



**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PEMBERIAN TUGAS
KULIAH DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA
FIK UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

Skripsi

Oleh

Elina Laila Nila Soraya

30902000082

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
TAHUN 2023/2024**



**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PEMBERIAN TUGAS
KULIAH DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA
FIK UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

Skripsi

Oleh:

Elina Laila Nila Soraya

30902000082

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
TAHUN 2023/2024**

PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME

saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Antara Intensitas Pemberian Tugas Kuliah Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung Semarang”** saya susun tanpa tindakan plagiarism sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari saya melakukan tindakan plagiarism, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 20 Januari 2024

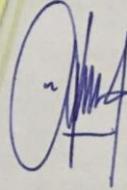
Mengetahui.

Wakil Dekan I,

Peneliti,


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

NIDN. 06-0906-7504


Elina Laila Nila Soraya

NIM. 30902000082

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PEMBERIAN TUGAS KULIAH
DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FIK UNIVERSITAS
ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

Dipersiapkan dan Disusun Oleh:

Nama : Elina Laila Nila Soraya

Nim : 30902000082

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada:

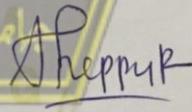
Pembimbing I

Pembimbing II

Tanggal: 20 Desember 2023

Tanggal: 20 Desember 2023


Ns. Wigyo Susanto, M.Kep
NIDN. 0629078303


Dr. Ns. Hj. Dwi Happy Rochmawati, M.Kep., Sp.Kep. J
NIDN. 06 1408 7702

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PEMBERIAN TUGAS KULIAH
DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FIK UNIVERSITAS
ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

Disusun Oleh:

Nama : Elina Laila Nila Soraya

Nim : 30902000082

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada Jumat tanggal 5 Januari 2024
dan dinyatakan telah memenuhi syarat dan diterima

Penguji I

Ns. Betie Febriana, S.kep., M.Kep

NIDN 06 2302 8802

Penguji II

Ns. Wigyo Susanto, M.Kep

NIDN. 06 2970 8303

Penguji III

Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati M.Kep, Sp. Kep.J

NIDN. 06 1408 7702

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Dr. Iwan Ardian, SKM., M.Kep

NIDN. 06 2208 7403

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Januari 2024

ABSTRAK

Elina Laila Nila Soraya

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PEMBERIAN TUGAS
KULIAH DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FIK
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

41hal +6 tabel + xi +14 lampiran

Latar Belakang: Mahasiswa dikenal erat kaitannya dengan tugas, mahasiswa yang tidak mengerjakan tugas cenderung mendapatkan nilai rendah. dalam pemberian tugas yang tidak sesuai porsi memiliki sisi negative. Tugas yang terlalu banyak berpotensi membuat mahasiswa tertekan, selain itu tugas yang banyak dengan deadline yang cukup mepet membuat mahasiswa tertekan dan mengakibatkan stres terhadap banyaknya tugas yang diberikan. Stres yang dialami oleh mahasiswa atau pelajar karena adanya tuntutan akademik dinamakan dengan stres akademik. Stres akademik adalah stres yang dihadapi siswa atau siswa sebagai akibat dari tanggung jawab menempuh pendidikan. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres padamahasiswa.

Metode: penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sample menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah populasi 239 tapi sudah diambil 10 responden untuk dilakukan studi pendahuluan sehingga sample yang digunakan 229 responden, uji statistic tersebut menggunakan uji *chi-square*.

Hasil: karakteristik usia responden 20 tahun sebanyak 109 mahasiswa (74.7%) dan paling sedikit berusia 21 tahun sebanyak 13 mahasiswa (8.9%). Jenis kelamin perempuan sebanyak 132 orang (90.4%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (9.6%). Hasil penelitian pada intensitas pemberian tugas banyak sebanyak 79 mahasiswa (54.1%) dan memiliki tingkat stres berat sebanyak 77 mahasiswa (52.7%). Setelah melakukan uji Chi-square dengan taraf signifikan 5% (0,05) diperoleh bahwa $p\text{ value} = 0,000$ yang berarti $p\text{ value} < 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan antara Intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan.

Simpulan: Terdapat hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa.

Kata kunci: Intensitas pemberian tugas, Tingkat stres, Mahasiswa

Daftar Pustaka: (2018-2023)

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCES
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, Januari 2024**

ABSTRAK

Elina Laila Nila Soraya

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF COLLEGE
ASSIGNMENTS AND THE LEVEL OF STRESS IN FIC STUDENTS OF
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**

41pages + 6 table + xi + 14 appendices

Background: Students are known to be closely related to assignments, students who do not do assignments tend to get low grades. In giving assignments that are not in accordance with their portions, there is a negative side. Too many assignments have the potential to make students stressed, besides that, lots of assignments with fairly tight deadlines make students stressed and result in stress due to the large number of assignments given. The stress experienced by students due to academic demands is called academic stress. Academic stress is stress faced by pupils or students as a result of the responsibility of pursuing education. The aim of this research is to identify the relationship between the intensity of assignments and stress levels in students.

Method: This research is a type of qualitative research with a cross-sectional approach. The sample was taken using a purposive sampling method with a population of 239 but 10 respondents were taken to carry out a preliminary study so that the sample used was 229 respondents. The statistical test used the chi-square test.

Results: The age characteristics of the respondents were 20 years as many as 109 students (74.7%) and at least 21 years as many as 13 students (8.9%). There were 132 women (90.4%) and 14 men (9.6%). The results of the research on the intensity of giving lots of assignments were 79 students (54.1%) and 77 students (52.7%) had severe stress levels. After carrying out the Chi-square test with a significance level of 5% (0.05), it was found that p value = 0.000, which means p value < 0.05, so there is a significant relationship between the intensity of assignments and stress levels in nursing faculty students. **Conclusion:** There is a relationship between the intensity of assignments and stress levels in students.

Keywords: Intensity of Assignments, Stress Level, Students

Bibliography: (2018-2023)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Intensitas Pemberian Tugas Kuliah dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung Semarang”** dengan sebaik-baiknya. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan nabi kita Nabi Muhammad SAW. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapat bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada:

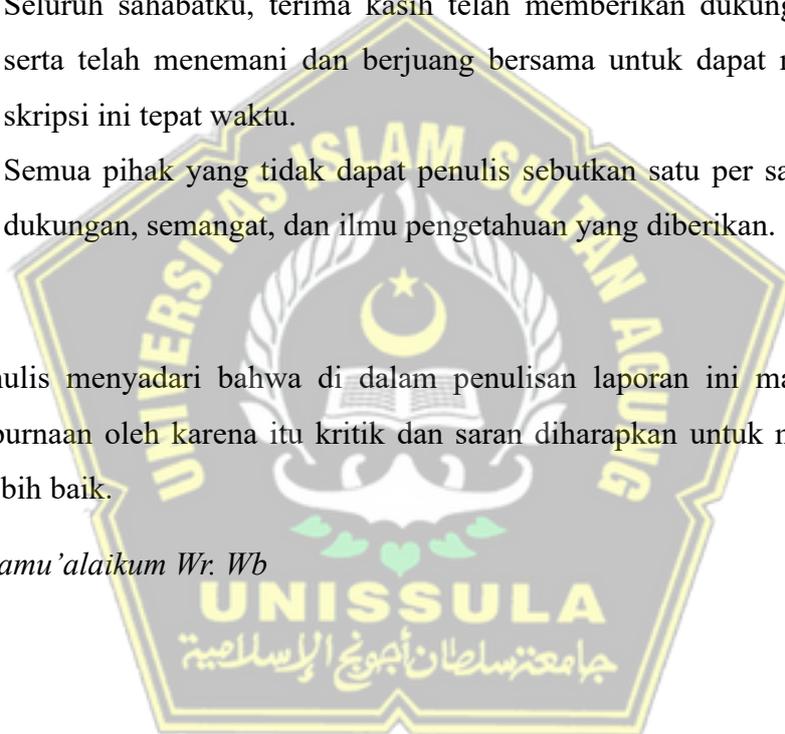
1. Prof Dr. Gunarto S.H M.Hum., Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Iwan Ardian, S.KM, M.Kep., Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M.Kep, Sp KMB kaprodi S1 Keperawatan fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Wigyo susanto, M.kep pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan, masukan, dan nasihat dengan penuh kasih sayang selama proses penyusunan skripsi ini dengan baik.
5. Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati M.Kep, Sp. Kep.J pembimbing II yang mendampingi serta meluangkan waktunya untuk mengarahkan dan memberikan bimbingan maupun saran-saran bagi penulis selama proses penyusunan skripsi ini dengan baik.
6. Seluruh Dosen pengajar dan Staff FIK UNISSULA yang memberikan bekal ilmu dan pengetahuan serta bantuan kepada penulis.
7. Kepada kedua orang tua penulis, bapak tercinta Samsul Hadi, dan ibunda tersayang Siti Fatimah sebagai orang tua penulis yang memberikan semangat dan senantiasa memberikan dukungan baik materi maupun materi

terutama do'a-do'a yang telah dipanjatkan oleh Allah SWT. Khususnya sepanjang perjalanan menempuh sarjana ini.

