

SKRIPSI

Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin)

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1) Pada
Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun Oleh:

FIDIA NUR ZAHRA

NIM. 2210414220042

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

BANJARMASIN

2026






KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
Jalan Brig. Jend H. Hasan Basry Banjarmasin - 70123
Email : ilmu.komunikasi@ulm.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

SKRIPSI

INTERPRETASI KOMUNIKASI MAHASISWA DALAM STRES AKADEMIK
(STUDI FENOMENOLOGI PADA MAHASISWA/I DI KOTA BANJARMASIN)

- A. Nama Mahasiswa : FIDIA NUR ZAHRA
NIM : 2210414220042
- B. Telah dinyatakan LULUS dengan nilai **A** dalam ujian mempertahankan tugas akhir tingkat Sarjana (S1) Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat, pada Senin, 9 Februari 2026.
- C. Tim Penguji
- a. Ketua
Astinana Yulianti, S.S., M.Ikom
NIP. 198907302019032018 ()
- b. Sekretaris
Achmad Bayu Chandrabuwono, S.Ikom., M.A
NIP. 19900108201707104001 ()
- c. Anggota
Noviana Sari, S.IP., MA
NIP. 198511072015042001 ()

Banjarmasin, 13 Februari 2026

Ketua Tim Penguji

Astinana Yulianti, S.S., M.Ikom

NIP. 198907302019032018

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Lambung Mangkurat


Pratiwi Wahyuni, S.Sos., M.Si
NIP. 197104201999031001



PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fidia Nur Zahra
NIM : 2210414220042
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin)**” merupakan hasil karya ilmiah saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi, baik sebagian maupun seluruhnya.

Skripsi ini tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi manapun. Seluruh sumber yang digunakan dalam penulisan Skripsi ini, baik berupa teori, data, maupun pendapat orang lain, telah dikutip dan dicantumkan secara lengkap dalam Daftar Pustaka sesuai dengan kaidah ilmiah dan etika penelitian.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau terdapat unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Banjarmasin, 28 Januari 2026

Yang menyatakan,



Fidia Nur Zahra

NIM. 2210414220042



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Senin Sembilan Februari Dua Ribu Dua Puluh Enam, Tim Penguji yang ditunjuk oleh Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan surat Nomor: ~~6629~~UN8.1.13/KP.10.00/2026 tanggal 6 Februari 2026 untuk menguji skripsi :

Nama : Fidia Nur Zahra
NIM : 2210414220042
Jurusan/Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam stres Akademik (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/I di Kota Banjarmasin)
Tempat Ujian : Ruang Sidang Skripsi
Waktu Ujian : 14.00 s/d selesai
Nilai : 81,16 (A)
Dinyatakan : Lulus / ~~Tidak Lulus~~




Demikian berita acara ini dibuat dan ditandatangani sesuai dengan peraturan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Dibuat di : BANJARMASIN
Pada Tanggal : 9 Februari 2026

Tim Penguji,

Mahasiswa yang diuji,

Fidia Nur Zahra

1. Ketua : Astinana Yuliarti, S.S., M.Ikom
()
2. Sekretaris : Achmad Bayu C., S.Ikom., M.A
()
3. Anggota : Noviana Sari, S.IP., M.A
()

Mengetahui/membenarkan :
a.n. D e k a n

Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi,

Dr. Yuanita Setyastuti, S.IP., M.Si
NIP. 198208212006042002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

DAFTAR NILAI RATA-RATA
UJIAN MEMPERTAHANKAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini Tim Penguji Skripsi Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Setelah melakukan pengujian kepada :

Nama : Fidia Nur Zahra
NIM : 2210414220042
Jurusan/Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam stres Akademik
(Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/I di Kota Banjarmasin)

No.	Nama Penguji	Nilai	Tanda Tangan
1.	Astinana Yuliarti,S.S.,M.Ikom	82	[Signature]
2.	Achmad Bayu Chandrabuwono.,S.Ikom.,M.A	81	[Signature]
3.	Noviana Sari, S.IP.,M.A	80	[Signature]
Jumlah		243	[Signature]
Nilai Rata-rata		81	Nilai Akhir = 81,15 (A)

Demikian penilaian ini dibuat untuk dapat diketahui.

