

**GAMBARAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA  
KEPERAWATAN DITINJAU DARI LEVEL SEMESTER  
DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA**



Di Susun Oleh:

Putu Ari Purnamayasa

16.0480.815.01

**PROGRAM STUDI SI ILMU KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA  
SAMARINDA**

**2020**

**GAMBARAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA  
KEPERAWATAN DITINJAU DARI LEVEL SEMESTER  
DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
(S.Kep)



Di Susun Oleh:

Putu Ari Purnamayasa

16.0480.815.01

**PROGRAM STUDI SI ILMU KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA  
SAMARINDA**

**2020**

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEPERAWATAN  
DITINJAU DARI LEVEL SEMESTER DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Putu Ari Purnamayasa

16048081501

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada tanggal 13 Agustus 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

1. Ns. Wahyu Dewi Sulistyarini, S.Kep., M.S  
NIDN. 1117028802

2. Ns. Anisa Ain, S.Kep., M.Kep  
NIK. 114104.90.14.057

3. Ns. Marina Kristi Iyuni R, M.Kep  
NIDN. 0815078501

4. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep  
NIIDN. 1106088901

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan  
ITKES Wiyata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, M.Kep., Sp.Kep.M.B  
NIDN. 1128058801

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Ari Purnamayasa  
Nim : 16.0480.815.01  
Program Studi : Program Studi S1 Ilmu Keperawatan  
ITKes Wiyata Husada Samarinda  
Judul Laporan Tugas Akhir : Gambaran Stres Akademik Pada  
Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari  
Level Semester Di Itkes Wiyata Husada  
Samarinda

Menyatakan bahwa sebenarnya skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, termasuk semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri dan telah saya nyatakan benar.

Samarinda, 13 Agustus 2020

Putu Ari Purnamayasa  
NIM 16.0480.815.01

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat dan bimbingan-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari Level Semester Di ITKES Wiyata Husada Samarinda”. Penulisan skripsi dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada program studi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Peneliti menyadari tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Oleh karena itu, perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Bapak H. Mujito Hadi, S.Pd., M.M, selaku Ketua Yayasan ITKES Wiyata Husada Samarinda
2. Prof. Dr.Eka Anantha Sidaharta, SE AK CA MM,CSRS,CSRA,CFrA., selaku Rektor ITKES Wiyata Husada Samarinda
3. Ns.Kiki Hardiansyah Safitri, S.Kep, M.Kep, Sp K.MB, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda
4. Ns. Marina Kristi Layun Rining, S.kep, M.Kep, selaku dosen pembimbing I yang penuh semangat dan sabar dalam membimbing dan mengarahkan serta memberi masukan-masukan yang sangat membantu serta dengan ketelitian beliau sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Siti Kholifah, S.kep, M.Kep, selaku dosen pembimbing II yang penuh semangat dan sabar membimbing dan mengarahkan serta memberikan masukan-masukan yang sangat membantu serta ketelitian beliau sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Ns. Wahyu Dewi Sulistyarini, S.Kep, M.S selaku penguji I. Terimakasih atas masukan dan ilmu yang telah diberikan demi perbaikan penulisan skripsi penelitian saya.

7. Ns. Annisa A'in, S.Kep, M.Kep., selaku penguji II. Terimakasih atas masukan dan ilmu yang telah diberikan demi perbaikan penulisan skripsi penelitian saya.
8. Segenap Dosen dan Tenaga Kependidikan Program Studi Ilmu Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda.
9. Teristimewa kedua orang tua saya Bapak Wayan Widastra dan Ibu Ketut Sariani serta adik saya yaitu Kadek Sri Astrini yang telah mendoakan saya, memberi dukungan, dan semangat serta kasih sayang yang mereka berikan selama ini.
10. Terimakasih untuk sahabat saya yaitu Titin Ari Wijayanti, Junaidi dan Syahdan yang selalu memberikan dukungan dan semangat selama penyusunan skripsi ini.
11. Rekan-rekan yang sama-sama melakukan penyusunan dan penelitian dalam skripsi ini dan semua yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.

Mohon maaf atas segala kesalahan dan ketidaksopanan yang mungkin telah saya perbuat. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memudahkan setiap langkah-langkah kita menuju kebaikan dan selalu menganugerahkan kasih dan sayang-Nya untuk kita semua.

Samarinda, 13 Agustus 2020

Putu Ari Purnamayasa  
NIM 16.0480.815.01

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Ari Purnamayasa  
Nim : 16.0480.815.01  
Program Studi : Program Studi S1 Ilmu Keperawatan  
ITKes Wiyata Husada Samarinda

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada ITKes Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### **Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari Level Semester Di ITKES Wiyata Husada Samarinda**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak ini, ITKes Wiyata Husada Samarinda berhak menyimpan, mengalih media atau memformatkan, mengelola dalam bentuk data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Samarinda, 13 Agustus 2020

Yang Menyatakan

Putu Ari Purnamayasa

NIM 16.0480.815.01

## ABSTRAK

### GAMBARAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWAKEPERAWATAN DITINJAU DARI LEVEL SEMESTER DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

Putu Ari Purnamayasa<sup>1</sup>, Marina Kristi Layun Rining<sup>2</sup>, Siti Kholifah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa program studi keperawatan, ITKES Wiyata husada Samarinda,  
JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, Kalimantan Timur.  
e-mail : [putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id](mailto:putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id)

<sup>2</sup>Dosen program studi keperawatan, ITKES Wiyata husada Samarinda,  
JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, Kalimantan Timur.  
e-mail : [marinalayun@stikeswhs.ac.id](mailto:marinalayun@stikeswhs.ac.id)

<sup>3</sup>Dosen program studi keperawatan, ITKES Wiyata husada Samarinda,  
JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, Kalimantan Timur.  
e-mail : [sitikholidah@stikeswhs.ac.id](mailto:sitikholidah@stikeswhs.ac.id)

**Latar Belakang** Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik yang dimana keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stresor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi kemudian individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala emosional dan fisik. **Tujuan** dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan ditinjau dari level semester ITkes Wiyata Husada Samarinda. **Metode** Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan pendekatan *deskriptif* analitik. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir S1 keperawatan reguler ITKes Wiyata Husada Samarinda berjumlah 82 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *stratified random sampling*. **Hasil** penelitian menunjukkan bahwa dari 82 responden yang memiliki tingkat stres tertinggi pada tingkat stres berat sebanyak 48 responden (58,5%), sedangkan tingkat stres yang paling terendah pada stres sedang sebanyak 8 responden (9,8%). **Kesimpulan** stres akademik terhadap tingkat kelas didapatkan dari tingkat kelas 4B sebanyak 12,19% mengalami stres berat, sedangkan yang mengalami stres sedang berada pada tingkat kelas 1B sebanyak 9,0%. Stres akademik dalam rentang berat sebaiknya harus diantisipasi dan dikelola dengan tepat agar tidak terjadi stres yang lebih buruk lagi, sehingga mahasiswa yang mengalami stress akademik dapat memberikan pengaruh positif (adaptif).

Kata Kunci : Tingkat stres akademik mahasiswa

## ABSTRACT

### **DESCRIPTION OF ACADEMIC STRESS IN NURSING STUDENTS REVIEWED FROM SEMESTER LEVEL IN ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA**

Putu Ari Purnamayasa<sup>1</sup>, Marina Kristi Layun Rining<sup>2</sup>, Siti Kholifah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>*Student of the nursing study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda, JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, East Kalimantan. e-mail: [putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id](mailto:putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id)*

<sup>2</sup>*Lecturer of the nursing study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda, JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, East Kalimantan. e-mail: [marinalayun@stikeswhs.ac.id](mailto:marinalayun@stikeswhs.ac.id)*

<sup>3</sup>*Lecturer of the nursing study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda, JL. Kadrie Oening, No. 77, Samarinda, East Kalimantan. e-mail: [sitikholfah@stikeswhs.ac.id](mailto:sitikholfah@stikeswhs.ac.id)*

**Background** The most common stress experienced by students is academic stress, in which the condition of individuals who experience stress results from perceptions and assessments of academic stressors, which are related to science and education in tertiary institutions, then individuals who experience stress will show emotional and physical symptoms. **Aim** from This study was to describe the level of academic stress in nursing students in terms of the semester level ITkes Wiyata Husada Samarinda. This research method is a quantitative study with an analytic descriptive approach. The sample in this study is The final semester students of regular nursing undergraduate ITKES Wiyata Husada Samarinda are 82 people. The sampling technique used is stratified random sampling. **Result** research shows that Of the 82 respondents who had the highest level of stress at the level of severe stress were 48 respondents (58.5%), while the lowest stress level was on moderate stress as many as 8 respondents (9.8%). **Conclusion** Academic stress on the grade level was obtained from the level of class 4B as much as 12.19% experiencing severe stress, while those experiencing moderate stress were at the grade 1B level as much as 9.0%. Academic stress in the weight range should be anticipated and managed appropriately so that there is no worse stress, so that students who experience academic stress can have a positive (adaptive) effect.

*Keywords: Student's academic stress level*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Penelitian Terkait.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teori.....	12
1. Stres.....	12
2. Mahasiswa.....	20
3. Teori Keperawatan Calista Roy.....	24
B. Kerangka Teori.....	27
C. Kerangka Konsep.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	30
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	33
E. Sumber Data dan Instrumen Penelitian.....	34
F. Uji Instrumen.....	37
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	39
H. Pengolahan Data dan Analisa Data.....	39
I. Etika Penelitian.....	41
J. Alur Penelitian.....	43
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	44
1. Gambaran Tempat penelitian.....	44
2. Data Demografi.....	45
3. Analisis Univariat.....	46

B. Pembahasan.....	49
1. Tingkat Stres Berdasarkan Tingkat Kelas.....	49
2. Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
3. Tingkat Stres Berdasarkan Nilai Indeks Prestasi.....	51
4. Stres Akademik.....	53
C. Keterbatasan Penelitian.....	54

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	56

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 perhitungan <i>Proportionate stratified random Sampling</i> .....	31
Tabel 3.2 Definisi Oprasional.....	33
Tabel 3.3 Jumlah Keseluruhan Mahasiswa.....	35
Tabel 3.4 Kisi-kisi pernyataan dalam instrumen penelitian.....	36



## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka teori model Adaptasi Sister Callista Roy.....	26
Skema 2.2 Kerangka Teori .....	27
Skema 2.3 Kerangka Konsep.....	28
Skema 3.4 Alur Penelitian.....	43



## DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	45
Diagram 4.2 Distribusi Responden Menurut Indeks Prestasi di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	46
Diagram 4.3 Distribusi Responden Menurut Tingkat Stres di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	47
Diagram 4.4 Distribusi Responden Menurut Tingkat Kelas di kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	47
Diagram 4.5 Distribusi Responden Tingkat Stres Terhadap Jenis Kelamin di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	48
Diagram 4.6 Distribusi Responden Tingkat Stres Terhadap Nilai Indeks Prestasi di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82).....	49



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : *Timeline* Kegiatan tugas Akhir
- Lampiran 2 : Biodata Peneliti
- Lampiran 3 : Inform Consent
- Lampiran 4 : Lembar persetujuan
- Lampiran 5 : Instrument Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Data Hasil SPSS
- Lampiran 8 : Lembar Bukti Bimbingan



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kesehatan mental menurut WHO adalah keadaan kesejahteraan dimana seorang individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan dapat berkontribusi di dalam komunitasnya. Jika terjadi gangguan kesehatan mental maka akan memberikan dampak yang luas pada bidang kesehatan, sosial, hak asasi manusia serta sektor ekonomi di seluruh dunia (*World Health Organization, 2018*).

Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Stres pada individu dapat diartikan sebagai adanya tuntutan-tuntutan dalam diri individu tersebut (*American Psychological Association, 2013*).

Stres dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan, diantaranya adalah stres normal, stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Stres normal biasanya dapat dialami secara alamiah oleh setiap individu. Stres ringan dapat diartikan sebagai stresor yang dihadapi selama kurun waktu beberapa menit. Stres berat adalah keadaan dimana terjadi dalam beberapa minggu sampai dengan beberapa tahun (*Psychology Foundation of Australia, 2016*).

Stres dapat terjadi di lingkungan pendidikan atau akademik disebut sebagai stres akademik. Mahasiswa sebagai bagian individu dari kelompok yang rentan mengalami ketidakseimbangan homeostasis akibat tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa tersebut sehingga dapat menjadi stres yang biasa dialaminya. Setiap semester jumlah mahasiswa yang mengalami stres akademik meningkat. Stres yang paling umum dialami mahasiswa merupakan stres akademik. Stres akademik dapat diartikan sebagai keadaan suatu individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi serta penilainnya terhadap stresor akademik, berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Kountul Y et al., 2018).

Mahasiswa dalam setiap kegiatannya juga tidak lepas dari stres. Penyebab stres pada mahasiswa dapat berasal dari kehidupan akademik, terutama dari tuntutan eksternal dan harapannya sendiri. Tuntutan eksternal terdiri dari beban pelajaran, tugas-tugas kuliah, tuntutan dari orang tua dan adaptasi sosial di lingkungan kampus, kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi pembelajaran yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa sendiri dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran (Heiman, 2010).

Stecker, 2004 menemukan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami stress akademik dan stres eksternal yang lebih tinggi daripada mahasiswa program studi terapi fisik, farmasi, kedokteran gigi dan kedokteran, sedangkan mahasiswa kebidanan seringkali mengalami stres pada kehidupan personal maupun profesional. Padatnya perkuliahan yang harus disertai dengan ketrampilan praktik dan berbagai kegiatan lain seperti penugasan dan kegiatan intrakulikuler dapat menimbulkan stres jika tidak diiringi dengan manajemen waktu yang baik (Ratnasari, 2013).

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh *American College Health Association* pada tahun 2006, salah satu masalah kesehatan terbesar yang memiliki dampak pada kinerja akademik mahasiswa adalah masalah stres akademik. Stres akademik adalah tekanan mental yang berkaitan dengan frustrasi dengan kegagalan akademik, ketakutan akan kegagalan tersebut bahkan kesadaran terhadap kemungkinan terjadinya kegagalan tersebut (Kadappati & Vijayalaxmi, 2012).

Penyebab stres akademik hal yang normal terjadi, dan hal tersebut merupakan bentuk penyesuaian dan pengembangan diri pada kehidupan bersosialisasi yang baru, peran dan tanggung jawab baru sebagai seorang mahasiswa, masalah keuangan, beban tugas kuliah lebih banyak, perubahan gaya hidup, dan porsi belajar yang lebih banyak dari sebelumnya. Masalah akademik yang merupakan salah satu penyebab utama terjadinya stres di kalangan mahasiswa, keinginan untuk mendapatkan nilai tinggi, kecemasan yang berlebihan dalam menghindari kegagalan. Penyesuaian yang baik terhadap tuntutan akademik dapat membuat mahasiswa memiliki stres tinggi

sedangkan mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap tuntutan akademik umumnya memiliki stres rendah (Pamukhti, 2016).

Fenomena tentang stres akademik sering terdengar seiring munculnya berbagai pemberitaan tentang kasus karena stres akademik di berbagai media massa. Pada 1 Juni 2016 seorang mahasiswa Universitas Indonesia melakukan aksi bunuh diri dikarenakan nilainya turun dan skripsi yang dia ajukan ditolak sehingga mahasiswa tersebut mengakhiri hidupnya (Wicaksana, 2017).

Pada tanggal 2 Mei 2017 terdapat kasus di Manado dimana seorang mahasiswi Universitas Sam Ratulangi nekat melakukan aksi bunuh diri dikarenakan mahasiswi tersebut takut jika nilainya diketahui oleh orang tuanya (Berita Kawanua, 2017). Keadaan stres yang dialami mahasiswa di dunia perkuliahan sering disebut dengan stres akademik (Puspitha, 2017). Stres akademik merupakan salah satu bentuk dari stres negatif yang mengakibatkan seseorang mahasiswa akan menjadi malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan (Mumpuni & Wulandari, 2010). Stres di bidang akademik muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan harapan tersebut tidak sesuai dengan kemampuannya (Shahmohammadi, 2011). Akibatnya apabila seseorang mengalami stres akan terjadi penurunan minat belajar. Keadaan-keadaan tersebut dapat mempengaruhi psikis mahasiswa. Mahasiswa yang keadaan psikisnya terganggu akan mengakibatkan kehilangan kontrol terhadap dirinya dan akan lebih mengalami stres belajar (Field, A, 2009).

Perbedaan stres akademik yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Begitu juga dalam penelitian yang dilakukan oleh Purwati (2012) di Universitas Indonesia, menunjukkan bahwa hampir 50% mahasiswa mengalami stres akademik dalam rentang sedang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dhull & Kumari (2015) di sekolah umum kota Rohtak, menemukan bahwa pelajar perempuan berada di bawah stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Penelitian yang dilakukan oleh Made Afryan et al. (2019) terhadap seluruh mahasiswa aktif tahun ketiga atau mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan total 174 orang dengan hasil bahwa tingkat stres yang lebih dominan adalah tingkat stres ringan dan tingkat stres sedang, yaitu berturut-turut 66 orang mahasiswa (40,7%) dan 86 orang mahasiswa (53,1%).

Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa sesuai pilihan fakultas mereka telah dilakukan pada beberapa universitas di dunia. Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeeb 2010, Koochaki 2009). Sementara itu, prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7- 71,6% (Fitasari 2011).

Studi literatur yang mengungkapkan tingkat stress pada remaja cenderung tinggi. Jumlah mahasiswa yang mengalami stress akademik meningkat setiap semesternya. Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa merupakan stress akademik. Stress akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Agolla dan Ongori (2009) di Universitas Bostwana dengan judul "*An Assasment of academic stress among undergraduate students*". Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui sumber, tanda, gejala dan efek stres pada pelajar di Universitas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan sumber dari stres mahasiswa adalah: tuntutan akademik, management waktu, dan lingkungan akademik. Sumber stres tersebut dijabarkan menjadi: penurunan motivasi, tugas-tugas akademik, ketidakadekuatan peran akademik, jadwal perkuliahan, hambatan keuangan, serta kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah.