8. Terima kasih untuk diri saya sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan semangat sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.
9. Teman-teman departemen jiwa yang sudah berjuang bersama dan berjuang bersama selama penyelesaian skripsi ini, semoga kalian sukses kedepanya.
10. Seluruh sahabatku, terima kasih telah memberikan dukungan, semangat serta telah menemani dan berjuang bersama untuk dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas segala dukungan, semangat, dan ilmu pengetahuan yang diberikan.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb



Semarang, 8 Desember 2023

Elina Laila Nila Soraya

Nim 30902000082

DAFTAR ISI

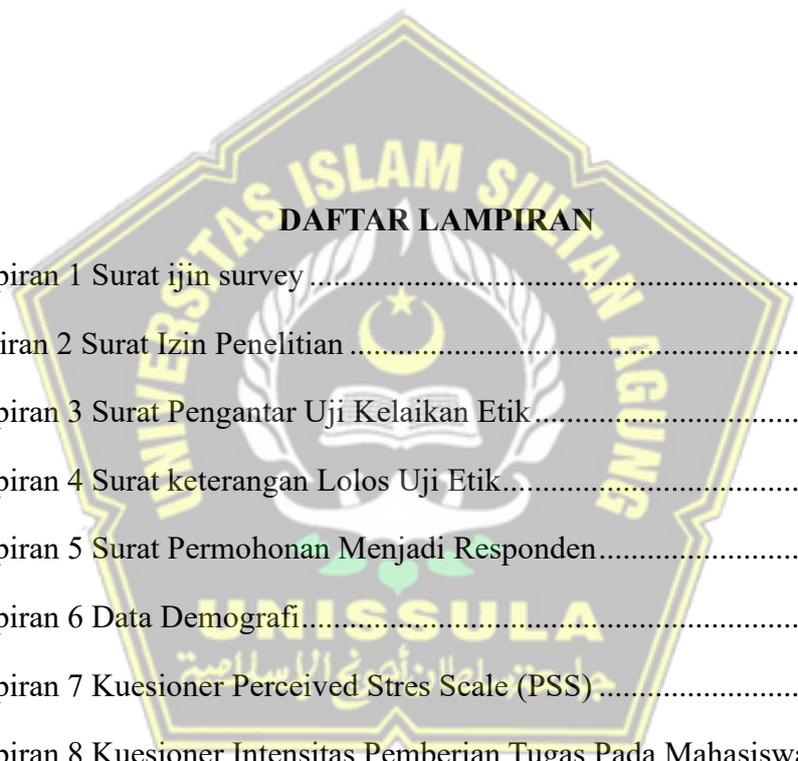
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
2. Intensitas Pemberian Tugas.....	14
B. Kerangka Teori.....	20
C. Hipotesis.....	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	22
A. Kerangka Konsep.....	22
B. Variabel Penelitian.....	22
C. Jenis dan Desain Penelitian.....	22
D. Populasi dan Sample Penelitian.....	23
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
F. Definisi Operasional.....	25
G. Instrumen dan Alat Penelitian.....	26
H. Metode pengumpulan Data.....	27

I. Analisis Data	27
J. Etika Penelitian	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	31
A. Pengantar Bab	31
B. Karakteristik Responden	31
C. Analisis Univariat.....	32
D. Analisis Bivariat.....	33
BAB V PEMBAHASAN	34
A. Pengantar Bab	34
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil	34
C. Hubungan antara Intensitas Pemberian Tugas Kuliah dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa FIK UNISSULA	39
D. Keterbatasan Penelitian.....	40
E. Implikasi Keperawatan.....	40
BAB VI PENUTUP	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN.....	49



DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional	25
4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia (n=146)	31
4.2 Distribusi Frekuensi Responde Berdasarkan Jenis Kelamin (n146)	32
4.3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Intensitas Pemberian Tugas (n=146)	32
4.4 Distribusi Karakteristik Berdasarkan Tingkat Stres (n=146)	33
4.5 Analisis Bivariat Intensitas Pemberian Tugas dengan Tingkat Stres (n=146)	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat ijin survey	50
lampiran 2 Surat Izin Penelitian	51
Lampiran 3 Surat Pengantar Uji Kelaikan Etik	52
Lampiran 4 Surat keterangan Lolos Uji Etik	53
Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden	54
Lampiran 6 Data Demografi	55
Lampiran 7 Kuesioner Perceived Stres Scale (PSS)	56
Lampiran 8 Kuesioner Intensitas Pemberian Tugas Pada Mahasiswa	57
Lampiran 9 Lembar Hasil Pengolahan Data Dengan Komputer	58
Lampiran 10 Lembar catatan Hasil Bimbingan	59
Lampiran 11 Lembar catatan Hasil Bimbingan	60
Lampiran 12 Persetujuan Revisi Ujian hasil skripsi	63
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian	66
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemampuan untuk mencapai masa depan yang lebih baik adalah dengan pendidikan, pendidikan adalah aspek terpenting dari kehidupan manusia. Dibutuhkan komitmen nyata untuk mencapai pendidikan yang tinggi. Pendidikan usia dini harus dipraktikkan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Lembaga pendidikan tinggi adalah salah satu tempat berkembangnya sumber daya manusia yang unggul. Menjadi manusia adalah tahap pendidikan yang paling maju. (Ervina et.al 2018).

Seorang mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Keinginan mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikan tinggi dilatarbelakangi oleh cita-cita. Pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi menuntut mahasiswa untuk belajar mengembangkan diri agar tidak tertinggal jauh. Mahasiswa tidak bisa mendapatkan hasil yang maksimal dalam pendidikan dan karirnya jika hanya mengandalkan ilmu dari perkuliahan karena banyak materi dan pengetahuan lain dari luar perkuliahan yang bukan bentuk teoritis. Mahasiswa dikenal erat kaitannya dengan tugas, tugas sangat penting bagi mahasiswa khususnya mahasiswa UNISSULA, mahasiswa yang tidak mengerjakan tugas cenderung mendapatkan nilai rendah. Mahasiswa dituntut untuk dapat belajar dan mengerjakan tugas secara mandiri. Namun pada kenyataannya, tidak semua siswa mampu belajar dan mengerjakan tugas secara mandiri. Namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu belajar dan mengerjakan tugas dengan mandiri. (Amini et al. 2019)

Stres yang dialami oleh mahasiswa atau pelajar karena adanya tuntutan akademik dinamakan dengan stres akademik. Stres akademik adalah stres yang dihadapi siswa atau siswa sebagai akibat dari tanggung jawab menempuh pendidikan. Stres akademik adalah jenis ketegangan mental yang diderita orang sebagai akibat dari kekecewaan dari kegagalan akademik atau karena tidak menyadari bahwa kegagalan akademik dapat terjadi. (Ramli et al,2018).

Menurut pernyataan Barseli et al (2017), stres akademik adalah situasi di mana orang memandang harapan akademik sebagai gangguan dan merasa sulit untuk menanganinya.

Bahwa mahasiswa harus siap untuk sepenuhnya terlibat dalam tanggung jawab mereka sebagai peserta didik dan bertanggung jawab atas tugas yang diberikan oleh dosen. Siswa termotivasi oleh partisipasi ini untuk bekerja keras dan menyerahkan tugas mereka tepat waktu tanpa mengabaikan kualitas pekerjaan mereka agar berhasil dan mencapai hasil akademik yang diinginkan. (Lailiana and Handayani 2017)

Namun, dalam pemberian tugas yang tidak sesuai porsi memiliki sisi negative. Tugas yang terlalu banyak berpotensi membuat mahasiswa tertekan sehingga mengakibatkan mahasiswa tidak menyukai mata kuliah tersebut karena kelelahan dan bosan, selain itu tugas yang banyak dengan deadline yang cukup mepet membuat mahasiswa tertekan dan mengakibatkan stres terhadap banyaknya tugas yang diberikan. (Jannah, 2019.)

Setiap orang pasti pernah mengalami stres, stres dapat timbul dari berbagai faktor baik dari luar maupun dari diri sendiri. Seseorang mengalami stress biasanya karena beban yang terlalu berat. Selain itu, mahasiswa juga tidak dapat terhindar dari stres akibat banyaknya tanggung jawab seperti tugas kuliah yang harus segera diselesaikan. Tingkat stres mahasiswa tingkat akhir meningkat karena tidak hanya soal kuliah, tapi juga karena harus menyelesaikan skripsi. Skripsi, seperti skripsi dan Karya Tulis Ilmiah bagi mahasiswa merupakan tanggung jawab yang harus diselesaikan dalam waktu singkat. Semakin cepat mereka menyelesaikan tesisnya, semakin cepat mereka lulus dan lulus, dan semakin baik peluang mereka untuk segera mendapatkan pekerjaan. (Ambarwati, Pinilih, and Astuti 2019)

Semua kehidupan pasti mengalami stres. Stres dapat dialami oleh semua orang, dan ketika terakumulasi tanpa penyelesaian yang tepat dalam hidup, hal itu berdampak negatif. Orang yang tidak mampu mengendalikan dan

mengelola stres dapat menyebabkan penumpukan stres. Stres adalah reaksi psikologis di mana seseorang merasa gugup atau cemas karena tidak mampu atau tidak terpenuhi untuk memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Tidak ada siswa dalam profesi apa pun yang bebas dari stres. Sumber stres mahasiswa dapat muncul dari kehidupan akademik, terutama dari tuntutan eksternal dan dari harapan mahasiswa itu sendiri. Tuntutan eksternal terdiri dari beban belajar, prestasi akademik, tuntutan orang tua, penyesuaian sosial di lingkungan kampus, keterampilan mengajar, materi pelajaran yang semakin kompleks, pelajaran dan lain-lain. (Jannah, 2019.)

Stres di kalangan siswa mungkin memiliki efek baik atau buruk. Prestasi akademik akan menurun ketika tingkat stres akademik meningkat, yang berdampak pada indeks prestasi. Bahkan yang mereka anggap terlalu besar dan kuat dapat mengakibatkan kehilangan memori, masalah fokus, penurunan keterampilan pemecahan masalah, dan kinerja akademik. (Ambarwati et al. 2019)

Kesehatan adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang memungkinkan setiap orang untuk menjalani kehidupan yang produktif secara sosial. Tuntutan akademik yang harus dihadapi dan ketidaksiapan individu juga mengakibatkan gangguan psikologis seperti stres. Stres adalah suatu kondisi yang dapat disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkendali. Prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta orang di dunia mengalami stres dan merupakan penyakit peringkat ke-4 di dunia menurut WHO. Menurut data dari WHO ada sekitar 20% atau lebih dari 350 juta orang mengalami depresi dan stres di seluruh dunia, jumlah total masyarakat Indonesia yang mengalami depresi dan stres sebanyak 8% atau sebanyak 6,6 juta orang. (Kemenkes RI, 2019).

