

**GAMBARAN STRESSOR MAHASISWA S1
KEPERAWATAN UNIVERSITAS DIPONEGORO
ANGKATAN 2021 DI MASA ADAPTASI ENDEMI**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

DWI SEPTIANA WULANDARI

NIM 22020120140150

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, 2024**

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dwi Septiana Wulandari
NIM : 22020120140150
Fakultas/Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Stressor Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2021 Di Masa Adaptasi Endemi.

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, 12 Juni 2024
Yang Menyatakan,



Dwi Septiana Wulandari
NIM. 22020120140150

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Dwi Septiana Wulandari
Tempat/ Tanggal Lahir : Banyumas, 24 September 2002
Alamat Rumah : Jalan Rikun Rt 003 Rw 007, Desa Menganti, Kec.
Rawalo, Kab. Banyumas.
No. Telp : 088232903779
Email : wulandariseptiandwi@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Stressor Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2021 Di Masa Adaptasi Endemi” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 21% 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, 12 Juni 2024
Yang Menyatakan,



Dwi Septiana Wulandari
NIM. 22020120140150

LEMBAR PERSETUJUAN

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

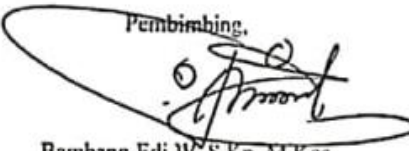
**GAMBARAN STRESSOR MAHASISWA S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO ANGKATAN 2021
DI MASA ADAPTASI ENDEMI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

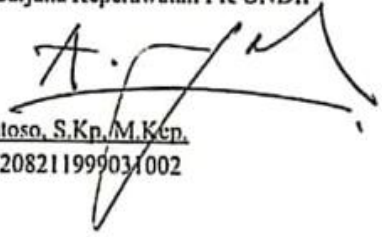
Nama : Dwi Septiana Wulandari

NIM : 22020120140150

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

Pembimbing,

Bambang Edi W. S.Kp. M.Kes
NIP. 196303071989031002

Mengetahui,
Ketua Program Studi 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:

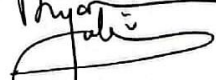
**GAMBARAN STRESSOR MAHASISWA S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO ANKATAN 2021
DI MASA ADAPTASI ENDEMI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Dwi Septiana Wulandari
NIM : 22020120140150

Telah diuji pada 13 Juni 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Ketua Penguji,



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

Anggota Penguji,



Dr. Fitria Handayani, S.Kp, M.Kep, Sp. KMB
NIP. 197810142003122001


Pembimbing,



Bambang Edi Warsito, S.Kp, M.Kes
NIP. 196303071989031002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



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

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah-Nya. Hanya karena pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Gambaran Stressor Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2021 Di Masa Adaptasi Endemi”. Shalawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Agung Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan para umatnya.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi sering kali menemui hambatan-hambatan. Namun, Allah memberikan kemudahan bagi peneliti dalam setiap tahap penyusunan skripsi melalui segala bentuk bantuan dari orang-orang di sekitar peneliti. Penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga harapan besar bagi para pembaca dapat memberikan masukan yang bersifat konstruktif. Penulis berharap bagi penelitian selanjutnya dapat menyempurnakan kekurangan yang ada. Besar harapan penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro.

Semarang, 12 Juni 2024
Penulis



Dwi Septiana Wulandari
NIM. 22020120140150

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa laporan skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasihat dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Bambang Edi Warsito., S.Kp M.Kes selaku pembimbing terbaik bagi peneliti yang telah berkenan memberikan pengarahan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan dalam pembuatan skripsi.
2. Ns. Diyan Yuli Wijayanti, S.Kep, M.Kep dan Dr. Fitria Handayani, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.KMB selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan arahan yang dapat membantu menyempurnakan skripsi.
3. Dr. Anggorowati, S. Kp, M. Kep. Sp.Mat selaku ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
4. Bapak Agus Santoso, S.Kp M.Kep. selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro yang telah memberikan dukungannya selama proses pendidikan di kampus.
5. Ibu Yuni Dwi Hastuti. S.Kep, M.Kep selaku dosen wali bagi peneliti yang telah berkenan memberikan arahan dan saran selama proses pembelajaran setiap semester.
6. Segenap civitas akademika Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro terutama seluruh dosen, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingannya.
7. Kedua orang tua Bapak Naswin dan Ibu Sulelah, kakak Muhammad Imam Solehudin serta keluarga besar lainnya, terima kasih atas kasih sayang, dukungan, dan doa yang tiada henti. Tanpa cinta, dukungan, dan pengorbanan kalian, peneliti tidak akan bisa mencapai tahap ini. Kalian adalah pilar-pilar yang menjaga saya tetap berdiri kokoh. Skripsi ini didedikasikan untuk keluarga, sebagai ungkapan terima kasih atas segala yang telah kalian berikan.
8. Sahabat seperjuangan “Kucing Oyen” yaitu Amalia, Mutiah, Hayuningtyas, Sania, Qoonit, Anggi, Latansa, Bella, dan Permata yang selalu memberikan support dan motivasi.
9. Sahabat organisasi “Mikat Gator” yaitu Silviana, Amalia, dan Rahmy yang sudah memebrikan banyak pengalaman selama berkuliah.
10. Teman yang sama-sama sedang berjuang yaitu Muhammad Farhan Ashari yang sudah mendukung dan memberi semangat selama penyusunan skripsi.
11. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi baik secara moril ataupun materil.