Dibuat di : BANJARMASIN

Pada Tanggal : 9 Februari 2026

Catatan :

Angka	Nilai	Bobot
80 - 100	A	4,00
77 - 79	A-	3,75
75 - 76	B+	3,50
70 - 74	B	3,00
66 - 69	B-	2,75
61 - 65	C+	2,50
55 - 60	C	2,00
50 - 54	D+	1,50
40 - 49	D	1,00
0 - 39	E	0



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

SURAT TUGAS

Nomor : 0639/UN8.1.13/KP.10.00/2026

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin
menugaskan Saudara/i :

1. Astinana Yuliarti, S.S., M.Ikom
2. Achmad Bayu Chandrabuwono, S.Ikom, M.A
3. Noviana Sari, S.IP., M.A

Untuk menguji Skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung
Mangkurat Banjarmasin:

Nama : Fidia Nur Zahra
NIM : 2210414220042
Jurusan/Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam stres Akademik
(Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/I di Kota
Banjarmasin)

Dilaksanakan pada:

Hari dan Tanggal : Senin, 9 Februari 2026
J a m : 14.00 WITA - Selesai
T e m p a t : Ruang Sidang

Demikian surat tugas ini diberikan, untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 6 Februari 2026

Dekan,



Dr. Irwansyah, S.Sos., M.Si
NIP 197104201999031001



ABSTRAK

Fidia Nur Zahra, NIM. 2210414220042, Skripsi Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin), Dibimbing Oleh: Astinana Yuliarti

Stres akademik merupakan fenomena yang umum dialami mahasiswa dan berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk komunikasi. Tekanan tugas, tuntutan pencapaian nilai, serta ekspektasi diri dan lingkungan dapat membentuk pengalaman subjektif mahasiswa dalam memaknai stres akademik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi hermeneutik berdasarkan pemikiran Max van Manen. Subjek penelitian adalah mahasiswa aktif di Kota Banjarmasin semester empat hingga delapan yang pernah atau sedang mengalami stres akademik. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi moderat, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan tahapan Stevick, Colaizzi, dan Keen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres akademik dimaknai sebagai pengalaman tekanan yang memunculkan perubahan komunikasi verbal dan nonverbal. Perubahan tersebut meliputi penurunan volume suara, penyederhanaan bahasa, pembatasan interaksi, penarikan diri sosial, serta perubahan ekspresi wajah dan bahasa tubuh sebagai bentuk adaptasi terhadap tekanan akademik.

Kata Kunci: stres akademik, komunikasi verbal, komunikasi nonverbal, fenomenologi

ABSTRACT

Fidia Nur Zahra, NIM. 2210414220042, Undergraduate Thesis entitled “Interpretation of Communication in Academic Stress (A Phenomenological Study of University Students in Banjarmasin),” Supervised by Astinana Yulianti

Academic stress is a common phenomenon experienced by university students and influences various aspects of life, including communication. Academic workload, performance demands, and expectations from oneself and the surrounding environment shape students’ subjective interpretations of stress.

This study employed a qualitative approach using hermeneutic phenomenology based on Max van Manen’s perspective. The participants were active university students in Banjarmasin from the fourth to eighth semesters who had experienced academic stress. Data were collected through in-depth interviews, moderate observation, and documentation, and analyzed using the stages of Stevick, Colaizzi, and Keen.

The findings indicate that academic stress is interpreted as a pressure-filled experience that leads to changes in verbal and nonverbal communication. These changes include lowered voice volume, simplified language structure, reduced interaction, social withdrawal, and alterations in facial expressions and body language as adaptive responses to academic pressure.

Keywords: *academic stress, verbal communication, nonverbal communication, phenomenology*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin)”** sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi pada Program Sarjana Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tidak akan dapat terselesaikan tanpa adanya dukungan, doa, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

- Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si., selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
- Bapak Dr. Irwansyah, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat.
- Ibu Dr. Yuanita Setyastuti, S.IP., M.Si., selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi yang telah memberikan arahan dan dukungan akademik selama masa studi hingga proses penyusunan skripsi ini.
- Dosen Pembimbing Astinana Yuliarti, S.S., M.Ikom yang dengan sabar dan penuh kasih dalam membimbing, memberikan saran, dan arahan yang berarti dalam proses penyusunan skripsi ini.

- Seluruh Dosen dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama perkuliahan sehingga dapat menyusun skripsi dengan baik.
- Seluruh Staf dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat yang telah membantu dalam kelancaran dan proses administratif perkuliahan.
- Keluarga yang dicintai oleh penulis, yaitu Bapak tercinta dan Ibu tersayang telah memberikan semangat, doa, dan dukungan dalam setiap proses akademik yang penulis jalani.
- Tidak lupa pula saudara/i penulis yang selalu memberikan dorongan dan afirmasi positif untuk kelancaran dalam menyusun skripsi ini.
- Serta teman-teman seperjuangan, yakni Aulia Kamalia, Marni Hidayati, Merry Dwi Andriani, dan Nasywa Shafana Pramesti serta sahabat-sahabat terbaik yang telah memberikan semangat dan bantuan dalam menyusun skripsi ini.
- Informan yang telah bersedia membantu kelancaran penelitian ini dan dukungan penuh dengan partisipasinya.
- Seluruh pihak lainnya yang sudah membantu penulis dalam berbagai bentuk.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis terbuka terhadap kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan kajian ilmu komunikasi, khususnya terkait stres akademik dan pengalaman komunikasi mahasiswa.

Banjarmasin, 28 Januari 2026

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Fidia Nur Zahra', written in a cursive style.