Banyak hal yang dapat menjadi kendala untuk mampu menyelesaikan tugas kuliah, dan tugas kuliah itu sendiri tidak hanya satu, dua bahkan bisa lebih sehingga membuat mahasiswa merasa terbebani dan menjadi stres. Tingkat

stres pada mahasiswa dapat berbeda-beda, dari stres ringan, stres sedang, hingga stres berat. (Ambarwati et al. 2019)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mufadhal Barseli, Riska Ahmad, dan Ifdil yang mendapatkan hasil 5,8% siswa mengalami stres yang sangat tinggi 23,0%, siswa yang mengalami stres akademik tinggi 41,0%, siswa yang mengalami stres sedang 24,4%, dan siswa yang mengalami stres yang rendah dan sangat rendah 5,8%, menunjukkan bahwa pada umumnya kondisi stres siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori sedang. (Barseli, Ahmad, and Ifdil 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan Ambarwati et al., mendapatkan hasil Rata-rata masa studi untuk program Diploma (D3) adalah 6,00 semester, untuk program Sarjana (S1). Tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan stres ringan sebanyak 35,6%, stres sedang 57,4 %, dan stres berat sebanyak 6,9 %. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang menunjukkan stres sedang sebanyak 33,6 %. (Ambarwati et al. 2019)

Menurut penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Eritrea Institute Of Technology tahun 2021 menyebutkan sebanyak 23.5% mahasiswa mengaku bahwa tugas yang terlalu banyak merupakan salah satu stresor yang menjadi pemicu terjadinya stres. (Anggi Alifita et al. 2023)

Hasil studi kasus yang dilakukan peneliti kepada 10 sample mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021 pada bulan Mei tahun 2023, dengan kuesioner mendapatkan hasil tingkat stres pada mahasiswa dengan intensitas pemberian tugas kuliah kepada mahasiswa menunjukkan 2 diantaranya stres ringan, dan 6 mahasiswa mengalami stres sedang, dan 2 mahasiswa mengalami stres berat.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan antara Intensitas pemberian Tugas kuliah dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung.

B. Rumusan Masalah

Dari fenomena diatas maka rumusan masalahnya untuk mengidentifikasi “bagaimana Hubungan antara Intensitas Pemberian Tugas Kuliah dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden.
- b. Mengetahui intensitas pemberian tugas.
- c. Mengetahui tingkat stres.
- d. Mengetahui hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat menambah literatur diperustakaan. Dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan ilmiah untuk pengembangan pengetahuan keperawatan jiwa terkait hubungan intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai wacana dalam memberikan intervensi dan implementasi bagi profesi keperawatan tentang hubungan intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini besar harapannya dapat menjadi informasi yang bermanfaat bagi masyarakat dan sikap yang positif dalam meningkatkan

pengetahuan tentang hubungan intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti mengenai hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Stres

a. Definisi

Stres berasal dari bahasa latin yang berarti tegang atau genting. Secara umum stres dapat dipahami sebagai stimulus atau sekenario yang memicu perasaan negative yang menuntut kesejahteraan fisik dan mental seseorang pada individu ketika merasakan adanya resiko. Stres merupakan masalah modern bagi kehidupan manusia karena pada saat ini stres tidak dapat dihindari, baik dilingkungan sekolah, kerja,kelarga,teman bahkan dimanapun. siapapun dapat mengalami dari mulai anak-anak, remaja, dewasa, bahkan orang tua dapat mengalami stres. Masalahnya adalah pada saat mengalami stres dapat membahayakan kondisi fisik dan mental seseorang (Jannah and Santoso 2021)

Stres adalah reaksi yang tidak diinginkan seseorang terhadap tekanan berat atau sebuah tuntutan lainnya. Banyak literature yang mengatakan penyebab stres seperti lingkung belajar, beban dan tugas belajar, dukungan sosial dan dukungan orang sekitar. Stres adalah perubahan-perubahan dalam kehidupan seseorang atau sitasi yang mengancam yang di jelaskan diatas. Kita mungkin sedang menghadapi sejumlah situasi atau peristiwa tersebut yang menjadikan setres. Tidak semua orang merespon terhadap stresor dengan cara yang sama karena perbedaan persepsi dan perbedaan cara menangani stres tersebut. Apa yang mungkin membuat sesorang setres belum tentu menyebabkan setres untuk orang lain juga.(Nur and Mugi 2021)

Mahasiswa, dalam kegiatannya juga tidak dapat dipisahkan dari stres. Stresor atau penyebab stres pada mahasiswa dapat berkaitan dengan kehidupan akademis mereka, lingkungan kampus,beban mata kuliah, harapan keluarga agar anak-anak mereka berhasil diperguruan tinggi, dan penyesuaian sosial adalah contoh tuntutan eksternal. Tuntutan ini juga

termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. kemampuan dan harapan mahasiswa dapat mempengaruhi. (Sutjiato and Tucunan 2019)

b. Tanda dan Gejala Stres

Stres dapat meningkatkan emosi, menghambat kapasitas seseorang berfikir rasional, dan membuatnya lebih sulit dalam pengambilan keputusan. Ini bisa sangat bermanfaat bagi manajemen stres untuk menyadari bagaimana stres mempengaruhi seseorang, bagaimana tubuh merespons stres, dan bagaimana mengenali stres. Tuntutan hidup mengharuskan kita untuk beradaptasi atau mengubah beberapa bagian dari hal-hal yang kita lakukan, dan jika kita gagal melakukannya, kita sering mengalami sejumlah efek samping negatif atau tanda dan gejala yang tidak nyaman. Tanda dan gejala peringatan ini adalah tanda stres yang berlebihan. (Nur and Mugi 2021)

Beberapa tanda dan gejala stres yang dialami seseorang yaitu:

- a. Gejala fisiologis: Peningkatan denyut jantung, sering buang air kecil, kedinginan, pernapasan berubah, otot tegang, sulit tidur, masalah perut, dan gejala lainnya.
- b. Gejala psikologis: Gelisah, sering merasa bingung, merasa sulit untuk fokus, membuat keputusan, atau merasa buruk atau kewalahan (kelelahan).
- c. Gejala perilaku: Bicara tergesa-gesa, menggigit kuku, gemetar, gemetar, dan perubahan nafsu makan (bertambah atau berkurang).

(Los 2019)

c. Penyebab Stres

Stres disebabkan beberapa faktor stresor menurut Purniasari (2018) diantaranya:

a. Akademik

Merupakan stresor bagi mahasiswa diantaranya tekanan untuk tidak gagal, dan kewajiban yang harus dikerjakan dan di selesaikan.

b. Lingkungan

Setiap lingkungan memiliki efek yang unik, dengan sikap lingkungan memiliki nilai positif atau negatif terhadap perilaku setiap orang. Agar dapat mempengaruhi masyarakat untuk selalu berpikir positif sejalan dengan perspektif masyarakat dan lingkungan.

c. Tuntutan dan sikap keluarga

Biasanya keluarga terdekat yang menginginkan seseorang menjadi seperti apa tanpa mengetahui keinginan orang tersebut. Keinginan orang tua yang bertolak belakang dengan keinginan individu dapat menyebabkan tekanan sendiri pada individu tersebut.

d. Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan teknologi (IPTEK),

Orang-orang berlomba-lomba untuk menjadi yang pertama belajar tentang hal-hal baru sebagai akibat dari dorongan untuk selalu mengikuti arus, yang juga disebabkan oleh tingginya tingkat rasa malu yang juga disebut sebagai gaptek. (Astutik 2021)

Selain 4 kategori tersebut penyebab stres juga dapat diklasifikasi menjadi dua berdasarkan sumbernya yaitu stresor yang bersumber dari individu itu sendiri (internal) dan stresor yang berasal dari eksternal individu yang bersangkutan (eksternal).

a. Stresor internal

Stresor internal merupakan stresor yang bersumber dari internal individu itu sendiri seperti kualitas seorang individu dan citra atau persepsi diri seorang. Stres dapat timbul dikaitkan dengan

bagaimana pribadi tersebut mengevaluasi dan mempersiapkan suatu kejadian dalam hidupnya secara intelektual.

b. Stresor eksternal

Faktor dari luar juga dapat menyebabkan seseorang mengalami stres salah satunya berasal dari lingkungan individu itu sendiri seperti kelahiran anak, perceraian, kematian anggota keluarga dan hubungan interpersonal dengan orang-orang sekitar yang kurang baik (Khuziah et. al.)

d. Management Stres

Menurut Taylor ada 3 tahapan dalam mengelola stres, yaitu:

1. Peserta belajar apa itu stres dan bagaimana mengenali stres dalam kehidupan mereka sendiri sepanjang fase pertama.
2. Pada tahap kedua, mereka memperoleh dan melatih keterampilan manajemen stres.
3. Pada tahap akhir, peserta mempraktikkan teknik manajemen stres yang menargetkan situasi stres dan memeriksa keefektifan teknik tersebut.

Dalam manajemen stres, ada beberapa cara untuk mengatasi stres.

a. Berkonsentrasi

Semua tindakan melibatkan konsentrasi, yang merupakan pelepasan pikiran dari pikiran lain untuk fokus pada hal tertentu. Dengan fokus individu, Anda dapat melakukan tugas lebih cepat dan dengan hasil yang lebih tinggi. Karena hasilnya, melatih perhatian sangat penting. Pikiran seharusnya tidak mengembara karena ini dapat menyebabkan masalah fokus dan konsentrasi.

b. Keterampilan Belajar

Ada begitu banyak untuk dipelajari ada begitu banyak untuk diketahui, begitu banyak untuk berpartisipasi, tetapi begitu sedikit waktu. Oleh karena itu, untuk menghindari stres, siswa harus dilengkapi dengan berbagai keterampilan belajar yang tepat untuk

memungkinkan mereka menggunakan sumber daya, waktu, dan secara efektif dan efisien untuk belajar.

c. **Istirahat yang Cukup**

Secara default tubuh kita butuh istirahat, istirahat. Individu perlu belajar bagaimana mempercepat, tetapi mereka juga perlu belajar bagaimana memperlambat dan memperlambat, yang tidak dapat kita lakukan. Anda mungkin mengalami keterampilan menenangkan, relaksasi, dan stres.

e. **Tingkat Stres**

Menurut Sarafino, perasaan jarak antara tuntutan yang dihasilkan dari keadaan yang berasal dari sistem biologis, psikologis, dan sosial seseorang adalah kondisi yang dihasilkan oleh interaksi antara orang dan lingkungannya. Menurut definisi yang disebutkan di atas, seseorang dikatakan berada di bawah tekanan ketika mereka merasakan tekanan di dalam diri mereka sebagai akibat dari harapan yang dibuat oleh lingkungan mereka. Menurut Rasmun stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu:

