DALL-E, Firefly)	5	3,6
	Alat Gen AI Spesifik (Seperti Elicit.org, Scite, Consensus)	7	5
	Deepsek	1	0,7
	Blackbox AI	1	0,7
	Claude	1	0,7

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 1, penelitian terhadap 140 responden didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 104 responden (74,3%), responden terbanyak Fakultas Ilmu Komputer 56 responden (40%), metode penelitian kuantitatif 115 responden (82,1%), Gen AI yang digunakan gratis 121 responden (86,4%), penggunaan Gen AI lebih dari 1 tahun 103 responden (73,6%) dan jenis Gen AI yang digunakan ChatGPT 132 responden (94,3%).

Tabel 2. Data Demografi Usia

Data Demografi Usia		
Median	Minimum	Maksimum
22	18	24

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 2, usia minimum responden 18 tahun, usia maksimum 24 tahun dan median usia 22 tahun.

Tabel 3. Tingkat Penggunaan Gen AI

Tingkat Penggunaan Gen AI	Frekuensi	%
Rendah (16-53)	50	35,7%
Sedang (54-62)	48	34,3%
Tinggi (63-80)	42	30%
Total	140	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 3, tingkat penggunaan Gen AI dibagi menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi, yang ditentukan dengan teknik percentil yaitu $P_{33} = 53$ dan $P_{66} = 62$. Nilai dari setiap responden ditotal dan dikategorikan. Sehingga didapatkan hasil responden dengan tingkat penggunaan rendah 50 responden (35,7%), sedang 48 responden (34,3%) dan tinggi 42 responden (30%).

Tabel 4. Tingkat Stres Mahasiswa

Tingkat Stres Mahasiswa	Frekuensi	%
Rendah (26-45)	49	35%
Sedang (46-57)	45	32,1%
Tinggi (58-130)	46	32,9%
Total	140	100%

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 4, tingkat stres mahasiswa dibagi menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi, yang ditentukan berdasarkan teknik percentil yaitu $P_{33} = 45$ dan $P_{66} = 57$. Nilai dari setiap responden dikategorikan. Sehingga didapatkan hasil rendah 49 responden (35%), sedang 45 responden (32,1%) dan tinggi 46 responden (32,9%).

Tabel 5. Hasil Uji *Crosstabs*

Kategori		Penggunaan Gen AI			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Tingkat Stres	Rendah	16	9	24	49
	Sedang	14	20	11	45
	Tinggi	20	19	7	46
	Total	50	48	42	140

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 5, hasil uji *crosstabs* didapatkan hasil dari 140 responden bahwa responden dengan tingkat stres tinggi berada pada penggunaan Gen AI rendah 20 responden, sedangkan penggunaan Gen AI kategori tinggi berada pada tingkat stres rendah 24 responden.

Tabel 6. Hasil Uji Spearman Rank

Variabel	r	p-value
Penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa	-0,222	0,008

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan tabel 6, didapatkan hasil uji *spearman rank* yaitu nilai koefisien $r = -0,222$ dan nilai signifikansi $p = 0,008$. Hasil dari nilai signifikansi tersebut dibawah 0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang signifikan dengan arah hubungan yang negatif.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa partisipasi responden perempuan terkait stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki[14]. Mayoritas responden berasal dari Fakultas Ilmu Komputer, karena populasi terbanyak berada di Fakultas Ilmu Komputer. Mahasiswa FIKOM umumnya sering berinteraksi dengan teknologi digital dibandingkan fakultas lainnya. Mayoritas responden memilih metode penelitian kuantitatif, hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa responden lebih memilih metode yang lebih terstruktur dalam proses pengumpulan dan analisis data[15]. Penggunaan Gen AI dengan akses gratis menjadi responden terbanyak. Ada beberapa platform Gen AI yang tersedia secara gratis, dan fitur yang ditawarkan tidak jauh berbeda dengan akses berbayar, sehingga responden lebih memilih menggunakan platform Gen AI secara gratis[9].

