

GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA STUDI AKHIR

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:
Alosius Wandikmbo
NRP : 9103012010

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2018**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya:

Nama : Alosius Wandikmbo

NRP : 9103012010

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:
GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA STUDI AKHIR
benar benar merupakan hasil karya sendiri, apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sangsi berupa pembatalan kelulusan dan atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya 19 Juli 2018

Yang membuat pernyataan



Alosius Wandikmbo

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**GAMBARAN TINGKAT STRES
MAHASISWA STUDI AKHIR**

OLEH:
Alosius Wandikmbo
NRP: 9103012010

Pembimbing Utama : Dr. Siti Nur Kholifah M.Kep. Sp.Kom (.....)

Pembimbing Pendamping : Ninda Ayu Prabasari S.Kep, Ns.M.Kep (.....)

Surabaya 19 Juli 2018

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas
Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Alosius Wandikmbo

NRP : 9103012010

Menyetujui skripsi atau karya ilmiah saya judul: **GAMBARAN TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA STUDI AKHIR.**

Untuk di publikasikan atau ditampilkan di internet atau di media lain (digital
library perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk
kepentingan akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan
sebenarnya.

Surabaya, 19 Juli 2018

Yang menyatakan



Alosius Wandikmbo

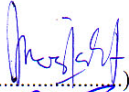
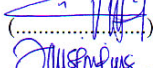
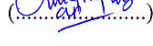
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA STUDI AKHIR

Skripsi yang ditulis oleh Alosius Wandikmbo NRP. 9103012010 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 19 Juli 2018 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

- | | | |
|---------------|---|---|
| 1. Ketua | : Maria Manungkalit, S.Kep., Ns., M.Kep. | () |
| 2. Sekretaris | : Natalia Liana Susanti, SKM. | () |
| 3. Anggota | : Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp.Kom. | () |
| 4. Anggota | : Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep. | () |

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan,



Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K)

NIK. 911.08.0624

HALAMAN PERSEMBAHAN

Ku persembahkan

Buat

Orang tua tercinta bapa Elias Wandikbo S.p dan mama Yopina Togodly, adik Alosina wandikbo, adik Dekcy wandikbo adik Ester Isabela wandikbo, Kristina Kogoya, Wandikbo Leonardo Sola Fide Dekhrist Dedavince Ng²eynd, semua lapisan keluarga besar Endamadikmbo dan

Tanah airku West Papua.

HALAMAN MOTTO

Segala sesuatu akan ketinggalan oleh orang yang terburu-buru.
(Abraham Lincoln 1809-1865)

Jangan seorang pun menganggap engkau rendah karena engkau muda. Jadilah teladan bagi orang-orang percaya dalam perkataanmu, dalam tingkah lakumu, dalam kasihmu, dalam kesetiaanmu, dan dalam kesucianmu.
(1Timotius 4:12)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis haturkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Gambaran tingkat stres mahasiswa studi akhir” dengan baik dan lancar. Penulisan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan yang sangat berguna bagi penulis. Oleh karena itu, dengan segala ketulusan hati penulis dan tanpa mengurangi rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Drs. Kuncoro Foe, G.Dip. Sc.,Ph.D selaku Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah mengizinkan saya menimba ilmu di Fakultas Keperawatan dan telah memberikan berbagai bantuan demi kelancaran selama perkuliahan.
2. Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang sudah memberikan ijin untuk melakukan penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp.Kom selaku pembimbing utama yang dengan sabar membimbing dan mengarahkan serta meluangkan waktu untuk membimbing penulis selama mengerjakan skripsi ini.

4. Ninda Ayu Prabasari, P., S.Kep., Ns., M.Kep. sebagai pembimbing pendamping yang dengan sabar membimbing dan mengarahkan serta meluangkan waktu untuk membimbing penulis selama mengerjakan skripsi ini.
5. Ira Ayu Maryuti S.Kep.,Ns sebagai penasehat akademik yang dengan sabar membimbing dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Maria Manungkalit S.Kep.Ns, M.Kep penasehat akademik, penguji yang dengan sabar membimbing dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Natalia Liana Susanti, SKM selaku tim penguji yang sudah banyak memberikan arahan dan dukungan moril kepada penulis.
8. Teristimewa buat kedua orang tua tercinta Bapak Elias Wandikmbo S.P dan Mama Yopina Togodly, adik Alosina Wandikbo, adik Decky Wandikbo, yang berjuang bersama menuntun ilmu di kota studi surabaya, yang senantiasa memberikan dukungan doa, nasehat-nasehat, motivasi, serta biaya dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik tanpa kekurangan sesuatupun.
9. Seluruh responden yang bersedia membuka diri memberikan informasi sekaligus membantu peneliti dalam penelitian ini, sehingga penelitian ini berjalan dengan baik dan lancar.
10. Rendi, Mikhey yang senantiasa memberikan semangat dan perhatian kepada penulis.