1. Stres ringan, yang merupakan bentuk ketegangan hidup yang hanya berlangsung beberapa jam pada saat ini. Pada titik ini, stres memiliki sedikit dampak pada susunan fisiologis seseorang. Setiap orang sering mengalami stres ringan, seperti lupa, tidur berlebihan, atau menerima kritik. Penyakit tidak disebabkan oleh keadaan seperti itu kecuali mereka terus-menerus.
2. Stres yang lebih ringan biasanya berlangsung lebih pendek dari stres sedang. Pada titik ini, stres mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis seseorang. Bisnis yang belum selesai, tugas berat, atau ketidakhadiran anggota keluarga yang berkepanjangan adalah beberapa contoh stres sedang.
3. Stres berat, yang dapat berlangsung selama beberapa minggu hingga bertahun-tahun, adalah bentuk stres kronis. Hubungan antara suami

dan istri yang tidak harmonis, kesulitan keuangan, dan masalah fisik yang terus-menerus adalah beberapa faktor yang dapat menghasilkan stres yang ekstrem. (Dwi Handayani 2018)

f. Pengelolaan Stres

Pengelompokan dalam pengelolaan stres menurut persepsi orang terhadap stres yang dirasakan digolongkan mejadi 2 kategori yaitu:

1. *Distres* (Stres Negatif)

Stres yang bersifat negatif dapat mengganggu pikiran ataupun bersifat tidak mengembirakan. Tekanan pikiran dipersepsikan seperti suatu suasana saat seorang mengalami atau 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 sesuatu 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. Eustress dapat ditingkatkan kesiapan psikologis kesiapsiagaan pemahaman serta performasi pribadi. Untuk menciptakan sesuatu, misalnya menciptakan suatu kreasi.

g. Alat Ukur Stres dari Beberapa Teori

Menurut wijaya (2018) ada beberapa cara untuk mengukur stres, di antaranya:

1. *Depression Anxiety Stres Scale (DASS) 42*

DASS merupakan kumpulan skala subjektif yang dibentuk untuk mengevaluasi status emosional negatif dari depresi, kecemasan dan stres. DASS dikembangkan tidak hanya untuk mengevaluasi mengenai status emosional dalam arti biasa, tetapi juga untuk memungkinkan proses pemahaman, pengertian, dan pengukuran yang berlaku dimanapun dan kapanpun dari status emosional, secara signifikan digambarkan sebagai stres. DASS dalam penjelasan ini tingkat stres disajikan. Tingkat stres pada kuesioner ini ada empat tingkatan yaitu normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. *Psychometric properties of The Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS)*. Terdiri dari 42 item, yang terdiri dari 3 subvariable, yaitu fisik, emosi/psikologis dan perilaku. Jumlah skor dari pernyataan item tersebut memiliki arti 0-29 (normal), 30-59 (ringan), 68-89 (sedang), 90-119 (berat), >120 (sangat berat). Pada kuesioner DASS 42 bersifat umum dapat digunakan dari responden remaja ataupun dewasa. Nilai realibilitas kuesioner DASS 42 ini adalah 0,874 (Tingkat et al. 2019)

2. *Perceived Stres Scale (PSS)*

Cohen menciptakan dan menggunakan kuesioner PSS untuk mengukur tingkat stres. Kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan. Pertanyaan yang terdiri dari 6 item negatif dan 4 item positif yang digunakan untuk mengevaluasi tingkat stres seseorang dalam sebulan terakhir. Peserta penelitian akan memberikan daftar pilihan yang tersedia pada pilihan yang tersedia 5 pilihan yaitu 0 berarti tidak pernah, 1 berarti hampir tidak pernah, 2 berarti kadang-kadang, 3 cukup sering, dan 4 berarti sangat sering. Nilai akhir yang diperoleh dikategorikan menjadi 3 yaitu stres ringan 0-13, stres sedang 14-26, dan stres berat 27-40 (Tingkat et al. 2019)

3. Skala Miller and Smith

Beberapa tertentu dari kebiasaan, gaya hidup dan lingkungan dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap dampak negatif stres. Responden diminta untuk mengisi kuesioner Tingkat ketahanan atau kekebalan terhadap stres 20 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Setiap pertanyaan diwakilkan dengan 5 skala jawaban yaitu 1 = hampir selalu, 2 = biasanya, 3 = kadang-kadang, 4 = hampir tidak pernah dan 5 = tidak pernah (StudyCha 2018)

4. Skala Holmes dan Rahe

Skala ini menghitung jumlah stres yang dialami seseorang dengan cara menambahkan nilai relatif stres, yang disebut unit perubahan hidup untuk berbagai peristiwa yang dialami seseorang. Skala ini didasarkan pada premis bahwa peristiwa baik maupun buruk dalam kehidupan seseorang dapat meningkatkan tingkat stres dan membuat orang tersebut lebih rentan terhadap penyakit dan masalah kesehatan mental. Skala ini mengukur stres dari sumber stres yang terjadi dalam 12 bulan ke belakang (Chahya 2018)

2. Intensitas Pemberian Tugas

a. Definisi

Tugas didefinisikan sebagai pekerjaan yang perlu dilakukan atau yang telah ditentukan untuk dilakukan, pekerjaan yang menjadi tanggung jawab seseorang, atau pekerjaan yang diberikan, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Salah satu aspek dari proses pengajaran melibatkan penugasan pekerjaan rumah, yang melibatkan meminta siswa meninjau informasi yang telah mereka pelajari dan kemudian meminta pertanggungjawaban mereka untuk itu (Darminto 2018)

Intensitas menurut Bahasa latin yaitu *intentio* yang berarti niat, derajat tertinggi, kekuatan terbesar. Intensitas dapat diartikan suatu dorongan perbuatan dan kebiasaan untuk menggambarkan perbedaan dari proses perbuatan. Intensitas pemeberian tugas adalah frekuensi di mana pemeberian tugas kepada individu ditentukan selama periode waktu tertentu

untuk mencapai pengalaman atau perubahan secara maksimum (Darminto 2018)

Penugasan adalah salah satu bentuk penyajian materi dimana dosen menetapkan tugas belajar khusus untuk mahasiswa untuk dipelajari. Metode ini diperkenalkan karena tampaknya terlalu banyak bahan pelajaran dalam waktu yang terlalu sedikit. Dengan kata lain, jumlah materi yang tersedia selama periode yang kurang seimbang. Cara ini biasanya digunakan untuk menyelesaikan materi kuliah sebelum deadline. Tugas berbeda dengan pekerjaan rumah, tetapi pengkategorian nya lebih luas daripada tugas yang dilakukan di rumah, sekolah, perpustakaan, dan di tempat lain. Tugas mendorong anak untuk aktif belajar baik secara individu maupun kelompok. Oleh karena itu tugas dapat diberikan secara individu atau kelompok. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tugas adalah cara atau metode yang dapat diajarkan dosen kepada mahasiswa dalam upaya meningkatkan hasil belajar (Ranuntu 2017)

b. Tujuan Pemberian Tugas

Salah satu cara yang digunakan dalam mencapai tujuan pembelajaran adalah metode pemberian tugas rumah, yaitu suatu metode yang diberikan kepada mahasiswa untuk melakukan sesuatu diluar pelajaran. Latihan-latihan pemberian tugas untuk melatih materi pelajaran yang telah diberikan atau belum diajarkan oleh dosen jadi mahasiswa dapat mengeksplere sesuatu hal baru atau sesuatu yang belum pernah diberikan dosen, tujuan lainnya yaitu untuk mempunyai hasil yang lebih memuaskan dan mendapatkan suatu pengalaman dalam mempelajari hal baru dapat lebih terintegritas (Ranuntu 2017)

Tujuan dari penugasan untuk mengajarkan tanggung jawab atas pekerjaan yang ditugaskan untuk menambah atau melatih informasi diberikan dalam kegiatan intra kurikuler, juga untuk melatih tanggung jawabkan tugas yang diberikan. Rentang kegiatannya adalah tugas guru

bidang studi di luar kelas pelajaran tatap muka. Tugas diberi batas waktunya, dikumpulkan, ditinjau, dievaluasi, dan dibahas tentang hasilnya.

Tujuan dari Pemberian tugas pekerjaan rumah (PR) untuk meningkatkan hasil belajar siswa, sehingga guru harus menetapkan harapan yang jelas apa yang harus dicapai oleh para siswa. Menurut Imam sutari Bernadib mengemukakan sebagai berikut:

1. mendorong agar siswa berusaha keras, mengembangkan inisiatif, bertanggung jawab dan menanggung jawaban sendiri
2. Mendorong siswa memanfaatkan waktu luang, waktu luang siswa agar bermanfaat secara maksimal mungkin bagi mereka.
3. Mengatur tugas Pekerjaan rumah untuk meningkatkan hasil belajar siswa (Chalimi 2017)

c. Metode Pemberian Tugas

Metode merupakan strategi yang diipergunakan dalam upaya mencapai suatu tujuan yang diharapkan menjadi lebih baik dari deosen maupun oleh mahasiswa. Teknik yang digunakan para dosen dalam mendistribusikan tugas diantaranya adalah:

1. Penugasan tidak terstruktur
 - a. Kegiatan pembelajaran yang meningkatkan atau mengurangi konteks materi yang sedang dipelajari oleh mahasiswa, biasanya dibuat dosen untuk mengembangkan kompetensi
 - b. Dosen menetapkan batas waktu penugasan
 - c. Dalam kegiatan ini menjadi dosen dan mahasiswa saling berinteraksi satu sama lain.
2. Tugas terstruktur

Jenis tugas terstruktur ada beberapa macam diantaranya adalah

- a. praktek atau latihan: sebagi mahasiswa kesehatan tentu saja ada praktek klinik adalah bentuk belajar klinik yang menjadikan

terjadinya belajar yang berfokus pada pasien dan kejadian yang nyata (interaksi antara dosen, peserta didik, dan pasien).