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden menggunakan Gen AI lebih dari 1 tahun. Semakin lama mahasiswa menggunakan Gen AI, semakin tinggi pula pemahaman terhadap cara kerja, fungsi, manfaat dari teknologi yang digunakan[16]. Dalam penelitian ini ChatGPT menjadi salah satu platform Gen AI dengan pengguna tertinggi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang menyebutkan bahwa mahasiswa perguruan tinggi di Spanyol mayoritas menggunakan platform Gen AI ChatGPT[17]. Usia responden pada penelitian ini 18-24 tahun, termasuk dalam tahap usia dewasa awal. Tahap ini ditandai dengan peningkatan kemandirian, kemampuan berfikir kritis, serta tuntutan untuk menyelesaikan pendidikan tinggi[1].

Tingkat penggunaan Gen AI pada penelitian ini relatif merata pada ketiga kategori, meskipun kategori rendah memiliki tingkat presentase yang lebih tinggi. Hasil yang berbeda-beda dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengalaman penggunaan, kebutuhan akademik, serta program studi yang ditempuh[18]. Penggunaan suatu teknologi dapat dipengaruhi oleh persepsi pengguna terhadap kemudahan penggunaan, manfaat yang diperoleh, pengalaman menggunakan teknologi serta kesesuaian teknologi dengan kebutuhan akademik[16]. Menurut peneliti perbedaan tingkat penggunaan Gen AI pada mahasiswa merupakan suatu hal yang wajar karena dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Tingkat stres mahasiswa tingkat akhir pada penelitian ini presentase terbanyak pada tingkat stres dengan kategori rendah, tetapi tidak jauh berbeda dengan kategori sedang dan tinggi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa stres akademik menjadi masalah yang cukup umum dialami oleh mahasiswa tingkat akhir[3]. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya, bahwa stres dapat muncul karena berbagai tuntutan seperti kesulitan mencari referensi, revisi yang berulang, kesulitan mengembangkan ide, manajemen waktu serta proses bimbingan dengan dosen[19]. Stres yang berlangsung lama dapat memengaruhi fungsi kognitif, seperti kemampuan berkonsentrasi, mengingat informasi dan menyelesaikan masalah[20]. Menurut pendapat peneliti meskipun sebagian besar responden berada pada kategori stres rendah, tetapi kondisi ini tidak berarti mahasiswa tidak mengalami tekanan akademik. Presentase kategori responden dengan kategori sedang dan tinggi relatif mendekati kategori stres rendah.

Untuk mengetahui hubungan penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir, peneliti melakukan analisis bivariat. Teknik uji yang digunakan *crosstabs* dan *spearman rank*. Hasil uji *crosstabs* menunjukkan bahwa responden dengan penggunaan Gen AI kategori tinggi cenderung berada pada kategori stres kategori rendah. Begitu sebaliknya responden dengan penggunaan Gen AI kategori rendah cenderung berada pada stres kategori tinggi. Uji yang kedua yaitu *spearman rank*, dari uji tersebut didapatkan hasil nilai koefisien $r = -0,222$ dan nilai signifikansi $p = 0,008$ ($p < 0,05$).

Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan Gen AI maka tingkat stres cenderung menurun dengan kekuatan hubungan lemah. Nilai signifikansi $p = 0,008$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya, bahwa Gen AI dapat menjadi solusi manajemen stres mahasiswa[21]. Stres akademik berhubungan dengan penggunaan Gen AI pada mahasiswa. Pemanfaatan Gen AI sebagai strategi untuk mengurangi beban akademik melalui efisiensi belajar, penyelesaian tugas yang lebih cepat dan dukungan dalam menyelesaikan tuntutan akademik[22].

Penggunaan Gen AI pada mahasiswa tidak selalu berefek positif, tetapi dapat menimbulkan efek negatif. Penggunaan Gen AI yang tidak bijaksana dapat menyebabkan penurunan kemampuan pemecahan masalah, keaktifan dan proses belajar mandiri. Mahasiswa juga berpotensi mendapatkan informasi yang tidak akurat, sehingga hasil yang diberikan Gen AI tetap memerlukan proses verifikasi menggunakan sumber ilmiah terpercaya. Serta penggunaan Gen AI yang tidak terkontrol dapat meningkatkan ketergantungan terhadap Gen AI[23]-[16].

