



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI  
KUMULATIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Ihsan Darmawan**

**NIM 30901900084**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2023**



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI  
KUMULATIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh

**Ihsan Darmawan**

**NIM 30901900084**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2023**

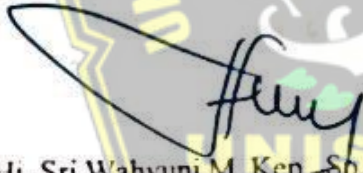
## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan”** Saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarisme, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 30 Januari 2023

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

Peneliti,

  
(Ns. Hj. Sri Wahyuni M. Kep., Sp. Kep. Mat)

  
(Ihsan Darmawan)

NIDN: 0609067504

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI  
KUMULATIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ihsan Darmawan  
NIM : 30901900084

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :

Pembimbing I  
Tanggal : 31 Januari 2023

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 06.2302.8802

Pembimbing II  
Tanggal : 31 Januari 2023

Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep  
NIDN. 06.1207.7404



**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI  
KUMULATIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ihsan Darmawan  
NIM : 30901900084

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 13 Februari 2023  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep., Sp.Kep.J  
NIDN. 06.1408.7702



Penguji II,

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 06.2302.8802



Penguji III,

Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep  
NIDN. 06.1207.7404



Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Iwan Ardian, SKM., M.Kep  
NIDN. 06.2208.7403



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**  
**Skripsi, Februari 2023**

**ABSTRAK**

Ihsan Darmawan

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN**

64 hal + 6 tabel + xiv (jumlah hal depan) + jumlah lampiran

**Latar Belakang:** Peningkatan stres dalam belajar mempengaruhi aspek fisik, emosional, perilaku dan kognitif. Jika tidak diatasi pada tahap awal, mahasiswa dapat mengalami masalah mental sehingga dapat mempengaruhi konsentrasi mahasiswa dalam belajar. Stres yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang diketahui pada indikator pencapaian indeks prestasi kumulatif (IPK).

**Metode:** Jenis penelitian Kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Teknik yang digunakan adalah *random sampling* sebanyak 150 responden. Uji korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Spearman rank correlation*.

**Hasil:** Hasil penelitian menggunakan analisis korelasi *Spearman Rank*, terbukti bahwa *p value* 0,000 yang berada dibawah 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan indeks prestasi kumulatif. Nilai *Correlation coefficient* ditemukan sebesar  $-0,608 > 0,1603$ . Dengan nilai korelasi tersebut menunjukkan adanya korelasi yang bermakna kuat antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Tanda negatif tersebut menunjukkan bahwa arah korelasi belawan, yang artinya semakin tinggi tingkat stres maka semakin rendah hasil IPK mahasiswa dan sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin tinggi hasil IPK mahasiswa.

**Simpulan:** Terdapat keeratan hubungan antara tingkat stres dan indeks prestasi pada mahasiswa keperawatan prodi S1 angkatan 2021 (*p value* 0,000)

**Kata Kunci:** Tingkat stres, Indeks prestasi kumulatif

**Daftar Pustaka:** 51 (2013-2022)

**BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING**  
**FACULTY OF NURSING SCIENCE**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**  
**Thesis, February 2023**

**ABSTRACT**

Ihsan Darmawan

**THE CORRELATION BETWEEN STRESS LEVEL AND GRADE POINT AVERAGE IN THE FACULTY OF NURSING**

xiv (number of preliminary pages) 64 pages + 6 table + appendices

**Introduction:** The stress level in the study affects physical, emotional, behavioral, and cognitive aspects. If not treated at an early stage, students can experience mental problems which can affect student concentration in study. The stress experienced by students can affect student achievement which is known in the achievement indicator of the cumulative grade point average (GPA).

**Method:** The type of quantitative research with a cross-sectional approach. The sample used was students from class 2021 of the Faculty of Nursing, Sultan Agung Islamic University, Semarang. The technique uses a random sampling of 150 respondents. The correlation test used in this research is the Spearman rank correlation test.

**Results:** The results of the research using Spearman rank correlation analysis, it is evident that the p value 0,000 is below 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). This means that there is a significant correlation between stress and the grade point average. The Correlation coefficient value was found  $-0,608 > 0,1603$ . This correlation value shows that there is a strong significant correlation between stress levels and the grade point average. The negative sign indicates that direction opposite correlation, which means the higher the stress level, the lower the student's GPA results, and conversely the lower the stress level, the higher the student's GPA results.

**Conclusion:** There is a correlation between stress levels and grade point averages for undergraduate nursing students' class of 2021 (*p value* 0,000).

**Keywords:** Stress level, Grade point averages

**Bibliographies :** 51 (2013-2022)

## KATA PENGANTAR

*Assalam'ualaikum Wr. Wb*

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan”** dengan sebaik – baiknya. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Dalam penyusunan skripsi penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. Prof. Dr. Gunarto S.H. M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, S.KM, M.Kep, Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep, Sp.Kep.AN Kaprodi S1 Keperawatan fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Ns. Betie Febriana, M.Kep pembimbing pertama yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga, serta memberikan pelajaran buat saya tentang arti sebuah usaha, pengorbanan, iklas, tawakal dan kesabaran yang akan membuahkan hasil yang bagus pada akhir penyusunan penelitian ini.



5. Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep pembimbing kedua yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga bagi saya.
6. Orangtua saya, Bapak Sanusi, S.Pd., Gr dan Ibu Mundarsih, S.Pd yang telah banyak memberikan bantuan doa, selalu menyemangati, serta memberikan dorongan dan perhatian kepada saya selama ini.
7. Teman-teman departemen jiwa yang selalu memberi dukungan untuk berjuang bersama.
8. Teman-teman S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan 2019 yang saling mendoakan, membantu, mendukung, menyemangati serta tidak lelah untuk berjuang bersama
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas segala dukungan, semangat, ilmu dan pengalaman yang diberikan.

Penulis menyadari bahwa didalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 01 Februari 2023

Penulis,



Ihsan Darmawan

NIM. 30901900084

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat penulis.....	6
1. Manfaat teoritis.....	6
2. Manfaat praktis.....	6
3. Untuk Masyarakat.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
1. Stress.....	8
2. Indeks Prestasi Kumulatif .....	19
B. Kerangka Teori.....	23
C. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Kerangka Konsep .....	24
B. Variable Penelitian.....	24
1. Variabel Bebas (Variabel Independen).....	25
2. Variabel Terikat (Variabel Dependen).....	25

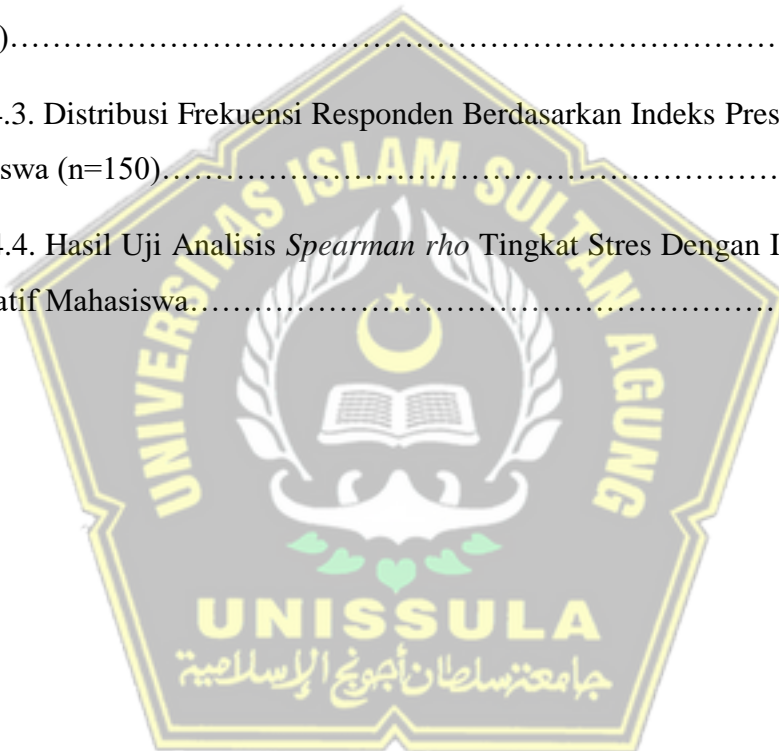
C.	Jenis dan Desain Penelitian.....	25
D.	Populasi dan Sampel .....	26
	1. Populasi .....	26
	2. Sempel .....	26
	3. Teknik Pengambilan Sampel .....	28
E.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
F.	Definisi Operasional.....	29
G.	Instrumen / Alat Pengumpulan Data.....	30
	1. Instrumen penelitian.....	30
	2. Uji instrumen penelitian .....	31
H.	Metode Pengumpulan Data.....	33
I.	Analisis Data .....	34
	1. Pengelolaan data.....	34
	a. <i>Editing</i> .....	34
	b. <i>Coding</i> .....	34
	c. Tabulasi Data.....	35
	d. <i>Entri data</i> .....	35
	e. <i>Analiting data</i> .....	35
	2. Jenis analisis data .....	35
	a. Analisis univariat.....	35
	b. Analisis bivariat.....	36
J.	Etika Penelitian .....	37
	1. <i>Informed Consent</i> (lembar persetujuan) .....	37
	2. <i>Anonimity</i> (tanpa nama).....	38
	3. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan).....	38
	4. <i>Beneficience</i> (Manfaat).....	38
	5. <i>Nonmaleficience</i> (Keamanan).....	38
	6. <i>Veracity</i> (Kejujuran) .....	38
	7. <i>Justice</i> (Keadilan) .....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN .....		39
A.	Pengantar Bab .....	39
B.	Analisis Univariat.....	39
C.	Analisis Bivariat .....	42

BAB V PEMBAHASAN .....	43
A. Pengantar Bab .....	43
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	43
1. Karakteristik Responden.....	43
2. Hubungan Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif.....	50
C. Keterbatasan Penelitian .....	55
D. Implikasi Keperawatan.....	55
BAB VI PENUTUP .....	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran .....	58
1. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	58
2. Bagi Instansi Pendidikan .....	58
3. Bagi Mahasiswa.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	65



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	30
Tabel 3. 2 Interpretasi Uji Hipotesis Korelatif.....	37
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia Mahasiswa (n=150).....	40
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa (n=150).....	41
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa (n=150).....	41
Tabel 4.4. Hasil Uji Analisis <i>Spearman rho</i> Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa.....	42





## DAFTAR GAMBAR

Skema 2. 1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep .....	24



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Suvey Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Jawaban Perizinan Penelitian
- Lampiran 4. Surat Pengantar Uji Etik
- Lampiran 5. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 6. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Instrumen Penelitian
- Lampiran 9. Jadwal Penelitian
- Lampiran 10. Uji Univariat
- Lampiran 11. Uji Bivariat
- Lampiran 12. Lembar Catatan Konsultasi
- Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 14. Dokumentasi

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lingkungan perguruan tinggi memiliki sejumlah perbedaan yang kompleks dari lingkungan SMA. Perbedaan ini terlihat dari segi hubungan sosial, ekonomi, kurikulum, disiplin dan proses pembelajaran, sehingga mahasiswa harus beradaptasi dengan perbedaan tersebut (Nurmala, 2020). Adanya perbedaan dalam proses pembelajaran, seringkali menjadikan mahasiswa merasa kelelahan karena adanya tuntutan dari perguruan tinggi yang lebih tinggi daripada saat SMA (Mentari, 2018).

Sejak Desember 2019 proses pembelajaran di perguruan tinggi dilaksanakan secara daring (*online*) akibat pandemi covid-19, namun beberapa perguruan tinggi kembali menerapkan model pembelajaran tatap muka sehingga akan terjadi perubahan secara signifikan pada model pembelajaran yang mengharuskan seluruh mahasiswa belajar dan hadir di ruang kelas (Aulia, 2021). Terjadinya perubahan model pembelajaran seperti ini akan mengakibatkan mahasiswa tingkat awal yang sudah terbiasa belajar menggunakan metode daring (*online*) harus bisa beradaptasi terhadap sistem pembelajaran yang baru dan akan berdampak pada munculnya masalah kesehatan jiwa (Linajari, 2020).