11. Seluruh dosen serta staf karyawan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya atas pelayanan yang di berikan selama ini terutama dalam hal yang membantu kelancaran proses penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis menyadari segala keterbatasan, untuk itu saran dan kritik yang membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Surabaya 19 Juli 2018

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO... ..	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN.. ..	xvi
ABTRAK.. ..	xvii
ABSTRACT.....	xviii
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.4. Manfaat Penelitian	4
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
2.1. Konsep Stres.....	5
2.1.1. Definisi Stres.....	5

2.1.2. Penyebab Stres	6
2.1.3. Jenis Stres.....	7
2.1.4. Tingkat Stres	8
2.1.5. Tahapan Stres.....	9
2.1.6. Mekanisme Stres	12
2.1.7. Dampak Stres... ..	13
2.1.8. Respon Terhadap Stres.....	14
2.1.9. Tipe Kepribadian Rentang Stres	15
2.2. Stres pada Mahasiswa	16
 BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL	 18
 BAB 4 METODE PENELITIAN.....	 19
4.1. Desain Penelitian.....	19
4.2. Identifikasi Variabel Penelitian.....	19
4.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	19
4.4. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	20
4.5. Kerangka Kerja Penelitian	21
4.6. Metode Pengumpulan Data	21
4.7. Validitas dan Reliabilitas	23
4.8. Teknik Analisa Data.....	24
4.9. Etika Penelitian	25
 BAB 5 HASIL PENELITIAN.....	 28
5.1. Karakteristik Lokasi Penelitian.....	28
5.2. Hasil penelitian.....	29
 BAB 6 PEMBAHASAN.. ..	 32
 BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....	 36
7.1. Kesimpulan... ..	36
7.2. Saran.....	36
 DAFTAR PUSTAKA.....	 37
 LAMPIRAN.....	 39
 ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN... ..	 50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Efek Positif dan Negatif stres.....	10
Tabel 4.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa mahasiswi semester akhir	22
Table 5.1. Tabel Silang Antara Tingkat Stres Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	32
Table 5.2. Tabel Silang Antara Tingkat Stres Responden Berdasarkan Kebiasaan Sebelum Tidur..	33
Table 5.3. Tabel Silang Antara Tingkat Stres Responden Berdasarkan Penggunaan Obat Stres.....	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1. Kerangka Konseptual Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Studi Akhir	18
Gambar 4.1. Kerangka Kerja Penelitian Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Studi Akhir	21
Gambar 5.1. Karakteristik Berdasarkan usia	29
Gambar 5.2. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya...	30
Gambar 5.2. Karakteristik Berdasar kankebiasaan Sebelum Tidur Mahasiswa Studi Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.....	30
Gambar 5.4. Karakteristik Berdasarkan stres mahasiswa Studi Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya	31

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat ijin melakukan penelitian.....	39
Lampiran 2. Lembar permintaan menjadi responden	40
Lampiran 3. Lembar persetujuan menjadi responden.....	42
Lampiran 4. Lembar data demografi.....	44
Lampiran 5. <i>Perceived stress scale</i> (PSS).....	45
Lampiran 6. Rekapitulasi hasil penelitian.....	47
Lampiran 7. Jawaban kuesioner.....	49

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
Halaman judul	50
Halaman persetujuan.....	51
Abstrak..	52
Abstract..	52
Pendahuluan..	53
Rumusan masala.....	54
Metode penelitian.....	55
Hasil penellitian dan pembahasan.....	55
Kesimpulan dan saran..	57
Datar pustaka.....	58

ABSTRAK

GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA STUDI AKHIR

Oleh: Alosius Wandikmbo

Stres adalah suatu respon individu, baik berupa respon fisik, maupun psikis terhadap tuntutan atau ancaman yang dihadapi sepanjang hidup seseorang, stres juga selalu ada dalam setiap kehidupan manusia salasanya adalah mahasiswa dalam kegiatannya tidak terlepas dari stres, *stressor* pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademik, terutama dalam tuntutan internal dan eksternal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa studi akhir. Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa studi akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya sebanyak 29 mahasiswa menggunakan total *sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat stres. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner PSS-10 *Perceived Stress Scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang terbanyak stres sedang sebanyak 21 orang (72%), dari total responden 29 orang. Penelitian ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa studi akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya mengalami stres sedang dalam menghadapi tugas tugas kuliah, praktikum *skills* laboratorium keperawatan dan praktikum di rumah sakit, puskesmas, serta tugas akhir skripsi dengan melakukan penelitian di bidang keperawatan.

Kata kunci: Tingkat Stres, Mahasiswa Studi Akhir.

ABSTRACT

THE LEVEL OF STRESS ON THE STUDY THE END OF STUDENTS

By Alosius Wandikmbo

Stress is a an individual, in physical response, and psychologically against demands or threats facing whole life someone, stress is also appear in every human in life, a student also in the academic related to stress, stressor the students can use of academic life, especially in a lawsuit internal and external. The purpose of this research to know the level of stress on the study the end of students. The design of this study is descriptive research. The population of the research is students study the end of the Faculty Nursing Catholic University Widya Mandala Surabaya use 29 students total of sampling. Variable the research is the stress. A measuring instrument used is the questionnaire pss-10 perceived stress scale. The results showed that the number of respondents most stress is about 21 people (72 %), of the total respondents 29 people. This study shows that most students study the end of the Faculty Nursing Widya Mandala Catholic University Surabaya subjected to stress was in the face of Tasks College, laboratory work skills laboratory nursing and lab work in hospital, community health center, and their final task thesis by doing research in the field of nursing.

Keywords: The level of the stress, the student of the and