Berdasarkan hasil studi wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 12 Maret 2020 terhadap 10 Mahasiswa Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda berdasarkan semester 2, 4, 6, dan 8. Mahasiswa menyampaikan beberapa alasan stres yang berhubungan dengan kehidupan

akademik seperti: jadwal perkuliahan, deadline tugas, persiapan presentasi dan materi perkuliahan yang membingungkan, dan dorongan orang tua untuk terus belajar. Respon yang dikemukakan terhadap mahasiswa tersebut merupakan bagian dari respon terhadap stres akademik.

Peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tingkat stres akademik, termasuk berdasarkan jenis kelamin, dan indeks prestasi dikalangan mahasiswa keperawatan sebagai individu yang memiliki karakteristik kehidupan yang unik dan kompleks. Karena stres merupakan topik yang penting dalam kehidupan akademik termasuk kehidupan sosial. Penelitian ini melibatkan Mahasiswa Keperawatan Stikes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian ini menjadi penting untuk mengantisipasi kemungkinan terjadinya stres akademik, mengingat berbagai dampak dari stres yang dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan dan prestasi Mahasiswa.

Penelitian ini mempertimbangkan aspek-aspek yang berhubungan dengan stres akademik. Karakteristik usia, jenis kelamin, dan indeks prestasi menjadi penting untuk dilibatkan sebagai bagian yang mempengaruhi karakteristik stres akademik pada mahasiswa keperawatan. Keperawatan merupakan sebagai perpaduan yang seimbang antara ilmu dan seni dalam memberikan pelayanan holistik dan komprehensif berupa pemenuhan kebutuhan biologi, psikologi, sosial, spiritual, yang memungkinkan penelitian ini dapat membantu meningkatkan kinerja mahasiswa. Selain itu mahasiswa mengetahui konsep terkait stres, sehingga mahasiswa dapat melakukan penyesuaian yang baik dalam menghadapi stres dan mampu berusaha untuk menghindari coping yang buruk.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah Gambaran Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Kegiatan Akademik Ditinjau Dari Level Semester. Pada Mahasiswa S1 Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

### C. Tujuan

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stress akademik pada mahasiswa keperawatan ditinjau dari level semester ITkes Wiyata Husada Samarinda.

#### 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran:

- a. Karakteristik tingkat stres akademik berdasarkan tingkat kelas pada mahasiswa keperawatan
- b. Karakteristik tingkat stres berdasarkan jenis kelamin Mahasiswa keperawatan
- c. Karakteristik tingkat stres akademik berdasarkan nilai indeks prestasi pada Mahasiswa keperawatan ditinjau dari level semester ITkes Wiyata Husada Samarinda.

### D. Manfaat

#### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai masukan untuk mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda yang mengalami stress akademik untuk mengurangi tingkat stresnya.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu keperawatan tentang gambaran stres dalam kegiatan akademik pada mahasiswa keperawatan ditinjau dari level semester pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

##### b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai penembahan wawasan atau pengetahuan bagi peneliti khususnya mengenai gambaran stress dalam kegiatan akademik pada mahasiswa keperawatan pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

c. Bagi Bidang Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan bagi bidang keperawatan komunitas yang dapat dijadikan sebagai proses pembelajaran pada praktik nyata dilapangan.

## E. Penelitian Terkait

1. Wahed *et al.* (2017) meneliti tentang “*Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students*”. Penelitian ini mengevaluasi tentang besarnya gangguan mood psikologis (stres, kecemasan dan depresi) di kalangan mahasiswa kedokteran Fayoum universitas. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara gangguan ini dan beberapa faktor seperti jenis kelamin, usia, standar sosial ekonomi, dan obesitas. Penelitian dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di tahun 2014/2015 adalah 834 (509 perempuan dan 325 laki-laki) dan jumlah dalam empat pertama tahun akademik itu 703 siswa (420 perempuan dan 283 laki-laki) didistribusikan di seluruh tahun akademik sebagai berikut: 215 di kelas akademik 1, 190 di kelas akademik 2, 166 di kelas akademik 3 dan 132 di kelas akademik 4, diberi Kuesioner self-administered didistribusikan di dan di akhir kelas mereka. Mengisi kuesioner mengambil sekitar lima belas menit dari waktu. Dari total 500 kuesioner yang dibagikan, 442 kuesioner yang kembali dengan tingkat partisipasi 88,4%. Hasil Sebanyak 442 siswa berpartisipasi dalam studi dengan usia rata-rata  $20,15 \pm 1,9$  tahun. Secara keseluruhan, prevalensi stres, kecemasan dan depresi dengan berbagai derajat adalah 62,4%, 64,3%, dan 60,8% di antara sampel yang diteliti masing-masing. stres dan kecemasan skor yang lebih tinggi secara signifikan terkait dengan jenis kelamin perempuan, usia yang lebih tua, dan BMI  $P 25 \text{ kg} / \text{m}^2$ . Skor depresi lebih tinggi dikaitkan dengan bertambahnya usia, standar sosial ekonomi yang rendah dan di antara mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa stres dan kecemasan skor yang lebih tinggi secara signifikan terkait dengan jenis kelamin adalah perempuan dengan hasil 62%. Perbedaannya adalah terdapat pada

tempat penelitian ini dilakukan didepartemen Kesehatan Masyarakat dan Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Fayoum, Mesir sedangkan penelitian yang akan saya lakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian menggunakan tehnik *cross-sectional* sedangkan penelitian ini menggunakan *deskriptif analitik* dan jumlah responden dalam penelitian ini juga berbeda dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu sebanyak 100 responden.

2. Bedewy *et al.* (2015) meneliti tentang “*Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale*”. Penelitian mengevaluasi tentang menilai instrumen dengan bukti menunjukkan validitas, untuk mengukur stres akademik di kalangan mahasiswa, Persepsi Skala Stres Akademik (PAS). Penelitian dilakukan terhadap Siswa. Ada 100 siswa, baik pria maupun wanita, mulai dari 19 sampai 26 tahun usia (rata-rata = 20,5 tahun) yang berpartisipasi. Proporsi laki-laki untuk peserta perempuan adalah 30/10 (75% / 25%). Semua siswa yang berpartisipasi berasal dari tahun ketiga, Psikologi Pendidikan kelas di Tanta Universitas Mesir, Proses pemeriksaan yang terlibat mengambil 3 jam kertas esai tertulis dan ujian lisan pada hari yang sama, yang mengikuti ujian tertulis segera. Ujian tertulis dilakukan 75 persen dari total mark, dan ujian lisan dilakukan sisanya (25%). Hasil penelitian ini bahwa Tidak ada perbedaan antara siswa laki-laki dan perempuan dalam persepsi mereka stres akademik, dan analisis faktor mengungkapkan empat faktor yang menjelaskan 43% dari varian untuk skala ini. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa item skala ini, terkait dengan stres akademik dikelompokkan ke dalam empat konstruk (yaitu faktor), yang mengakibatkan empat komponen. Faktor-faktor yang secara teoritis berarti dan kohesif, seperti yang ditunjukkan oleh korelasi yang signifikan antara skor mereka, bukti pendukung untuk validitas konvergen. Perbedaannya adalah terdapat pada tempat penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi dan Psikologi Pendidikan di Universitas Tanta mesir sedangkan penelitian yang akan dilakukan di ITKes Wiyata Husada

Samarinda. Penelitian ini menilai secara chometrik instrumen dengan bukti validitas yang diperlihatkan, untuk mengukur tekanan akademik di kalangan mahasiswa, *Perception of Academic Stress Scale (PAS)* sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan rancangan penelitian *deskriptif analitik* dan kuesioner yang digunakan berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan dengan menggunakan *Depression Anxiety and Stess Scale 42 (DASS 42)*.

3. Hafifah *et al.* (2017) meneliti tentang “Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan stres akademik pada mahasiswa keperawatan berdasarkan jenis kelamin di Universitas Tribhuwana Tungadewi. Desain penelitian yang digunakan adalah komparatif. Jumlah populasi sebanyak  $\pm 525$  mahasiswa dan sampel diambil secara acak stratifikasi (*stratified random sampling*) sebanyak 308 mahasiswa dengan laki-laki 131 dan perempuan 177 mahasiswa. Instrument yang digunakan adalah kuisisioner *student-life stress inventory (SSI)* dengan skala *Likert*, dan menggunakan analisa data uji T-test independent. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden mengalami stres akademik sedang yaitu sebesar 41,9% atau 129 responden dengan jumlah 60 responden laki-laki dan 69 responden perempuan. Uji T-test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,093 pada responden laki-laki dan 0,092 pada responden perempuan.  $H_0$  diterima yang artinya tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa keperawatan laki-laki dan perempuan yang ada di Fikes Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Hasil ini disebabkan karena kesamaan stresor ataupun tekanan akademik yang diberikan dan yang diterima diterima antara mahasiswa keperawatan perempuan dan laki-laki selama kuliah. Perbedaannya terdapat pada tempat penelitian ini dilakukan di Universitas Tribhuwana Tungadewi malang sedangkan penelitian yang akan dilakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Desain penelitian yang digunakan adalah komparatif sedangkan yang saya

gunakan adalah *deskriptif analitik* dan jumlah responden dalam penelitian ini juga berbeda penelitian yang akan saya lakukan yaitu sebanyak 100 responden.

4. Suwartika *et al.* (2014) meneliti tentang “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan akademik stres pada mahasiswa Diploma III Keperawatan Cirebon. Desain penelitian adalah analisis korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Responden sebanyak 77 mahasiswa diambil secara acak, instrumen yang digunakan yaitu kuesioner yang terdiri dari data demografi dan pernyataan mengenai level stres akademik dengan *Depression Anxiety and Stress Scale 42 (DASS 42)* dan dianalisis dengan uji chi-square. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dan tingkat stres akademik yang signifikan ( $p=0.039$ ) dan hubungan antara jumlah kunjungan ke puskesmas dengan tingkat stress akademik ( $p=0.008$ ). Perbedaannya terdapat pada tempat penelitian ini dilakukan di tasikmalaya pada program studi d iii keperawatan cirebon poltekkes kemenkes sedangkan penelitian yang akan saya lakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis korelasi dengan pendekatan *cross sectional* sedangkan penelitian yang saya lakukan menggunakan *deskriptif analitik* dan jumlah penelitian yang akan saya lakukan juga berbeda yaitu sebanyak 100 responden.
5. Hasanah (2017) meneliti tentang “Hubungan Antara Stres Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan strategi koping. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yaitu dilakukan pengambilan sampel dalam waktu bersamaan. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi Square. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 81 mahasiswa (69.23%) dengan tingkat stres ringan, 77 mahasiswa (95.1%)

menggunakan strategi koping adaptif dan diantara 36 mahasiswa yang mengalami stres sedang terdapat 30 mahasiswa (8.3%) dengan strategi koping maladaptif. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara stres dengan strategi koping. Strategi koping yang adaptif dibutuhkan untuk dapat memodifikasi stress. Perbedaannya terdapat pada tempat penelitian ini dilakukan di Akper Dharma Wacana Lampung sedangkan yang akan saya lakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *deskriptif kolerasi* dengan pendekatan *cross sectional* sedangkan penelitian yang akan saya lakukan menggunakan *deskriptif analitik* dan jumlah responden dalam penelitian ini juga berbeda dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu sebanyak 100 responden.



## BAB II TINJAUAN TEORITIS

### A. Tinjauan Teori

#### 1. Pengertian Stres

Stres merupakan istilah yang berasal dari Bahasa latin “*stingere*” yang berarti “keras” (*stricus*). Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelaahan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*, *stresce*, dan *stres*. Abad ke-17 istilah stres diartikan sebagai kesukaran, kesusahan, kesulitan, atau penderitaan. Pada abad ke-18 istilah ini digunakan dengan lebih menunjukkan kekuatan, tekanan, ketegangan, atau usaha yang keras berpusat pada benda dan manusia, “terutama kekuatan mental manusia”. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Dengan kata lain, stres pasti terjadi pada siapapun dan dimanapun yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Lin dan Huang (2014) menyatakan bahwa stres yang jumlahnya begitu banyak bisa membahayakan kepada setiap orang, termasuk siswa. Dalam lingkungan akademik, stres merupakan pengalaman yang paling sering dialami oleh para siswa, baik yang sedang belajar di tingkat sekolah ataupun di perguruan tinggi. Hal tersebut dikarenakan banyaknya tuntutan akademik yang harus dihadapi, misalnya ujian, tugas-tugas, dan lain sebagainya. Sejumlah peneliti telah menemukan bahwa siswa yang mengalami stres akan cenderung menunjukkan kemampuan akademik yang menurun (Rafidah, Azizah, Norzaidi, Chong, Salwani, & Noraini, 2009; Talib & Zia-ur-Rehman, 2012), kesehatan yang memburuk (Chambel & Curren, 2005; Marshall, Allison, Nyakap & Lanke, 2008), depresi (Das &

Sahoo, 2012; Jayanthi, Thirunavukarasu & Rajkumar, 2015), dan gangguan tidur (Waqas, Khan, Sharif, Khalid & Ali, 2014).

## 2. Stres Akademik

Stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik (Sinaga, M. A. J. 2015; Rahmadani, C. S. M. 2014; Hikmah, Y. 2014;). (Desmita, 2010) menyatakan “Stres akademik adalah stres yang disebabkan oleh *academic stresor*”. *Academic stresor* adalah stres yang dialami siswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar seperti: tekanan untuk naik kelas, lama belajar, mencontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, keputusan menentukan jurusan atau karier serta kecemasan ujian dan manajemen stres. Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (John Willey & Son; 2008). Sejalan dengan pendapat di atas, (Rahmawati 2012) menyatakan bahwa stres akademik adalah suatu kondisi atau keadaan di mana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. (Alvin 2001; Mubarokah, L. 2015; Sandra, R., & Ifdil, I. 2015) juga menyatakan stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. (Sinha, Sharma, dan Mahendra, 2001) menyebutkan lima komponen yang mengindikasikan stres akademik, yaitu :

- a. Kognitif : Komponen kognitif ditandai dengan sulitnya berkonsentrasi, mudah lupa, banyak berkhayal, kesulitan dalam penyelesaian masalah, tidak menjawab, meragukan kemampuan diri sendiri, dan ragu untuk bertanya.

- b. Afektif : Komponen afektif ditandai dengan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, merasa berada dibawah tekanan, merasa gagal, khawatir atas harapan orangtua, dan merasa bersedih.
- c. Fisiologis : Komponen fisiologis ditandai dengan merasa sakit kepala, gugup, hilangnya nafsu makan, sulit tidur, dan jantung berdetak cepat.
- d. Sosial/interpersonal : Komponen sosial/interpersonal ditandai dengan merasa kesal dengan banyak orang, orang lain tidak memberikan pertolongan, hilangnya minat berinteraksi dengan orang lain, suka menyendiri, dan tidak ada siapapun yang memahami diri.
- e. Motivasi : Komponen motivasi ditandai dengan hilangnya rasa minat, tidak nyaman dengan kegiatan ekstrakurikuler, kesulitan menyelesaikan pelajaran, mudah merasa bosan, merasa tidak ingin melanjutkan pelajaran, hilangnya keinginan untuk pergi ke sekolah, dan mudah mengantuk.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik**

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik, menurut (Puspitasari, W. 2013; Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. 2010) yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut.

#### **a. Faktor Internal Yang Menyebabkan Stres Akademik**

##### **1) Pola Pikir**

Individu yang berpikir tidak dapat mengendalikan situasi, cenderung mengalami stres lebih besar. Semakin besar kendali bahwa ia dapat melakukan sesuatu, semakin kecil kemungkinan stres yang akan dialami siswa.

##### **2) Kepribadian**

Kepribadian seorang siswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres siswa yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan siswa yang sifatnya pesimis.

##### **3) Keyakinan**

Penyebab internal selanjutnya yang turut menentukan tingkat stres siswa adalah keyakinan atau pemikiran terhadap diri. Keyakinan

terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini siswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

b. Faktor Eksternal Yang Menyebabkan Stres Akademik

1) Pelajaran Lebih Padat

Kurikulum dalam sistem pendidikan standarnya semakin lebih tinggi. Akibatnya persaingan semakin ketat, waktu belajar bertambah, dan beban siswa semakin meningkat. Walaupun beberapa alasan tersebut penting bagi perkembangan pendidikan dalam negara, tetapi tidak dapat menutup mata bahwa hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi siswa meningkat.

2) Tekanan Untuk Berprestasi Tinggi

Para siswa sangat ditekan untuk berprestasi dengan baik dalam ujian-ujian mereka. Tekanan ini terutama datang dari orangtua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.

3) Dorongan Status Sosial

Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial. Orang-orang dengan kualifikasi akademik tinggi akan dihormati masyarakat dan yang tidak berpendidikan tinggi akan dipandang rendah. Siswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. Sebaliknya, siswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lambat, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah, cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orangtua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

4) Orang Tua Saling Berlomba

Pada kalangan orangtua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras. Seiring dengan perkembangan pusat-pusat pendidikan informal, berbagai macam program tambahan, kelas seni rupa, musik, balet, dan drama yang

juga menimbulkan persaingan siswa terpandai, terpinar, dan serba bisa.

#### 4. Gejala-gejala Stres Akademik

Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala emosional dan fisik (Hernawati, N. 2006; Inayatillah, V. 2015). Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut.

##### a. Gejala emosional

Siswa yang mengalami stres akademik secara emosional ditandai dengan: gelisah atau cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik, dan merasa harga dirinya menurun atau merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan atau akademik.

##### b. Gejala fisik

Siswa yang mengalami stres akademik secara fisik ditandai dengan: sakit kepala, pusing, tidur tidak teratur, susah tidur, sakit punggung, mencepet, lelah atau kehilangan energi untuk belajar. Menurut (Simbolon, I. 2015; Fahmi, F. 2011) gejala stres terdiri atas fisik, emosi, dan ditambah dengan perilaku, lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

##### 1) Gejala fisik

Gejala yang termasuk kategori fisik yaitu: sakit kepala, jantung berdebar-debar, perubahan pola makan lemah atau lemas, sering buang air kecil, dan sulit menelan.

##### 2) Gejala emosi

Gejala emosi antara lain: depresi, cepat marah, murung, cemas, khawatir, mudah menangis, gelisah terhadap hal-hal yang kecil, panik, dan berperilaku impulsif.