Mahasiswa akan mengalami berbagai tuntutan dan persoalan, diantaranya tugas perkembangan, proses transisi peran, tuntutan akademik,

dan kecemasan (Andriani & Listiyandini, 2020). Proses adaptasi perubahan gaya belajar di perguruan tinggi merupakan salah satu hal yang harus dilalui seseorang agar menjadi pribadi yang mampu merespon perubahan dalam kehidupannya. Masa-masa tersebut menjadi masa peralihan utama bagi seorang siswa menjadi mahasiswa sebab mahasiswa tingkat awal akan menghadapi lingkungan perguruan tinggi yang belum pernah dirasakan sebelumnya (Jannah & Santoso, 2021). Setiap mahasiswa yang tidak bisa mengatasinya, perubahan yang terjadi dapat menimbulkan tekanan pikiran misalnya dalam menyelesaikan tugas dengan benar dan tepat waktu, mencari materi atau data terkait tugasnya seakurat mungkin (Barseli et al., 2018).

Stres dapat mengganggu aspek psikologis yang sering tertanam dalam karakter seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Namun, dengan gejala stres yang berbeda untuk setiap orang. Berat atau ringannya dampak stres yang dialami seseorang bergantung pada kemampuan beradaptasi dengan cepat (Sangadah & Kartawidjaja, 2020). Peningkatan stres dalam belajar mempengaruhi aspek fisik, emosional, perilaku dan kognitif. Apabila hal ini tidak ditangani sejak dini, mahasiswa akan mengalami masalah kesehatan mental yang dapat mempengaruhi konsentrasi mereka selama studi (Hasnawati et al., 2021). Stres yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang diketahui pada indikator pencapaian indeks prestasi (IP) (Harahap, 2020).

Indeks prestasi adalah angka yang akan diterima oleh mahasiswa sebagai hasil kinerja kognitif (pengetahuan dan kemampuan intelektual) dalam suatu perkuliahan dan ditentukan oleh penilaian kemampuan akademik (Tarumasely, 2021). Mahasiswa yang berusaha untuk mendapatkan nilai yang baik akan berusaha untuk meningkatkan prestasi akademiknya. Tekanan dan tuntutan untuk menggapai prestasi dan keunggulan dalam suatu persaingan akademik dapat membebani mahasiswa sehingga mengakibatkan perasaan tertekan (Sukma, 2018). Mahasiswa tingkat awal akan merasakan tekanan karena adanya proses adaptasi dan proses pembelajaran yang berbeda dengan tingkat SMA, pada tingkat perguruan tinggi mahasiswa dituntut untuk mencari sumber belajar secara mandiri dan dalam proses pembelajaran mahasiswa tidak selalu bergantung pada sumber belajar yang disediakan oleh dosen, sehingga berakibat pada peningkatan stres bagi mahasiswa tingkat awal (Syahbani, 2021). Kondisi ini akan berdampak pada menurunnya kemampuan mempelajari dan memahami materi perkuliahan yang diberikan (Riyani et al., 2019).

Menurut (Linajari, 2020) prevalensi kejadian stres dalam penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat awal di Indonesia didapatkan 36,7 - 71,6% . Dari hasil penelitian (Syahbani, 2021) yang dilakukan pada 227 mahasiswa menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat stres dan IPK. Mahasiswa sebagian besar mengalami stres sedang yang artinya mahasiswa merasakan tekanan saat belajar di perkuliahan. Stres yang dialami mahasiswa dapat disebabkan oleh ketidakmampuan pribadi



untuk memenuhi tugas-tugasnya, memenuhi semua tuntutan seorang mahasiswa, dan ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi.

Hasil studi pendahuluan pada 10 mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 Unissula yang melaksanakan pembelajaran, peneliti menemukan bahwa terdapat 7 orang mahasiswa yang menyatakan bahwa tertekan dengan lingkungan kampus karena adanya tugas yang banyak, waktu pengumpulan tugas yang singkat, dan bingung dengan materi perkuliahan yang disampaikan oleh dosen. Lalu 3 orang mahasiswa menyatakan bawah sulit berkonsentrasi dan merasa tertekan dalam pembelajaran laboratorium, hal ini bisa membuat stres pada mahasiswa meningkat. Hasil observasi terakit indeks prestasi mahasiswa didapatkan bahwa 9 di antara mereka mendapatkan indeks prestasi mahasiswa dengan predikat sangat memuaskan dan 1 dari mereka mendapatkan prdikat dengan pujian.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa Fakultas Keperawatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang masalah di atas dapat disimpulkan bahwa peneliti ingin meneliti masalah apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan IPK mahasiswa keperawatan ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa prodi S1 Fakultas Ilmu Keperawatan.

### **2. Tujuan khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden.
- b. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa keperawatan prodi S1 angkatan 2021.
- c. Mengidentifikasi indeks prestasi mahasiswa keperawatan prodi S1 angkatan 2021.
- d. Menganalisis keeratan hubungan antara tingkat stres dan indeks prestasi pada mahasiswa keperawatan prodi S1 angkatan 2021.

## **D. Manfaat penulis**

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi para pembaca khususnya untuk Departemen Keperawatan Jiwa, dan memberikan informasi ilmiah tentang tingkat stres dengan IPK bagi mahasiswa keperawatan Unissula.

### **2. Manfaat praktis**

Dari pelaksanaan penelitian diharapkan dapat membagikan ilmu pengetahuan dan masukan pemikiran untuk pihak yang mempunyai kepentingan terutama mahasiswa, dosen, sehingga dapat menjadi masukan bagi optimalisasi pelaksanaan pembelajaran.

### **3. Untuk Masyarakat**

Dimana dari hasil penelitian ini dilakukan, diharapkan bisa memberikan informasi dikalangan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa oleh tenaga kesehatan khususnya perawat, dan memberikan masukan pada profesi keperawatan untuk memperbanyak penelitian tentang stres dan indeks prestasi pada mahasiswa.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Teori

##### 1. Stres

###### a. Pengertian Stres

Townsend & Morgan (2018) menyebutkan bahwa stres merupakan respons seseorang terhadap perubahan yang membutuhkan penyesuaian atau tanggapan, yang mungkin bersifat fisik, mental, atau emosional. Respons yang ditujukan untuk menstabilkan proses biologis internal dan mempertahankan harga diri dapat dilihat sebagai adaptasi yang sehat terhadap tekanan.

Menurut Katie Evans (2017) stres adalah respons fisiologis terhadap setiap stresor atau tuntutan dan fakta kehidupan bagi semua orang. Stres berkepanjangan bisa berbahaya dan dapat memiliki efek negatif pada fisik dan mental kesehatan.

Menurut Yusup & Muhammad Shoffa Saifillah Al Faruq (2021) stres merupakan kendala psikologis yang dirasakan seorang akibat tekanan. Tekanan ini timbul dari ketidakmampuan seorang guna memenuhi keinginan ataupun ambisinya. Tekanan ini bisa datang dari dalam diri seseorang atau dari luar. Keadaan stres timbul dari tekanan yang lebih besar pada seseorang dan ketidakmampuan mereka untuk menghadapi tekanan itu. Secara individu Mereka

membutuhkan kekuatan untuk mengatasi keasaan stres sehingga tidak mempengaruhi kesehatan psikologis mereka (Kartika, 2019).

#### **b. Penyebab Stres**

Menurut Townsend & Morgan (2018) stres muncul karena seseorang mengalami kesulitan dalam mengatasi situasi kehidupan, masalah, dan tujuan. Lingkungan kampus yang baru, pekerjaan yang baru, dan saat berbicara di depan umum merupakan contoh rangsangan pemicu stres. Pemicu stres dapat dikatakan sebagai stresor. Stresor adalah faktor dan kondisi suasana hati yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk merasa ceria, aman, bahagia, dan produktif (Vinet & Zhedanov, 2019).

Dengan demikian, stresor bisa dimaksud sebagai penyebab stres. Stresor dibedakan menjadi 2 tipe yakni stresor internal serta eksternal. Stresor internal merupakan pemicu stres yang bersumber dari dalam sebaliknya stresor eksternal yakni pemicu stres yang bersumber dari luar. Tiap orang mempunyai persepsi berbeda-beda tentang pemicu stres (Sukma, 2018).

Menurut Yusup & Muhammad Shoffa Saifillah Al Faruq (2021) terdapat faktor-faktor yang antara lain menjadi sumber stres bagi individu :



## 1.) Stresor Internal

### a.) Keadaan kesehatan

Kesehatan sebagai aspek yang berarti dalam menaikkan kualitas hidup. Setiap orang berhak atas kesehatan dan kewajiban untuk menjaga kesehatannya masing-masing. Kesehatan mengacu pada kesehatan tubuh dan rohani.

Kesehatan tubuh mempunyai makna kondisi tubuh dalam keadaan sehat, berarti individu tidak mengalami kesakitan atau bebas dari rasa sakit. Pada individu dengan kondisi badan yang baik, bisa lebih mudah melakukan seluruh aktivitas kegiatan belajar mengajar di lingkungan kampus. Sebaliknya diartikan sehat secara rohani yakni kekuatan beradaptasi dengan kondisi beragam desakan.

Mahasiswa mempunyai situasi kesehatan badan serta rohani yang baik sehingga bisa mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan lancar. Sebaliknya mahasiswa dengan situasi badan serta rohani yang tidak baik, akibatnya akan lebih gampang mengalami stres.

### b.) Ketidakmampuan mengelola waktu

Kemampuan mengelola waktu mempunyai peran penting bagi mahasiswa. Manajemen waktu yaitu proses mengelola diri sendiri. Kesalahan dalam mengelola waktu

merupakan salah satu pencetus tekanan pikiran atau stres mahasiswa di perguruan tinggi. Salah satu pemicu tekanan pikiran yakni banyak peserta didik yang kesusahan dalam mengatur jadwal.

Mengelola waktu atau disebut manajemen waktu menjadi penyebab penyebab internal yang mempunyai pengaruh terhadap pembelajaran. Maka, pengelolaan jadwal dengan baik pada mahasiswa penting diterapkan setiap pelaksanaan pendidikan. Seseorang dengan pengelolaan waktu secara tepat mampu mendorong seseorang tersebut menjadi antusias terhadap materi pelajaran dan meningkatkan hasil belajar. Mahasiswa dengan manajemen waktu yang buruk rentan terhadap stres dalam proses pembelajaran.

## 2.) Stresor Eksternal

### a.) Proses pembelajaran

Salah satu cita-cita siswa SMA adalah menjadi mahasiswa dan kuliah di salah satu universitas favoritnya. Belajar di universitas merupakan hal yang sulit. Ada beberapa tekanan pembelajaran yang wajib dipenuhi mahasiswa. Tekanan maupun tuntutan ini bisa berdampak terjadinya stres bagi mahasiswa.

Tuntutan yang ada di perkuliahan seperti tergabung dalam perkumpulan mahasiswa atau organisasi. Seseorang yang tergabung didalam perkumpulan mahasiswa memiliki perilaku dan karakter yang bermacam-macam. Perbedaan karakter hingga pemikiran menjadi pencetus timbulnya stres pada seorang mahasiswa.

Mahasiswa akan merasakan bahwa mereka gagal secara akademis akibat ketidakmampuan mereka untuk menuntaskan tugas dan tekanan akademik. Gagal menggapai hasil prestasi yang memuaskan bisa diakibatkan sebab seorang mahasiswa salah memanfaatkan metode pembelajaran.

#### b.) Lingkungan sosial

Stres pada mahasiswa bisa disebabkan oleh masalah dalam keluarga, guru, teman di kampus, teman dari pesantren, dan lain-lain. Masalah ini terjadi karena tidak adanya hubungan yang baik diantara mereka. Hubungan yang baik dengan guru, teman kampus, dan teman pesantren dapat memotivasi semangat dalam belajar.