- b. Tugas Mapping: menyebutkan bahwa mind mapping atau pemetaan pikiran adalah tindakan mengembangkan proses kognitif sehingga salah satu cara pertama kali diambil arah kemudian menjadi segala arah.
- c. Tugas membuat asuhan keperawatan dan laporan pendahuluan: Asuhan keperawatan adalah proses kumpulan intervensi keperawatan yang diberikan langsung kepada pasien di semua tatanan perawatan kesehatan. Dan prinsip-prinsip berdasarkan ilmu dan kiat keperawatan, bersifat humanistic, dan berdasarkan pada kebutuhan objektif klien untuk mengatasi masalah yang dihadapi klien (Purba 2019)

d. Kelemahan dan kelebihan pemberian tugas

a. Kelemahan

- a. Mahasiswa menyontek pekerjaan teman nya
- b. Menjadi beban tersendiri dan menyebabkan stres jika tugas banyak dan waktu pengumpulan mepet

b. Kelebihan

- a. Mahasiswa diajarkan mengisi waktu senggang mereka.
- b. Mahasiswa mempertanggungjawabkan hasil karyanya kepada dosen
- c. Mahasiswa dilatih untuk berpikir kritis, tekun, giat dan rajin belajar akan lebih lama untuk diingat

e. Faktor yang mempengaruhi pemberian tugas

Terlalu banyak bahan pelajaran dengan waktu yang terlalu sedikit. Dengan kata lain, jumlah bahan pelajaran yang tersedia dalam waktu yang sedikit. Pemberian tugas diterapkan oleh dosen dalam rangka

optimalisasi penguasaan materi oleh mahasiswa. Faktor lain yang mempengaruhi pemberian tugas adalah:

- a. Sebagai target dalam pencapaian nilai
- b. Menambah pemahaman mahasiswa secara luas tentang mata kuliah yang diberikan
- c. untuk menanamkan tanggung jawab tugas yang diberikan.

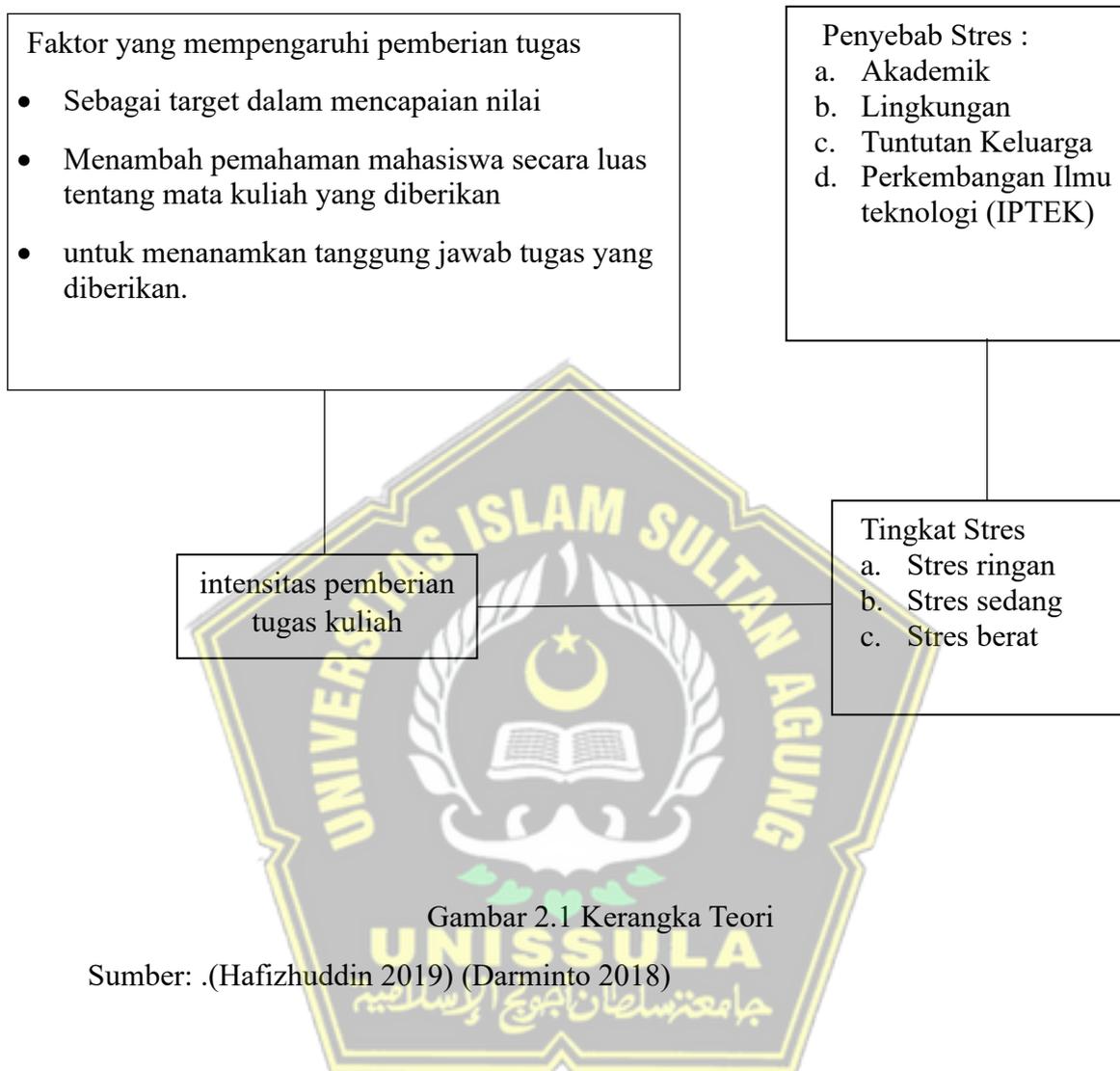


3. Implikasi Intensitas Pemberian Tugas Kuliah Pada Mahasiswa dengan Stres

Mahasiswa dalam menjalani perkuliahan sering dengan tugas dan tanggung jawab yang dimiliki oleh mahasiswa, hal itulah yang membuat mereka merasa adanya suatu tekanan yang mengakibatkan mahasiswa stres. Banyaknya pemberian tugas yang tidak sesuai porsi memiliki dampak negative. Tugas yang terlalu banyak berpotensi membuat mahasiswa tertekan sehingga membuat mahasiswa tidak menyukai mata kuliah yang diberikan karena kelelahan dan bosan, selain itu tugas yang banyak dengan deadline yang cukup mepet membuat mahasiswa tertekan dan mengakibatkan stres terhadap banyaknya tugas yang diberikan (Jannah, 2019)



B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: .(Hafizhuddin 2019) (Darminto 2018)

C. Hipotesis

Hipotesis bisa disebut menjadi dugaan sementara. Setiap melakukan hipotesis, terdapat dua kemungkinan jawaban guna melihat apakah terdapat pengaruh antara variabel pengaruh atau dipengaruhi. Dua kemungkinan tadi menjadi jawaban dari teori dan penelitian sebelumnya. (Jenita 2022 dalam metodologi penelitian keperawatan).

Hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut:

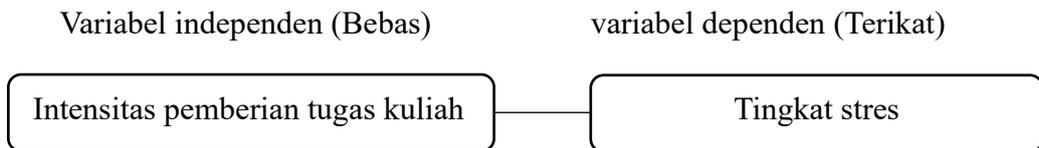
Ha: ada hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres pada mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung.

Ho: tidak ada hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres pada mahasiswa FIK Universitas Islam Sultan Agung.



BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen (Bebas)

Variable independent adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Penelitian ini variabel independennya yaitu Intensitas Pemberian tugas kuliah.

2. Variabel Dependen (Terikat)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Penelitian ini variabel dependennya yaitu tingkat stres pada mahasiswa Fik Universitas islam Sultan Agung.

C. Jenis dan Desain Penelitian

1. Desain Penelitian

Sebagai metode bagi peneliti untuk menemukan jawaban atas pertanyaan penelitian mereka. Juga dikenal sebagai rencana penelitian yang digunakan. Desain penelitian pada penelitian ini adalah *cross-sectional*. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, merupakan suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara

pendekatan, observasional, atau pengumpulan data (Setiyawan 2017)

D. Populasi dan Sample Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Menurut Sugiono (2019).

2. sample merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sample yang digunakan dalam penelitian ini dengan cara *purposive sampling*. Purposive sampling merupakan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.sample yang digunakan adalah responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi, Menurut sugiyono (2019) yaitu:

a. kriteria inklusi adalah ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sample, kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa FIK UNISSULA program studi S1 keperawatan angkatan 2021.
2. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini dan menandatangani *informed consent*.

b. Kriteria eksklusi yaitu menghilangkan subjek yang menjadi kriteria eklusi yang harus dikeluarkan dari studi karena berbagai macam alasan. Kriteria eklusi pada penelitian ini adalah:

1. Responden yang keluar atau mengundurkan diri dari saat dilakukan penelitian.
2. Mahasiswa yang sedang cuti.

Besar sample:

Adapun besar sample pada penelitian ini menggunakan rumus slovin:

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

Keterangan:

n: ukuran sample

N: ukuran populasi

d: persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan penarikan sample yang masih dapat ditolerir atau diinginkan 5%