##### 3) Gejala perilaku

Gejala perilaku seperti: dahi berkerut, tindakan agresif, kecenderungan menyendiri, ceroboh, menyalahkan orang lain, melamun, gelak tawa gelisah bernada tinggi, berjalan mondar-mandir, dan perilaku sosial yang berubah.

## 5. Respon terhadap Stres Akademik

Reaksi terhadap *stressor* akademik terdiri dari pikiran, perilaku, reaksi tubuh, dan perasaan (Rahmadani, C. S. M. 2014; Olejnik & Holschuh 2007). Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

### a. Pemikiran

Respon yang muncul dari pemikiran, seperti: kehilangan rasa percaya diri, takut gagal, sulit berkonsentrasi, cemas akan masa depan, melupakan sesuatu, dan berpikir terus-menerus mengenai apa yang seharusnya mereka lakukan.

### b. Perilaku

Respon yang muncul dari perilaku, seperti: menarik diri, menggunakan obat-obatan dan alkohol, tidur terlalu banyak atau terlalu sedikit, makan terlalu banyak atau terlalu sedikit, dan menangis tanpa alasan.

### c. Reaksi tubuh

Respon yang muncul dari reaksi tubuh, seperti: telapak tangan berkeringat, kecepatan jantung meningkat, mulut kering, merasa lelah, sakit kepala, rentan sakit, mual, dan sakit perut.

### d. Perasaan

Respon yang muncul dari perasaan, seperti: cemas, mudah marah, murung, dan merasa takut.

Adapun respon lain terhadap stres akademik menurut Barriyah (2013) adalah respon seseorang terhadap berbagai tuntutan pada dirinya yang tidak menyenangkan dan dipersepsikan individu sebagai stimulus yang membahayakan serta melebihi kemampuan individu tersebut untuk melakukan *coping* sehingga individu tersebut bereaksi baik secara fisik, emosi, maupun perilaku. Tuntutan yang bersumber dari proses belajar meliputi: tuntutan menyelesaikan banyak tugas, tuntutan mendapat nilai tinggi, kecemasan menghadapi ujian, dan manajemen waktu.

## 6. Tahapan Stres

Gangguan stress biasanya timbul secara lamban, tidak jelas kapan mulainya dan sering kali kita tidak menyadari. Namun meskipun demikian dari pengalaman praktik psikiatrik para ahli mencoba membagi stress tersebut dalam enam tahapan. Setiap tahap memperlihatkan sejumlah gejala-gejala yang dirasakan oleh yang bersangkutan, hal mana berguna bagi seseorang dalam rangka mengenali gejala stress sebelum memeriksakannya kedokter. Petunjuk-petunjuk tahapan stress tersebut dikemukakan oleh Robert J. Van Amberg (psikiater) sebagai berikut:

### a. Stress Tingkat I

Tahapan ini merupakan tingkat stress yang paling ringan, dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut:

- 1) Semangat besar.
- 2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana biasanya
- 3) Energy dan gugup berlebihan, kemampuan menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya.

Tahapan ini biasanya menyenangkan dan orang lalu bertambah semangat, tapi tanpa disadari bahwa sebenarnya cadangan energinya sedang menipis.

### b. Stres Tingkat II

Dalam tahapan ini dampak stress yang menyenangkan mulai menghilang dan timbul keluhan-keluhan dikarenakan cadangan energy tidak lagi cukup sepanjang hari. Keluhan-keluhan yang sering dikemukakan sebagai berikut:

- 1) Merasa letih sewaktu bangun pagi.
- 2) Merasa lelah sesudah makan siang
- 3) Merasa lelah menjelang sore hari
- 4) Terkadang gangguan dalam system pencernaan (gangguan usus, perut kembung), kadang-kadang pula jantung berdebar-debar.
- 5) Perasaan tegang pada otot-otot punggung dan tengkuk (belakang leher).
- 6) Perasaan tidak bisa santai.

c. Stres Tingkat III

Pada tahapan ini keluhan keletihan semakin nampak dengan gejala-gejala:

- 1) Gangguan usus lebih terasa (sakit perut, mulas, sering ingin kebelakang).
- 2) Otot-otot terasa lebih tegang.
- 3) Perasaan tegang yang semakin meningkat.
- 4) Gangguan tidur (sukar tidur, sering terbangun malam, dan sukar tidur kembali, atau bangun terlalu pagi).
- 5) Badan terasa oyang, rasa-rasa mau pingsan (tidak sampai jatuh pingsan).

Pada tahapan ini penderita sudah harus berkonsultasi pada dokter, kecuali kalau beban stress atau tuntutan-tuntutan dikurangi, dan tubuh mendapat kesempatan untuk beristirahat atau berelaksasi, guna memulihkan suplai energy.

d. Stres Tingkat IV

Tahapan ini sudah menunjukkan keadaan yang lebih buruk yang ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Untuk bisa bertahan sepanjang hari terasa sangat sulit.
- 2) Kegiatan-kegiatan yang semula menyenangkan ini terasa sulit.
- 3) Kehilangan kemampuan untuk menanggapi situasi, pergaulan sosial, dan kegiatan-kegiatan rutin lainnya terasa berat.
- 4) Tidur semakin sukar, mimpi-mimpi menegangkan, dan sering sekali bangun dini hari.
- 5) Perasaan negativisti.
- 6) Kemampuan berkonsentrasi menurun tajam.
- 7) Perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan, tidak mengerti mengapa.

e. Stres Tingkat V

Tahapan ini merupakan keadaan yang lebih mendalam dari tahapan IV diatas, yaitu:

- 1) Keletihan yang mendalam (*physical and psychological exhaustion*).

- 2) Untuk pekerjaan-pekerjaan yang sederhana saja terasa kurang mampu.
- 3) Gangguan system pencernaan (sakit magg dan usus) lebih seing, sukar buang air besar atau sebaliknya feses cair denga sering kebelakang.
- 4) Perasaan takut yang semakin menjadi, mirip panik.

f. Stres Tingkat VI

Pada tahapan ini merupakan tahapan puncak yang merupakan keadaan gawat darurat. Tidak jarang penderita dalam tahapan ini dibawa ke ICCU. Gejala-gejala pada tahapan ini cukup mengerikan.

- 1) Debar jantung terasa amat keras, hal ini disebabkan zat adrenalin yang dikeluarkan, karna stress tersebut cukup tinggi dalam peredaran darah.
- 2) Nafas sesak, megap-megap.
- 3) Badan gemetar, tubuh dingin, keringat bercucuran.
- 4) Tenaga untuk hal-hal yang ringan sekalipun tidak puasa lagi, pingsan atau *collaps*.

## B. Mahasiswa

### 1. Pengertian Mahasiswa

Menurut Kamus Praktis Bahasa Indonesia, mahasiswa adalah mereka yang sedang belajar di perguruan tinggi (Taufik, 2010). Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat. Pengertian mahasiswa menurut Yahya (dalam Rema, 2007) mengatakan bahwa mahasiswa diartikan sebagai pelajar yang menimba ilmu pengetahuan yang tinggi, dimana pada tingkat ini mereka dianggap memiliki kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas, sehingga dengan nilai lebih tersebut mereka dapat memiliki kesadaran untuk menentukan sikap dirinya serta mampu bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya.

Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa (Takwin, 2008).

Sejalan dengan pemikiran Fatwa (dalam Achin, 2010) mengemukakan bahwa mahasiswa merupakan kelompok generasi muda yang mempunyai peran strategis dalam kancan pembangunan bangsa, karena mahasiswa merupakan sumber kekuatan moral bagi bangsa Indonesia. Artinya bahwa mahasiswa merupakan bagian integral dari masyarakat yang dengan seleksi tertentu sehingga dapat memperoleh pendidikan formal tingkat tinggi. Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Seorang mahasiswa, pada dasarnya memiliki proses belajar yang beragam. Hal ini dikarenakan kesibukannya sebagai seorang mahasiswa yang membutuhkan banyak keperluan baik untuk kehidupannya maupun untuk keperluan kuliahnya. Tujuan mahasiswa menurut Yahya (dalam Rema, 2017) ialah “untuk mencapai dan meraih taraf keilmuan yang matang, menguasai sesuatu ilmu, serta memiliki wawasan ilmiah dalam segala hal yang berkaitan dengan keilmuannya untuk diabdikan kepada masyarakat dan umat manusia.” Mahasiswa pada tahap akhirnya akan didapat ketrampilan, kecakapan, dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam prestasi belajar, yang sebelumnya diperoleh dari proses belajar individu.

## **2. Ciri-Ciri Mahasiswa**

Menurut Saputra (2006) mahasiswa sebagai peserta didik mempunyai ciri-ciri tertentu, antara lain:

- a. Rajin, tekun dalam proses belajar.
- b. Sebagian waktu tersita dengan belajar baik di kampus, perpustakaan dan di rumah.

- c. Tampil dengan gaya seorang intelektual baik dari cara bicara, menyampaikan pendapat atau berdebat.
- d. Sedikit sulit untuk memasuki kelompok lain di luar kelompok yang memiliki kesamaan prinsip.

### 3. Tugas dan Kewajiban Mahasiswa

Menurut Siallagan (2011), mahasiswa sebagai masyarakat kampus mempunyai tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, buat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan. Di samping tugas utama, ada tugas lain yang lebih berat dan lebih menyentuh terhadap makna mahasiswa itu sendiri, yaitu sebagai agen perubah dan pengontrol sosial masyarakat. Tugas inilah yang dapat menjadikan dirinya sebagai harapan bangsa, yaitu menjadi orang yang setia mencarikan solusi berbagai problem yang sedang mereka hadapi. selain memiliki tugas, mahasiswa juga memiliki kewajiban yang harus dijalankan. Setiap mahasiswa berkewajiban untuk:

- a. Bertaqwa dan berahlak mulia.
- b. Belajar dengan tekun dan sungguh-sungguh agar memperoleh prestasi tinggi.
- c. Mematuhi semua peraturan dan ketentuan yang berlaku, baik pada tingkat universitas, fakultas maupun jurusan.
- d. Ikut memelihara sarana, prasarana serta kebersihan, ketertiban dan keamanan dalam lingkungan universitas.
- e. Menghargai ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.
- f. Terlibat aktif dalam kegiatan kemahasiswaan.
- g. Menjaga nama baik, citra, dan kehormatan universitas.
- h. Ikut bertanggungjawab biaya penyelenggaraan pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang dibebaskan dari kewajiban tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- i. Berpakaian yang rapi, sopan, dan patut.

- j. Memakai jaket almamater pada setiap kegiatan kemahasiswaan maupun kegiatan universitas.
- k. Menunjang tinggi adat istiadat, sopan santun serta etika yang berlaku.
- l. Menjaga kampus dari kegiatan politik praktis.
- m. Mentaati kewajiban-kewajiban yang dibebankan sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.
- n. Saling menghormati sesama mahasiswa dan bersikap sopan terhadap pimpinan, dosen, dan karyawan.

#### 4. Peranan Mahasiswa

Mahasiswa sebagai agen perubahan sosial selalu dituntut untuk menunjukkan peranannya dalam kehidupan nyata. Menurut Siallagan (2011), ada tiga peranan penting dan mendasar bagi mahasiswa yaitu intelektual, moral, sosial.

##### a. Peran intelektual

Mahasiswa sebagai orang yang intelek, jenius, dan jeli harus bisa menjalankan hidupnya secara proporsional, sebagai seorang mahasiswa, anak, serta harapan masyarakat.

##### b. Peran moral

Mahasiswa sebagai seorang yang hidup di kampus yang dikenal bebas berekspresi, beraksi, berdiskusi, berspekulasi dan berorasi, harus bisa menunjukkan tingkah laku yang bermoral dalam setiap tindak tanduknya tanpa terkontaminasi dan terpengaruh oleh kondisi lingkungan.

##### c. Peran sosial

Mahasiswa sebagai seorang yang membawa perubahan harus selalu bersinergi, berpikir kritis dan bertindak konkret yang terbingkai dengan kerelaan dan keikhlasan untuk menjadi pelopor, penyampai aspirasi dan pelayan masyarakat.

### C. Teori Keperawatan Sister Calista Roy

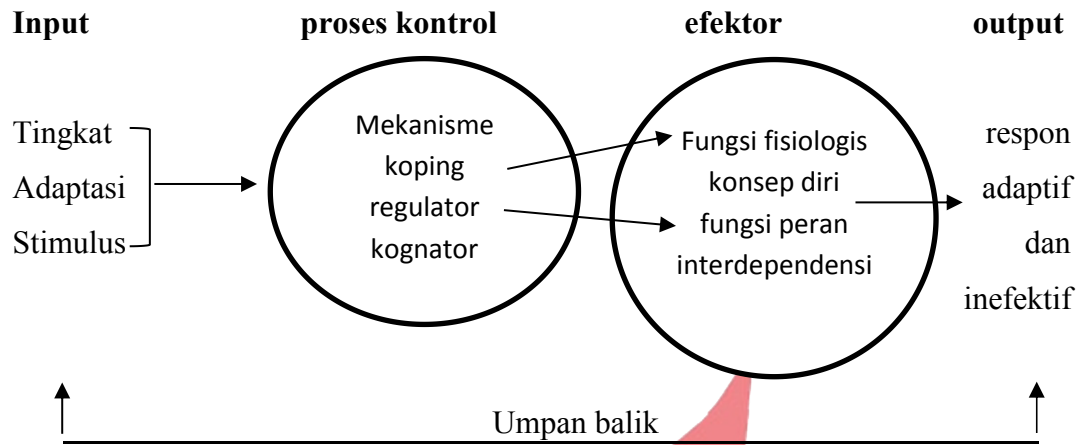
Sister Calista Roy anggota susteran *Saint Joseph, Carondelet*, dilahirkan pada tanggal 14 Oktober 1939 di *Los Angeles, California*. Ia mendapatkan gelar sarjana keperawatan dari *Mount Saint Marry's College* di *Los Angeles* tahun 1963 dan gelar *magister* dari *University of California, Los Angeles* tahun 1966. Setelah mendapatkan gelar keperawatan, Roy mengawali pendidikannya dibidang sosiologi, menerima gelar master sosiologi tahun 1973 dan gelar doctor sosiologi tahun 1977 dari *University of California*. Roy terkesan dengan “adaptasi” sebagai suatu model kerangka kerja konseptual yang sesuai bagi keperawatan. Roy mengembangkan konsep dasar model ini pada saat ia menjadi mahasiswi pascasarjana di *university of California, Los Angeles* dari tahun 1964 sampai 1968. Roy mulai mengoperasionalisasikan modelnya pada tahun 1968 ketika *Mount Saint Mary's College* mengadopsi kerangka kerja adaptasi sebagai landasan filosofis pada kurikulum keperawatannya. Model adaptasi Roy pertama kali diterbitkan dalam bentuk artikel di jurnal *Nursing Outlook* tahun 1970 dengan judul “*Adaptation: A Conceptual Framework for Nuring*”.

Model Roy berfokus pada konsep adaptasi manusia. Konsep-konsepnya mengenai keperawatan manusia, kesehatan, dan lingkungan saling berhubungan dengan adaptasi sebagai konsep sentralnya. Manusia mengalami stimulus lingkungan secara terus menerus. Pada akhirnya, manusia memberikan respons dan adaptasi pun terjadi. Respon ini dapat berupa respon adaptif ataupun respon inefektif. Respon adaptif meningkatkan integritas dan membantu manusia dalam mencapai tujuan adaptasi, yaitu untuk bertahan hidup, tumbuh, berkembang biak, menguasai, serta transformasi seseorang dan lingkungannya. Respon inefektif gagal meraih tujuan adaptasi tersebut atau bahkan mengancam pencapaian tujuan. Keperawatan memiliki tujuan yang unit untuk membantu upaya adaptasi seseorang dengan mengelola lingkungannya. Hasilnya adalah pencapaian tingkat kesejahteraan optimal seseorang (Alligood, 2017).

Sebagai suatu system terbuka, manusia menerima input atau stimulus baik dari lingkungan atau dalam diri sendiri. Tingkat adaptasi ditentukan oleh

kombinasi efek stimulus fokal, kontekstual, dan residual. Adayasi terjadi pada saat seseorang berespons secara positif terhadap perubahan lingkungan. Respon adaptif ini meningkatkan integritas seseorang, yang akan membawanya menuju sehat. Disisi lain, respon inefektif akan mengarah pada gangguan integritas seseorang. Terdapat dua subsistem yang saling berhubungan dalam model Roy. Subsistem proses primer, fungsional, atau kontrol terdiri dari regulator dan kognator. Sedangkan subsistem sekunder dan efektor terdiri dari empat mode adaptif sebagai berikut : (1) Kebutuhan fisiologis, (2) Konsep diri, (3) Fungsi peran, dan (4) Interdependensi (Alligood, 2017).