Kondisi keluarga dapat berpengaruh pada aktivitas pembelajaran peserta didik. Seseorang mempunyai hubungan baik dengan orang tua akan mendorong individu untuk melaksanakan dengan sempurna dalam kegiatan

belajar, dengan nyaman hingga penuh semangat. Jika tanpa ada hubungan yang harmonis terhadap orang tua, hal ini akan berpengaruh pada kondisi mental mahasiswa, selanjutnya anak tersebut akan mudah merasakan stres.

### c. Tingkatan Stres

Menurut Stuart (2006) klasifikasi tingkatan stres dibagi menjadi tiga bagian antara lain :

#### 1.) Stres Ringan

Setiap individu pasti sudah pernah merasakan stres ringan dalam kehidupan mereka dan keadaan tersebut bisa mencegah berbagai kesempatan yang hendak terjadi serta membantu individu menjadi waspada.

#### 2.) Stres Sedang

Ketika di tingkat stres sedang, seseorang akan mengesampingkan masalah yang lain maka mempersempit persepsinya lebih fokus dengan apa yang penting pada saat itu.

#### 3.) Stres Berat

Seseorang yang mengalami stres berat maka sangat mempengaruhi pemikiran atau pemahaman individu dan mengarah fokus terhadap masalah lain. Seluruh tindakan difokuskan dalam rangka mengurangi tekanan. Seseorang akan mencoba untuk fokus dengan masalah lain dan membutuhkan banyak bimbingan.

#### d. Penggolongan Stres

Menurut Katie Evans (2017) menggolongkan stres menjadi 2 kategori. Pengelompokan ini didasarkan menurut persepsi orang terhadap stres yang dirasakannya :

##### 1.) *Distress* (Stres Negatif)

Stres yang bersifat negatif yaitu stres yang dapat mengganggu ataupun bersifat tidak mengembirakan. Tekanan pikiran dipersepsikan seperti suatu suasana saat seorang mengalami merasakan adanya perasaan mengkhawatirkan, kebingungan, takut, serta risau. akhirnya orang merasakan keadaan intelektual yang bersifat negatif, meresahkan, serta muncul perasaan guna menjauhinya.

##### 2.) *Eustress* (Stres Positif)

Stres positif yaitu suatu yang mengembirakan serta menggambarkan pengalaman menyenangkan. Hanson mengemukakan *fresh joy of* tekanan pikiran guna mengekspresikan keadaan yang bersifat positif yang muncul efek adanya tekanan pikiran. Eustres dapat meningkatkan kesiapan psikologis, kesiapsiagaan, pemahaman, serta performansi pribadi. Eustres juga dapat menaikkan dorongan pribadi untuk menciptakan sesuatu, misalnya menciptakan suatu kreasi.

### e. Respon Stres

Setiap orang akan merespon stres yang dialaminya dan respon yang ditunjukkan akan berbeda untuk setiap individu (Mentari, 2018). Menurut Stuart dan Laraia dalam (Mentari, 2018) respon stres dapat ditinjau dari empat respon antara lain :

#### 1.) Respon fisiologis

Respon fisiologis terhadap stresor berhubungan dengan kondisi fisik atau tubuh dari seorang individu. Respon ini salah satu metode mencegah serta menyesuaikan diri untuk menjaga keteraturan mekanisme dalam tubuh. Reaksi fisiologis bisa ditandai dengan kenaikan tekanan darah, denyut jantung, nadi, serta sistem respirasi. Reaksi fisiologis juga menggambarkan interaksi dari sebagian *apsis neuroendokrin* antara lain hormon perkembangan, prolaktin, serta bermacam *neurotransmitter* di otak.

#### 2.) Respon kognitif

Respon kognitif atau intelektual terhadap stresor merupakan respon terhadap stres yang berhubungan dengan pemikiran seseorang. Respon kognitif bisa dilihat pada terganggunya jalur kognitif seseorang seperti perasaan gelisah, konsentrasi menurun, ingatan berulang, dan pemikiran tidak normal.



### 3.) Respon emosi

Respon emosi adalah respon terhadap stress yang berhubungan dengan keadaan psikologis dan mental seseorang. Respon emosional mengacu pada emosi atau perasaan yang dialami seseorang saat merasa stress seperti rasa takut, fobia, cemas, marah, kecewa, depresi, dan sedih.

### 4.) Respon pada tingkah laku

Respon perbuatan atau tingkah laku bisa dilihat dari respon seseorang terhadap situasi yang dialami. Tingkah laku individu dalam mengatasi stres dapat berupa perlawanan atau menghindari situasi yang sedang dialaminya. Individu yang merespon stres dengan berperilaku negatif seperti marah akan cenderung menimbulkan perilaku agresif.

### f. Dampak Stres

Menurut Lumban Gaol (2016) dampak dari stres di bagi menjadi berikut:

#### 1.) Dampak negatif

Akibat negatif dari stres (*distress*) dapat dialami mahasiswa saat tekanan pada pikiran melebihi kemampuan mereka dalam menghadapinya. Menurut Goff dalam (Dini et al., 2020) Meningkatnya tingkat stres mahasiswa dapat menurunkan prestasi akademik dengan mempengaruhi IPK kumulatif. Bobot tekanan pikiran yang dirasa sangat berat bisa mengakibatkan

gangguan ingatan, konsentrasi, penyusutan kemampuan pemecahan masalah, serta kinerja akademik. Tingkatan stres yang besar secara langsung mempengaruhi dalam kemampuan akademik serta kesejahteraan mahasiswa (Dini et al., 2020).

## 2.) Dampak positif

Menurut Lumban Gaol (2016) padahal, stres tidak selalu berdampak negatif, karena stres juga bisa berdampak positif bagi seseorang. Di dunia akademis, telah ditemukan bahwa stres dapat berdampak positif pada mahasiswa. Menurut Rafidah dalam (Lumban Gaol, 2019) menyebutkan bahwa stres sebenarnya dapat mempengaruhi pembelajaran dan merangsang ingatan seseorang. Pada saat pembelajaran, dampak yang baik terhadap tekanan pikiran dapat dialami oleh peserta didik bila jumlah tekanan pikiran itu tidak melampaui kapasitas mereka. Jumlah tekanan pikiran yang lumayan ataupun wajar dibutuhkan karena bisa mengaktifkan kemampuan otak.

### g. Pengukuran Stres

Lovibond pada tahun 1995 telah mengembangkan kuesioner yang bernama *Depression Anxiety Stress Scale*. Uji tersebut terdapat sebanyak 42 pertanyaan berfungsi menghitung *general psychological distress* antara lain tekanan mental, cemas serta stres. Terdapat 3 rasio yang terdiri sebanyak 14 pertanyaan.

DASS pada pertanyaan stres akan digunakan pada penelitian ini guna memperhitungkan tingkatan stres.

Menurut Elza (2020) jawaban terdiri 4 opsi yang dibuat menggunakan skala likert serta subjek diharuskan memperhitungkan sejauh mana subjek merasakan tiap keadaan yang dijawab pada satu pekan terakhir. Berikutnya, angka itu dijumlahkan serta dibanding dengan aturan yang terdapat untuk melihat gambaran tentang tingkatan stres orang tersebut. Skala stres digunakan untuk menilai kesulitan dalam beristirahat, mudah marah, perasaan gelisah, hingga perasaan mudah tersinggung.

Pertanyaan pada kuesioner mempunyai skala yang akan diperhitungkan hasil skor setiap subjek, yaitu

0 : Tidak setuju

1 : Ragu-ragu

2 : Setuju

3 : Sangat setuju

Menurut jurnal yang ditulis *Australian Centre Posttraumatic Mental Health* tahun 2013 nomor yang meliputi pertanyaan tentang stres yaitu terdapat pada nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39. Setelah itu ditulis secara urut dari nomor 1 hingga nomor 14. *Discriminant validity* serta angka reliabilitas pada kuesiner DASS yaitu sebesar 0,91 yang dihitung bersumber pada angka

*Cronbach' s Alpha*. Persoalan pada angket mencakup perasaan jengkel dalam perihal yang kecil, respon orang berlebih, merasa sulit tenang, tenaga yang terbuang sia-sia, mudah marah, menyebalkan menurut orang disekitar, kesulitan untuk mentolerir hambatan, panik, serta merasa resah.

Penggolongan stres menurut kuesioner DASS pada pertanyaan stres antara lain :

Stres ringan : 15-18

Stres sedang : 19-25

Stres berat :  $\geq 26$

## **2. Indeks Prestasi Kumulatif**

### **a. Pengertian Indeks Prestasi**

Keberhasilan dalam pembelajaran merupakan bukti keberhasilan akademik atau kemampuan seorang mahasiswa dalam melaksanakan pembelajarannya sesuai dengan bobot yang dicapai. Hasil belajar di perguruan tinggi bisa diukur dari segi penguasaan mahasiswa terhadap materi perkuliahan yang dipelajarinya (Syahbani, 2021).

Indeks Prestasi (IP) akademik yaitu nilai akhir yang mencirikan kualitas penyelesaian suatu pembelajaran. IP dilakukan perhitungan saat menjelang akhir semester yang hasilnya disebut dengan indeks prestasi semester, sedangkan saat akhir program jenjang pendidikan

secara lengkap hasil pembelajaran mahasiswa dapat diukur dengan nilai yang disebut dengan IPK (Susilo et al., 2019).

Angka serta huruf menjadi simbol dalam memberikan hasil prestasi belajar mahasiswa, pada pendidikan sarjana ditunjukkan dengan IPK akademik dalam skala 4. IPK merupakan nilai kumulatif dihasilkan melalui proses pembelajaran perguruan tinggi yang bersifat kompleks dan biasanya ditentukan oleh penilaian (Mentari, 2018).

**b. Beban Studi Semester**

Indeks prestasi merupakan hasil seluruh rancangan kegiatan pembelajaran, latihan dari suatu kegiatan dan pengalaman yang diberikan dosen. Prestasi mahasiswa dapat diketahui menggunakan hasil belajar dan sudah melalui tahap ujian akhir semester selanjutnya diberikan pada wujud angka yang dihitung secara kumulatif pada nilai 0- 4 ataupun A- E (Hodsay, 2015).

**c. Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik**

Dalam menggapai hasil prestasi memuaskan, beberapa aspek yang wajib dicermati, sebab pada dunia pendidikan banyak mahasiswa yang alami kegagalan. Kadangkala terdapat mahasiswa yang mempunyai kemauan kokoh guna berprestasi serta mempunyai peluang untuk menaikkan hasil akademiknya, tetapi dalam faktanya hasil yang diperoleh di bawah kemampuannya (Sangadah & Kartawidjaja, 2020).

Terdapat beberapa faktor yang perlu diperhatikan dalam mencapai hasil prestasi akademik yang memuaskan. Faktor yang berpengaruh terhadap penurunan atau keberhasilan prestasi akademik mahasiswa dibagi 2, yaitu faktor internal serta faktor eksternal. Penjabaran menurut (Riyani et al., 2019), antara lain :

#### 1.) Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa dan mampu mempengaruhi hasil prestasi akademik. Ada beberapa faktor antara lain :

##### a.) Stres

Dalam meraih prestasi akademik memuaskan, banyak faktor mempengaruhinya. Hasil akademik yang terpengaruh stres akan mempengaruhi mahasiswa karena stres dapat menyebabkan masalah pada tubuh, kekuatan daya tahan tubuh akan menurun, merasakan pusing, sulit tidur, dan lainnya. Jika stres tidak dapat dikendalikan maka dapat menyebabkan mahasiswa tidak dapat belajar dengan baik yang akan mengakibatkan menurunnya prestasi belajar sehingga mempengaruhi prestasi akademik (Tamara & Chris, 2018).