Fidia Nur Zahra

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS	i
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II.....	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Matriks Penelitian Sejenis	12
2.2 Kajian Konseptual	18
2.2.1 Komunikasi.....	18

2.2.2 Komunikasi Interpersonal.....	19
2.2.3 Komunikasi Verbal	31
2.2.4 Komunikasi Nonverbal	36
2.2.5 Stres Akademik.....	40
2.2.6 Fenomenologi	54
2.3 Kajian Teoritis.....	64
2.3.1 Hermeneutika Fenomenologi (Max van Manen).....	64
2.4 Kerangka Pemikiran	70
BAB III.....	72
METODE PENELITIAN	72
3.1 Pendekatan Penelitian.....	72
3.2 Tipe Penelitian	74
3.3 Objek dan Subjek Penelitian.....	76
3.3.1 Objek Penelitian.....	76
3.3.2 Subjek Penelitian	77
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	79
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	81
3.5.1 Primer	81
3.5.2 Sekunder	82
3.5.3 Informan Penelitian	83
3.6 Teknik Analisis Data.....	84

3.6.1 Penentuan Lingkup Fenomena	85
3.6.2 Penyusunan Instrumen Penelitian	85
3.6.3 Pengumpulan Data	85
3.6.4 Analisis Data Fenomenologis	86
3.6.5 Tahap Deskripsi Esensi (<i>Description of Essence</i>)	87
3.6.6 Pelaporan Hasil Penelitian	88
BAB IV	89
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	89
4.1 Gambaran Umum Kota Banjarmasin.....	89
4.2 Deskripsi Informan Penelitian	93
4.3 Hasil Penelitian.....	95
4.3.1 Gambaran Tema	104
4.3.2 Pengalaman Stres Akademik yang Dialami Mahasiswa.....	104
4.3.3 Pengalaman Komunikasi Verbal saat Stres Akademik	111
4.3.4 Pengalaman Komunikasi Nonverbal saat Stres Akademik.....	118
4.4 Pembahasan	132
4.4.1 Makna Stres Akademik bagi Mahasiswa	132
4.4.2 Makna Komunikasi Verbal Saat Mengalami Stres Akademik.....	135
4.4.3 Makna Komunikasi Nonverbal Saat Mengalami Stres Akademik	140
4.4.4 Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik Teori Max van Manen (1997).....	148
BAB V.....	160
PENUTUP	160
5.1 Kesimpulan.....	160

5.2 Saran	163
DAFTAR PUSTAKA.....	165
LAMPIRAN.....	174
Lampiran 1 : Instrumen Penelitian	175
Lampiran 2 : Lembar Formulir Informan Penelitian	177
Lampiran 3: Formulir Informan.....	183
Lampiran 4: Dokumentasi Wawancara.....	238
Lampiran 5 : Transkrip Wawancara.....	242

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Matriks Penelitian Sejenis	16
Tabel 3. 1 Rencana Penelitian	80
Tabel 4. 1 Jumlah Perguruan Tinggi dan Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin.....	90
Tabel 4. 2 Profil Singkat Informan.....	94
Tabel 4. 3 Pernyataan Penting dari Informan I1	96
Tabel 4. 4 Pernyataan Penting dari Informan I2.....	96
Tabel 4. 5 Pernyataan Penting dari Informan I3.....	97
Tabel 4. 6 Pernyataan Penting dari Informan I4.....	98
Tabel 4. 7 Pernyataan Penting dari Informan I5.....	99
Tabel 4. 8 Pernyataan Penting dari Informan I6.....	100
Tabel 4. 9 Pernyataan Penting dari Informan I7.....	101
Tabel 4. 10 Pernyataan Penting dari Informan I8.....	102
Tabel 4. 11 Pernyataan Penting dari Informan I9.....	103
Tabel 4. 12 Tabel Presentase Tema Informan.....	126
Tabel 4. 13 Hasil Open Coding berdasarkan Wawancara Mendalam (In-Dept Interview)	129
Tabel 4. 14 Tabel Presentase Interpretasi Empat Aspek van Manen (1997)	153

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran	71
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional Interpretasi Komunikasi Mahasiswa dalam Stres Akademik Mahasiswa di Kota Banjarmasin (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa/i di Kota Banjarmasin).....	88
Gambar 1 Dokumentasi Wawancara Informan I1	238
Gambar 2 Dokumentasi Wawancara Informan I2	238
Gambar 3 Dokumentasi Wawancara Informan I3	238
Gambar 4 Dokumentasi Wawancara Informan I4	239
Gambar 5 Dokumentasi Wawancara Informan I5	239
Gambar 6 Dokumentasi Wawancara Informan I6	239
Gambar 7 Dokumentasi Wawancara Informan I7	240
Gambar 8 Dokumentasi Wawancara Informan I8	240
Gambar 9 Dokumentasi Wawancara Informan I9	241