Semarang, 12 Juni 2024
Penulis



Dwi Septiana Wulandari
NIM. 22020120140150

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan.....	9
1.4 Manfaat.....	10
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep Stres.....	11
2.1.1 Definisi Stres.....	11
2.1.2 Tanda dan Gejala Stres.....	12
2.1.3 Jenis-Jenis Stres	13
2.1.4 Tingkatan Stres.....	14
2.1.5 Dampak Stres	15
2.1.5 Strategi Koping	17
2.2 Konsep Stressor.....	20
2.2.1 Definisi Stressor	20
2.2.2 Sumber Stres (Stressor).....	20
2.2.3 Reaksi terhadap Stressor	27

2.2.4	Manajemen Stressor	28
2.2.5	Instrument Pengukuran Stressor	29
2.2.6	Penelitian Sebelumnya	30
2.3	Mahasiswa	33
2.3.1	Definisi Mahasiswa	33
2.3.2	Peran dan Fungsi Mahasiswa	35
2.4	Pembelajaran di Masa Adaptasi Endemi	37
2.4.1	Transisi Pembelajaran Daring ke Luring	37
2.4.2	Adaptasi dan Penyesuaian Diri Mahasiswa	38
2.5	Kerangka Teori	42
2.6	Fokus Penelitian	43
BAB III	44
METODE PENELITIAN	44
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	44
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	44
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	47
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	48
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	50
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	53
3.7	Etika Penelitian	56
BAB IV	59
HASI PENELITIAN	59
4.1	Karakteristik Responden	59
4.2	Gambaran Umum Stressor Mahasiswa	60
4.3	Gambaran Dimensi Stressor Mahasiswa	61
BAB V	63
PEMBAHASAN	63
5.1	Karakteristik Mahasiswa	63
5.2	Gambaran Umum Stressor Mahasiswa	67
5.3	Gambaran Domain Stressor Mahasiswa	71
5.3.1	<i>Academic related stressor</i>	71
5.3.2	<i>Intrapersonal and Interpersonal related Stressor</i>	75
5.3.3	<i>Teaching and learning related stressor</i>	78
5.3.4	<i>Social related stressor</i>	82
5.3.5	<i>Drive and desire related stressor</i>	85
5.3.6	<i>Group activities related stressor</i>	88

5.4 Keterbatasan Penelitian	91
BAB VI	93
PENUTUP	93
6.1 Kesimpulan.....	93
6.2 Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	xviii
LAMPIRAN	xxiv

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Hal
1.	Definisi operasional dan skala pengukuran	49
2.	Kisi-kisi Instrumen MSSQ	51
3.	Coding kuesioner	54
4.	Distribusi frekuensi: usia, jenis kelamin, dan tempat tinggal mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	60
5.	Distribusi frekuensi stressor pada mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	60
6.	Distribusi frekuensi <i>Academic related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	61
7.	Distribusi frekuensi <i>Intrapersonal and interpersonal related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	61
8.	Distribusi frekuensi <i>Teaching and learning related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	61
9.	Distribusi frekuensi <i>Social related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	62
10.	Distribusi frekuensi <i>Drive and desire related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	62
11.	Distribusi frekuensi <i>Group activities related stressor</i> mahasiswa keperawatan, mei 2024 (n=154)	62

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Gambar	Halaman
1.	Kerangka teori	42
2.	Fokus Penelitian	43

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Surat Izin Studi Pendahuluan	xxiv
2.	Surat Izin Penelitian	xxv
3.	<i>Ethical Clearance</i>	xxvi
4.	Izin Penggunaan Kuesioner	xxvii
5.	<i>Informed Consent</i>	xxviii
6.	Kuesioner	xxx
7.	Catatan Hasil Konsultasi	xxxiii
8.	Lembar Konsultasi	xxxvii
9.	<i>Output SPSS</i> Hasil Penelitian	xxxviii
10.	Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	xliii