##### b.) Motivasi

Menurut Sangadah & Kartawidjaja (2020) motivasi adalah pengendali perilaku. Motivasi menjadi daya dorong



seseorang untuk belajar. Dorongan muncul dari kemauan pada diri setiap individu. Dorongan belajar adalah aspek kognitif yang berkarakter diluar intelektual, peran yang khusus yakni pada perihal gairah ataupun antusias dalam belajar, mahasiswa yang mendapatkan motivasi kuat akan memiliki tenaga dalam melaksanakan aktivitas belajar.

## 2.) Faktor Eksternal

Beberapa faktor yang berasal dari luar yang menjadi pengaruh terhadap prestasi mahasiswa yang diraih, sebagai berikut :

- a.) Faktor keluarga seperti kondisi perekonomian, riwayat pendidikan yang ditempuh orang tua, kepedulian orang tua serta komunikasi yang baik antar keluarga.
- b.) Faktor di lingkungan pendidikan seperti perlengkapan yang ada di kampus, kemampuan dosen dalam mengajar dan kemampuan mahasiswa dalam menerima materi.

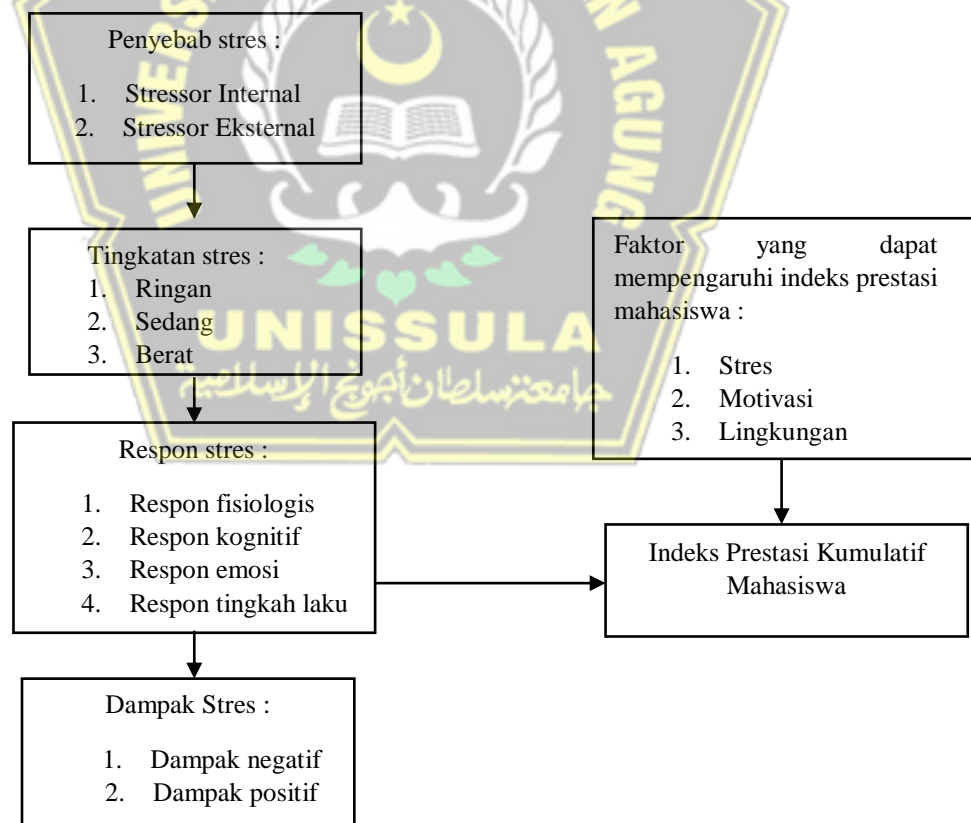
### **d. Pengukuran Prestasi Akademik**

Mahasiswa akan mendapatkan penilaian dari hasil belajar yang dilakukan setiap semester yang telah ditempuh. Hasil ujian atau penilaian dikeluarkan dosen dalam bentuk angka atau huruf pada akhir semester berupa nilai rata-rata kumulatif. IP didapatkan dari hasil penjumlahan perkalian antara sks serta nilai yang didapatkan pada setiap mata kuliah selanjutnya dibagi dengan

jumlah semua SKS serta nilai yang sudah didapat baik lulus atau tidak lulus (Syahbani, 2021).

Keberhasilan pembelajaran yang dilakukan mahasiswa pada semua program studi dilihat dari nilai yang disebut dengan indeks prestasi kumulatif. Prestasi belajar bisa ditinjau dari nilai peserta didik yang mencakup pemahaman materi, sikap serta kehadiran sesudah mengikuti proses kegiatan belajar mengajar yang diukur menggunakan bobot nilai yang telah ditetapkan antara dosen dengan mahasiswa (Rahmawati et al., 2018).

## B. Kerangka Teori



*Skema 2. 1 Kerangka Teori*

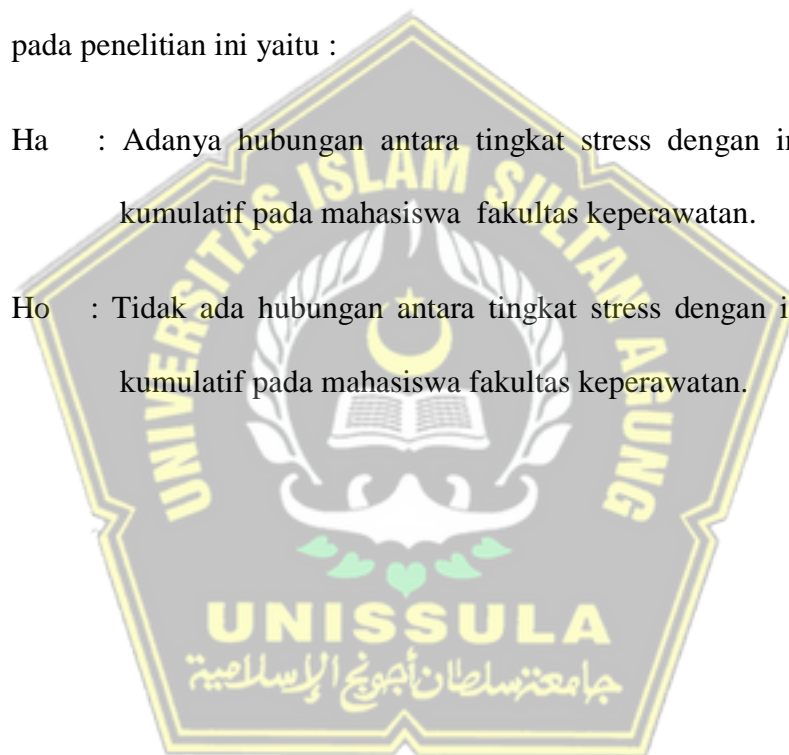
Sumber : (Townsend & Morgan, 2018; Ketié Evan, 2017; Syahbani, 2021)

### C. Hipotesis

Jawaban semestara atau asumsi dari hasil penelitian disebut juga dengan hipotesis (Samidi, 2015). Kemudian akan ditunjukkan kebenarannya secara nyata (Sugiyono, 2013). Berdasarkan kerangka teori diatas, dapat diambil hipotesis yaitu hubungan tingkat stress dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa fakultas keperawatan unissula. Hipotesis pada penelitian ini yaitu :

Ha : Adanya hubungan antara tingkat stress dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa fakultas keperawatan.

Ho : Tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa fakultas keperawatan.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep yaitu struktur yang menghubungkan antara variable independent dengan dependent. Kerangka konsep menghubungkan suatu konsep yang akan diteliti (Sugiyono, 2013).

Berikut adalah kerangka konsep :



*Gambar 3.1 Kerangka Konsep*

Keterangan :



: Area yang diteliti



: Ada hubungan

#### B. Variabel Penelitian

Variabel adalah atribut atau karakteristik seseorang atau aktivitas yang memiliki variasi tertentu yang didefinisikan dan diasumsikan peneliti yang sedang dipelajari (Sugiyono, 2013). Variabel pada penelitian ini dapat dibedakan menurut hubungan antara satu variabel dengan yang lain sebagai berikut:

### 1. Variabel Bebas (Independen Variabel)

Menurut Sugiyono (2013) variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi sehingga menyebabkan variabel terikat muncul. Variabel bebas (independen) untuk penelitian ini ialah tingkat stres.

### 2. Variabel Terikat (Dependen Variabel)

Menurut Sugiyono (2013) variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi sehingga menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat (dependen) untuk penelitian ini ialah indeks prestasi kumulatif.

## C. Jenis dan Desain Penelitian

Metode kuantitatif akan digunakan pada penelitian. Menurut Khalifah et al (2018) pendekatan kuantitatif merupakan suatu metode yang mempunyai prosedur untuk mengukur teori tertentu dengan mengkaji hubungan antar variabel. Peneliti menggunakan sebuah pendekatan *cross sectional* dengan bentuk kuantitatif, dimana proses pengambilan hasil ukur variabel dilakukan dalam waktu yang bersamaan yang berarti subjek dilakukan observasi hanya satu kali saat pengambilan atau pengkajian data. Dalam penelitian ini dapat diketahui korelasi peningkatan stres dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa tingkat awal di Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 prodi S1.

## D. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Wilayah generalisasi terdiri dari objek atau subjek dengan kualitas serta sifat khusus yang ditentukan untuk diteliti dan setelah itu ditarik kesimpulan merupakan garis besar pengertian dari populasi (Dewi & Nathania, 2018). Subjek penelitian yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan prodi S1 angkatan 2021 dengan jumlah populasi terdapat 240 orang.

### 2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016) *Probability sampling* merupakan metode penentuan sampel yang memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dimasukkan menjadi sampel. Dalam penelitian kali ini memanfaatkan teknik *simple random sampling* acak secara sederhana. *Simple random sampling* merupakan pengumpulan anggota sampel yang berasal dari jumlah populasi. Sampel pada penelitian ini merupakan Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 yang berjumlah 150 responden.

Menggunakan rumus Slovin dalam penentuan jumlah sampel, berikut untuk rumus perhitungan sampel :

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



Keterangan :

N : Besar populasi

n : Besar sampel

d : Tingkat signifikansi (p)

Cara menghitung sampel sebagai berikut :

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

$$n = \frac{240}{1 + 240 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{240}{1 + 240 (0,0025)}$$

$$n = \frac{240}{1,6}$$

$$n = 150$$

Setelah diketahui besarnya sampel Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 selanjutnya dilakukan perhitungan di setiap kelas A dan kelas B dengan pengambilan secara acak proposional menggunakan rumus :

$$n_1 = \frac{n}{N} \times N_1$$

Keterangan :

$n_1$  = Sampel pada masing-masing lokal kelas

$n$  = Jumlah mahasiswa

$N$  = Jumlah semua populasi mahasiswa

$N_1$  = Besar sampel

Berdasarkan rumus diatas pembagian sampel yaitu dengan teknik random sampling sebagai berikut :

$$\text{Kelas A} = \frac{120}{240} \times 150 = 75$$

$$\text{Kelas B} = \frac{120}{240} \times 150 = 75$$

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Kriteria untuk menentukan sampel adalah :

#### a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang menentukan subjek penelitian mana yang menjadi berhak menjadi sampel dengan memenuhi syarat pemilihan (Emi et al., 2021). Pada penelitian yang dilakukan untuk kriteria inklusinya yaitu :

- 1.) Terdaftar menjadi mahasiswa di FIK
- 2.) Merupakan mahasiswa program studi S1 ilmu keperawatan angkatan 2021 yang masih aktif

#### b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria yang belum memenuhi syarat sebagai penelitian dengan kriteria sebagai sampel untuk penelitian (Sugiyono, 2013). Kriteria eksklusinya sebagai berikut :

- 1.) Mahasiswa yang tidak hadir dalam penelitian

#### **E. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian telah dilaksanakan di Fakultas Ilmu Keperawatan Prodi S1 Angkatan 2021 yang dilakukan pada bulan Oktober hingga Desember 2022.

