

**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA
KEPERAWATAN DI ERA MENUJU PASCA PANDEMI**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

ANISA YUNIANSYAH

NIM 22020119140120

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JUNI 2023**

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anisa Yuniansyah
NIM : 22020119140120
Fakultas/Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di Era Menuju Pasca Pandemi.

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Dengan demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya

Semarang, 9 Juni 2023

Yang Menyatakan



Anisa Yuniansyah
NIM. 22020119140120

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Anisa Yuniansyah
Tempat/ Tanggal Lahir : Karawang, 12 Juni 2002
Alamat Rumah : Perum Karaba Indah Blok FF 38-39, Rt 008 Rw
009, Desa Wadas, Kec. Telukjambe Timur,
Karawang.
No. Telp : 085713429617
Email : anisayuniansyah12@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di Era Menuju Pasca Pandemi” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 23% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 26 Juni 2023

Yang Menyatakan,



Anisa Yuniansyah
NIM. 22020119140120

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

GAMBARAN STRES MAHASISWA KEPERAWATAN DI ERA MENUJU PASCA PANDEMI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anisa Yuniansyah

NIM : 22020119140120

Telah disetujui sebagai hasil penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk *direview*.

Pembimbing,

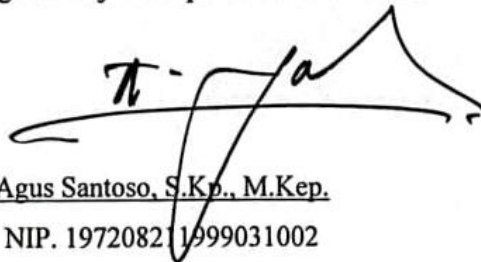


Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.KMB.

NIP. 197905212007101001

Mengetahui,

Ketua Program Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN DI ERA MENUJU PASCA PANDEMI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anisa Yuniansyah

NIM : 22020119140120

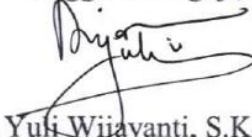
Telah diuji pada 19 Juni 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Ketua Penguji,



Suhartini, S.Kp.,MNS.,Ph.D.
NIP. 197507062001122001

Anggota Penguji,



Ns. Diyan Yuli Wijayanti, S.Kep., M.Kep.
NIP. 197607162002122002

Pembimbing,



Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.KMB.
NIP. 197905212007101001

Mengetahui,

Plt. Ketua Departemen Keperawatan FK UNDIP



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.
NIP. 197708302001122001



PRAKATA

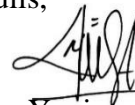
Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat melimpah dan karunia-Nya yang diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di Era Menuju Pasca Pandemi”. Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk melaksanakan penelitian skripsi guna memenuhi persyaratan menyelesaikan studi dan mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.

Skripsi ini menjelaskan tentang perancangan penelitian yang akan dilaksanakan peneliti mengenai stres akademik mahasiswa keperawatan selama menjalani perkuliahan di era menuju pasca pandemi dengan sistem pembelajaran tatap muka. Adanya perubahan lingkungan, perubahan sistem pembelajaran dan tuntutan tugas akademik menjadikan mahasiswa perguruan tinggi memiliki resiko tinggi terhadap kejadian stres. Deteksi dini merupakan upaya preventif yang dapat dilakukan untuk mencegah berbagai dampak stres yang merugikan bagi mahasiswa. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa dengan menggunakan kuesioner *Student-Life Stress Inventory* sebagai alat ukur stres akademik.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan pihak terkait khususnya bagi perkembangan ilmu keperawatan serta mampu menjadi *evidence based* bagi penelitian selanjutnya. Peneliti tentunya menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, sehingga peneliti akan menerima segala bentuk kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan penelitian ini.