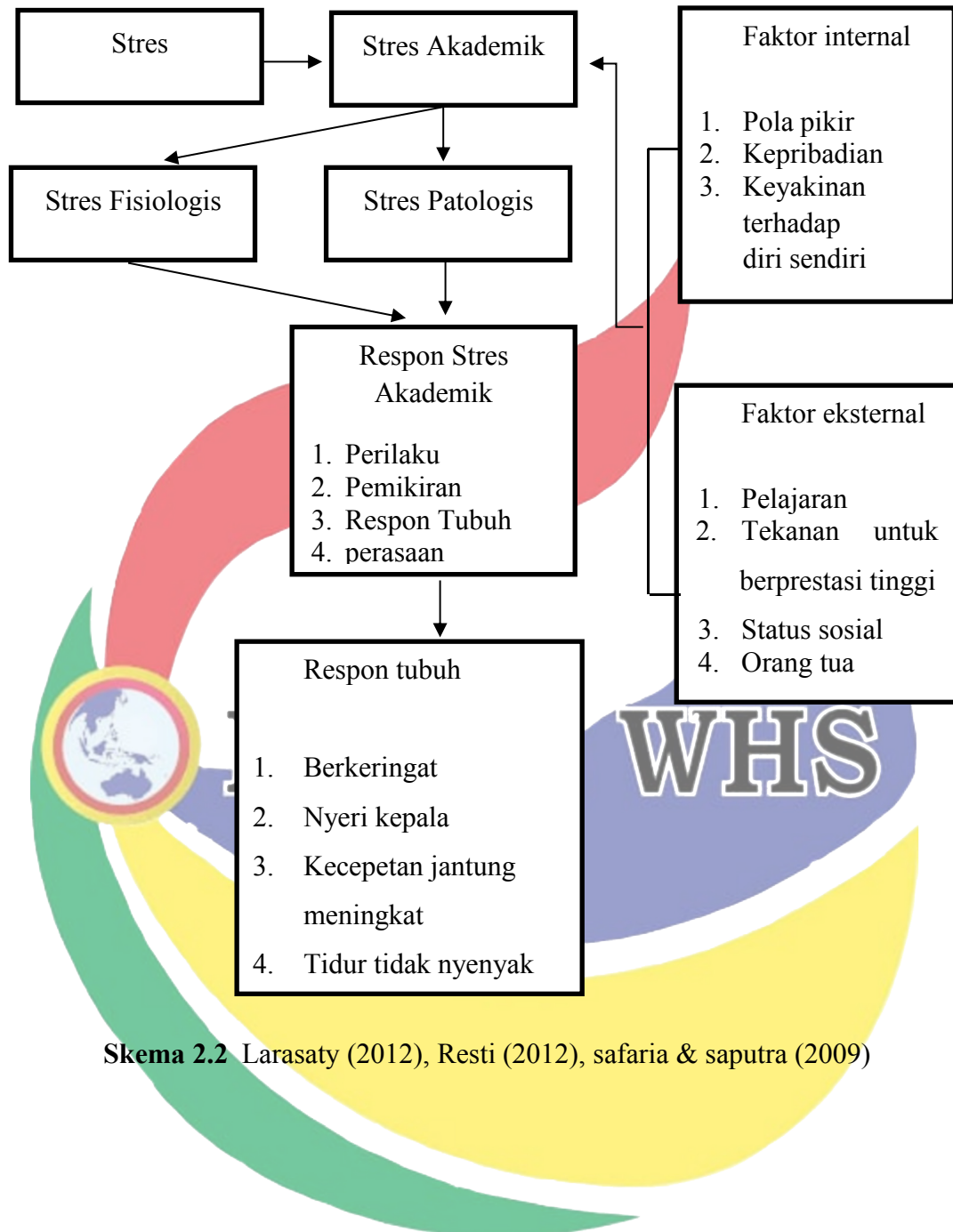
Roy memandang regulator dan kognator sebagai metode koping. Subsistem koping regulator, dengan mode adaptif fisiologis, “berespon secara otomatis melalui proses koping neurologis, kimiawi, dan endokrin”. Subsistem koping kognator, dengan mode adaptif konsep diri, interdependensi, dan fungsi peran, “berespons melalui empat saluran kognitif-emosi yaitu: pemrosesan informasi yang diterima, pembelajaran, penilaian, dan emosi”. Persepsi adalah interpretasi dari suatu stimulus. Persepsi menghubungkan regulator dengan kognator dalam hal “input terhadap regulator diubah menjadi persepsi”. Respons terhadap stimulus dilakukan melalui empat mode adaptif. (1) Mode adaptif fisiologis-fisik berhubungan dengan cara manusia berinteraksi dengan lingkungannya melalui proses-proses fisiologis; (2) Mode adaptif konsep diri-identitas kelompok berhubungan dengan kebutuhan untuk mengetahui siapa diri ini dan bagaimana bertindak dalam masyarakat; (3) Mode adaptif fungsi peran digambarkan sebagai peran primer, sekunder, dan tersier yang ditampilkan individu dalam masyarakat; (4) Mode adaptif interdependensi menggambarkan interaksi orang-orang dalam masyarakat. Hubungan antara empat metode adaptif terjadi pada lebih dari satu mode, atau ketika satu mode menjadi stimulus fokal, kontekstual, atau residual bagi mode lainnya (Alligood, 2017).



**Skema 2.1** Kerangka teori model Adaptasi Sister Callista Roy

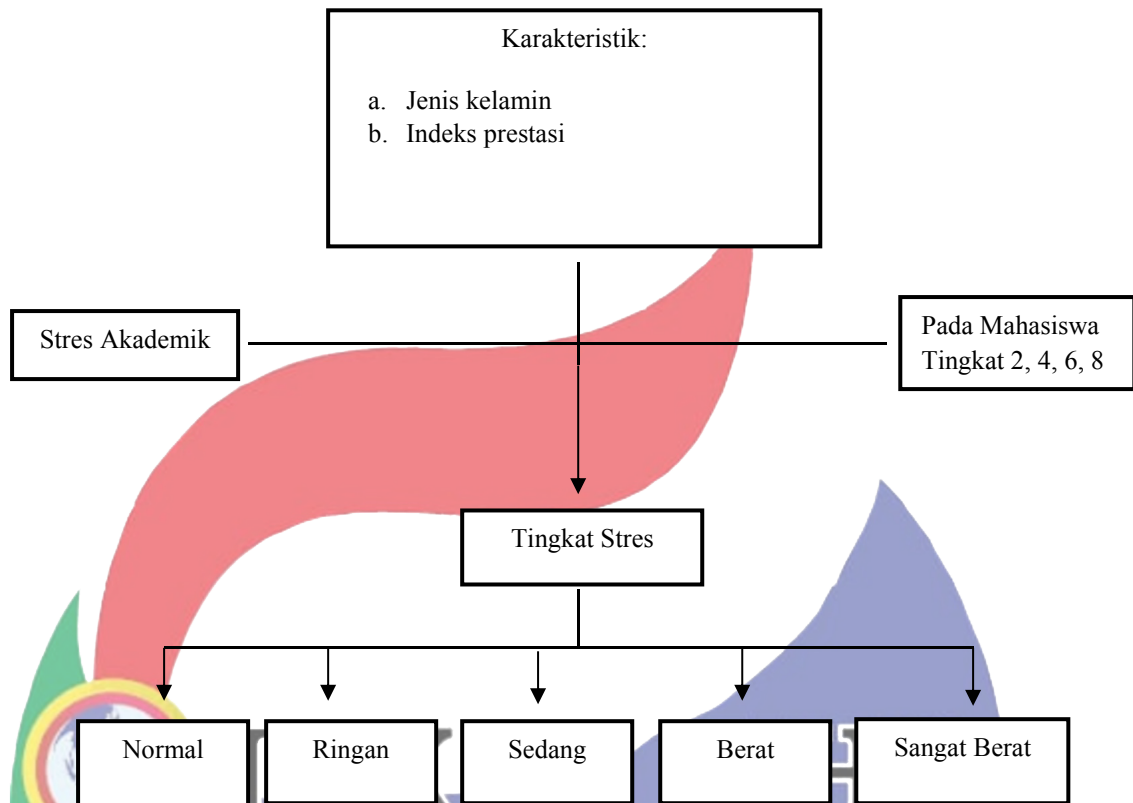


### C. Kerangka Teori



Skema 2.2 Larasaty (2012), Resti (2012), safaria & saputra (2009)

### D. Kerangka Konsep



Skema 2.3 Kerangka Konsep

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini berjenis *kuantitatif*, dengan desain penelitian *deskriptif analitik*, yaitu merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti sesuai karakteristik objek yang diteliti secara tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa gambaran stres mahasiswa keperawatan dalam kegiatan akademik ditinjau dari level semester di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian *deskriptif* dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya bertujuan untuk melihat fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi didalam populasi tertentu. Kemudian rancangan penelitian *deskriptif* dapat didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena.

### B. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Tempat yang menjadi lokasi penelitian ini adalah ITKes Wiyata Husada Samarinda yang beralamat di Jln. Kadrie Oening No. 77 Samarinda Kalimantan Timur, 7272431. Pemilihan lokasi tersebut karena lokasi penelitian yang merupakan daerah kampus peneliti berada sehingga diharapkan akan memudahkan peneliti dalam melakukan kegiatan penelitian untuk mengetahui gambaran stress mahasiswa keperawatan dalam kegiatan akademik ditinjau dari level semester, dan dikarenakan wabah Covid-19 sesuai peraturan pemerintah bahwa menerapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) agar mempercepat pemutusan wabah Covid-19 dan keterbatasan jarak karna responden sedang melakukan penelitian dan sulit untuk ditemui maka peneliti memutuskan untuk menggunakan bantuan aplikasi google form dimana aplikasi ini berguna untuk menyebarkan kuesioner secara cepat dan luas melalui link yang dibagikan kepada subjek penelitian. Waktu Penelitian ini di laksanakan pada bulan Juni 2020

## 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini mulai dikerjakan pada 15 November 2019 Di ITKes Wiyata Husada Samarinda.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup, dan waktu yang sudah ditentukan (Kasmadi, 2014). Populasi adalah wilayah generalisasi yang memenuhi kriteria dan mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan tingkat satu sampai tingkat empat di kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda, sebanyak 442 orang yang tersebar di 8 kelas.

### 2. Sampel

Sampel terdiri atas bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Adapun besar sampel pada penelitian ini adalah 100 orang. Perhitungan besar sampel dilakukan dengan menggunakan rumus *slovin*

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

Keterangan :

n= ukuran sampel

N= ukuran populasi

d= kelonggaran atau ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditolerir misalnya 1%, 5%, 10%. Penelitian ini menggunakan batas kesalahan yang ditolerir sebesar 10%, sehingga besar sampel dirumuskan sebagai berikut :

$$n = \frac{442}{1 + 442 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{442}{1 + (442 \times 0,01)}$$

$$n = \frac{442}{5,42}$$

$n = 81,5$  dibulatkan menjadi 82 orang

Penambahan jumlah sampel 10% untuk mengantisipasi adanya kuisisioner yang rusak ataupun pengisian data yang tidak lengkap dari responden. Maka, jumlah total sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 100 responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara acak sederhana (*Simple Random Sampling*), di mana setiap unit populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel.

Jumlah sampel di setiap kelas ditentukan dengan menggunakan rumus *Proportionate stratified random Sampling* sebagai berikut :

$$n = \frac{N_i \times n}{N}$$

Keterangan :

$N_i$  = ukuran tiap strata sampel

$n$  = ukuran (total) sampel

$N$  = ukuran (total) populasi

**Table 3.1** perhitungan *Proportionate stratified random Sampling*

No	Kelas	Jumlah siswa dikelas	Hasil
1	Tingkat 1A	53	$53/442 \times 82 = 10$
2	Tingkat 1B	59	$59/442 \times 82 = 11$
3	Tingkat 2A	48	$48/442 \times 82 = 9$
4	Tingkat 2B	47	$47/442 \times 82 = 9$
5	Tingkat 3A	57	$57/442 \times 82 = 10$
6	Tingkat 3B	58	$58/442 \times 82 = 11$
7	Tingkat 4A	62	$62/442 \times 82 = 11$
8	Tingkat 4B	58	$58/442 \times 82 = 11$
<b>Jumlah</b>			<b>= 82</b>

### 3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Dalam penelitian keperawatan ini, sampel yang digunakan adalah kriteria sampel dapat meliputi kriteria inklusi, dimana kriteria tersebut menentukan dapat tidaknya sampel digunakan, sedangkan kriteria eksklusi merupakan kriteria dari subjek peneliti yang tidak boleh ada dan jika ada subjek yang mempunyai kriteria eksklusi maka subyek tersebut harus dikeluarkan dari penelitian (Riyanto,2011). Sampel dari penelitian ini adalah Mahasiswa keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi dari penelitian yang akan dilakukan adalah sebagai berikut :

a) Kriteria Inklusi, yaitu :

Mahasiswa Keperawatan tingkat 1, 2, 3, dan 4 ITKES Wiyata Husada Samarinda

b) Kriteria Eksklusi, yaitu :

Mahasiswa yang dalam keadaan sakit, cuti, dan ijin

### 4. Teknik Sampling

Teknik pengambilan data atau teknik sampling merupakan cara-cara yang digunakan dalam penelitian untuk mendapatkan sampel atau subjek penelitian yang mewakili keseluruhan populasi. Dalam penelitian ini menggunakan *stratified random sampling*. Pengambilan sampel acak stratifikasi adalah suatu metode pengambilan sampel dimana populasi yang bersifat heterogen dibagi-bagi dalam lapisan-lapisan (strata) yang saling pisah tuntas, dan dari setiap strata dapat diambil sampel secara acak, *stratified random sampling* pada setiap kelas bertujuan agar jumlah populasi sebanyak 442 orang memiliki peluang yang sama. Teknik acak dalam penelitian ini dengan menggunakan aplikasi *random number generator*, dimana peneliti memasukkan semua nama responden berdasarkan nomor absensi, lalu peneliti mengacak nomor tersebut sampai jumlah sampel terpenuhi.

## D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya

Sehingga didapatkan variable penelitian yaitu Stres Akademik.

### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari suatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang diamati (diukur) itulah merupakan kunci definisi operasional. Pemberian arti atau makna pada masing-masing variable berdasarkan karakteristik masing-masing variabel.

**Tabel 3.2** Definisi Oprasional

Variabel penelitian	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
<b>Tingkat Stres Akademik</b>	stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.	Menggunakan kuesioner stress akademik dengan skala likert selalu = 3 sering = 2 kadang = 1 tidak pernah = 0	Hasil ukur menurut Purwati, 2012, dengan skor:  1. Normal (skor 0-23) : tidak mengalami stress 2. Stres ringan (skor 24-33): terjadi karena adanya stresor yang dihadapi orang secara teratur dalam kehidupan sehari-hari. 3. Stres sedang (skor 34-52): terjadi lebih lama, antara beberapa jam sampai beberapa hari.	Ordinal

4. Stres berat (skor 53-73): terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun.
5. Sangat berat (skor  $\geq 75$ ) : stres dirasakan oleh individu sangat berat diluar kemampuan individu sehingga mengganggu kehidupan

Variabel penelitian	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
<b>Jenis Kelamin</b>	Petanda gender seseorang yaitu laki-laki dan perempuan	Lembar data isian demografi	1. Perempuan 2. Laki-laki	Nominal
<b>Indeks Prestasi</b>	Nilai kredit rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan mutu penyelesaian satu program studi responden di ITKes Wiyata Husada Samarinda pada semester 1, 3, 5, dan 7	Lembar data isian demografi	1. < 2,00 : kurang memuaskan 2. 2,00-2,75 : memuaskan 3. 2,76-3,50 : sangat memuaskan 4. 3,51-4,00 : <i>cum laude</i>	Rasio

## E. Sumber Data dan Instrumen Penelitian

### 1. Sumber data

Sumber data penelitian ini menggunakan sumber data primer yaitu sumber data yang berlangsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2012).

a. Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari (Azwar, 2009), Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengisian kuesioner yang diberikan saat penelitian.

b. Data Sekunder

Data sekunder data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Data sekunder biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia (Azwar, 2009). Data sekunder pada penelitian ini diperoleh dari bagian administrasi kemahasiswaan, sehingga didapatkan data jumlah mahasiswa keseluruhan setiap tingkat pada Prodi S1 Keperawatan dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3.3** Jumlah Keseluruhan Mahasiswa

Tingkatan Kelas	Jumlah Mahasiswa/i
Tingkat I	112
Tingkat II	95
Tingkat III	115
Tingkat IV	120

## 2. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang akan dilakukan penelitian (Arikunto, 2013). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

a. Bagian A

Data demografi responden yang dibuat sendiri oleh peneliti yang terdiri dari tingkat kelas, jenis kelamin, dan indeks prestasi yang bertujuan untuk melihat apakah terdapat perbedaan stres akademik. Kuesioner ini

akan di isi menggunakan nama inisial agar kerahasiaan responden tetap terjaga.

b. Bagian B

Pengukuran skala tingkat stress akademik diukur dengan menggunakan skala tingkat stress akademik yang diadopsi dari skala DASS42 yang telah di modifikasi oleh peneliti sebelumnya. Oleh karena itu tujuan penelitian ini hanya untuk mengetahui tingkat stress akademik, maka instrumen ini dimodifikasi oleh peneliti sebelumnya dengan menggunakan pernyataan stres sebagai bagian dari pernyataan yang digunakan dalam penelitian. Kemudian peneliti sebelumnya memodifikasi pernyataan tersebut dan menambahkan pernyataan-pernyataan berdasarkan studi pustaka yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang mencakup 3 subvariabel yaitu: fisik, emosi/psikologis, dan perilaku.

Berikut kisi-kisi pernyataan dalam instrumen penelitian:

**Tabel 3.4** Kisi-kisi pernyataan dalam instrumen penelitian

Indikator Fisik		Indikator Psikologis / Emosi		Indikator Perilaku	
Positif (+)	Negatif (-)	Positif (+)	Negatif (-)	Positif (+)	Negatif (-)
50, 54, & 59	2, 4, 12, 19, 23, 37, 41, 43, 45, 46, 51, 55, 56, 57 & 60	9, 47, 49, & 52	1, 6, 7, 11, 13, 15, 18, 20, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 36, 39, & 40	34, 38, 48, & 53	3, 5, 8, 10, 14, 16, 17, 21, 22, 24, 25, 31, 35, 42, 44, & 58

untuk mengkategorikan tingkat stres mahasiswa, maka di gunakan rumus seperti berikut :

$$P = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{BK}}$$

= .....

P = ..... ( setelah dilakukan pembulatan )

Ket: 1. P = Panjang Kelas

2. R = Skor Tertinggi – Skor Terendah

3. BK = Banyak kelas

Berdasarkan jumlah yang diperoleh maka kategori tingkat stres sebagai berikut:

- 1) Normal jika jawaban responden dengan jumlah skor 0-23 : tidak mengalami stress
- 2) Stres ringan jika jawaban responden dengan jumlah skor 24-33 : terjadi karena adanya stresor yang dihadapi orang secara teratur dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Stres sedang jika jawaban responden dengan jumlah skor 34-52 : terjadi lebih lama, antara beberapa jam sampai beberapa hari.
- 4) Stres berat jika jawaban responden dengan jumlah skor 53-73 : terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun.
- 5) Stres sangat berat jika jawaban responden dengan jumlah skor  $\geq 75$  : stres dirasakan oleh individu sangat berat diluar kemampuan individu sehingga mengganggu kehidupan.