Menurut peneliti, hubungan negatif yang signifikan dengan kekuatan hubungan lemah menunjukkan bahwa penggunaan Gen AI dapat menjadi salah satu faktor yang dapat menurunkan tingkat stres mahasiswa, tetapi bukan menjadi faktor utama yang menentukan kondisi stres mahasiswa. Kondisi tingkat stres mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti, kemampuan manajemen waktu, proses bimbingan, revisi yang berulang serta kondisi psikologis mahasiswa.

4. KESIMPULAN

Tingkat penggunaan Gen AI pada mahasiswa tingkat akhir menunjukkan distribusi yang cukup merata meskipun pada kategori rendah menunjukkan presentase yang lebih tinggi. Tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir juga menunjukkan distribusi yang cukup merata dengan kategori stres rendah menunjukkan presentase yang lebih tinggi, tetapi tidak jauh berbeda dengan kategori lain. Terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan Gen AI dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta dengan hasil uji *spearman rank r* = -0,222 dan $p = 0,008$ ($p = 0,05$)

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada sivitas akademika Universitas Duta Bangsa Surakarta sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Kepada responden mahasiswa tingkat akhir Universitas Duta Bangsa Surakarta yang telah bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] WHO, "Stress." Accessed: Jan. 09, 2026. [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress#:~:text=Stress can be defined as,and threats in our lives>.
- [2] N. P. Dewi, N. K. Lestari, and N. L. Dewi, "Correlation Between Stress Levels and Sleep Quality on Elderly," *Bali Med. J.*, vol. 7, no. 1, pp. 61–68, 2020.
- [3] P. Lestari, R. Ramaita, and S. Ameliati, "Studi Literatur : Hubungan Tingkat Stres Dengan Motivasi Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi," *Indones. J. Perawat*, vol. 6, pp. 15–21, Mar. 2021, doi: 10.26751/ijp.v6i1.869.
- [4] R. K. Djoar and A. P. M. Anggarani, "Factors Influencing Academic Stress Among Senior College Students," *Jambura Heal. Sport J.*, vol. 6, no. 1, pp. 52–59, 2024.