DAFTAR SINGKATAN

WHO	:	World Health Organization
COVID	:	Corona Virus Disease
Kppres	:	Keputusan Presiden Republik Indonesia
ACHA	:	American College Health Association
SMA	:	Sekolah Menengah Atas
NIH	:	National Institute of Mental Health
PDSKJI	:	Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia
MSSQ	:	Medical Student Stressor Questionnaire
PSIK	:	Program Sarjana Ilmu Keperawatan
ARS	:	Academic Related Stressors
IRS	:	Intrapersonal and Interpersonal Related Stressos
TLRS	:	Teaching and Learning-Related Stressors
SRS	:	Social Related Stressors
DRS	:	Drive & desire related stressor
GARS	:	Group Activities Related Stressors
Daring	:	Dalam Jaringan
Luring	:	Luar Jaringan
SKS	:	Satuan Kredit Semester

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Juni, 2024

ABSTRAK

Dwi Septiana Wulandari

**Gambaran Stressor Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Diponegoro
Angkatan 2021 di Masa Adaptasi Endemi**

xv + 137 Halaman + 11 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran

Perubahan signifikan pada sistem pembelajaran akibat situasi endemi menjadi tantangan bagi mahasiswa. Ketidakmampuan mahasiswa beradaptasi dengan perubahan iklim pembelajaran baru dapat menyebabkan stressor. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stressor pada mahasiswa keperawatan yang mengalami transisi pembelajaran. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan metode survei. Total Sampel dari penelitian ini adalah 154 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stressor pada mahasiswa adalah kuesioner *Medical Students Stressor Questionnaire* (MSSQ). Penelitian dilakukan di Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro pada bulan Mei 2024. Hasil penelitian didapatkan bahwa setelah masa endemi berakhir, tingkat stressor mahasiswa berada pada kategori berat sebanyak 94 responden (61%). Stressor terkait akademik berada pada kategori berat berjumlah 102 responden (56.5%), stressor intrapersonal dan interpersonal berada pada kategori berat berjumlah 56 responden (36.4%), stressor proses belajar-mengajar berada pada kategori berat berjumlah 78 responden (50.6%), stressor sosial berada pada kategori stres sedang berjumlah 72 responden (46.7%), stressor keinginan dan pengendalian berada pada kategori ringan berjumlah 65 responden (42.2%), dan stressor aktivitas kelompok berada pada kategori sedang berjumlah 68 responden (44.2%). Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar stressor yang dialami mahasiswa menyebabkan stres berat dan stressor yang paling berat menyebabkan stres adalah stressor terkait akademik. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi institusi pendidikan dalam menerapkan sistem pembelajaran untuk mengurangi stressor mahasiswa keperawatan dan mahasiswa perlu mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif dalam mengatasi stressor.

Kata kunci: Mahasiswa; Stressor; Transisi Pembelajaran; Adaptasi Endemi.

Daftar Pustaka: 98 (1984-2023)

Departement of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June, 2024

ABSTRACT

Dwi Septiana Wulandari

**Description of Stressors Among Undergraduate Nursing Students at Diponegoro University Class of 2021 During the Endemic Adaptation Period
xvi + 137 Pages + 11 Tables + 2 Pictures + 10 Attachments**

Significant changes in the learning system caused by endemic situations are a challenge for students. The student's inability to adapt to the changing learning climate can lead to stressors. The aim of this study is to find out the picture of stressors in nursing students who are experiencing learning transitions. This research is descriptive quantitative research with survey methods. The total sample of this study was 154 students. Sampling technique used is total sampling. Data analysis is done univariately. The instrument used to measure stressors in students is the Medical Students Stressor Questionnaire (MSSQ). The research was conducted at the Department of Nursing Sciences at Diponegoro University in May 2024. The results of the study were that after endemic period, the student stressor level was in the heavy category of 94 respondents (61%). Academic-related stressors were in the heavier category of 102 respondents (56.5%), intrapersonal and interpersonal stressors are in the hard category of 56 respondents (36.4%), learning-teaching stressor is in the severe category of 78 respondents (50.6%), social stressors in the average stress category of 72 respondents (46.7%), desire and control stressor in the mild category of 65 respondents (42.2%), and group activity stressors within the moderate category of 68 respondent (44.2%). The study concluded that the majority of stressors experienced caused student stress and the most severe stressors caused stressor was academic related stressor. This research is expected to be a benchmark for educational institutions in implementing learning systems to reduce the stressors of nursing students and students need to develop effective stress management strategies in dealing with stressors.

Keywords: Student; Stressor; Learning Transition; Endemic Adaptation.

Bibliography: 98 (1984-2023)