Kuesioner ini menggunakan *scala likert* karena skala pengukuran dengan tipe ini akan di gunakan dalam riset berupa survei yaitu: selalu = 3, sering = 2, kadang = 1, tidak pernah = 0. Kuesioner ini menggunakan bentuk *checklist* (✓) untuk menjawab sesuai dengan pendapat. Instrumen stres akademik terdiri dari 60 pernyataan yang mengidentifikasi skala subyektif depresi, kecemasan, dan stres.

## F. Uji Validitas dan Reabilitas

### 1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoadmodjo, 2012) . Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud (Arikunto, 2010).

Instrumen tingkat stress akademik terdiri dari 60 pernyataan ini diadopsi dari kuesioner DASS 42. Oleh karena tujuan penelitian ini hanya untuk mengetahui tingkat stress akademik, maka instrumen ini

dimodifikasi oleh peneliti sebelumnya dengan menggunakan pernyataan stres sebagai bagian dari pernyataan yang digunakan dalam penelitian. Kemudian peneliti sebelumnya memodifikasi pernyataan tersebut dan menambahkan pernyataan-pernyataan berdasarkan studi pustaka yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang mencakup 3 subvariabel yaitu: fisik, emosi/psikologis, dan perilaku.

Uji coba *questionare* dilakukan terhadap 30 mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia (FKM UI) sebagai responden yang memiliki kriteria inklusi yang sama dengan responden sebenarnya pada minggu kedua April 2012. Suatu *questionare* disebut reliabel atau handal jika jawaban-jawaban seseorang konsisten. *Reliabilitas* dapat diukur dengan jalan mengulang pertanyaan yang mirip pada nomor-nomor berikutnya. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada *questionare* yang telah dimodifikasi adalah: valid (0,361-0,603) dan reliabel (0,916) untuk seluruh pernyataan kuisisioner dengan ( $df=100$ ;  $r_{5\%}=0,195$ ).

## 2. Uji Reabilitas

Reabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya. Hal ini menunjukkan berarti sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali bahkan berulang-ulang kali terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoatmodjo,2012).

Hasil uji coba terhadap 60 item pernyataan didapatkan 30 item pernyataan yang tidak valid, namun seluruh pernyataan reliabel karena *Cronbach Alpha* > 0,6. Maka reliabilitas pertanyaan untuk mengukur tingkat stres akademik tersebut tinggi atau dapat diterima. Setelah uji coba selesai dilakukan, peneliti sebelumnya melakukan perbaikan terhadap pernyataan yang tidak valid. Jumlah item pernyataan hasil perbaikan berjumlah 60.

## G. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pengambilan data primer yang dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden. Kuesioner yaitu seperangkat pertanyaan/ Pernyataan yang telah disusun sebelumnya. Kuesioner merupakan mekanisme pengumpulan data yang efisien namun tetap memiliki kekurangan dan kelebihan. Pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Peneliti melakukan studi pendahuluan di ITKES Wiyata Husada Samarinda
2. Setelah proposal disetujui oleh dosen pembimbing dan dosen penguji, peneliti mengajukan perijinan kepada ITKes Wiyata Husada Samarinda sebagai tempat dilakukannya penelitian
3. Setelah mendapatkan perijinan peneliti kemudian menjelaskan mengenai tujuan manfaat serta cara pengambilan data.
4. Peneliti meminta kesediaan kepada mahasiswa untuk menjadi responden dengan mengisi *inform consent* menggunakan media *google form*
5. Kemudian peneliti melakukan pengambilan data dengan cara memberikan kuesioner kepada responden untuk diisi menggunakan media *google form*
6. Setelah responden selesai mengisi kuesioner, peneliti memeriksa kelengkapan pengisian kuesioner
7. Pengambilan sampel menggunakan aplikasi *goggle random number generator* yaitu perangkat atau aplikasi yang menghasilkan urutan angka yang tidak dapat diprediksi atau acak.
8. Setelah data terkumpul, peneliti melanjutkan ketahap berikutnya yaitu pengolahan data dan analisa data menggunakan *software computer* yaitu *microsoft excel* dan SPSS.

## H. Pengolahan dan Analisa Data

### 1. Pengolahan Data

Menurut Notoatmojdo (2012) data yang terkumpul dalam tahap pengelompokkan data perlu diolah dahulu. Tujuannya adalah untuk menyederhanakan seluruh data yang terkumpul, menyajikannya dalam

susunan yang baik dan rapi. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut :

a. *Editing* (memeriksa)

Kuesioner dari penelitian harus dilakukan pemeriksaan (*editing*) terlebih dahulu yaitu kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner penelitian.

b. *Coding* (memberi kode)

Setelah semua kuesioner di edit atau di periksa, selanjutnya dilakukan pengkodean atau memberikan kode, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi angka atau bilangan. *Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entry*). Peneliti dalam penelitian ini memberikan kode pada data yang masih berbentuk huruf menjadi angka. Kegunaan dari pemberian kode adalah agar lebih mudah dalam memasukkan data dan mengolah data. Variabel-variabel yang diberikan kode antara lain variabel jenis kelamin perempuan = 1 jenis kelamin laki-laki = 2, indeks prestasi 1 = kurang memuaskan, 2 = memuaskan, 3 = sangat memuaskan, 4 = *cum laude*, dan tingkat stres akademik 0 = tidak pernah, 1 = kadang, 2 = sering, 3 = selalu.

c. *Processing*

Data, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau “*software*” komputer. Salah satu dari paket program yang paling sering digunakan untuk “*entri data*” penelitian adalah paket program SPSS for Windows

d. *Tabulating*

*Tabulating* merupakan usaha untuk menyajikan data, terutama pengolahan data yang akan menjurus ke analisa kuantitatif. Biasanya pengolahan data seperti menggunakan tabel, baik tabel distribusi frekuensi maupun tabel silang.

## 2. Analisa Data

### a. Analisa univariat

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat. Analisa univariat yaitu untuk menggambarkan frekuensi persentase dan hasil penelitian yang nantinya dapat dijadikan tolak ukur dalam pembahasan dan kesimpulan (Notoatmodjo Soekidjo, 2012). Gambaran ini mempunyai tujuan untuk mengetahui tingkat stress mahasiswa dalam melakukan kegiatan akademik di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Pengambilan data menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan :

P = Presentase yang dicari (%)

F = Frekuensi responden untuk setiap pertanyaan yang ada

N = Jumlah responden

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Data karakteristik kategorik responden yaitu yaitu tingkat stres akademik, jenis kelamin, dan indeks prestasi diukur dengan distribusi frekuensi dan disajikan dalam bentuk persentase atau proporsi. Pengujian masing-masing variabel dilakukan dengan menggunakan tabel yang diinterpretasikan berdasarkan hasil yang diperoleh.

### K. Etika Penelitian

Menurut Dahlan (2014) etika penelitian menjelaskan masalah etika penelitian yang merupakan hal penting dalam suatu penelitian, mengingat penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus di perhatikan :

### 1. *Informed consent*

Sebelum melakukan penelitian responden diberikan informasi tentang Gambaran Tingkat Stress Pada Mahasiswa Dalam Melakukan Kegiatan Akademik di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Jika responden bersedia diteliti maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan, namun jika responden menolak untuk diteliti oleh peneliti tidak akan memaksa dan tetap menghormati haknya. Responden yang bersedia diteliti menandatangani lembar persetujuan, pada penelitian ini ada responden yang menolak untuk diteliti.

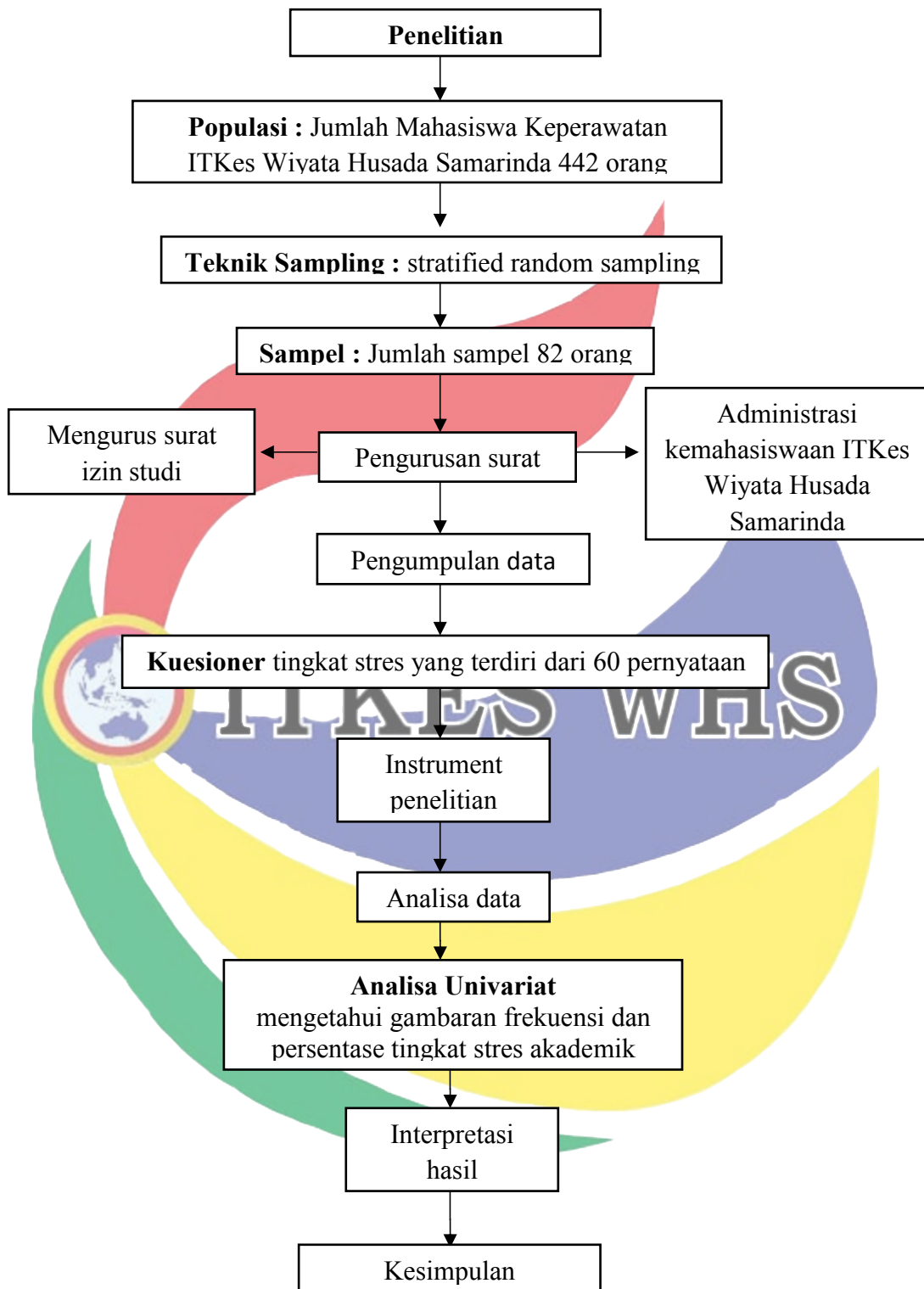
### 2. *Anonimity* (tanpa nama)

Kerahasiaan responden akan tetap terjaga, maka peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data. Lembar tersebut hanya berupa inisial dari nama responden.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil peneliti baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset (Hidayat, 2010).

### L. Alur penelitian



Skema 3.4 Alur Penelitian

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Bab ini akan menyajikan hasil pengumpulan data yang telah dilaksanakan pada bulan Juni 2020 di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda. Kuesioner dibagikan kepada responden dalam hal ini mahasiswa sesuai kriteria inklusi berjumlah 82 responden. Adapun penelitian ini dilakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda pada mahasiswa/mahasiswi keperawatan. Responden mengisi kuesioner Tingkat Stres 60 item pernyataan. Seluruh data yang terkumpul telah memenuhi syarat untuk dianalisis. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk table dan tekstual yang didasarkan pada analisis univariat

##### 1. Gambaran Tempat penelitian

Bab ini akan menguraikan tentang hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran stres mahasiswa keperawatan dalam kegiatan akademik ditinjau dari level semester pada mahasiswa S1 Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda. Penelitian dilakukan pada bulan November 2019 sampai dengan bulan Juni 2020 di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Kuesioner dibagikan kepada responden dalam hal ini mahasiswa sesuai kriteria inklusi berjumlah 82 responden. Adapun penelitian ini dilakukan di ITKes Wiyata Husada Samarinda pada mahasiswa/mahasiswi keperawatan. Responden mengisi kuesioner tingkat stres akademik melalui *gogle form*. Seluruh data yang terkumpul telah memenuhi syarat untuk dianalisis. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk diagram pie dan tekstual yang didasarkan pada analisis univariat.

ITKes Wiyata Husada Samarinda terletak di jalan Kadrie Oening No. 77 Samarinda – Kalimantan Timur. ITKes Wiyata Husada Samarinda diresmikan pada tanggal 14 Juli 2008 sesuai dengan SK peresmian kampus. ITKes Wiyata Husada Samarinda memiliki 63 tenaga pendidik (Dosen) dan memiliki 1.102 mahasiswa yang terbagi dari berbagai

jurusan yang ada pada saat ini, diantaranya mahasiswa S1-Keperawatan berjumlah 594 orang, mahasiswa D3 Tenaga Laboratorium Medik 276 orang, mahasiswa D3 Kebidanan 146 orang dan Mahasiswa Program Profesi Ners berjumlah 86 orang. Badan Eksekutif Mahasiswa di STIKES Wiyata Husada Samarinda merupakan wadah bagi setiap mahasiswa yang ingin terlibat didalam kegiatan keorganisasian. BEM merupakan organisasi tertinggi mahasiswa yang berada di kampus ini.

ITKes Wiyata Husada Samarinda juga memiliki dua gedung kampus utama yaitu gedung kampus A dan gedung kampus B, serta memiliki berbagai macam fasilitas pendukung lainnya, seperti ballroom, laboratorium untuk setiap program studi yang ada, serta Mushola untuk beribadah.

Pada tahun ini pembelajaran di kampus melalui sistem via daring bagi mahasiswa via daring dan dosen tanpa melalui tatap muka. Daring Menurut kamus besar bahasa Indonesia, daring dapat diartikan sebagai suatu keadaan yang sedang menggunakan jaringan, terhubung dalam jaringan, satu perangkat dengan perangkat lainnya yang terhubung sehingga bisa saling berkomunikasi (Helen Sastypratiwi, Aprillita Dwiyani, 2016).

## 2. Data Demografi

### a. Jenis kelamin

Data jenis kelamin responden dianalisis dengan menggunakan uji deskriptif statistik untuk melihat frekuensi dan persentasenya.

**Diagram 4.1** Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82)

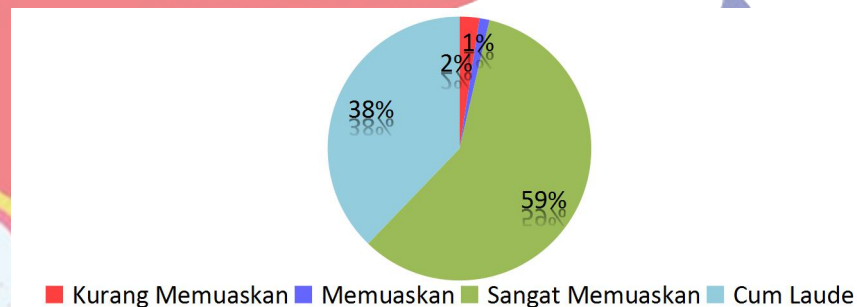


Pada diagram pie diatas terlihat bahwa responden yang memiliki jenis kelamin laki-laki sebanyak 18,3% responden. Sedangkan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 81,7% responden. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan sebagian besar mahasiswa keperawatan yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki jenis kelamin perempuan (81,7%).

#### b. Indeks Prestasi

Data Indeks Prestasi responden dianalisis dengan menggunakan uji deskriptif statistik untuk melihat frekuensi dan persentasenya.

**Diagram 4.2** Distribusi Responden Menurut Indeks Prestasi Pada Semester Ganjil di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82)

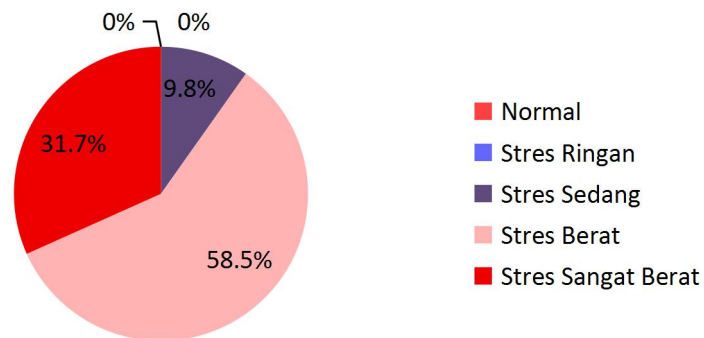


Berdasarkan diagram 4.2 terlihat bahwa dari 82 responden yang memiliki indeks prestasi yang tertinggi terdapat pada kategori sangat memuaskan sebanyak 59% responden, dan *cum laude* sebanyak 31% responden. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki indeks prestasi sangat memuaskan 59%.