Semarang, 9 Juni 2023

Penulis,



Anisa Yuniyah

NIM. 22020119140120

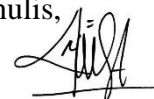
UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat melimpah yang diberikan kepada peneliti selama pengerjaan skripsi dari awal hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari, tanpa bimbingan, bantuan dan motivasi dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku ketua Program Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Dosen pembimbing, Bapak Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.KMB atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan selama pengerjaan skripsi ini.
3. Dosen Penguji 1 Ibu Suhartini, S.Kp.,MNS.,PhD. dan dosen penguji 2 Ibu Ns. Diyan Yuli Wijiyanti, S.Kep., M.Kep. yang telah menyediakan waktu untuk melaksanakan ujian skripsi, memberikan masukan dan arahan dalam penyempurnaan skripsi ini.
4. Papah dan Mama yang telah mencurahkan rasa cinta dan kasih sayang yang tak ternilai selama ini serta selalu memberikan doa, dukungan, motivasi dan berusaha memberikan segala kecukupan untuk penulis.
5. Tete dan kedua adikku tersayang yang selalu ada untuk memberikan dukungan dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
6. Para responden yang telah meluangkan waktu dan memberikan tanggapan yang berharga dalam penelitian ini. Tanpa adanya partisipasi dari responden, penelitian ini tidak akan mungkin terwujud.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Semarang, 9 Juni 2023

Penulis,



Anisa Yuniansyah

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PRAKATA	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan	10
1.3.1 Tujuan Umum	10
1.3.2 Tujuan Khusus	10
1.4 Manfaat	11
1.4.1 Bagi Keperawatan	11
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan	11
1.4.3 Bagi Mahasiswa	11
1.4.4 Bagi Peneliti	11
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Konsep Stres	12
2.1.1 Definisi Stres	12
2.1.2 Sumber Stres (Stressor)	14
2.1.3 Reaksi terhadap Stresor Akademik	16
2.1.4 Tanda dan Gejala Stres	17
2.1.5 Respon Stres	18
2.1.6 Dampak Stres	18
2.1.7 Tingkatan Stres	21
2.1.8 Instrumen Pengukuran Stres	22
2.2 Mahasiswa	23
2.2.1 Definisi Mahasiswa	23

2.2.2.	Peran dan Fungsi Mahasiswa	24
2.1.	Pembelajaran Luring	26
2.3.1.	Definisi Pembelajaran Luring	26
2.3.2.	Manfaat Pembelajaran Luring.....	27
2.3.3.	Tantangan Pembelajaran Luring	27
2.3.4.	Pembelajaran Luring di Era Menuju Pasca Pandemi.....	28
2.3.	Kerangka Teori.....	30
BAB III.....		31
METODE PENELITIAN.....		31
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	31
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	36
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	38
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	42
3.7	Etika Penelitian.....	44
BAB IV		48
HASIL PENELITIAN.....		48
4.1.	Gambaran Umum Penelitian	48
4.2.	Karakteristik Responden	48
4.3.	Gambaran Stres Mahasiswa	49
BAB V.....		59
PEMBAHASAN		59
5.1.	Karakteristik Mahasiswa	59
5.2.	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa.....	60
5.3.	Gambaran Umum Dimensi Stres Akademik Mahasiswa	62
5.4.	Sumber Stres Mahasiswa.....	64
5.5.	Reaksi terhadap Stresor Mahasiswa	68
5.6.	Keterbatasan Penelitian	71
BAB VI		72
PENUTUP.....		72
6.1.	Kesimpulan.....	72
6.2.	Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA		75
LAMPIRAN		xiv