#### **F. Definisi Operasional**

Penjelasan terhadap variabel berdasarkan karakteristik hingga penjelasan tentang hasil skor pengukuran akan dijelaskan pada tabel definisi operasional agar peneliti secara hati-hati dalam mengukur objek atau fenomena yang ada (Khalifah et al., 2018). Penjelasan definisi operasional terhadap variabel yang diteliti akan dijelaskan pada tabel dibawah ini :

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi peneliti	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Tingkat Stres</b>	Stres merupakan suatu bentuk respon tubuh terhadap perubahan dan pikiran yang mendapat tekanan akademik baik fisik maupun psikologis	Pengukuran menggunakan skala ukur <i>Depression Anxiety Stress Scales</i> (DASS 42) Terdiri dari 14 pertanyaan dengan skor :	Total nilai skor: Dengan pemberian skor mulai dari 0 (minimal) – 42 (maksimal) dengan kategori skoring sebagai berikut : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normal = 0-14</li> <li>• Ringan = 15-18</li> <li>• Sedang = 19-25</li> <li>• Berat = 26-33</li> <li>• Sangat Berat = &gt;34</li> </ul>	Ordinal
<b>Indeks Prestasi Kumulatif</b>	Indeks prestasi kumulatif merupakan skor penilaian yang didapatkan di setiap semester dan diperoleh sesuai kemampuan dan pemahaman akademik mahasiswa	Pengukuran menggunakan kuesioner ipk terakhir yang didapatkan	Didapatkan kategori dengan kriteria : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurang memuaskan = mendapat IP &lt;2,00</li> <li>• Memuaskan = mendapat IP 2,00-2,75</li> <li>• Sangat Memuaskan = mendapat IP 2,76-3,51</li> <li>• Dengan Pujian = mendapat IP 3,52-4,00</li> </ul>	Ordinal

## G. Instrument / Alat Pengumpulan Data

### 1. Instrument penelitian

Kuesioner dibuat menurut sumber pada tolak ukur yang sudah dibuat pada peneliti sebelumnya dengan sumber yang sesuai dan tepat untuk melakukan penelitian ini. Alat ukur DASS 42 dan dokumentasi IPK mahasiswa tidak diuji validitas serta reliabilitasnya, dikerenakan menurut

sumber yang diambil menyebutkan bahwa kuesioner sudah dikatakan valid dan reliable. Alat ukur terbagi menjadi 3 bagian :

- a. Pertama berisi informasi umum seperti identitas-identitas responden, mencakup nomor responden, nama mahasiswa, semester, usia, jenis kelamin, alamat rumah, daerah/suku, status.
- b. Bagian kedua dikhususkan untuk pertanyaan tentang stres, tujuannya adalah mengetahui keadaan tekanan pikiran yang dirasakan oleh mahasiswa prodi S1 ilmu keperawatan angkatan 2021. Skala likert digunakan pada pengukuran dan tergolong berskala ordinal. Mempunyai 14 pernyataan pilihan ganda :
  - 1) Jawaban dengan sangat setuju mendapatkan skor 3
  - 2) Jawaban dengan setuju mendapatkan skor 2
  - 3) Jawaban dengan ragu-ragu mendapatkan skor 1
  - 4) Jawaban dengan tidak setuju mendapatkan skor 0
- c. Bagian terakhir yaitu mengenai pertanyaan indeks prestasi kumulatif yang diperoleh. Responden menuliskan hasil IPK terakhir yang diperoleh.

## 2. Uji instrumen penelitian

### a. Uji validitas

Menurut (Nursalam., 2016) validitas berfungsi mengetahui sebuah keaslian dari suatu instrument penelitian. Instrument dikatakan valid ketika sebuah alat ukur dapat mengukur suatu data yang diteliti

secara tepat. Kuesioner DASS 42 dan dokumentasi IPK digunakan pada penelitian ini. Jika  $r$  hitung lebih besar atau sama dengan  $r$  tabel, maka elemen alat pengukuran dikatakan valid. Sebaliknya, jika nilai  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel, elemen alat pengukuran dikatakan tidak valid. Suatu instrumen dikatakan valid jika nilai  $p < 0,05$  dan instrumen dianggap tidak valid jika nilai  $p > 0,05$  dengan menggunakan rumus product moment. (Sugiyono, 2016).

Kuesioner DASS 42 pada penelitian (Syahbani, 2021) melakukan uji validitas dengan penelitian terhadap 30 responden dengan hasil  $r$ -hitung (0,868-0,811)  $>$   $r$ -tabel (0,349). Hal ini menunjukkan bahwa setiap item pertanyaan yang dimasukkan dalam kuesioner stress dikatakan valid..

b. Uji reabilitas

Uji reabilitas digunakan untuk instrument penelitian agar dapat digunakan dan dipercaya dalam pengumpulan sebuah data. Instrument dikatakan reabilitas apabila dapat mengetahui besar kemampuan dan mengukur secara tepat sasaran yang akan diukur (Nursalam., 2016). Angket disebut reliabel bila mempunyai angka  $\alpha > 0,05$ . Standard pengumpulan ketetapan guna menetapkan reliabel ataupun tidak apabila  $r$  hitung lebih besar ataupun serupa  $r$  tabel sehingga elemen pertanyaan tersebut reliabel. Jika  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel sehingga elemen pada setiap pertanyaan tersebut dikatakan tidak reliabel (Sugiyono, 2016).



Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner DASS 42 dan dokumentasi IPK untuk mengetahui tingkat stres dan hasil belajar mahasiswa. Kuesioner DASS 42 telah diuji reabilitas oleh (Syahbani, 2021) pada 30 responden dan didapatkan hasil angka *alpha cronbach* yakni 0,762, selanjutnya angka tersebut akan dibanding terhadap angka *r*- tabel 0,349, sehingga  $0,762 > 0,349$  maksudnya bagian setiap pertanyaan kuisisioner stres disebut reliabel ataupun terpercaya untuk pengumpulan data penelitian.

#### H. Metode Pengumpulan Data

Kuesioner akan digunakan untuk mengumpulkan data. Data yang perlu dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data yang bersumber dari responden (Hendryadi, 2014), tahap pengambilan data responden adalah sebagai berikut:

1. Tahap awal penelitian, peneliti meminta bukti keterangan perijinan untuk melaksanakan penelitian pada Fakultas S1 Ilmu Keperawatan.
2. Sesudah memperoleh surat persetujuan pihak Fakultas Ilmu Keperawatan, setelah itu mengajukan surat penelitian tertuju Dekan Fakultas Ilmu keperawatan. Kemudian akan mendapatkan persetujuan serta akan memperoleh surat balasan yang menyatakan diijinkan atau tidak untuk melakukan penelitian.
3. Tahap selanjutnya, meminta bukti izin kepada Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan untuk mendapatkan daftar nama mahasiswa agar dapat mengisi kuesioner.

4. Mahasiswa yang akan menjadi objek penelitian diberikan penjelasan terlebih dahulu maksud dan tujuan dilakukan penelitian.
5. Kemudian sesudah mahasiswa mengerti dan sepakat, peneliti memohon responden agar memberikan tanda tangan pada lembar persetujuan dalam partisipasi penelitian ini (*Informed Consent*).
6. Kemudian akan menjelaskan teknis bagaimana pengisian kuesioner penelitian kepada responden.
7. Peneliti mendapat data melalui pengisian kuesioner kepada setiap mahasiswa yang mengikuti pembelajaran di Fakultas S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2021.
8. Setelah semua item terisi oleh responden, kuesioner dikumpulkan kembali selanjutnya dilakukan analisis data.

## **I. Rencana Analisis Data**

### **1. Pengelolaan data**

Sesudah seluruh informasi apa saja dibutuhkan terkumpul, sehingga dilaksanakan tahap-tahap pengolahan data sebagai berikut sebagai berikut (Sangadah & Kartawidjaja, 2020):

- a. *Editing* yakni mengecek ulang informasi yang telah diberikan responden.
- b. *Coding* yakni pemberian tanda disetiap data yang terdiri atas beberapa jenis.

- c. Tabulasi Data adalah menjumlah serta menginput data yang sudah dikumpulkan dengan cara statistic menurut kriteria yang telah ditetapkan.
- d. *Entri data* yaitu menginput hasil penelitian ke pada database computer.
- e. *Analiting data* dengan memanfaatkan alat SPSS 25.

## 2. Jenis analisa data

Program SPSS 25 pada komputer berfungsi untuk membantu peneliti dalam menganalisa data. Untuk data yang diperoleh kemudian dianalisa menggunakan uji univariat dan analisa bivariat.

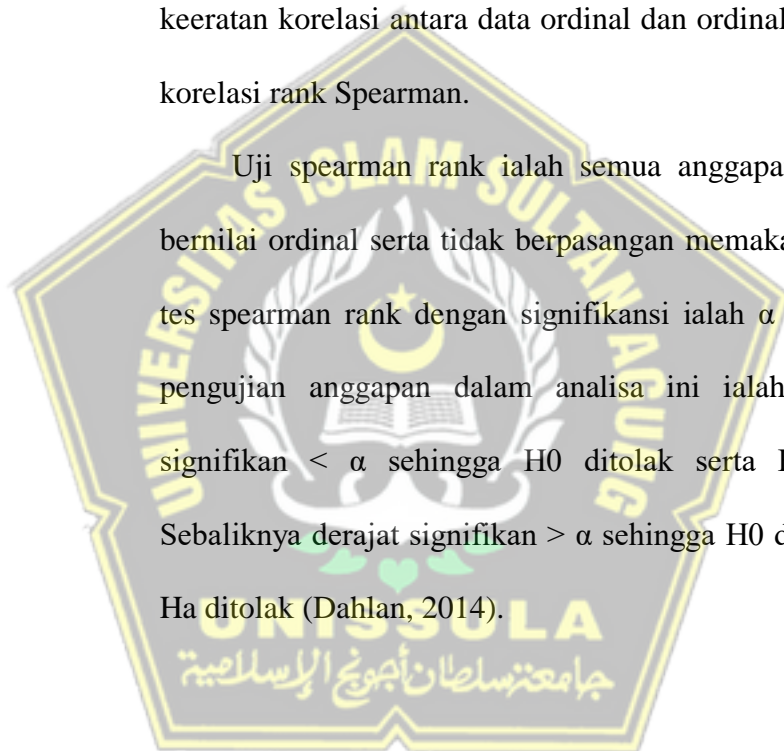
### a. Analisa univariat

Tujuan dari menganalisa agar mendapatkan deskripsi karakteristik masing-masing variabel yang diteliti yaitu, karakteristik responden, mendeskripsikan sikap, mendeskripsikan karakteristik mahasiswa. Fungsi dari analisis univariate ini adalah untuk memberikan gambaran distribusi frekuensi dan presentase subjek penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Artaya, 2019). Untuk umur akan menggunakan uji mean, median, serta standar deviasi. Pada jenis kelamin memanfaatkan uji frekuensi menggunakan skala persen. Analisa data univariat berfungsi menganalisa korelasi antara stres dengan IPK pada mahasiswa tingkat awal fakultas keperawatan.

b. Analisa bivariat

Analisis bivariat adalah analisis data yang digunakan untuk menguji dua variabel yang juga berkorelasi (Artaya, 2019). Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji statistik yang digunakan adalah non parametrik mengukur keeratan korelasi antara data ordinal dan ordinal, termasuk uji korelasi rank Spearman.

Uji spearman rank ialah semua anggapan untuk jenis bernilai ordinal serta tidak berpasangan memakai analisa data tes spearman rank dengan signifikansi ialah  $\alpha$  0,05, patokan pengujian anggapan dalam analisa ini ialah bila derajat signifikan  $< \alpha$  sehingga  $H_0$  ditolak serta  $H_a$  diperoleh. Sebaliknya derajat signifikan  $> \alpha$  sehingga  $H_0$  diperoleh serta  $H_a$  ditolak (Dahlan, 2014).