### 3. Analisa Univariat

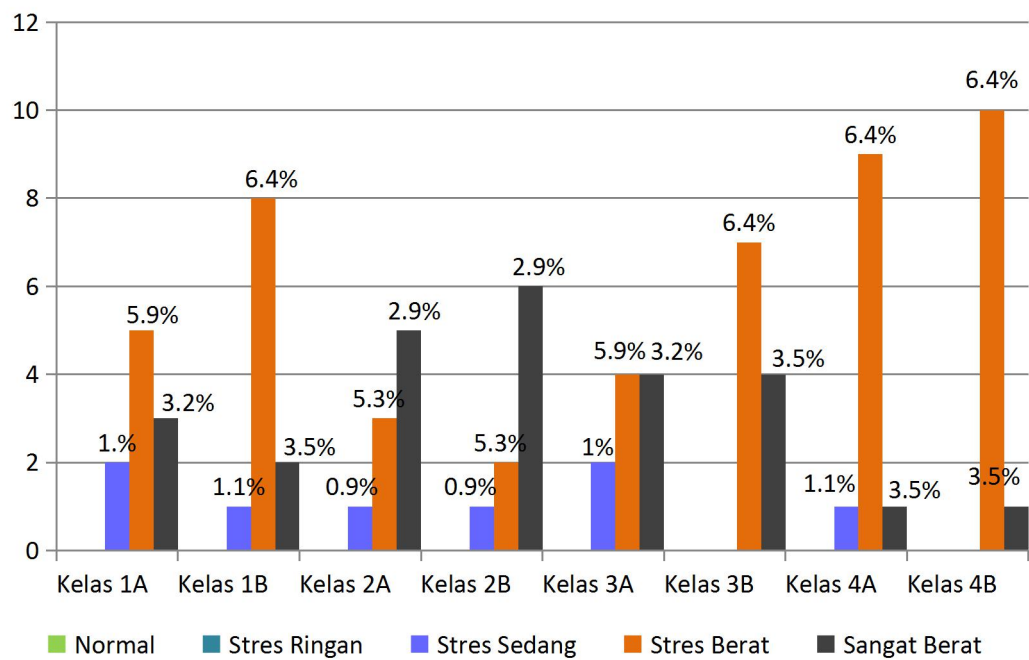
Data tingkat stres diuji dengan menggunakan deskriptif statistik untuk mengetahui tingkat stres terhadap karakteristik mahasiswa keperawatan ITKes Wiyata Husada dalam melakukan kegiatan akademik yang meliputi: Jenis kelamin, dan indeks prestasi.

**Diagram 4.3** Distribusi Responden Menurut Tingkat Stres di Kampus Wiyata Husada Samarinda (n=82)



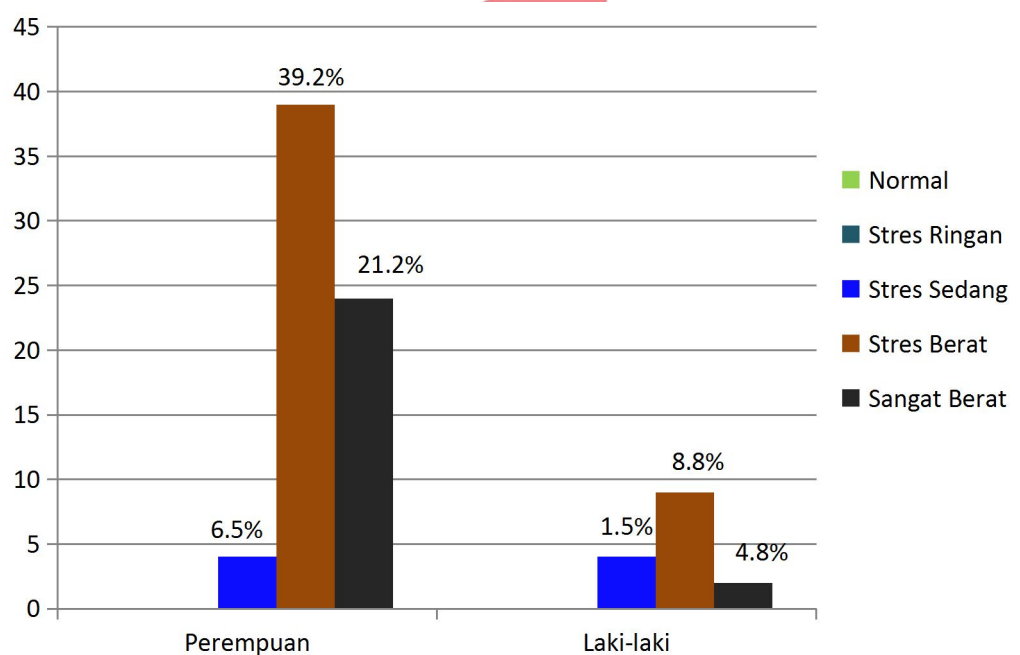
Dapat dilihat pada diagram 4.3 diatas bahwa dari 82 responden yang memiliki tingkat stress tertinggi pada tingkat stress berat sebanyak 58,5% responden, sedangkan tingkat stress yang paling terendah pada stress sedang sebanyak 9,8%. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki tingkat stress berat 58,5%.

**Diagram 4.4** Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kelas di kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82)



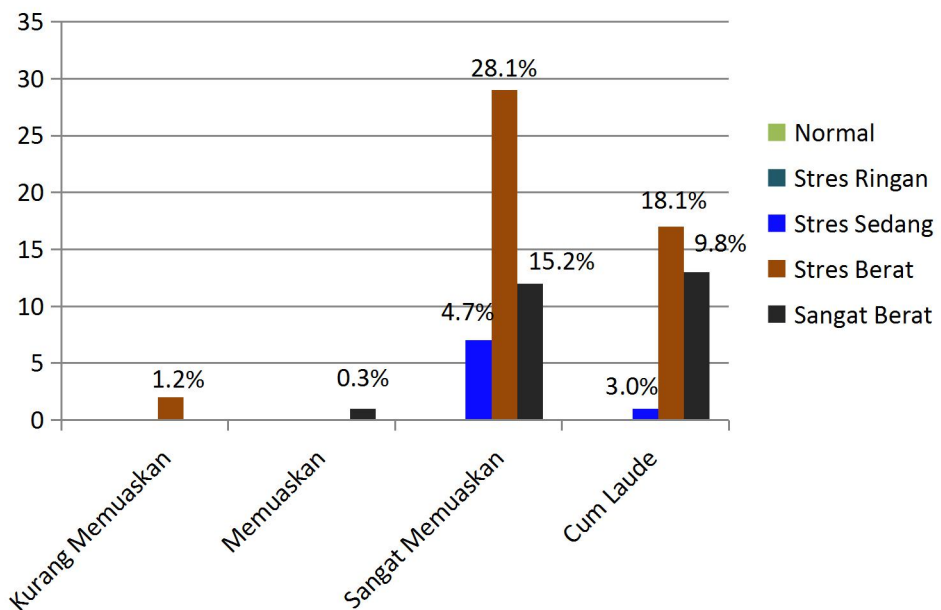
Dari diagram batang diatas bahwa dari 82 responden sebagian responden dalam penelitian ini memiliki tingkat stres diantaranya pada tingkat kelas 4B sebanyak 10 responden yang memiliki tingkat stres berat, sedangkan pada tingkat kelas 2A sebanyak 1 responden yang mengalami stres sedang. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat stres yang tertinggi terdapat pada tingkat kelas 4B (90,9%).

**Diagram 4.5** Distribusi Responden Tingkat Stres Terhadap Jenis Kelamin di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82)



Pada diagram batang diatas bahwa dari 82 responden tingkat stress yang tertinggi terhadap jenis kelamin pada perempuan didapatkan 39 (39.2%) responden yang mengalami stres berat, sedangkan pada jenis kelamin laki-laki tingkat stres tertinggi didapatkan 9 (8.8%) responden yang mengalami stres berat. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan yang mengalami tingkat stres tinggi dalam kategori stres berat 39 (39.2%) responden.

**Diagram 4.6** Distribusi Responden Tingkat Stres Terhadap Nilai Indeks Prestasi di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda (n=82)



Dapat dilihat dari diagram batang diatas bahwa dari 82 responden tingkat stres berdasarkan nilai indeks prestasi dengan nilai indeks prestasi sangat memuaskan lebih tinggi sebanyak 29 responden dengan kategori stres berat. Sedangkan pada indeks prestasi terendah dengan kurang memuaskan sebanyak 2 responden dengan kategori stres berat. Dari gambaran diatas dapat disimpulkan bahwa responden dengan nilai indeks prestasi sangat memuaskan lebih mengalami stres berat sebanyak 29 responden.

## B. Pembahasan

### 1. Tingkat stres berdasarkan tingkat kelas

Berdasarkan distribusi tingkat stres berdasarkan tingkat kelas didapatkan hasil dari 82 responden bahwa yang mengalami stres berat berasal dari tingkat 4B sebanyak 10 responden (12,19%) sedangkan yang mengalami tingkat stres sedang didapatkan dari tingkat kelas 1B sebanyak 1 responden (9,0%). Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwati (2012) yang menyimpulkan pada mahasiswa tahun pertama mengalami stres akademik akibat berbagai tuntutan, stres akademik semakin meningkat pada saat

usia semakin bertambah dikarenakan tanggung jawab dan peran dari mahasiswa tersebut semakin banyak. Mahasiswa senior atau mahasiswa yang memiliki tingkat angkatan lebih tinggi sudah mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang berlaku, sehingga tidak lagi mengalami tingkat stres yang berlebih. Akan tetapi tingkat stres meningkat ketika memasuki angkatan keempat. Hal ini disebabkan pada angkatan keempat atau pada semester 7 dan 8 mahasiswa mulai mengambil mata kuliah tugas akhir/skripsi. Proses penyelesaian skripsi berkaitan dengan banyak aktivitas, seperti mengurai latar belakang masalah, mengurai teori dan konsep, merancang kerangka penelitian, menentukan metode penelitian, melakukan pencarian hasil dan pembahasan, serta menyimpulkan penelitian. Dalam penyelesaian skripsi tersebut seringkali mahasiswa dituntut untuk melakukan revisi sampai beberapa kali. Hal ini dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa.

Menurut Sarafino (Gintulangi, 2014) bahwa stres pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi merupakan keadaan yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan adanya persepsi terhadap tuntutan dari sebuah situasi yang kemudian berdampak pada sistem biologis, psikologis dan sosial pada diri seseorang. Stres yang dialami mahasiswa yang mengerjakan skripsi, umumnya bersifat negatif, sebab stres tersebut menimbulkan kerugian pada diri mahasiswa.

Jika dilihat distribusi stres untuk setiap angkatan dapat dijelaskan setiap angkatan memiliki tingkat stres yang beragam. Dengan demikian secara individu tingkat stres yang dialami oleh responden tergantung dari bagaimana individu tersebut menghadapi sumber-sumber stres yang ada.

## 2. Tingkat stres akademik berdasarkan jenis kelamin

Mahasiswa reguler ITKes Wiyata Husada yang berjenis kelamin perempuan yang mengalami stres berat 39 responden. Sedangkan pada jenis kelamin laki-laki mengalami stres berat 9 responden. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Goff.A.M. 2011) yang menemukan bahwa tingkat stress pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Hal tersebut karena perempuan lebih sering menggunakan

mekanisme coping yang berorientasi terhadap tugas, sehingga remaja perempuan lebih mudah diidentifikasi jika mengalami kondisi stres. Data ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan di salah satu universitas di Bangladesh serta di Universitas Lampung yang menyatakan bahwa tingkat stres lebih tinggi pada laki-laki daripada perempuan (Eva 2015). Perbedaan jenis kelamin juga mempengaruhi persepsi dan reaksi mahasiswa terhadap stresor akademik dimana mahasiswa perempuan lebih sering mengekspresikan perasaan mereka, sementara laki-laki lebih mengendalikan emosi, menerima masalah, tidak berpikir mengenai situasi stres, dan terlibat dalam usaha untuk menyelesaikan masalah. Cara pengatasan masalah antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan juga berbeda, bila dibandingkan dengan tingkat stres yang sama, perempuan lebih terbuka dalam menunjukkan tingkat stresnya dibanding laki-laki (Daud & Khumas, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan karakteristik anatomi. Perbedaan ini disebabkan karena pengaruh jumlah kromosom X dan Y yang dibawa sejak lahir.

### 3. Tingkat stress berdasarkan nilai indeks prestasi

Responden yang memiliki tingkat stres akademik dengan nilai indeks prestasi sangat memuaskan lebih tinggi sebanyak 29 responden dengan kategori stres berat. Sedangkan pada indeks prestasi terendah dengan kurang memuaskan sebanyak 2 responden dengan kategori stres berat. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Goff.A.M. (2011) bahwa tingkat stres berpengaruh terhadap kemampuan akademik. Namun, tidak sesuai dengan hasil penelitian Sari (2007) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan indeks prestasi dikalangan mahasiswa. Kemudian, tidak berarti bahwa mahasiswa yang memiliki nilai indeks prestasi dalam kategori yang paling tinggi juga akan mengalami tingkat stres akademik yang semakin berat.

Belajar merupakan suatu proses yang pada akhirnya akan membuahkan suatu hasil yang di sebut prestasi, yang tercermin dalam

bentuk Indeks Prestasi (IP) di lingkungan ITKes Wiyata Husada. Indeks prestasi kaitannya adalah dengan dengan proses kognitif. Proses kognitif seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah keluarga, sekolah, dan masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa stres menentukan tingkat prestasi akademik mahasiswa. Stres yang positif disini sesuai dengan yang dikatakan “Ifdil dan Taufik (2013).

Nilai sangat memuaskan dan nilai *cum laude* diperoleh melalui usaha dan adaptasi. Untuk mendapatkan nilai tersebut mahasiswa perlu melakukan usaha dan adaptasi dengan memenuhi tanggung jawab yang diterima berupa: penyelesaian tugas-tugas, mengikuti kegiatan perkuliahan dengan baik, dan tuntutan lainnya dari institusi pendidikan. Oleh karena itu, mahasiswa dapat memperoleh *reward* berupa nilai dalam kategori sangat memuaskan dan *cum laude*. Karena adanya beban tersebut maka mahasiswa dituntut harus mampu mengembangkan mekanisme pertahanan dan adaptasi terhadap stressor yang memicu terjadinya stres yang berasal dari kehidupan akademik (Smeltzer & Bare, 2008).

Dengan pengelolaan stresor yang tepat dapat berdampak positif. Walaupun dengan beban tugas yang berat dan adanya tuntutan untuk memenuhi kewajiban lain selain kuliah, mahasiswa tetap mampu memenuhi kewajiban mereka untuk belajar dan menempah kemampuan selama proses perkuliahan. Sehingga, nilai indeks prestasi mahasiswa tetap baik dan mahasiswa tidak cenderung mengalami stres. Atau ada kemungkinan lain, yang mendukung hasil penelitian ini bahwa tidak ada perbedaan tingkat stres akademik terhadap nilai indeks prestasi, yaitu adanya *suport system* yang kuat yang berasal dari kelompok teman sebaya atau kelompok belajar. Menurut Walgito (2007) keberadaan kelompok mampu mendorong seseorang menggunakan cara yang adaptif dalam berhadapan dengan stresor.

Keberadaan kelompok memberikan dampak positif bagi mahasiswa. Jika mahasiswa mengalami kesulitan dapat dengan mudah bertanya atau *sharing* dengan teman kelompok diskusi, akibatnya stresor yang diterima dari proses akademisi dapat diminimalisir karena adanya

*suport system* dari kelompok. Namun, dalam kelompok diskusi dibutuhkan adanya koordinasi diantara anggota, terutama dalam hal penyelesaian beban tugas bersama seperti pembuatan laporan, makalah, dan presentasi kelas. Sehingga tidak menimbulkan konflik diantara sesama anggota yang dapat memicu stres akademik bagi mahasiswa.

Koordinasi merupakan unsur kerjasama untuk menelaraskan tugas, karena tidak mungkin tugas fungsional diselesaikan dengan baik dengan bekerja sendiri. Tugas yang kompleks sangat diperlukan koordinasi dengan orang lain ataupun sesama anggota kelompok guna mencapai hasil yang optimal. Menurut Siagian (2009) dengan adanya koordinasi memungkinkan terjadinya saling mengisi, saling mengingatkan, saling membantu atas kekurangan maupun kelemahan diantara anggota tim, sehingga pencapaian tujuan tidak akan terhambat.

Kekurangan yang ada pada individu dalam kelompok dapat ditutupi oleh kekuatan kelompok. Pernyataan tersebut didukung oleh Gillies (1994, dalam Asmuji, 2009) yang menyatakan, koordinasi merupakan kegiatan yang menyebabkan anggota kelompok bekerja bersama-sama secara harmonis. Hasil akhirnya adalah tercapainya tujuan kelompok secara efektif dan efisien. Dengan kerja sama yang baik dalam kelompok dan didukung oleh koordinasi antar anggota kelompok, mampu mendukung proses pembelajaran mahasiswa reguler ITKes Wiyata Husada Samarinda dalam melewati proses akademik dengan baik, sehingga hasil evaluasi belajar dilihat dari nilai indeks prestasi sudah sangat baik.

#### 4. Tingkat stres akademik

Tingkat stres akademik berat dan sangat berat perlu diantisipasi. Menurut *Psychology Foundation of Australia (2010)*, pada kondisi stres akademik berat mahasiswa cenderung menjadi mudah marah dan tidak fokus, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi terhadap kegiatan proses pembelajaran yang diikuti oleh mahasiswa. pada kondisi stres akademik sedang, mahasiswa cenderung menjadi mudah marah dan tidak fokus, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi

terhadap kegiatan proses pembelajaran yang diikuti oleh mahasiswa. Selain itu, menurut (Glozah 2014) stres dapat memberikan efek psikologis yang lain seperti terganggunya kesehatan mental, emosi menjadi labil, mudah marah dan bahkan bisa menyebabkan depresi. Sedangkan stres berat jika terjadi terlalu lama dapat memberikan efek negatif terhadap tubuh seseorang, berupa gangguan fisik seperti penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan sesak napas (Berman 2016). Menurut *Psychology Foundation of Australia* (2010) semakin meningkat stres yang dialami mahasiswa secara bertahap, maka akan menurunkan energi dan respon adaptif. Bukan hanya kondisi fisik dan psikologis mahasiswa yang terganggu, akan tetapi ketika mereka mengalami stres akademik pada tingkat stres sedang dan stres berat, mereka akan memiliki performa dan hasil yang kurang baik ketika sedang ujian atau ketika menyelesaikan tugas akademik (Hamaideh 2014).

Tingkat stres dapat dipengaruhi oleh respons seseorang terhadap stres. Respons terhadap stress dikelompokkan menjadi 4 bagian yaitu respons fisiologis, respons kognitif, respons emosi, serta respons tingkah laku. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan perbedaan tingkat stres seseorang adalah mekanisme koping. Mekanisme koping yang buruk dapat memperparah stres seseorang, begitupun sebaliknya. Jika seseorang bisa melawan stres yang ia rasakan dengan melakukan mekanisme koping yang benar, maka stres tersebut bisa berkurang bahkan bisa menghilang (Nasir 2011).