Perhitungan sample:

$$n = \frac{229}{1 + 229 (0,05)^2}$$

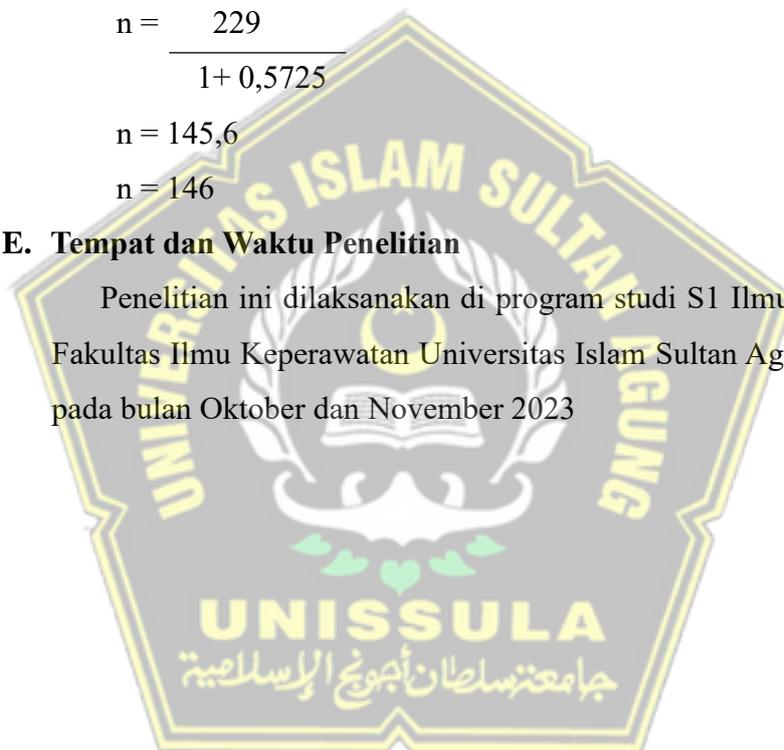
$$n = \frac{229}{1 + 0,5725}$$

$$n = 145,6$$

$$n = 146$$

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di program studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada bulan Oktober dan November 2023



F. Definisi Operasional

Tabel definisi Operasional

Variabel	Definisi Penelitian	Cara Ukur	Hasil ukur	Skala
Intensitas Pemberian Tugas Kuliah	frekuensi pemberian tugas kepada individu yang selama kurun waktu tertentu untuk memperoleh pengalaman atau perubahan secara maksimal.	Menjawab pertanyaan daalm bentuk kuesioner dengan 21 pertanyaan dengan skala likert dengan pilihan jawaban 1. SL= selalu skor 4 2. SR =sering skor 3 3. JR = jarang skor 2 4. TP= tidak pernah 1 Jumlah skor minimal 21 dan skor maksimal 84.	Hasil diklasifikasikan dalam 2 kategori yaitu: • 21-63 = intensitas pemberian tugas sedang • 64-84= intensitas pemberian tugas banyak	Skal Ordinal
Tingkat stres	suatu kondisi yang dihasilkan dari hubungan seseorang dengan lingkunganya, menimbulkan perasaan jarak antara tuntutan yang dihasilkan dari situasi yang berasal pada dari sistim biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang.	Menjawab pertanyaan dalam bentuk kuesioner <i>Perceived Stres Scale</i> (PSS) dengan 10 pertanyaan. Dengan pilihan menceklist pada pilihan yang tersedia yaitu: • 0= tidak pernah • 1= hampir tidak pernah • 2= kadang-kadang • 3= cukup sering • 4= sangat sering	Dengan jumlah skor dan dikategorikan sebagai berikut • stres sedang 0-26 • stres berat 27-40.	Skala Ordinal

G. Instrumen dan Alat Penelitian

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang dibuat oleh penulis. Instrumen penelitian adalah suatu alat ukur yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. semua fenomena ini disebut variabel penulisan (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini ada dua kuesioner yaitu:

- a. Data Demografi berisikan informasi responden seperti Nama, usia, jenis kelamin, Kelas.
- b. Kuesioner pertama untuk mengetahui tingkat stres pada responden. dalam bentuk kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS) dengan 10 pertanyaan. Kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan. Pertanyaan yang terdiri dari 6 item negatif yang terdapat pada nomor 1,2,3,6,9,10 dan 4 item positif terdapat pada nomor 4,5,7,8 yang digunakan untuk mengevaluasi tingkat stres seseorang dalam sebulan terakhir.

Peserta penelitian akan memberikan daftar pilihan yang tersedia pada pilihan yang tersedia 5 pilihan pernyataan positif dengan jawaban 0 berarti tidak pernah, 1 berarti hampir tidak pernah, 2 berarti kadang-kadang, 3 cukup sering, dan 4 berarti sangat sering. Sedangkan pernyataan negatif dengan jawaban 4 berarti tidak pernah, 3 berarti hampir tidak pernah, 2 berarti kadang-kadang, 1 berarti hampir sering, 0 berarti sangat sering.

Nilai akhir yang diperoleh dikategorikan menjadi 3 yaitu:

- a. stres sedang 0-26
- b. stres berat 27-40. (Tingkat et al. 2019)
- c. Kuesioner kedua untuk mengetahui intensitas pemberian tugas pada mahasiswa dalam bentuk kuesioner menggunakan skala likert. Dengan 4 item negatif berada pada nomor 4,8,16 20 dan 17 item positif berada pada nomor 1,2,3,5,6,7,9,10,11,12,13,14,15,17,18,19,21. Dengan pilihan jawaban SL= selalu skor 4, SR =sering skor 3 JR = jarang skor 2, TP= tidak pernah 1.

Pada soal negatif pilihan jawaban SL= selalu skor 1, SR =sering skor 2
JR = jarang skor 3, TP= tidak pernah 4. Dengan kategori

- a. 21-63 = intensitas pemberian tugas sedang
- b. 64-84= intensitas pemberian tugas banyak

H. Metode pengumpulan Data

Prosedur atau metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Strategi pengumpulan data sebagai suatu metode yang independen terhadap metode analisa data atau menjadi alat utama metode dan teknik analisa data. Data yang dikumpulkan dalam penelitian akan digunakan untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan pada rumusan masalah dan selanjutnya akan digunakan sebagai dasar dalam pengambilan kesimpulan atau keputusan. (Kristanto,2018). Langkah-langkah mengumpulkan data sebagai berikut:

1. Peneliti meminta izin dari pihak akademik untuk melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Keperawatan.
2. Melakukan ujian proposal dan uji etik
3. Peneliti melakukan survey untuk memilih responden atau klien yang memenuhi kriteria.
4. Meminta responden untuk menandatangani *informed consent* jika bersedia menjadi responden setelah dijelaskan mengenai tujuan penelitian.
5. Peneliti menerangkan kepada responden sampai responden faham, setelah itu peneliti akan memberikan kesempatan responden tentang hal yang belum difahami.
6. Peneliti melakukan penelitian dengan menggunakan pengisian kuesioner kepada responden yang telah dibagikan.

I. Analisis Data

Analisis data adalah suatu kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis

data adalah mengelompokkan data sesuai variabel dan jenis responden, mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono,2018)

1. Pengolahan Data

Pertama yang dilakukan peneliti setelah data terkumpul adalah pengolahan data. Proses pengolahan data terdiri dari sebagai berikut ini (Notoadmojo 2018)

a. Editing

Merupakan sebuah tahap untuk memeriksa secara ulang kebenaran dari sebuah data yang didapatkan dan dikumpulkan. Editing dilakukan pada proses terkumpulnya data dan data itu sudah terkumpul.

b. Coding

Merupakan tahap pemberian sebuah kode dengan angka di data yang akan diteliti atas beberapa karakteristik. Hal ini dilakukan untuk mempermudah peneliti pada saat analisa data.

c. Entry Data

Entri data adalah sebuah proses untuk memasukan data yang sudah dikumpulkan dan dimasukkan ke dalam sebuah software SPSS.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisa Univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan karakteristik variable yang diteliti, baik variable bebas maupun variable terikat dengan distribusi frekuensi. Analisa Univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan karakteristik responden

meliputi, jenis kelamin, pekerjaan, dan pendidikan. (Sugiono, 2018)

b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Analisa yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji Chi-square, jika nilai sig p value $< 0,05$ maka ada hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Jika nilai sig p value $\geq 0,05$, maka tidak ada hubungan antara variabel dependen dan variabel independen, peneliti melakukan uji Gamma untuk mengetahui hubungan antara intensitas pemberian tugas kuliah dengan tingkat stres mahasiswa FIK UNISSULA.

J. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan etika penelitian. Prinsip etik diterapkan dalam kegiatan penelitian dimulai dari penyusunan proposal hingga penelitian ini di publikasi. Untuk mengajukan usulan proposal penelitian ini peneliti harus mendapatkan rekomendasi dari Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Ketua Prodi Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Setelah mendapatkan persetujuan maka barulah peneliti melakukan penelitian dengan menekankan masalah etika Prinsip etik penelitian di bidang kesehatan yang mempunyai secara moral dan hukum secara universal mempunyai prinsip, yaitu: (Fitri 2020)

1. Menghormati Harkat dan Martabat Manusia (*Respect for Person*)

Harkat martabat manusia sebagai makhluk yang mempunyai keinginan bebas atau memilih dan sekaligus bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusannya sendiri. Prinsip ini berusaha untuk melindungi, menghormati otonomi, yang

mempersyaratkan bahwa manusia yang mampu memahami pilihan pribadinya untuk mengambil keputusan mandiri, dan melindungi manusia yang otonominya terganggu atau kurang, syarat bahwa manusia yang berketergantungan atau rentan perlu diberikan perlindungan terhadap kerugian atau penyalahgunaan.

2. Persetujuan (*Infornt Consent*)

Prinsip yang harus dilaksanaakn sebelum pengumpulan data atau wawancara kepada subjek adalah didahulukan meminta izin terlebih dahulu (Notoatmodjo, 2018). Sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan lembar persetujuan (*inform consent*) kepada responden yang diteliti, dan responden menandatangani setelah membaca dan memahami isi dari lembar persetujuan dan mau mengikuti kegiatan penelitian. Peneliti tidak memaksa responden yang menolak untuk diteliti dan menghormati keputusan responden. Responden diberi kebebasan untuk ikut serta ataupun mengundurkan diri dari keikutsertaannya.

3. Keadilan (*justice*)

Prinsip etik keadilan menggambarkan pada kewajiban etik untuk memperlakukan setiap orang (sebagai orang yang mandiri) secara moral yang benar dan pantas mendapatkan haknya. Prinsip etik keadilan terutama menyangkut keadilan yang keseluruhan (*distributive justice*) yang memsyaratkan pembagian seimbang (*equitable*), dalam hal beban dan manfaat yang adil diterima subjek penelitian dengan berpartisipasi dalam penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Pada pengantar bab ini penelitian akan membahas hasil dari penelitian yang berjudul hubungan intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 20 September 2023 dengan jumlah responden 146 orang. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur intensitas pemberian tugas dan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2021 dan sudah teruji validitas dan reliabilitas.