**Tabel 3.2 Interpretasi Uji Hipotesis Korelatif**

No	Parameter	Nilai	Interpretasi
1.	Kekuatan korelasi secara statistik	0,0-<0,2 0,2-<0,4 0,4-<0,6 0,6-<0,8 0,8-1,00	Sangat Lemah Lemah Sedang Kuat Sangat Kuat
2.	Arah korelasi	Positif  Negatif	Semakin tinggi variabel A semakin tinggi variabel B  Semakin tinggi variabel A semakin rendah variabel B
3.	Nilai $p$	Nilai $p > 0,05$ Nilai $p < 0,05$	Korelasi tidak bermakna Korelasi bermakna
4.	Kemaknaan klinis	$r$ yang di peroleh $< r$ minimal  $r$ yang di peroleh $> r$ minimal	Korelasi tidak bermakna  Korelasi bermakna

## J. Etika Penelitian

Masalah etika dalam penelitian yang memerlukan subjek manusia harus memperhatikan dan memahami hak asasi manusia (Artaya, 2019). Ada beberapa ketentuan yang harus ditetapkan antara lain :

### 1. *Informed Consent* (lembar persetujuan)

Kesepakatan antara peneliti dan sampel, yang dinyatakan dalam formulir persetujuan yang ditandatangani oleh responden, berfungsi sebagai bukti bahwa responden telah setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian. Namun jika responden menolak, peneliti tidak dapat memaksa responden serta menghormatinya.

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Dalam penelitian ini guna menjamin kerahasiaan, responden cukup mencantumkan inisial huruf depan.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Sebagai peneliti harus menjamin kerahasiaan hasil penelitian serta data responden tidak akan di sebar.

4. *Beneficence* (manfaat)

Penelitian ini berharap dapat membagikan dampak positif untuk responden serta meminimalkan akibat negatif untuk responden.

5. *Nonmaleficence* (keamanan)

Penelitian ini menggunakan alat pengisian melalui kertas yang berisi kuesioner tanpa adanya percobaan yang dapat membahayakan.

6. *Veracity* (Kejujuran)

Menjelaskan informasi secara jujur cara mengisi kuesioner serta fungsi penelitian.

7. *Justice* (Keadilan)

Memberikan tindakan yang sama kepada semua responden tanpa ada yang dibeda- bedakan oleh siapapun.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Pengantar Bab

Lokasi penelitian dilaksanakan di Fakultas Ilmu Keperawatan prodi S1 Keperawatan. Penelitian telah dilakukan pada bulan Oktober - Desember 2022 dengan menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan *random sampling*, sehingga penelitian ini berhasil mendapatkan 150 responden untuk pengujian hipotesis penelitian, dimana jumlah tersebut sudah sesuai dan memenuhi jumlah sampel minimal yang diharapkan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa fakultas keperawatan unissula.

#### B. Analisis Univariat

##### 1. Karakteristik Responden

Karakter responden menggambarkan standar yang diberikan kepada subjek penelitian agar sumber data dalam penelitian tepat dan sesuai dengan tujuan. Dapat dikatakan bahwa ciri umum responden menggambarkan identitas khas yang melekat pada diri responden. Dalam penelitian ini, jenis kelamin dan usia disajikan sebagai karakteristik responden.



Distribusi karakteristik responden sebagai berikut:

Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin dan usia adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia Mahasiswa (n=150)**

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	11	7,3
	Perempuan	139	92,7
Usia	18	24	16
	19	102	68
	20	23	15,3
	22	1	0,7
Total		150	100

Tabel 4.1. diatas disimpulkan jika responden terbagi menjadi dua kategori dengan jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Dapat disimpulkan bahwa dari 150 responden terbanyak adalah pada responden perempuan yaitu sebanyak 139 orang yaitu 92,7%. Berdasarkan hasil, jurusan *ners* identik pada perempuan karena populasi perempuan pada penelitian kali ini lebih banyak dibandingkan laki-laki. Berdasarkan karakteristik usia dari 150 responden terbanyak pada umur 19 tahun sebanyak 102 atau 68%, selanjutnya diikuti pada umur 18 tahun yaitu sebanyak 24 atau 16%.

## 2. Variabel Penelitian

### a. Distribusi responden berdasarkan tingkat stres

Pengukuran mengenai tingkat stres diukur menggunakan 14 item kuesioner. Nilai jawaban responden selanjutnya dibagi ke dalam 5 kategori.

**Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa (n=150)**

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	24	16
Ringan	16	10,7
Sedang	61	40,7
Berat	39	26
Sangat Berat	10	6,7
Total	150	100

Berdasarkan tabel 4.2. Mahasiswa mengalami tingkat stres yang paling tinggi adalah tingkat sedang sebanyak 61 mahasiswa atau 40,7%, diikuti dengan tingkat stres berada pada tingkat berat yaitu sebanyak 39 orang atau 26%.

### b. Distribusi responden berdasarkan indeks prestasi kumulatif

Hasil penelitian tentang prestasi akademik diamati dengan menggunakan hasil IPK mahasiswa yang didapatkan pada semester yang selesai dilakukan selama masa studi.

**Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa (n=150)**

Predikat Prestasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang Memuaskan (<2,00)	0	0
Memuaskan (2,00-2,75)	12	8
Sangat Memuaskan (2,76-3,51)	122	81,3
Dengan Pujian (3,52-4,00)	16	10,7
Total	150	100

Berdasarkan tabel 4.3. Hasil IPK mahasiswa S1 keperawatan Unissula tahun 2021 mayoritas menunjukkan hasil yang sangat memuaskan dengan skor rata-rata 2,76-3,51 dan terdapat total 122 responden atau 81,3% dari seluruh responden pada kelompok ini.

### C. Analisis Bivariat

Analisa statistik bivariat dimanfaatkan saat menguji korelasi antara variabel yaitu tingkat stres dengan IPK, kemudian pengujian dengan korelasi rank Spearman. Hasil pengujian ditampilkan sebagai berikut:

**Tabel 4.4. Hasil Uji Analisa *Spearman rho* Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa**

	Indeks Prestasi Kumulatif				Total	<i>p</i> <i>value</i>	<i>r</i>
	Kurang Memuaskan	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Dengan Pujian			
<b>Tingkat Stres</b>	Normal	0	0	10	14	0,000	-0.608
	Ringan	0	0	15	1		
	Sedang	0	0	60	1		
	Berat	0	6	33	0		
	Sangat berat	0	6	4	0		
Total	0	12	122	16	150		

Hasil penelitian memanfaatkan analisa *Spearman Rank*, terbukti hasil *p value* 0,000 yang berarti berada di bawah 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini menyatakan jika adanya korelasi signifikan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Nilai *Correlation coefficient* ditemukan sebesar -0,608 > 0,1603. Dengan nilai korelasi tersebut menunjukkan terdapat korelasi yang bermakna kuat antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Arah hubungan yang berlawanan, memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat stres maka IPK mahasiswa semakin rendah, sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka IPK mahasiswa semakin tinggi.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengantar Bab**

Pada pengantar bab ini peneliti akan membahas hasil dari penelitian yang berjudul hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa yang menjalankan pembelajaran di fakultas ilmu keperawatan prodi S1 angkatan 2021. Pada hasil yang tertera telah menguraikan tentang masing-masing karakteristik responden yang terdiri atas umur dan jenis kelamin sedangkan analisa univariat tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif serta analisa bivariat yang menguraikan hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Adapun hasil pembahasannya sebagai berikut:

#### **B. Interpretasi dan Diskusi Hasil**

##### **1. Karakteristik Responden**

###### **a. Jenis Kelamin**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan berjenis kelamin perempuan sebanyak 139 orang atau 92.7% sampel sedangkan dengan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 orang atau 7,3%. Terlihat bahwa karakteristik jika jenis kelamin, jumlah mahasiswa perempuan lebih banyak dibandingkan mahasiswa laki-laki. Maka hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas sampel mahasiswa S1 Keperawatan Unissula angkatan 2021 yaitu perempuan.

Hasil penelitian membuktikan bahwa stres berhubungan dengan jenis kelamin, mayoritas responden dengan tingkat stres sedang adalah perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rahmawati et al., 2018) yang menyatakan bahwa mahasiswa perempuan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi daripada siswa laki-laki.

Menurut (Abdillah et al., 2022), wanita lebih banyak mengalami stres, mengalami gangguan makan, sulit istirahat, dan merasa bersalah karena depresi. Keadaan ini berkaitan dengan hormon estrogen yang lebih banyak terjadi pada wanita dan membuat mereka lebih rentan terhadap stres.

Peneliti berasumsi jika perempuan mempunyai rasa sensitif lebih besar di lingkungan sekitarnya. Seorang laki-laki lebih jantan serta tidak menampakkan kelemahan emosional, sehingga perempuan lebih mudah mengalami stres disaat kegiatan pembelajaran di perguruan tinggi, karena wanita lebih cenderung mengalami gangguan tekanan pikiran seperti stres dan lebih khawatir dengan masalah yang muncul.

#### b. Usia

Hasil penelian ini menyatakan responden terbanyak adalah umur 19 tahun yang mencapai 102 orang atau 68%, diikuti umur 18 tahun sejumlah 24 orang atau 16%. Umur seringkali berhubungan dengan pengalaman yang berkorelasi dengan pemahaman, uraian

serta pemikiran kepada sesuatu penyakit atau peristiwa maka akan menciptakan persepsi serta tindakan. Orang dewasa yang berpikiran matang lebih sering menggunakan mekanisme koping positif daripada anak-anak.

Namun demikian sampel peneliti adalah kalangan mahasiswa sehingga umur sampel cenderung lebih homogen berdasarkan umurnya karna hanya berkisar antara umur 19 tahun hingga 22 tahun. Dengan kisaran dan variasi umur yang tidak besar dimana seluruh sampel berada pada kelompok remaja akhir. Hasil sampel peneliian ini mirip dengan penelitian (Saputro, 2018).

Dalam penelitian sebelumnya menunjukkan usia reponden penelitian merupakan salah satu faktor yang masih menjadi perdebatan penelitian dalam kaitannya dengan stres dan IPK. Banyak yang menyatakan bahwa usia muda lebih rentan mengalami stres, tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya. Usia berkaitan erat dengan kesiapan dan pengalaman seseorang saat memecahkan masalah yang ada.

Asumsi peneliti bahwa masa remaja akhir adalah periode peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal, sebab proses kesiapan psikososial yang berhubungan dengan emosi dan perasaan. Seiring menambahnya usia, kebutuhan menjadi semakin besar dan mandiri dalam menyelesaikan suatu masalah yang terjadi.



### c. Tingkat Stres

Hasil penelitian mendapatkan bahwa responden yang memiliki stres tingkat sedang merupakan proporsi yang paling besar yaitu 61 orang atau 52,8%. Hasil penelitian sama dengan penelitian yang dilakukan (Sari, 2020) mendapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan stres tingkat sedang.

Setiap orang akan merespon stres yang dialaminya dan respon yang ditunjukkan akan berbeda untuk setiap individu. Menurut Stuart dan Laraia dalam (Mentari, 2018) respon stres dapat ditinjau dari 3 respon seperti reaksi fisiologis, reaksi kognitif, reaksi emosi, serta reaksi perbuatan.

Terjadinya perubahan model pembelajaran akan mengakibatkan mahasiswa yang sudah terbiasa belajar menggunakan metode daring (*online*) harus bisa beradaptasi terhadap sistem pembelajaran yang baru dan akan berdampak pada munculnya masalah kesehatan jiwa (Linajari, 2020). Bagi beberapa mahasiswa yang terlalu banyak tuntutan, sehingga menyebabkan stres, seperti menyelesaikan tugas dengan benar dan tepat waktu, mencari materi atau data terkait tugas mereka seakurat mungkin, dan sebagainya. (Barseli et al., 2018).