- [5] M. J. Alam, M. I. K. Pratik, A. H. Khan, M. S. Islam, and M. M. Hossain, "Prevalence and level of stress among final-year students at a health science institute in Bangladesh," *Discov. Ment. Heal.*, vol. 5, no. 1, 2025, doi: 10.1007/s44192-025-00136-2.
- [6] V. N. Wahyuni and N. Handayani, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta," *Pros. Semin. Nas. Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy. LPPM Univ.*, vol. 2, no. September, pp. 1418–1423, 2024.
- [7] L. L. Rohman and Y. F. Rejeki, "Hubungan Penggunaan Artificial Intelligence (Ai) Chat Gpt Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Dharma Husada," pp. 2021–2025, 2025.
- [8] F. Fui-Hoon Nah, R. Zheng, J. Cai, K. Siau, and L. Chen, "Generative AI and ChatGPT: Applications, challenges, and AI-human collaboration," *J. Inf. Technol. Case Appl. Res.*, vol. 25, no. 3, pp. 277–304, 2023, doi: 10.1080/15228053.2023.2233814.
- [9] K. Kusworo, G. Goreta, I. Hanafi, T. T. Djoko Susanto, and I. A. D. Astuti, "Chat GPT sebagai Era Baru dalam Transformasi Pembelajaran: Systematic Literature Review," *SAP (Susunan Artik. Pendidikan)*, vol. 8, no. 3, p. 480, 2024, doi: 10.30998/sap.v8i3.17991.
- [10] A. Zakilah Ifani, M. Anis Abdullah, N. Vega, and W. S. Ilahi, "Analisis Ketergantungan Penggunaan Chat GPT di Kalangan Mahasiswa Menyebabkan Penurunan Kualitas Belajar," *SMARTLOCK J. Sains dan Teknol.*, vol. 3, no. 1, pp. 6–10, 2024, [Online]. Available: <https://e-jurnal.nobel.ac.id/index.php/smartlock>
- [11] A. P. K. Sari, A. L.P.W, B. D. Ardana, D. N. Lestari, O. D. Meilani, and S. D. P.M, "Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Angkatan 2021 Pada Masa Pendahuluan," *J. Keperawatan Duta Med.*, vol. 4, no. 1, pp. 6–10, 2024.
- [12] I. A. Ropik, "Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Generative Artificial (Gen AI) Dengan Kreativitas Mahasiswa Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia," Universitas Pendidikan Indonesia, 2025.
- [13] S. Ramadhia, A. Dhani, A. C. Wijayanti, and M. Rodiyah, "Research Article Program Studi Kesehatan Masyarakat , Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Surakarta , Indonesia," vol. 10, no. 2, pp. 305–314, 2026, doi: 10.30829/jumantik.v10i2.25995.
- [14] A. J. Ginata, R. D. I. Astuti, and J. Hartati, "Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Stresor Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Tahap Akademik Fakultas Kedokteran Unisba," *J. Ris. Kedokt.*, pp. 25–30, 2023, doi: 10.29313/jrk.vi.1915.
- [15] U. Baqiatul, H. Tholibah, D. B. Maritasari, and S. Fatmawati, "Tingkat minat penggunaan metode penelitian kuantitatif mahasiswa PGSD berdasarkan data skripsi Universitas Hamzanwadi," no. 4, 2025.
- [16] M. Abbas, F. A. Jam, and T. I. Khan, "Is it harmful or helpful ? Examining the causes and consequences of generative AI usage among university students," *Int. J. Educ. Technol. High. Educ.*, vol. 21, 2024, doi: 10.1186/s41239-024-00444-7.
- [17] V. Morell-Mengual, O. Fernandez-Garcia, C. Berenguer, J. Ortega-Baron, M. D. Gil-Llario, and V. Estruch-Garcia, "Characteristics , motivations and attitudes of students using higher education," *Edicatio*, pp. 22257–22274, 2025.
- [18] F. Balabdaoui, N. Dittmann, D. Henry, G. Claudia, and S. Gerd, "A survey on students ' use of AI at a technical university," *Discov. Educ.*, no. May, 2024, doi: 10.1007/s44217-024-00136-4.
- [19] A. Susmiatin, L. Ishariani, M. Kartikasari, and I. Ardiansyah, "Analisis Faktor-Faktor Penyebab Stres Selama Mengerjakan Skripsi Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Stiker Karya Husada Kediri," vol. 4, no. 1, pp. 50–57, 2025.

- [20] M. Girotti, S. E. Bulin, and F. R. Carreno, "Effects of chronic stress on cognitive function – From neurobiology to intervention," *Neurobiol. Stress*, vol. 33, no. January, p. 100670, 2024, doi: 10.1016/j.ynstr.2024.100670.
- [21] H. F. Chaerulisma, I. D. R. Fitriawan, A. A. Jannatin, and F. Rahma, "Ai Sebagai Alternatif Solusi Manajemen Tingkat Stres Mahasiswa," *Pros. Semin. Nas. Sains dan Teknol.*, pp. 619–624, 2023, doi: 10.36499/psnst.v13i1.9224.
- [22] X. Liu, Y. Liu, and Y. Dai, "Academic stress and university students ' dependency on generative artificial intelligence : a multiple mediation model using PLS-SEM," *BMC Psychol.*, vol. 14, 2026, doi: <https://doi.org/10.1186/s40359-026-03986-9>.
- [23] E. Kasneci *et al.*, "ChatGPT for good? On opportunities and challenges of large language models for education," *Learn. Individ. Differ.*, vol. 103, pp. 1–13, 2023, doi: 10.1016/j.lindif.2023.102274.