B. Karakteristik Responden

Karakteristik responden bertujuan untuk dapat mendeskripsikan responden yang sedang diteliti dan dalam penelitian ini yang diteliti adalah umur responden dan jenis kelamin. Berikut adalah penjelasan karakteristik responden dengan tabel di bawah ini:

1. Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia (n=146)

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
19 Tahun	24	16.4%
20 Tahun	109	74.7%
21 Tahun	13	8.9%
Total	146	100%

sesuai tabel 4.1 di atas diperoleh hasil penelitian bahwa usia mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2021 paling banyak berumur 20 tahun sebanyak 109 mahasiswa (74.7%) dan paling sedikit berusia 21 tahun sebanyak 13 mahasiswa (8.9%).

2. Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responde Berdasarkan Jenis Kelamin (n146)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Perempuan	132	90.4%
Laki-Laki	14	9.6%
Total	146	100%

Sesuai tabel 4.2 diatas diperoleh hasil penelitian bahwa sebagian besar mahasiswa fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2021 berjenis kelamin perempuan sebanyak 132 orang (90.4%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (9.6%).

C. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan sample penelitian dari semua variabel penelitian dengan cara menyusun secara tersendiri untuk masing-masing variabel, diantaranya

1. Intensitas Pemberian Tugas

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Intensitas Pemberian Tugas (n=146)

Intensitas Pemberian Tugas	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Sedang	67	45.9%
Banyak	79	54.1%
Total	146	100%

sesuai tabel 4.3 diatas diperoleh hasil penelitian pada intensitas pemberian tugas banyak merasa pemberian tugas banyak sebanyak 79 mahasiswa (54.1%) dan merasa pemberian tugas paling sedang sebanyak 67 mahasiswa (45.9%).

2. Tingkat Stres

Tabel 4.4 Distribusi Karakteristik Berdasarkan Tingkat Stres (n=146)

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Sedang	69	47.3%
Berat	77	52.7%
Total	146	100%

Sesuai tabel 4.4 diatas diperoleh hasil pada mahasiswa angkatan 2021 fakultas ilmu keperawatan paling banyak mengalami stres berat sebanyak 77 mahasiswa (52.7%) dan paling sedikit mengalami stres sedang sebanyak 69 mahasiswa (47.3%).

D. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan dan uji yang digunakan adalah *chi-square*.

Tabel 4.5 Analisis Bivariat Intensitas Pemberian Tugas dengan Tingkat Stres (n=146)

		Tingkat Stres				Total	%	<i>P value</i>
		Sedang		Berat				
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%	
Intensitas Pemberian Tugas	Sedang	46	31.5%	21	14.4%	67	45.9%	0,000
	Banyak	23	15.8%	56	38.4%	79	54.1%	
Total		69	45.9%	77	52.7%	146	100.0%	

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa responden memiliki intensitas pemberian tugas banyak dengan tingkat stres berat sebanyak 56 responden (54.1%). Setelah melakukan uji Chi-square dengan taraf signifikan 5% (0,05) diperoleh bahwa *p value*= 0,000 yang berarti *p value* < 0,05 maka ada hubungan yang signifikan antara Intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 September 2023 dengan jumlah responden 146 mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2021. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 146 responden didapatkan hasil dibawah ini:

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden bertujuan untuk mendeskripsikan responden yang sedang diteliti dan dalam penelitian ini yang diteliti adalah usia dan jenis kelamin responden. Berikut adalah penjelasan karakteristik responden:

a. Usia

Sesuai hasil penelitian diperoleh bahwa usia responden yang berumur 19 tahun 24 mahasiswa (16.4%), berumur 20 tahun 109 mahasiswa (74.7%), berumur 21 tahun sebanyak 13 mahasiswa (8.9%).

Usia adalah rentang kehidupan yang diukur dengan tahun, yang dihitung sejak dilahirkan sampai saat berulang tahun. Umur juga diartikan satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk. (Soares 2019).

Karakteristik responden yang berusia 19-21 tahun menggambarkan bahwa mahasiswa berada pada perkembangan usia remaja dan usia dewasa muda. Pada usia ini beban mahasiswa bertambah baik segi tugas maupun tuntutan external pada setiap mahasiswa, dan menimbulkan stres pada individu sendiri.

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres atau hubungan interpersonal antar individu.

Menurut Lazarus dan Folkman (2000) menjelaskan bahwa stres merupakan kondisi individu yang dipengaruhi oleh lingkungan. Kondisi stres dapat terjadi karena ketidakseimbangan tekanan yang dihadapi individu untuk menghadapi tekanan tersebut.

Batasan usia remaja akhir menurut WHO (badan PBB untuk kesehatan dunia) adalah 12 sampai 24 tahun. Usia responden sendiri 19 tahun 24 mahasiswa (16.4%), berumur 20 tahun 109 mahasiswa (74.7%), berumur 21 tahun sebanyak 13 mahasiswa (8.9%). Menurut Wong's & Hockenberry menjelaskan bahwa usia remaja akhir terjadi pengembangan mental yang sangat pesat, sebagai mahasiswa mempunyai tuntutan dan kewajiban akademik, maka mahasiswa harus menyesuaikan diri atau melakukan adaptasi untuk perubahan-perubahan yang terjadi pada masa kuliah. (B and Hamzah 2020)

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 bertambahnya usia, kebutuhan menjadi semakin besar dan mandiri dalam menyelesaikan suatu masalah yang terjadi.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 132 mahasiswa (90.4%), dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 mahasiswa (9.6%). Terlihat bahwa karakteristik jika jenis kelamin jumlah mahasiswa perempuan lebih banyak dibandingkan mahasiswa laki-laki. Maka hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas sample mahasiswa S1 Keperawatan Unissula angkatan 2021 yaitu perempuan.

Respon stres dari setiap orang berbeda. Salah satu respon tersebut adalah tergantung pada jenis kelamin, gender perempuan

lebih rentan terhadap kondisi stres, kondisi ini dikendalikan oleh hormon oksitosin dan estrogen, sebagai faktor yang jelas berbeda tingkatannya pada pria dan wanita. (Rohmatillah 2021)

Jenis kelamin merupakan satu faktor yang bisa mempengaruhi tingkat stres, yaitu tingkat stres yang lebih tinggi sering dijumpai pada perempuan. Perempuan lebih mudah merasakan cemas, perasaan bersalah, gangguan tidur, lebih sensitif, serta gangguan makan. (Nasrani and Purnawati 2020).

Tekanan dalam masalah akademik merupakan salah satu penyebab utama stres dikalangan mahasiswa. Keinginan mendapatkan IPK yang tinggi, kecemasan yang ditimbulkan dari usaha mahasiswa untuk tidak gagal. Mahasiswa yang tidak menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademis umumnya mengalami stres. Tingkat stres akademik akibat pemberian tugas yang banyak dalam rentang rentang berat dan sangat berat pada angka yang cukup tinggi ditemukan pada mahasiswa perempuan. Laki-laki lebih santai dalam menghadapi stresor yang berasal dari kehidupan akademik. (Rohmatillah 2021)

2. Intensitas Pemberian Tugas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa pemberian tugas banyak sebanyak 79 mahasiswa (54.1%) dan merasa pemberian tugas sedang sebanyak 67 mahasiswa (45.9%).

Intensitas menurut Bahasa latin yaitu *intentio* yang berarti niat, derajat tertinggi, kekuatan terbesar. Intensitas dapat diartikan suatu dorongan perbuatan dan kebiasaan untuk menggambarkan perbedaan dari proses perbuatan. Intensitas pemberian tugas adalah frekuensi di mana pemberian tugas kepada individu ditentukan selama periode waktu tertentu untuk mencapai pengalaman atau perubahan secara maksimum. (Darminto 2018)

Perguruan tinggi di Indonesia ini telah menerapkan aturan yang ketat untuk menjaga kualitas lulusan yang berkaitan dengan batas masa studi

mahasiswa, aturan tersebut ditetapkan berdasarkan keputusan menteri pendidikan RI nomor 44 tahun 2015 bagian 4 pasal 16 ayat 1 huruf d, tentang masa dan beban belajar program pendidikan paling lama tujuh tahun akademik untuk program sarjana, dengan beban belajar mahasiswa paling sedikit 144 satuan kredit semester (SKS). Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan studinya hingga waktu yang telah ditetapkan, maka mahasiswa tersebut akan mendapatkan sanksi yaitu *drop out* (DO).

Penelitian yang dilakukan oleh Feninda di Universitas Indonesia menyatakan bahwa sering stres dikarenakan tugas perkuliahan dengan jumlah 42.3% responden. Pada pernyataan tentang stres yang disebabkan karena banyaknya tugas yang diberikan selama perkuliahan sebanyak 50.4% responden menyatakan sering, 27% responden menyatakan hampir setiap saat, 26% responden menyatakan kadang-kadang stres akan hal tersebut. (Zamroni 2020)

Sebagai mahasiswa FIK UNISSULA maka berkewajiban menyelesaikan studi paling lama tujuh tahun akademik. Untuk mencapai hal itu mahasiswa harus menyelesaikan tugas kuliah dari dosen, tugas lapangan atau praktik lapangan, ujian tengah semester, osca. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik serta banyaknya masalah yang dihadapi mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang biasa dialami oleh mahasiswa. (B and Hamzah 2020)

Berdasarkan penelitian dan perhitungan rata-rata hasil intensitas pemberian tugas menunjukkan bahwa intensitas pemberian tugas banyak diberikan pada mahasiswa.

3. Tingkat Stres

Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa angkatan 2021 fakultas ilmu keperawatan paling banyak mengalami stres berat sebanyak 77 mahasiswa (52.7%), tingkat stres sedang sebanyak 69 mahasiswa (47.3%).