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah populasi setiap strata.....	35
Tabel 2. Definisi operasional dan skala pengukuran	37
Tabel 3. Dimensi kuesioner <i>Student Life Stress Inventory</i> (SLSI).....	39
Tabel 4. Norma skoring.....	40
Tabel 5. Kriteria <i>Guilford</i>	41
Tabel 6. <i>Coding</i> data penelitian	43
Tabel 7. Distribusi Usia, jenis kelamin, tempat tinggal, dan tahun angkatan mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265)	49
Tabel 8. Distribusi frekuensi stres akademik mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	49
Tabel 9. Gambaran dimensi stres akademik mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	50
Tabel 10. Distribusi frekuensi sumber stres (frustasi) mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	51
Tabel 11. Distribusi frekuensi sumber stres (konflik) mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	52
Tabel 12. Distribusi frekuensi sumber stres (tekanan) mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	52
Tabel 13. Distribusi frekuensi sumber stres (perubahan) mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	53
Tabel 14. Distribusi frekuensi sumber stres (pemaksaan diri) mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	54
Tabel 15. Distribusi frekuensi reaksi fisik terhadap stresor mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	55
Tabel 16. Distribusi frekuensi reaksi emosi terhadap stresor mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	56
Tabel 17. Distribusi frekuensi reaksi perilaku terhadap stresor mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	57
Tabel 18. Distribusi frekuensi reaksi kognitif terhadap stresor mahasiswa keperawatan, mei 2023 (N=265).....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori ^{16,21,27,30,41}	30
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin studi pendahuluan.....	xiv
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	xv
Lampiran 3. <i>Ethical Clearance</i>	xvi
Lampiran 4. Izin Penggunaan Kuesioner	xvii
Lampiran 5. <i>Informed Consent</i>	xviii
Lampiran 6. Kuesioner <i>Student Life Stress Inventory (SLSI)</i>	xx
Lampiran 7. Kuesioner <i>Student Life Stress Inventory (English Version)</i>	xxiv
Lampiran 8. Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	xxvii

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Juni, 2023

ABSTRAK

Anisa Yuniansyah

Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di Era Menuju Pasca Pandemi

xii + 108 Halaman + 18 Tabel + 1 Gambar + 8 Lampiran

Kembalinya pembelajaran tatap muka setelah periode pembelajaran online selama pandemi COVID-19 menjadi tantangan bagi mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Ketidakmampuan mahasiswa dalam beradaptasi dengan perubahan iklim pembelajaran baru dapat menyebabkan stres. Stres yang dialami oleh mahasiswa dapat berdampak negatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa keperawatan dalam menjalani perkuliahan tatap muka di era menuju pasca pandemi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan metode yang digunakan yaitu metode survei. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres pada mahasiswa adalah kuesioner *Student Life Stress Inventory*. Penelitian dilakukan di Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro pada bulan Mei 2023. Sampel penelitian ini berjumlah 265 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama menjalani pembelajaran tatap muka di era menuju pasca pandemi, mahasiswa mengalami stres berat (42.6%), stres sedang (40.4%) dan stres ringan (17.0%). Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres berat. Temuan penelitian ini menekankan pentingnya pengelolaan stres akademik pada mahasiswa. Mahasiswa perlu mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif dalam mengatasi stres.

Kata kunci: Mahasiswa; stres akademik; pasca pandemi Covid-19.

Daftar pustaka: 70 (1927-2022)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June, 2023

ABSTRACT

Anisa Yuniansyah

Overview of Nursing Students' Stress Levels in the Transition to the Post-Pandemic Era

xiii + 108 Pages + 18 Tables + 1 Pictures + 8 Attachments

The return of face-to-face learning after a period of online learning during the COVID-19 pandemic poses challenges for students in adapting to these changes. The inability of students to adapt to the new learning environment can lead to stress. The stress experienced by students can have negative impacts. The objective of this study is to assess the level of stress among nursing students during in-person lectures in the transition to the post-pandemic era. This research utilizes a descriptive quantitative approach with a survey method. Stratified random sampling is employed as the sampling technique. Data analysis is conducted using univariate analysis. The instrument used to measure student stress is the Student Life Stress Inventory questionnaire. The research is conducted at the Department of Nursing, Diponegoro University in May 2023. The study sample consists of 265 students. The research findings indicate that during face-to-face learning in the transition to the post-pandemic era, students experience severe stress (42.6%), moderate stress (40.4%), and mild stress (17.0%). This study concludes that the majority of students experience severe stress. The findings underscore the importance of managing academic stress among students. Students need to develop effective stress management strategies to cope with stress.

Keyword: Students; academic stress; post-Covid-19 pandemic.

Bibliography: 70 (1927-2022)