Banyak mahasiswa yang mengalami stres karena beberapa pemicu stres dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu pemicu eksternal dan pemicu internal (Townsend & Morgan, 2018). Stresor



eksternal, seperti stresor yang muncul dalam proses pembelajaran dan di lingkungan sosial. Stres internal yang berkaitan dengan kesehatan pribadi, ketidakmampuan mengatur waktu dan lainnya dapat dikaitkan dengan sikap dan perasaan seperti rendahnya harga diri akibat konflik dan tekanan psikologis yang terus-menerus (Ambarwati et al., 2019).

Asumsi peneliti bahwa mahasiswa sebagian besar mengalami stres sedang, artinya mahasiswa mengalami tekanan selama kegiatan pembelajaran di bangku perkuliahan. Stres berlangsung pada mahasiswa dikarenakan ketidakmampuan pribadi pada melaksanakan kewajibannya guna melengkapi setiap tuntutan seorang mahasiswa serta ketidakmampuan mahasiswa menyesuaikan diri pada kondisi seperti adanya perubahan pada metode pembelajaran.

Berbagai tuntutan kewajiban yang berat dan agenda perkuliahan yang lebih padat dan sering berubah-ubah, bahkan terdapat perkuliahan yang dilakukan secara *hybrid* membuat mahasiswa merasakan bosan dan kebingungan dalam proses pembelajaran. Perubahan proses pembelajaran akan membuat mahasiswa harus beradaptasi dan pada mahasiswa yang tidak mampu mengatasinya, perubahan tersebut akan menimbulkan stres pada mahasiswa (Lubis et al., 2021).

#### d. Indeks Prestasi Kumulatif

Penelitian yang dilakukan berdasarkan dengan angka IPK mahasiswa yang telah didapat dari masing- masing semester yang sudah ditempuh sepanjang pembelajaran. Berdasarkan penelitian membuktikan jika banyak mahasiswa mempunyai IPK dengan sangat memuaskan sebanyak 122 mahasiswa atau 81,3% dengan hasil IPK yaitu 2,76 -3,51.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Usman, 2019) yang menyatakan bahwa dalam mendeskripsikan IPK mahasiswa keperawatan, mayoritas responden memiliki nilai IPK sangat memuaskan: 90 responden (45,0%). Efektivitas pembelajaran menggambarkan metrik yang bermakna untuk mengukur keberhasilan metode pembelajaran siswa. Di perguruan tinggi, hasil belajar disebut sebagai indeks prestasi kumulatif (IPK) (Rahmawati et al., 2018).

Indeks prestasi kumulatif (IPK) adalah nilai rata-rata sebagai nilai akhir, mencirikan kualitas penyelesaian pembelajaran. IPK dihitung pada setiap akhir semester dengan menggunakan nilai yang disebut IP semester dan juga pada akhir program pendidikan satu siklus penuh dengan menggunakan nilai yang disebut IPK (Susilo et al., 2019). Hasil ujian atau penilaian diterbitkan dalam bentuk lembar evaluasi akhir semester berupa nilai rata-rata kumulatif. Indeks prestasi merupakan hasil perkalian antara SKS dengan skor

kualitas untuk setiap mata kuliah, dibagi dengan jumlah SKS dan poin yang diperoleh, baik lulus maupun tidak (Supriyanto et al., 2021) (Supriyanto et al., 2021).

Banyak faktor yang harus diperhatikan agar dapat berprestasi di sekolah, karena dalam dunia pendidikan banyak siswa yang gagal. Terkadang ada siswa yang memiliki keinginan kuat untuk berprestasi dan memiliki kesempatan untuk meningkatkan prestasi akademiknya, namun pada kenyataannya pencapaian tersebut di bawah kemampuannya (Sangadah & Kartavidjaja, 2020).

Untuk mencapai hasil akademik yang baik, banyak faktor yang harus diperhatikan. Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa dan dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Riyani et al., 2019). Faktor internal meliputi stres, motivasi, dan perilaku belajar, sedangkan faktor eksternal meliputi kurikulum, bahan ajar, dosen, konsultan, jadwal, sarana, dan prasarana (Ni'matuzzakiah, 2020).

Pada uraian di atas, peneliti menganggap bahwa nilai IPK berada pada kategori sangat memuaskan, namun sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini mengalami penurunan nilai. Hal ini merupakan salah satu aspek ketidakpuasan mahasiswa terhadap proses pembelajaran, dengan perubahan berbagai metode pengajaran menyebabkan hasil belajar kurang optimal.

## 2. Hubungan Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif

Uji korelasi digunakan untuk mengukur keeratan hubungan antara dua variabel dalam penelitian ini yaitu korelasi rank Spearman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $p$  ( $0,000 < 0,05$ ) dan kemudian  $H_0$  dari penelitian ini dapat dibuang, menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan prestasi mahasiswa S1 Keperawatan pada studi 2021 melewati nilai korelasi koefisien  $-0,608 > 0,1603$ . Nilai korelasi ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang kuat dan signifikan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Tanda negatif menunjukkan bahwa arah korelasi berlawanan yaitu semakin tinggi tingkat stres, semakin rendah nilai IPK mahasiswa dan sebaliknya, semakin rendah tingkat stres, semakin tinggi nilai IPK sarjana Ilmu Keperawatan Unissula mahasiswa angkatan 2021.

Penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan (Syahbani, 2021) terdapat hubungan yang signifikan, dengan nilai  $p$   $0,000$ , antara tingkat stres dan prestasi akademik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Usman, 2019) yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi akademik ( $p < 0,05$ ), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi akademik.

Setiap individu akan merespons stres secara berbeda saat menyesuaikan diri dengan keadaan baru di era pasca COVID-19. Situasi stres muncul dari kebutuhan untuk berprestasi dalam persaingan

akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka merasa semakin terbebani dengan tuntutan. (Angelina Priscilla, Chrisanti F. A, 2021). Bagi mahasiswa yang tidak mampu mengatasinya, perubahan tersebut akan menimbulkan stres sedang hingga sangat berat misalnya, dalam pelaksanaan tugas yang benar serta tepat *deadline*, memilih bahan atau data seakurat mungkin terkait tugas dan lain sebagainya (Barseli et al., 2018).

Banyaknya mahasiswa yang mengalami stres diakibatkan oleh adanya proses penyesuaian diri dengan perubahan metode pembelajaran pada pendidikan yang lebih tinggi salah satu hal yang harus dilalui seseorang supaya dapat membentuk pribadi yang mampu merespon perubahan dalam kehidupannya. (Jannah & Santoso, 2021). Kendala- kendala yang dialami oleh mahasiswa seperti agenda kuliah yang padat, bingung dengan agenda kuliah yang selalu berubah- ubah, tugas di rumah yang harus diselesaikan, serta tugas perkuliahan yang banyak (Harahap, 2020).

Peningkatan stres dalam belajar mempengaruhi aspek fisik, emosional, perilaku dan kognitif. Apabila tidak langsung diatasi, maka mahasiswa bisa mengalami masalah mental sehingga bisa mempengaruhi konsentrasi mahasiswa dalam belajar (Hasnawati et al., 2021). Stres yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang diketahui pada indikator pencapaian indeks prestasi kumulatif (IPK) (Harahap, 2020). Mahasiswa mulai bosan

dengan perubahan metode pengajaran yang terjadi di perguruan tinggi. Apabila kejadian tersebut terus berlangsung, maka menyebabkan penurunan dorongan belajar yang berujung pada penurunan hasil akademik mahasiswa (Zakaria, 2018).

Untuk menggapai prestasi akademik yang baik, banyak faktor yang dapat mempengaruhinya. Prestasi akademik yang terpengaruh stres negatif akan mempengaruhi mahasiswa karena dapat menyebabkan masalah kesehatan, penurunan imunitas, mengalami pusing, hingga sulit dalam beristirahat. Jika stres pada mahasiswa tidak dapat dikendalikan maka dapat menyebabkan mahasiswa tidak dapat belajar dengan baik yang akan mengakibatkan menurunnya prestasi belajar sehingga mempengaruhi prestasi akademik (Tamara & Chris, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti telah mendapatkan hasil terbanyak pertama yaitu pada mahasiswa dengan tingkat stres sedang mendapatkan indeks prestasi kumulatif pada predikat sangat memuaskan yaitu sebanyak 60 responden. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan tingkat stres yang tinggi menyebabkan hasil IPK lebih rendah dibanding pada mahasiswa dengan tingkat stres yang rendah. IPK yang tinggi atau rendah mempengaruhi kesanggupan mahasiswa dalam perkuliahan sehingga mempengaruhi keberhasilan dalam kegiatan pembelajaran (Winangun, 2020).



Menurut (Feriyanto et al., 2021) mahasiswa yang lebih rentan terhadap stres memiliki hasil akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak terlalu stres. Mahasiswa keperawatan mempunyai tingkat stres lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa jurusan lain. Tingginya stres yang dirasakan mahasiswa keperawatan diakibatkan karena beberapa stressor seperti tekanan akademik, permasalahan psikososial, tingginya ekspektasi orangtua, kecemasan terhadap masa depan, minimnya durasi serta fasilitas hiburan, frekuensi ujian akademik, situasi hidup di kos, kualitas makanan, perasaan kesepian dan permasalahan keuangan (Lauwis, 2022).

Hasil penelitian berikutnya, didapatkan data dengan jumlah responden terbanyak kedua yaitu 33 mahasiswa dengan tingkat stres berat tetapi mereka mampu mendapatkan IPK dengan predikat sangat memuaskan. Menurut Katie Evans (2017) penggolongan stres dibagi menjadi dua antara lain *distress* (stres negatif) dan *eustress* (stres positif)

Asumsi peneliti menyatakan bahwa mahasiswa dengan stres berat tetapi mendapatkan IPK dengan predikat yang sangat memuaskan termasuk kedalam golongan stres positif, pada kenyataannya Stres tidak selalu memberikan dampak negatif, karena stres juga dapat memberikan dampak positif bagi seseorang. Di dunia akademis, ditemukan jika stres dapat berdampak positif pada mahasiswa.



Menurut Rafidah dalam (Lumban Gaol, 2019) mengatakan bahwa stres sebenarnya dapat meningkatkan kinerja belajar dan memori. Dalam proses pembelajaran, mahasiswa dapat merasakan efek positif dari stres jika bebannya tidak melebihi kemampuannya. Total stres yang memadai atau normal sangat penting karena dapat mengaktifkan aktivitas otak dan akan berpengaruh pada hasil IPK yang didapatkan jika mahasiswa tersebut stres diakibatkan karena tuntutan prestasi belajar yang harus dicapai mahasiswa (Rahmawati et al., 2018).

Penjelasan di atas peneliti berasumsi jika metode pembelajaran yang berubah-ubah dirasa kurang tepat serta kurang interaktif akibatnya menimbulkan stres pada mahasiswa tersebut. Stres dapat berdampak negatif dan positif bagi mahasiswa tergantung stressor masing-masing setiap individu. Jika stres tidak dapat dikendalikan maka dapat menyebabkan mahasiswa tidak dapat belajar dengan baik yang akan mengakibatkan menurunnya prestasi belajar sehingga mempengaruhi prestasi akademik (Zamroni, 2019).

Stres dapat mengganggu aspek psikologis yang sering tertanam dalam karakter seseorang dalam kehidupan sehari-hari dengan gejala stres yang berbeda untuk setiap orang. Berat ataupun ringannya akibat stres yang dirasakan seseorang tergantung pada kemampuan menyesuaikan diri dengan cepat. Stres timbul apabila beban individu melampaui kemampuan serta jika berlangsung terus menerus bisa mempengaruhi pada prestasi mahasiswa. Seorang mahasiswa dengan

tingkat stres yang tinggi akan mendapatkan hasil IPK rendah daripada mahasiswa dengan tingkat stres yang rendah (Mentari, 2018).

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian terbatas pada satu angkatan saja, sehingga tidak dapat mengidentifikasi tingkat stres dan IPK pada seluruh mahasiswa yang ada di FIK.