### C. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu peneliti tidak dapat bertemu secara langsung kepada responden pada saat pengisian kuesioner dilakukan dengan menggunakan *google form* sehingga peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung dikarenakan adanya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akibat adanya pandemik Covid-19.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan reguler ITKes Wiyata Husada Samarinda dapat disimpulkan tingkat stress akademik teridentifikasi dalam rentang stress berat. Karakteristik mahasiswa keperawatan ITKes Wiyata Husada didominasi oleh perempuan, memiliki indeks prestasi sangat memuaskan. Sedangkan tingkat stres akademik berdasarkan karakteristik mahasiswa keperawatan reguler ITKes Wiyata Husada diperoleh sebagai berikut:

1. Berdasarkan distribusi tingkat stres akademik terhadap tingkat kelas maka dapat digambarkan bahwa dari setiap tingkat kelas yang mengalami stres didapatkan dari tingkat kelas 4B sebanyak 12,19% sedangkan yang mengalami stress sedang berada pada tingkat kelas 1B sebanyak 9,0%.
2. Berdasarkan distribusi tingkat stres akademik terhadap jenis kelamin maka dapat digambarkan bahwa jenis kelamin laki-laki mengalami stress berat sebanyak 60% sedangkan perempuan mengalami stress berat sebanyak 58,2%.
3. Berdasarkan distribusi tingkat stres terhadap indeks prestasi maka dapat digambarkan bahwa pada indeks prestasi sangat memuaskan lebih tinggi sebanyak 29 responden dengan kategori stress berat, dan pada indeks prestasi terendah dengan kurang memuaskan sebanyak 2 responden dengan kategori stress berat.

## B. Saran

Hasil penelitian didapatkan dari mahasiswa keperawatan reguler ITKes Wiyata Husada yang mengalami tingkat stres akademik dalam rentang berat. Stres akademik sebaiknya harus diantisipasi dan dikelola dengan tepat, sehingga mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat memberikan pengaruh yang positif (adaptif). Oleh karena itu, berdasarkan temuan hasil penelitian beberapa saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

### 1. Pengelola Institusi Pendidikan

Saran untuk bidang keperawatan yang mengelola pengembangan bidang pendidikan keperawatan agar lebih memperhatikan stres yang dialami oleh mahasiswa. Rekomendasi peneliti adalah dengan memperkuat peran pendamping melalui pembimbing akademik yang sudah diterapkan. Hal ini dapat membantu mahasiswa dalam mengungkapkan masalah-masalah atau kendala yang dihadapi mahasiswa dalam menempuh proses akademisi yang dapat menyebabkan stres.

Saran peneliti yang kedua yaitu mengembangkan sistem Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) dengan tetap mempertahankan metode diskusi berupa kelompok. Penerapan metode kelompok perlu mendapat *controlling* dan pembagian tugas yang lebih jelas yang diarahkan oleh tim fasilitator selama proses pembelajaran, sehingga tidak membingungkan mahasiswa yang dapat menstimulasi mahasiswa mengalami stres akademik yang tinggi. Selain itu, perawat pendidik dapat membandingkan pengalaman mahasiswa yang berpotensi menimbulkan dampak negatif atau positif dari stres akademik yang dialami. Sehingga mampu meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan.

### 2. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber *evidence based practice* dalam ilmu keperawatan khususnya pengembangan teknik- teknik dalam penatalaksanaan keperawatan mandiri untuk menurunkan tingkat stres dikalangan mahasiswa. Selain itu, bidang pendidikan keperawatan dapat memasukkan topik *training motivasi* dalam salah satu mata ajar yang merupakan salah satu bentuk manajemen

stres. Mahasiswa keperawatan memiliki peluang besar sebagai seorang motivator. Melihat fenomena saat ini banyak institusi yang menciptakan motivator handal. Perawat dalam melakukan asuhan keperawatan juga memiliki peran sebagai motivator bagi klien atau pasien yang dikelola. Oleh karena itu, sebagai bentuk pengembangan ilmu keperawatan, peneliti merekomendasikan hal tersebut, didukung dengan kemampuan mahasiswa keperawatan yang sudah dibekali dengan ilmu-ilmu yang mempelajari manusia secara holistik termasuk ilmu komunikasi, sehingga mahasiswa keperawatan memiliki kesempatan yang lebih besar.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran untuk penelitian selanjutnya yang akan meneliti dengan topik yang terkait tingkat stres akademik sebaiknya jumlah responden yang diteliti lebih banyak sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan untuk tingkat populasi yang lebih luas. Perlu adanya pengembangan uji statistik lain seperti uji deskriptif korelasi, sehingga hasil penelitian lebih spesifik misalnya dengan menghubungkan antara tingkat stres akademik dengan beban kuliah, faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stress akademik pada mahasiswa, dan pengaruh faktor-faktor internal dan eksternal terhadap menurunnya indeks prestasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, J.E. & Ongori, H., 2009. An assesment of academic stres among undergraduate students. *Academic journals, Educational research and review* vol.4 (2), pp 063-067.
- American Psychological Association. 2013. *Stress in America: missing the health care connection*. USA: American Psychology Association [disitasi tanggal 6 Juni 2016]. Tersedia dari: <https://www.apa.org/news/press>
- Amir, Taufik, 2010. *Inovasi Pendidikan Melalui Problem Based Learning*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Asmuji.(2009). Pengaruh kelompok kerja keperawatan terhadap kinerja perawat dalam pelaksanaan dokumentasi asuhan keperawatan di instalasi rawat inap RSU dr. H. Koesnadi Bondowoso. Tesis FIK UI. Depok. (Tidak dipublikasikan).
- Bariyyah, K. 2013. “Menurunkan Tingkat Stres Akademik Siswa dengan Teknik Cognitive-Behavioral Stres Management”. *Proseding Kongres XII, Konvensi XVIII Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia dan Seminar Internasiol Konseling*. Denpasar Bali, 14-16 November
- Barseli M, Ifdil I, Nikmarijal N. *Konsep Stres Akademik Siswa*. 2017;5(2005):143–8.
- Berman, A., Snyder, S.J., Frandsen, G. (2016). *Kozier & Erb’s Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice (Tenth Edition)*. New York: Pearson Education, Inc.
- Chambel, M. J., & Curren, L. (2005). Stress in academic life: Work characteristics as predictors of student well-being and performance. *Applied Psychology*, 54(1), 135-147. doi: 10.1111/j.1464-0597.2005.00200.x.
- Daud, M & Khumas, A. 2012. *Stres akademik dan manajemen waktu*. skripsi tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Das, P. P. P., & Sahoo, R. (2012). Stress and depression among post-graduate students. *International Journal of Scientific and Research Publication*, 2(7), 1-5.
- Demolingo DPA. Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Keperawatan*. 2018;6(1).

- Desmita. 2010. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Didik P, Viii K. Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Rangka Pengelolaan Stres Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp Nella Rizqi Vania 1 , Ecep Supriatna 2 , Siti Fatimah 3. 2019;2(6):102-16.
- Dhull, I & Kumari, S. 2015. Academic stress among adolescent in relation to gender. *International Journal of Aplied Research*, vol. 1, no. 11, hh.394-396
- Eva EO, Islam MZ, Mosaddek ASM, Rahman MF, Rozario RJ, Iftekhar AFMH, et al. Prevalence of stress among medical students: a comparative study between public and private medical school in Bangladesh. *Bio Med Central*. 2015;372(8):1-7.
- Fahmi, F. 2011. Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa (Doctoral dissertation, Prodi Psikologi UNIKA Soegijapranata).
- Field, Andy. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. London: Sage Publicication Ltd
- Fitasari, Isna Nur. 2011. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. Surabaya : FKM Airlangga.
- Ganda, Yahya. (2004) *Petunjuk Praktis: Cara Mahasiswa Belajar di Perguruan Tinggi*. Jakarta: Grasindo.
- Gintulangi, I., & Prihastuti. (2014). Hubungan persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua dalam penyelesaian studi s1 dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3 (3),134-139.
- Glozah, F. N., & Pevalin, D. J. (2014). Social support, stress, health, and academic success in Ghanaian adolescents: A pathanalysis. *Journal of Adolescence* 30,451-460.  
doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.03.010>
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. 2010. Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 93-115.

- Goff.A.M.(2011). Stressor, academic performance, and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students. *International Journal Of Nursing Education Scholarship*, 8,923-1548.
- Govaerst, S. & Gregoire, J. (2004). Stressfull academic situations: study on appraisal variabels in adolescence. *British journal of clinical psychology*.: 54: 261-271.
- Habeeb, Kholoud Abdulrahman.2010. Prevalence of Stressors among Female Medical Students. *Journal of Taibah University Medical Sciences* 2010; 5 (2): 110 – 119.
- Hafifah N, Widiani E, Rahayu WH. Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*. 2017;2:220–9.
- Hamaideh, S. H., & Mansour, A. M. H. (2014). Psychological, cognitive, and personal variables that predict college academic achievement among health science students. *Nurse Education Today* 34,703-708. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2013.09.010
- Heiman & Kariv. 2005. Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: the case of college students. *College Student Journal*, 39(1):72-89
- Helen Sastypratiwi dan Aprillita Dwiyani, “Perancangan Aplikasi Daring Bimbingan Tugas Akhir,” *Jurnal Edukasi dan Penelitian Informatika (JEPIN)*, 2.1 (2016), 50–53 .
- Hernawati, N. 2006. Tingkat stres dan strategi koping menghadapi stres pada mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama tahun akademik 2005/2006. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 11(2), 43-49.
- Ifdil, Taufik, Zadrian Ardi. (2013). *Jurnal Konseling dan Pendidikan. Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang*, Volume 1 Nomor 2, Juni 2013, Hlm 143-150.
- Inayatillah, V. 2015. Hubungan antara adversity quotient dengan kecenderungan stres dalam menyelesaikan tugas akhir (penulisan skripsi) pada mahasiswa (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Jayanthi, P., Thirunavukarasu, M., & Rajkumar, R. (2015). Academic stress and depression among adolescents: A cross-sectional study. *Indian Pediatrics*, 52(3), 217-219.
- Kadapatti & Vijayalaxmi. 2012. Stressors of academic stress” a study on presuniversity students. *Indian J. Sci. Res*, vol. 3, no. 1, hh.171-175.

- Kawanua, (2017). Mahasiswi Cantik Akhiri Hidup dengan Gantung Diri. Manado
- Koochaki, G.M., et al. 2009. Prevalence of stress among Iranian medical students: a questionnaire survey. *Eastern Mediterranean Health Journal* 2011; 17 (7) : 593-594.
- Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems and Outlooks. *World Journal of Medical Sciences* , 11 (2), 179-185.
- Lavibond, S.H. & Lavibond, P.F. (1995). *Manual for depression anxiety and stress scale. (2<sup>th</sup> ed)*. Sydney: *Psychology Foundation*.
- Legiran, M. Zalili Azis NB. Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, Volume 2, No 2, April 2015. 2015;2(2):197–202.
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77-90. doi: 10.1177/1469787413514651
- Made Afryan, dkk (2019). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. :6:63–7.
- Marshall, L. L., Allison, A., Nykamp, D., & Lanke, S. (2008). Perceived stress and quality of life among doctor of pharmacy students. *American Journal Of Pharmaceutical Education*, 72(6), 1-8.
- Mubarokah, L. 2015. Gambaran Koping Stres remaja dengan Orang Tua Bercerai di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun 2010 (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).
- Mumpuni, Y. & Wulandari, A. (2010). Cara jitu mengatasi stres. Edisi kel, Yogyakarta: ANDI.
- Nasir A, Muhith A. Dasar-dasar keperawatan jiwa: pengantar dan teori. Edisi ke-1. Jakarta: Salemba Medika; 2011.hlm.75-95.
- Olejnik, S.N dan Holschuh, J.P. (2007). *College rules 2nd Edition How to study, survive, and succes*. New York: Ten Speed Press
- Pamukhti, B, B, D. 2016. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.

- Purwati, Susi, 2012. Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010
- Puspitha, C F. (2017). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Puspitasari, W. 2013. Hubungan antara Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial dengan Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(1).
- Psychology Foundation of Australia, (2010). Depression anxiety stress scale. [disitasi tanggal 6 Juni 2016], dari: <http://www2.psy.unsw.edu.au/groups>
- Rafidah, K., Azizah, A., Norzaidi, M. D., Chong, S. C., Salwani, M. I., & Noraini, I. (2009). Stress and academic performance: Empirical evidence from university students. *Academy of Educational Leadership Journal*, 13(1), 37-51.
- Rahmadani, C. S. M. 2014. Hubungan antara Sense of Humor dengan Stress Akademik pada Siswa Kelas Akselerasi SMA Negeri 1 Bireun (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Rahmawati, D. D. 2012. Pengaruh Self-Efficacy terhadap Stres Akademik pada Siswa Kelas 1 Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) di SMP Negeri 1 Medan. Pengaruh Self-Efficacy terhadap Stres Akademik pada Siswa Kelas 1 Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) di SMP Negeri 1 Medan
- Ratnasari, W. (2013). Makalah Psikologi Kesehatan tentang Stres. Makalah. 1- 11
- Raudha R, Tahlil T. Stres dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan the stress and coping strategy of in nursing students. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. 2016;1-7.
- Sandra, R., & Ifdil, I. (2015). Konsep Stres Kerja Guru Bimbingan dan Konseling. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(1), 80-85.
- Saputra.,R 2006. Pemanfaatan Zeolit Sintesis Sebagai Alternatif Pengolahan Limbah Industri *Jurnal Hibah Bersaing* ,Jakarta
- Sarafino, E.P. (1999). *Health Psychology (2<sup>th</sup> ed)*. New York: Jhon Wiley and Sons.
- Setyawati MB, Murniati M. Stres, Stresor dan Koping Stres Pada Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan Di STIKES Harapan Bangsa Purwokerto. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*. 2018;10(1):6-12.

- Shahmohammadi. (2011). Students' coping with stress at high school level particularly at 11th & 12th grade. *Jurnal social and behavioral sciences*. 30, 395-401.
- Shenoy UA. (2010). *Colledge stress and symptom expression in international students: a comperative study [Disertasi]*. Virginia: Virginia Polytechnic Institute and State University
- Siagian, Sondang P, 2009, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, Edisi.1, Cetakan.17 Jakarta, Bumi Aksara.
- Siallagan, DF. 2011. *Fungsi dan Peranan Mahasiswa* (online) [www.academia.edu](http://www.academia.edu). diakses 21 Oktober 2014
- Simbolon, I. 2015. Reaksi stres akademis mahasiswa keperawatan dengan sistem belajar blok di fakultas keperawatan x bandung. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(01).
- Sinaga, M. A. J. 2015. *Stres Akademik antara Anak Taman Kanak-kanak yang Mendapat Pengajaran Membaca dan Tidak Mendapat Pengajaran Membaca (Doctoral dissertation, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW)*
- Sinha, K. U., Sharma, V., & Mahendra K. (2001). Development of a scale for assessing academic stress:a preliminary report. *Journal of the Institute of Medicine*, 23(1&2), 105-112
- Smeltzer, S. C. & Bare, B. G. (2008). *Brunner & Sudarth's textbook Of medical-surgical nursing*. Volume 1.(11<sup>th</sup> ed). Philladelphia: Lippicott
- Stecker, T. (2004). Well being in a academic environment. *Medical Education*; 38, 465 - 478 . <http://dx.doi.org/10.1046/j.1365-2929.2004.01812.x> PMID:15107080
- Suwartika I, Nurdin A, Ruhmadi E. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *The Soedirman Journal of Nursing*) [Internet]. 2014;9(3):173–89. Tersedia pada: <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/viewFile/612/337>
- Takwin, Bagus. (2008). *Diri dan Pengelolaannya*. Jurnal Psikologi Vol.14. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Talib, N., & Zia-ur-Rehman, M. (2012). Academic performance and perceived stress among university students. *Educational Research and Reviews*, 7(5), 127-132. doi: 10.5897/err10.192.

Tingkat G, Akademik S, Program M, Ilmu S, Fakultas K, Unhas K, et al. Jurnal abdi. 2020;2(1):33–9.

Walgito, B. (2007). Psikologi kelompok. Yogyakarta: ANDI

Walker, J. (2002). *Teens in distress series adolescent stress and depression*. Maret 3, 2012.

Waqas, A., Khan, S., Sharif, W., Khalid, U., & Ali, A. (2014). Association of academic stress with sleeping difficulties in medical students of a Pakistani medical school: a cross sectional survey. PeerJ, 2- 11. doi: 10.7717/peerj.840.

Wicaksana, Y, B. (2017). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Kecenderungan Impulsive Buying Pada Mahasiswa. Skripsi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

World Health Organization (2018). Mental health fact sheets (Internet). (Diakses April 2018). Tersedia dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>.

Y. P. D. Kountul et al., “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi 2018.



Lampiran 1

**JADWAL KEGIATAN PENELITIAN**

No	Kegiatan	Bulan											
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	April	Mei	Juni	Juli	Agustus	Sept	
1	Penentuan topik dan penentuan judul	■	■										
2	Konsultasi proposal			■	■	■							
3	Ujian proposal						■						
4	Revisi proposal							■					
5	Penelitian								■				
6	Pengelolaan								■	■			
7	Seminar hasil dan revisi hasil									■	■		
8	Yudisium										■		
9	Wisuda										■	■	



**PROGRAM STUDI SI ILMU KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS  
WIYATA HUSADA SAMARINDA**

**2020**

**BIODATA PENELITI**

**A. Biodata Pribadi**

1. Nama : Putu Ari Purnamayasa
2. Jenis Kelamin : Laki-Laki
3. TTL : Bumi Rapak, 17 September 1997
4. Agama : Hindu
5. Alamat : Jln. Juanda 8 No. C12 Kel. Air Hitam, Kec. Samarinda Ulu, Kalimantan Timur
6. Email : [putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id](mailto:putuaripurnamayasa501@student.stikeswhs.ac.id)
7. No.Hp : +6282255104466
8. Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan
9. NIM : 16.0480.815.01
10. Judul Skripsi : Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari Level Semester Di ITKES Wiyata Husada Samarinda
11. Dosen Pembimbing : 1. Ns. Marina Layun Rining Kristi, S.Kep, M.Kep  
2. Ns. Siti Kholifah, S.Kep, M.Kep



**B. Riwayat Pendidikan**

1. TK : Melati Bumi Rapak
2. SD : SD Negeri 004 Bumi Rapak
3. SLTP : SMP Negeri 1 Kaubun
4. SLTA : SMK Singa Geweh Sangatta Selatan

Lampiran 3

***INFORM CONCENT***

Kepada Yth.  
Calon Responden

Samarinda, 17 April 2020

Di  
Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa program Reguler Ilmu Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda. Nama saya adalah Putu Ari Purnamayasa, dengan Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 16.0480.815.01. Saat ini bertempat tinggal di JL. Juanda 8 Gang Belimbing 8 NO. C.12, Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur.