### **D. Implikasi Keperawatan**

Sebuah penelitian tentang hubungan antara tingkat stres dan IPK mahasiswa keperawatan di kota Semarang membuktikan bahwa ada korelasi antara tingkat stres dengan IPK mahasiswa S1 keperawatan angkatan 2021.

#### **1. Profesi**

Penelitian ini bisa menambah ilmu pengetahuan bagi para pembaca khususnya Keperawatan jiwa untuk tingkat stres dengan indeks prestasi mahasiswa.

#### **2. Institusi**

Penelitian ini menjadi informasi untuk universitas atau institusi pendidikan terkait hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Selain itu juga untuk Fakultas Ilmu Keperawatan bisa menjadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

### 3. Masyarakat

Penelitian ini menjadi informasi tentang stres dan prestasi mahasiswa kepada masyarakat luas, terutama pada mahasiswa keperawatan.



## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Bersumber pada hasil penelitian serta pembahasan yang sudah dipaparkan dalam bab terdahulu, sehingga bisa disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah mayoritas perempuan yaitu sebanyak 139 orang atau 92,7% dari sampel, sedangkan laki-laki sebanyak 11 orang atau 7,3%. dan mayoritas responden berada pada kelompok usia 19 tahun mencapai 102 atau 68%, diikuti oleh kelompok usia 18 tahun mencapai 24 atau 16%.
2. Mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang sebanyak 61 orang atau 40,7%, diikuti tingkat stres berat sebanyak 39 orang atau 26%.
3. Sebagian besar responden mempunyai indeks prestasi kumulatif dengan predikat sangat memuaskan sebanyak 122 atau 81.3% dan indeks prestasi kumulatif mahasiswa dengan pujian sebanyak 16 orang atau 10.7%.
4. Hubungan tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa  $p\text{-value}$   $0,000 < 0,05$  artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Nilai korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara tingkat stres dan indeks prestasi kumulatif dengan arah

yang berlawanan, artinya semakin tinggi tingkat stres maka IPK mahasiswa semakin rendah, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin tinggi IPK mahasiswa di program sarjana keperawatan Unissula angkatan 2021.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Peneliti Berikutnya :

Peneliti selanjutnya dapat membuat mekanisme koping yang sesuai dengan situasi mahasiswa, dan studi banding harus dilakukan setiap tahun untuk mendapatkan informasi tentang perubahan tingkat stres dan IPK.

### 2. Bagi Instansi Pendidikan :

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah bahan referensi dan bahan penilaian untuk membantu mengurangi tingkat stres akibat kinerja siswa yang tinggi.

### 3. Bagi Mahasiswa :

Diharapkan mahasiswa mampu melakukan penyesuaian dengan stressor pasca pandemi, misalnya melalui konseling dengan dosen pembimbing akademik ataupun berbagi cerita dengan sahabat seangkatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, R., Wijaya, P. A. D., Mayang, A. D., & Shintiarafy, V. A. (2022). *Stres Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif Kualitatif)*. April. [https://www.researchgate.net/profile/Rijal-Abdillah/publication/360080082\\_Stres\\_Akademik\\_Mahasiswa\\_Selama\\_Pembelajaran\\_Daring\\_Studi\\_Deskriptif\\_Kualitatif\\_Student\\_Academic\\_Stress\\_During\\_Online\\_Learning\\_Qualitative\\_Descriptive\\_Study/links/6260eddae24725b3e](https://www.researchgate.net/profile/Rijal-Abdillah/publication/360080082_Stres_Akademik_Mahasiswa_Selama_Pembelajaran_Daring_Studi_Deskriptif_Kualitatif_Student_Academic_Stress_During_Online_Learning_Qualitative_Descriptive_Study/links/6260eddae24725b3e)
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2020). Peran Kecerdasan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Awal. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 67–90. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1261>
- Angelina Priscilla, Chrisanti F. A., M. H. . (2021). Jurnal Experientia Volume 9, Nomor (2) Desember 2021. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 1–11.
- Artaya, I. P. (2019). Analisa Univariat. *Universitas Narotama*, July, 3–6. <https://doi.org/10.13140/Rg.2.2.30889.75367>
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40. <https://doi.org/10.29210/120182136>
- Dahlan, Muhammad Sopiudin. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Menggunakan Spss*. Jakarta : Epidemiologi Indonesia
- Dewi, L., & Nathania, S. (2018). Pengukuran Aspek Kepuasan Konsumen Le Fluffy Dessert. *Jurnal Bisnis Terapan*, 2(01), 61–72. <https://doi.org/10.24123/jbt.v2i01.1087>



- Dini, M. P., Fitriyarsi, R., & Panji Asmoro, C. (2020). Analisis Hubungan Antara Self Efficacy Dan Beban Kerja Akademik Dengan Stres Mahasiswa Profesi Ners. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(2), 78. <https://doi.org/10.20473/Pnj.V2i2.22269>
- Elza, A. N. (2020). Hubungan Tingkat Stress Dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model Man 2 Kota Madiun. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun*, 1–127.
- Emi, R., Syahrial, & Hardi, Vitri Angraini. (2021). Hubungan Perilaku Bullying Dengan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Kelas V Sd Negeri 37 Pekanbaru. *Indonesian Research Journal On Education*, 1(1), 1–10.
- Feriyanto, D. D., Sulistyani, S., Ichsan, B., & Herawati, E. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *11(1)*, 268–273. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12634>
- Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/10.30596/Bibliocouns.V3i1.4804>
- Hasnawati, Usman, & Umar, F. (2021). Stress Relations With Consumption Patterns In Students Of The Final Level At The University Of Muhammadiyah Parepare. *Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4 No 1(1), 122–134.
- Hendryadi. (2014). Metode Pengumpulan Data Pemerintah. *Teorionline Personal Paper*, 44(8), 1–5. <https://doi.org/10.13140/Rg.2.2.35407.12969>
- Hodsay, Z. (2015). *Antara Gaya Belajar Visual , Auditorial Dan*. 73–86.
- Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146. <https://doi.org/10.22373/Jrpm.V1i1.638>



- Kartika. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Mahasiswa. *Universitas Muhammadiyah Surakarta, 1994*, 8–43. [Http://Eprints.Ums.Ac.Id/37501/6/Bab Ii.Pdf](http://Eprints.Ums.Ac.Id/37501/6/Bab%20Ii.Pdf)
- Katie Evans, D. N. A. O. (2017). *Psychiatric And Mental Health Nursing Fourth Edition*.
- Khalifah, R. N., Sudirman, A., & Darsono, D. (2018). Hubungan Perilaku Bullying Dengan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa. *Pedagogi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 6(11). [Http://Jurnal.Fkip.Unila.Ac.Id/Index.Php/Pgsd/Article/View/16303](http://Jurnal.Fkip.Unila.Ac.Id/Index.Php/Pgsd/Article/View/16303)
- Lauwis, K. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Nilai Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Semester 6 Tahun Ajaran 2020-2021 Fakultas Kedokteran Hang Tuah Surabaya Selama Pembelajaran Online. *Skripsi, 8.5.2017*, 2003–2005.
- Linasari, F. (2020). Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas, 2010*, 103–111.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Lumban Gaol, N. T. (2019). Teori Stres: Stimulus, Respons, Dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Mentari, D. O. (2018). *Digital Digital Repository Repository Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Jember Jember*.
- Ni'matuzzakiah, E. (2020). Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Dilihat Dari Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri. *Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan*

*Masyarakat*, 15(02), 15–23.

- Nurmalia, M. D. (2020). *Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2). <https://doi.org/10.30870/jpbk.v5i2.10108>
- Nurul Mawahdah Aulia. (2021). *Pembelajaran Berbasis Daring (Online) Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Ppkn Universitas Muhammadiyah Makassar Skripsi*. 3(March), 6.
- Rahmawati, E., Saputra, O., Saftarina, F., Kedokteran, F., Lampung, U., Kedokteran, B. P., Kedokteran, F., Lampung, U., Ilmu, B., Komunitas, K., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2018). *Hubungan Gaya Belajar Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif ( Ipk ) Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Association Of Learning Styles With Grade Point Average ( Gpa ) Medical Students Of Lampung University*. *Medula*, 8(1), 7–11.
- Riyani, Y., Akuntansi, J., Negeri, P., Ahmad, J., & Pontianak, Y. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa*. 8, 19–25.
- Samidi. (2015). *Penelitian Ini Bertujuan Untuk Mengetahui Pengaruh Penggunaan Strategi Pembelajaran Student Team Heroik Leadership Terhadap Kreativitas Belajar Pada Siswa*. 1.
- Sangadah, K., & Kartawidjaja, J. (2020). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin*. *Orphanet Journal Of Rare Diseases*, 21(1), 1–9.
- Saputro, K. Z. (2018). *Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, M. K. (2020). *Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat 19 And Online Lecturer At Karya Husada Health Institute*. *Ilmiah Pamenang*, 2(1), 31–35.

- Sugawara, E., & Nikaido, H. (2014). *Psychiatric Mental Health Nursing. In Antimicrobial Agents And Chemotherapy* (Vol. 58, Issue 12). <https://doi.org/10.1128/Aac.03728-14>
- Sugiyono. (2013). *E-Book Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*.
- Sugiyono. (2016). *E-Book Metlit Sugiyono Terbaru Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.Pdf (P.336)*.
- Sukma, C. I. (2018). *Gambaran Penyebab Stres Mahasiswa Dalam Proses Belajar Di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro. September, 66 Pages*. [http://eprints.undip.ac.id/57838/1/Proposal\\_Chempaka\\_Indah\\_Sukma\\_Nim-22020112140048.Pdf](http://eprints.undip.ac.id/57838/1/Proposal_Chempaka_Indah_Sukma_Nim-22020112140048.Pdf)
- Supriyanto, S., Angraini, D., Sulaiman, F., Ciamas, E. S., & Rachmawati, Y. (2021). Program Package, Grade Point Average, Age And Domicile As Distinguishing Factors For Student Academic Achievement. *Jupis: Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial Available*, 13(1), 224–229.
- Susilo, U., Arifin, M., Ekonomi, F., Kadiri, U., & Belakang, L. (2019). *Analisis Hubungan Indeks Prestasi Semester Dan Indeks*.
- Syahbani, A. N. (2021). *Pembelajaran Secara Online Di Era Covid-19 Skripsi Pembelajaran Secara Online Di Era Covid-19*.
- Tamara, J., & Chris, A. (2018). *Hubungan Stres Dengan Prestasi Akademik Di Sma Diakonia Jakarta. 1(1)*, 116–121.
- Tarumasely, Y. (2021). Pengaruh Self Regulated Learning Dan Self Efficacy Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Edutama*, 8(1), 71. <https://doi.org/10.30734/Jpe.V8i1.1359>
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2018). Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts Of Care In Evidence-Based Practice Fifth Edition. *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts Of Care In Evidence-Based Practice.*, 267–271.

- Usman, N. U. (2019). Hubungan Stres Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Alaudin Makasar. *Makasar*, 9(1), 76–99. <https://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/>
- Vera, F. (2018). *Hubungan Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 10–11.
- Vinet, L., & Zhedanov, A. (2019). A “Missing” Family Of Classical Orthogonal Polynomials. *Journal Of Physics A: Mathematical And Theoretical*, 44(8), 1–2. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Winangun, I. M. A. (2020). Penerapan Model Discovery Learning Berbasis Digital Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Media Pembelajaran Sd. *E- Jurnal Mitra Pendidikan*, 4(5), 256–268. <https://doi.org/10.52160/e-jmp.v4i5.722>
- Yusup, M., & Muhammad Shoffa Saifillah Al Faruq. (2021). *Manajemen Konflik Dan Stress (Orientasi Dalam Organisasi)*.
- Zakaria, D. (2018). *Tingkat Stres Mahasiswa Kesehatan Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang*, 45.
- Zamroni, Z. (2019). Prevalensi Stres Akademik Mahasiswa. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 12(2), 51. <https://doi.org/10.18860/psi.v12i2.6404>