Saya akan mengadakan penelitian dengan judul “Gambaran Stress Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari Level Semester”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress akademik pada mahasiswa reguler Ilmu Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda (ITKES) di kalangan mahasiswa ITKES. Pembimbing saya adalah Ns. Marina Layung Rining S.Kep., M.Kep dan Ns. Siti Kholifah S.Kep., M.Kep dari Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian bagi saudara sebagai responden. Peneliti akan tetap menjaga hak-hak saudara sebagai responden dengan tidak akan memaksa untuk berpartisipasi dan menyebarkan jawaban yang saudara berikan. Data akan segera peneliti hilangkan setelah diolah dan penelitian ini selesai.

Saya mohon kesediaan saudara untuk menandatangani lembar persetujuan sesuai dengan petunjuk yang ada. Demikian permohonan saya, atas perhatian dan kesediaan saudara, saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,

(Putu Ari Purnamayasa)

Lampiran 4

### Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Judul Penelitian : Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan  
Ditinjau Dari Level Semester Di ITKES Wiyata Husada  
Samarinda

Peneliti : Putu Ari Purnamayasa

Pembimbing : 1. Ns. Marina Layung Rining Kristi, S.Kep., M.Kep  
2. Ns. Siti Kholifah S.Kep., M.Kep

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Setelah membaca dan memahami penjelasan yang diberikan saya mengerti bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi saya. Segala informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan saya memberi kesempatan oleh peneliti untuk bertanya tentang hal-hal yang belum dimengerti. Apabila di dalam pertanyaan atau pernyataan kuisioner menimbulkan rasa tidak nyaman bagi saya, maka saya berhak untuk mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa ada sanksi apapun. Jika ada hal-hal yang kurang jelas, saya dapat menghubungi (Putu Ari Purnamayasa, 082255104466).

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Samarinda, 17 April 2020

Responden,

( )

## KUISIONER

--	--	--

(diisi oleh peneliti)

### Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah pertanyaan dan pernyataan berikut dengan baik
2. Anda sebagai responden diperbolehkan bertanya kepada peneliti, jika ada pertanyaan/ pernyataan yang tidak dimengerti
3. Beri tanda *checklist* (✓) pada pernyataan dan kolom yang sesuai dengan pendapat anda atau kondisi anda
4. Berikan penjelasan singkat, jika terdapat isian singkat
5. Selamat mengisi dan terima kasih atas kerjasamanya

### A. Identitas Responden

1. Jenis kelamin: ( ) Laki-laki ( ) Perempuan
2. Nilai Indeks Prestasi (IP) pada semester ganjil terakhir
  - a. < 2,00 ( )
  - b. 2,00 -2,75 ( )
  - c. 2,76 - 3,50 ( )
  - d. 3,51-4,00 ( )

### Tingkat Stress Akademik

Bacalah setiap pernyataan dan beri tanda (√) di sebelah kanan pernyataan yang sesuai dengan bagaimana perasaan atau kondisi Anda dalam waktu seminggu terakhir. Tidak ada jawaban yang salah atau benar. Sebaiknya Anda jangan menghabiskan terlalu banyak waktu hanya pada salah satu pernyataan, segera berikan jawaban yang menggambarkan perasaan atau kondisi Anda dalam waktu seminggu terakhir.

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang	Sering	Selalu
1	Saya menemukan diri saya mudah marah dengan hal-hal spele				
2	Mulut saya kering ketika berada di kelas saat proses pembelajaran				
3	Sulit bagi saya berfikir positif disemua aspek				
4	Saya mengalami kesulitan bernapas saat diberi pertanyaan oleh dosen				
5	Saya tampaknya adalah orang yang sulit untuk memulai melakukan sesuatu				
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap kondisi/situasi yang tidak sesuai harapan saya				
7	Saya merasa berdebar-bedar/ ragu (misalnya, saat akan presentasi di kelas)				
8	Saya menemukan bahwa diri saya sulit untuk bersantai				
9	Saya sangat lega setelah selesai ujian				
10	Saya merasa tidak memiliki gambaran masa depan yang jelas setelah lulus kuliah				
11	Saya lebih mudah marah dibanding teman-teman saya				
12	Saya merasa bahwa saya telah menggunakan banyak energi untuk berpikir dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan				
13	Saya merasa tertekan dengan suasana perkuliahan di kampus				
14	Saya cenderung tidak sabaran terhadap sesuatu yang ditunda-tunda (dosen yang datang tidak tepat waktu/telat atau menunggu bikun)				
15	Saya mudah tersinggung terhadap lelucon yang menyindir perilaku mahasiswa				
16	Saya merasa bahwa saya telah kehilangan minat/motivasi untuk melakukan sesuatu hampir disegala hal				

17	Saya merasa tidak berguna bagi orang lain				
18	Saya mudah tersinggung terhadap lelucon yang disampaikan dosen yang mengarah pada latar belakang mahasiswa (misalnya suku atau tingkat ekonomi)				
19	Saya gampang/mudah berkeringat setelah presentasi di kelas				
20	Saya mudah merasa takut tanpa alasan yang jelas saat menjawab pertanyaan teman atau dosen di kelas.				
21	Saya merasa bahwa hidup saya tidak bermanfaat				
22	Saya merasa sulit untuk berhati-hati dalam melakukan sesuatu				
23	Selera makan saya menurun dalam seminggu terakhir.				
24	Saya tidak dapat santai dalam melakukan sesuatu, Jika saya tidak benar-benar mampu untuk melakukannya				
25	Saya menyadari setiap tindakan yang saya lakukan berpengaruh terhadap kondisi fisik saya (misalnya, perasaan takut meningkatkan denyut jantung)				
26	Saya merasa hati saya sangat kacau dan sedih				
27	Saya merasa diri saya adalah orang yang pemarah				
28	Saya merasa saya sangat mudah panik				
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu yang membuat saya sedih				
30	Saya takut saya akan mendapat tugas / tanggung jawab yang mudah, tapi saya tidak mampu untuk mengerjakannya				
31	Saya tidak antusias terhadap materi-materi perkuliahan di kampus				
32	Saya sulit mentolerir adanya kesalahan terhadap hasil pekerjaan yang saya lakukan				
33	Saya menyadari bahwa diri saya dalam keadaan ketegangan saraf (memiliki emosi yang tinggi)				
34	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang cukup berharga				
35	Saya tidak toleran terhadap kebisingan/suara gaduh saat diskusi kelompok				
36	Saya takut nilai akademik (IP) saya turun dan tidak memenuhi standar nilai minimal yang ditetapkan oleh fakultas				

37	Saya mudah lapar saat mengikuti proses pembelajaran				
38	Saya merasa hidup saya cukup berarti				
39	Saya menemukan diri saya semakin gelisah				
40	Saya khawatir jika suatu ketika saya panik dan akhirnya berbuat bodoh terhadap diri saya				
41	Saya mengalami gemetar (misalnya, di tangan ketika menjawab pertanyaan dosen atau teman saat di kelas)				
42	Saya merasa sulit untuk konsentrasi dalam belajar dan berinisiatif untuk melakukan hal-hal yang baru				
43	Saya pusing karena materi perkuliahan yang membingungkan				
44	Saya lupa dengan isi <i>teks books</i> yang saya baca				
45	Tangan saya dingin saat menunggu giliran ujian praktikum				
46	Saya buang air kecil ketika sedang berada di kelas saat mendengar materi kuliah				
47	Saya tidak terburu-buru dalam mengerjakan tugas perkuliahan				
48	Saya dapat tidur nyenyak walaupun keesokan harinya saya harus presentasi di kampus				
49	Saya bahagia walaupun tidak mempunyai teman untuk bercerita				
50	Nafsu makan saya tetap baik, walaupun banyak tugas kuliah yang harus saya selesaikan.				
51	Tangan saya terasa lembab/ dingin selama diskusi kelompok di kelas				
52	Saya merasa dihargai terhadap tugas yang telah selesai saya kerjakan, misalnya lembar tugas mandiri (LTM), makalah, dan presentasi oleh teman atau dosen saya di kampus				
53	Saya tetap fokus mendengarkan presentasi di kelas, walaupun saya sudah mulai bosan				
54	Saya tidak lelah setelah seharian belajar di kampus				
55	Saya suka menggigit pena saat sedang mendengarkan presentasi di kelas				
56	Saya dapat memahami materi kuliah yang disampaikan oleh dosen				
57	Saya tidur larut malam karena harus membaca materi perkuliahan				

58	Saya merasa saya sulit beradaptasi dengan teman-teman di kampus				
59	Saya tetap tenang walaupun ada jadwal perkuliahan yang mendadak				
60	Saya merasa detak jantung saya berdebar sangat keras saat saya diberi pertanyaan oleh dosen yang harus saya jawab				

*Terima Kasih atas partisipasi*

(“ ”)



Lampiran 6

04 Juni 2020

Hal : Permohonan Ijin Melakukan Penelitian

Kepada Yth,

**Wakil Rektor I ITKES Wiyata Husada Samarinda**

di –

Tempat

Dengan homat,

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu agar dapat memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian di Tempat yang Bapak/Ibu pimpin.

Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan tersebut adalah :

Nama : Putu Ari Purnamayasa

Nim : 16.0480.815.01

Semester : VIII B

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian: Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Ditinjau Dari Level Semester Di ITKes Wiyata Husada Samarinda

Kami tidak akan menginformasikan/menyebarkan data yang kami peroleh tanpa seijin pihak rumah sakit/Puskesmas/Instansi bapak/ibu.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Rektor I,

Peneliti,

Chandra Sulistyorini, SST.,M.Keb

NIK. 1141048713075

Putu Ari Purnamayasa

NIM 16.0480.815.01

Lampiran 7

Data SPSS

Frequencies

Statistics

		tingkatkelas	jeniskelamin	ipk	Tingkat stres
N	Valid	82	82	82	82
	Missing	0	0	0	0
Range			1	3	2.00

Frequency Table

tingkatkelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tingkat 1 A	10	12.2	12.2	12.2
	Tingkat 1 B	11	13.4	13.4	25.6
	Tingkat 2 A	9	11.0	11.0	36.6
	Tingkat 2 B	9	11.0	11.0	47.6
	Tingkat 3 A	10	12.2	12.2	59.8
	Tingkat 3 B	11	13.4	13.4	73.2
	Tingkat 4 A	11	13.4	13.4	86.6
	Tingkat 4 B	11	13.4	13.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

jeniskelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki laki	15	18.3	18.3	18.3
	Perempuan	67	81.7	81.7	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

ipk

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<2.00	2	2.4	2.4	2.4
	2.00-2.75	1	1.2	1.2	3.7
	2.76-3.50	48	58.5	58.5	62.2
	3.51-4.00	31	37.8	37.8	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

### Tingkat stres

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sres Sedang	8	9.8	9.8
	Stres Berat	48	58.5	68.3
	Sangat Berat	26	31.7	100.0
	Total	82	100.0	100.0

### Crosstabs

#### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
jeniskelamin * Tingkat stres	82	100.0%	0	0.0%	82	100.0%
ipk * Tingkat stress	82	100.0%	0	0.0%	82	100.0%
tingkatkelas * Tingkat stres	82	100.0%	0	0.0%	82	100.0%

#### jeniskelamin \* Tingkat stres Crosstabulation

		Tingkat stres			Total	
		Sres Sedang	Stres Berat	Sangat Berat		
jeniskelamin	Laki laki	Count	4	9	2	15
		Expected Count	1.5	8.8	4.8	15.0
	Perempuan	Count	4	39	24	67
		Expected Count	6.5	39.2	21.2	67.0
Total		Count	8	48	26	82
		Expected Count	8.0	48.0	26.0	82.0

**ipk \* Tingkat stres Crosstabulation**

		Tingkat stres			Total	
		Sres Sedang	Stres Berat	Sangat Berat		
ipk	<2.00	Count	0	2	0	2
	<2.00	Expected Count	.2	1.2	.6	2.0
	2.00-2.75	Count	0	0	1	1
	2.00-2.75	Expected Count	.1	.6	.3	1.0
	2.76-350	Count	7	29	12	48
	2.76-350	Expected Count	4.7	28.1	15.2	48.0
	3.51-4.00	Count	1	17	13	31
	3.51-4.00	Expected Count	3.0	18.1	9.8	31.0
	Total	Count	8	48	26	82
	Total	Expected Count	8.0	48.0	26.0	82.0

**tingkatkelas \* Tingkat stres Crosstabulation**

		Tingkat stres			Total	
		Sres Sedang	Stres Berat	Sangat Berat		
tingkatkelas	Tingkat 1 A	Count	2	5	3	10
	Tingkat 1 A	Expected Count	1.0	5.9	3.2	10.0
	Tingkat 1 B	Count	1	8	2	11
	Tingkat 1 B	Expected Count	1.1	6.4	3.5	11.0
	Tingkat 2 A	Count	1	3	5	9
	Tingkat 2 A	Expected Count	.9	5.3	2.9	9.0
	Tingkat 2 B	Count	1	2	6	9

	Expected Count	.9	5.3	2.9	9.0
	Count	2	4	4	10
Tingkat 3 A	Expected Count	1.0	5.9	3.2	10.0
	Count	0	7	4	11
Tingkat 3 B	Expected Count	1.1	6.4	3.5	11.0
	Count	1	9	1	11
Tingkat 4 A	Expected Count	1.1	6.4	3.5	11.0
	Count	0	10	1	11
Tingkat 4 B	Expected Count	1.1	6.4	3.5	11.0
	Count	8	48	26	82
Total	Expected Count	8.0	48.0	26.0	82.0



Lampiran 8

Lembar Bimbingan

LOGBOOK BIMBINGAN TUGAS AKHIR (PROPOSAL)

Nama Mahasiswa : PITU ARI BURNAMAYASA  
 Nim : 16.0480.815.01  
 Program studi : SI KEPERAWATAN  
 Pembimbing I : NS. MARINA LAYUNG RINING M.KEP.  
 Pembimbing II : NS. SITI KHOCIFAH, M.KEP.  
 Judul : \_\_\_\_\_

Pertemuan I	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
Jumady 15/11/2019	BAB I - Disusun dengan rapi - cari prevalensi dari data studi pendahuluan - Rumusan masalah - Tujuan khusus - penelitian terdahulu	<i>Marina</i> Ns. Marina M.Kep

Pertemuan I	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
Senin 18/11/2019	Revisi BAB I - Prevalensi - Fenomena - Penelitian terdahulu	<i>Khocifah</i>

Pertemuan II	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
Selasa 25/02/2020	Revisi BAB I - kuesioner  Lanjutan BAB II	<i>Marina</i> Ns. Marina M.Kep

Pertemuan II	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
Rabu 10/05/2020	Revisi BAB I - Tujuan - Rumusan masalah - Perbaikan cara penyusunan	<i>Khocifah</i>
Pertemuan III	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
Senin 03/05/2020	Revisi BAB II - kerangka teori - kuesioner	<i>Marina</i> Ns. Marina, M.Kep.

Pertemuan III	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
15/03/2020	Revisi BAB II - perbaikan kerangka teori	
Pertemuan IV	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
12/03/2020	Revisi BAB I dan BAB II - STUPEN - Fenomena - Prevalensi - Rumusan masalah Lanjutan BAB III	

Pertemuan IV	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
15/04/2020	Revisi: BAB III - Perbaikan DO	

Pertemuan V	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
26/04/2020	Revisi: BAB III - Desain Penelitian - Penelitian terkait Lingkungan Perbedaannya - cantumkan sitas pada DO - Tambahkan kriteria di DO	

AKD-MP05/FM-12

Pertemuan V	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
28/04/2020	Revisi: BAB III - instrumen Penelitian - Alur Penelitian	

Pertemuan VI	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
08/05/2020	ACC	



Pertemuan VI	Catatan Pembimbing II	Tanda Tangan
07/05/2020	ACC	
Pertemuan VII	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan

**LEMBAR PERNYATAAN TELAH MELAKUKAN REVISI PROPOSAL  
TUGAS AKHIR**

Kami sebagai dewan penguji menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini :  
Nama : Putu Ari purnamayasa  
Nim : 16.0480.815.01

Telah melakukan revisi proposal berdasarkan masukan maupun saran pada saat pelaksanaan ujian dan dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa tersebut dapat melanjutkan ke tahap selanjutnya, yaitu uji instrument atau pengambilan data.

Penguji 1	Penguji 2	Penguji 3	Pembimbing 2
(Ni Wahyu Dewi Salsiyarini, M.S)	(Ni Annisa A'lin, M.Kep)	(Ni Marina Layang Rining, M.Kep)	(Ni Siti Kholifah, M.Kep)

Samarinda, 11 Juni 2020

AKD-MP05/FM-13

**LEMBAR PERNYATAAN TELAH MELAKUKAN REVISI HASIL  
TUGAS AKHIR**

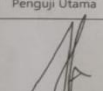
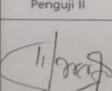
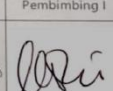
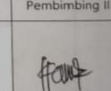
Kami sebagai dewan penguji menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini:

Nama : PUTU ARI PURNAMA YASA

Nim : 16.0980.815.01

telah melakukan revisi ujian hasil berdasarkan masukan maupun saran pada saat pelaksanaan ujian dan dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa tersebut dapat melanjutkan ke tahap selanjutnya, yaitu penyerahan naskah tugas akhir sebagai persyaratan untuk mengikuti yudisium.

Samarinda, 03 September 2020

Penguji Utama	Penguji II	Pembimbing I	Pembimbing II
 N.S. Widiyanto D. Satrio NA-3	 N.S. Ardana K. M. NA-KEP	 N.S. Marissa L. S. P. Nings R., N. K.	 N.S. S. K. NA-KEP

MP05/FM-13