Stres adalah salah satu kesehatan mental yang meningkat di masa ini, stres adalah suatu dampak dari masalah (*problem*) yang tidak dapat terselesaikan. Tanda-tanda keadaan fisik yang mengalami stres yaitu sakit kepala, nyeri dada, jantung berdebar-debar, tekanan darah tinggi, cepat lelah dan insomnia, sedangkan pada sikap akan terjadi tidak sabar dan suka berdebat. Dampak negatif stres pada mahasiswa bisa berupa penurunan konsentrasi dan pemusatan perhatian selama kuliah, penurunan minat, dan daya ingat. (Manik et al. 2023)

Setiap orang akan merespon stres yang dialaminya dan respon yang ditunjukkan akan berbeda untuk setiap individu. Menurut Stuart dan Laraia respon stres dapat ditinjau dari 4 respon seperti reaksi fisiologis, reaksi kognitif, reaksi emosi, dan reaksi perbuatan. (Mantari. 2019)

Stres yang dirasakan oleh mahasiswa adalah respon stres, mengacu pada keadaan fisik ataupun psikologis. Mahasiswa mengalami kondisi fisik dan psikologis yang merugikan ketika mereka merasa kelelahan atau merasa stres yang berlebih. Stres akibat tuntutan akademik yang sangat tinggi menyebabkan gangguan proses berfikir, apalagi dengan banyaknya tugas yang diberikan setiap pertemuan membuat mahasiswa stres, persepsi dan kemampuan memecahkan masalah serta gangguan tidur dan berkurangnya kekuatan dalam pengambilan keputusan (Supradewi 2021)

Banyak mahasiswa yang mengalami stres karena beberapa pemicu, stres dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu eksternal dan pemicu internal. Stresor eksternal, seperti stresor yang muncul dalam proses pembelajaran dan lingkungan sosial. Stres internal yang berkaitan dengan kesehatan pribadi, ketidak mampuan 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)

Berdasarkan hasil analisis sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres yang berat, karena banyaknya tugas yang diberikan bukan hanya satu yang diberikan bahkan dengan deadline yang sangat mepet belum lagi tugas individu sendiri yang harus diselesaikan sendiri.

C. Hubungan antara Intensitas Pemberian Tugas Kuliah dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa FIK UNISSULA

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki intensitas pemberian tugas banyak sebanyak 79 mahasiswa (54.1%) dan memiliki tingkat stres berat sebanyak 77 mahasiswa (52.7%). Setelah melakukan uji Chi-square dengan taraf signifikan 5% (0,05) diperoleh bahwa $p \text{ value} = 0,000$ yang berarti $p \text{ value} < 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan antara Intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan.

Jika seseorang memiliki tanggungan tugas yang terus menerus dapat menimbulkan stresor tersendiri dan dapat berdampak pada kesehatan seperti sakit kepala dan asam lambung, stres dapat muncul akibat beratnya beban tugas yang harus diselesaikan individu itu sendiri, terlebih lagi jika individu menunda untuk mengerjakan tugasnya, tugas semakin banyak dan waktu pengumpulan semakin mepet dengan tenggang waktu yang telah ditentukan (Hasanah 2022)

Menurut penelitian yang dilakukan *Sunarya et al.* menyebutkan bahwa tugas perkuliahan merupakan salah satu faktor signifikan yang berpengaruh dengan tingkat stres mahasiswa. Meskipun tugas bukan merupakan faktor yang dominan dalam penyebab terjadinya stres, namun jika stresor yang terjadi secara berulang-ulang dan terus menerus dapat berdampak pula pada kesehatan individu seperti sakit kepala tekanan darah tinggi hingga naiknya asam lambung.

Banyaknya mahasiswa yang mengalami stres diakibatkan oleh adanya proses penyesuaian diri dengan perubahan metode pembelajaran dan pendidikan yang lebih tinggi salah satu hal yang harus dilalui seseorang supaya dapat membentuk pribadi yang mampu merespon perubahan dalam kehidupan. kendala-kendala yang dialami mahasiswa seperti agenda kuliah yang padat, jadwal kuliah yang selalu berubah-ubah, tugas diluar kuliah yang harus diselesaikan, serta tugas perkuliahan yang banyak dan harus

dislesaikan secara tepat waktu dengan *deadline* yang sudah ditentukan (Jannah et al. 2021)

Mahasiswa keperawatan mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa jurusan lainnya. Tingginya stres yang dialami mahasiswa keperawatan diakibatkan karena beberapa stresor seperti tekanan akademik, permasalahan psikologis, tingginya ekspektasi orang tua, kecemasan terhadap masa depan, minimnya durasi serta fasilitas hiburan, frekuensi ujian akademik, ujian klinik, situasi hidup di kos, kualitas makan, permasalahan kesepian dan permasalahan keuangan. (Yelvita 2022)

Menurut Rafidah mengatakan bahwa stres sebenarnya dapat meningkatkan kinerja belajar dan memori. Dalam proses pembelajaran mahasiswa dapat menerapkan efek positif dari stres jika bebannya tidak melebihi kemampuannya. Mahasiswa tersebut yang mengalami stres diakibatkan oleh intensitas pemberian tugas yang banyak yang harus dicapai mahasiswa. (Zamroni 2020)

Berdasarkan hasil analisis hubungan, sebagian besar mahasiswa jika mendapatkan tugas yang banyak akan mengalami tingkat stres yang tinggi, Menurut penelitian yang dilakukan *Sunarya et al.* menyebutkan bahwa tugas perkuliahan merupakan salah satu faktor signifikan yang berpengaruh dengan tingkat stres mahasiswa.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pada saat pengambilan data tidak bisa dilakukan dalam satu hari karena menyesuaikan jadwal yang kosong atau senggang pada kelas yang akan diambil sebagai responden, sehingga harus dilakukan beberapa hari.

E. Implikasi Keperawatan

1. Implikasi Terhadap Profesi

Hasil penelitian ini bisa menjadi referensi tambahan di bidang kesehatan khususnya keperawatan dalam mata ajar keperawatan jiwa.

2. Implikasi terhadap Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan teori dalam keperawatan jiwa di Fakultas Ilmu Keperawatan dan sebagai tambahan teori di dalam perpustakaan UNISSULA.

3. Implikasi Terhadap Masyarakat

Sebagai sumber informasi tentang hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penelitian Hubungan antara Intesnitas Pemberian Tugas dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

1. Karakteristik responden sebagian besar berusia 20 tahun sebanyak dan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan.
2. Sebagian besar responden mengalami intensitas pemberian tugas banyak
3. Sebagian besar responden mengalami tingkat stres berat.
4. Penelitian ini menggunakan uji *Chi square* dengan nilai P value 0,000 yang berarti p value $<0,05$. Artinya terdapat hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

B. Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan
Profesi keperawatan dapat mengetahui dengan jelas tentang hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa FIK UNISSULA, sehingga dapat menambah pengetahuan tentang ilmu keperawatan, selain itu penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk dasar melakukan penelitian lebih lanjut yang sejenis.
2. Bagi institusi
Sebagai masukan dalam bidang keperawatan jiwa, untuk menambah literatur tentang hubungan antara intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan.
3. Bagi Masyarakat
Penelitian ini dapat memberikan informasi yang baik, sikap yang positif bagi masyarakat mengenai intensitas pemberian tugas dengan tingkat stres.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutya untuk bisa menambahkan data demografinya bisa ditambahkan apakah responden memiliki circle atau tidak, tinggal dirumah atau di kost, ditambah dalam mengambil responden tidak hanya satu angkatan. Semoga penelitian ini bermanfaat untuk menambah litelature selanjutya.



DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Putri Dewi, Sambodo Sriadi Pinilih, and Retna Tri Astuti. 2019. "Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 5(1):40. doi: 10.26714/jkj.5.1.2017.40-47.
- Amini, Manna, Marina Dwi Mayangsari, Dan Rika, and Vira Zwagery. 2019. "Hubungan Antara Kemandirian Belajar Dengan Komitmen Tugas Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi the Relationship Between1Self6Directed Learning and Task Commitment Among Psychology Student." *Jurnal Kognisia* 2(2):149–52.
- Anggi Alifta, Fenindra, Evi Martha, Departemen Pendidikan Kesehatan, Ilmu Perilaku, and Kesehatan Masyarakat. 2023. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Selama Masa Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa Program Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Factors Associated with Stress on Students of Extension Program in Faculty of Public Healt." *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* 5(1):10–19. doi: 10.47034/ppk.v4i2.6190.
- Anon. n.d. "18109-1-34345-1-10-20160119."
- Astutik, Endang Fidyaa. 2021. "Hubungan Antara Study From Home (SFH) Dengan Tingkat Stres Anak Usia Sekolah." 48.
- B, Hamzah, and Rahmawati Hamzah. 2020. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika." *Indonesian Journal for Health Sciences* 4(2):59. doi: 10.24269/ijhs.v4i2.2641.
- Barseli, Mufadhal, Riska Ahmad, and Ifdil Ifdil. 2018. "Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar." *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 4(1):40. doi: 10.29210/120182136.
- Chalimi, Muchammad Kahfi. 2017. "Implementasi Contract Untuk Untuk Teknik Behavior Behavior Contract Memotivasi Siswa Dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (Pr) Di Madrasah." *Intelektual* 7(1):82–89.
- Darminto. 2018. "Pengaruh Intensitas Pemberian Tugas Rumah Terhadap Prestasi Belajar Kelas X Peserta Didik Teknik Kendaraan Ringan Di Smk Muhammadiyah Prambanan Dan Smk Muhammadiyah 3 Yogyakarta." 21.
- Dwi Handayani. 2018. "Hubungan Antara Sense of Humor Dan Stres Akademik Pada Siswa Full Day School." *Repository Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau* 16–44.
- Ervina, Lilik, and Suci Rohayati. 2018. "Pengaruh Pemahaman Perpajakan, Intensitas Pemberian Tugas Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar

Akuntansi Perpajakan Pada Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Surabaya.” *Jurnal Pendidikan Akuntansi (JPAK)* 04:1–6.

Fitri, R. 2020. “3 . 1 Desain Penelitian Penelitian Ini Adalah Penelitian Deskriptif , Menurut Notoatmodjo (2018) Penelitian Deskriptif Adalah Penelitian Yang Diarahkan Untuk Mendeskripsikan Atau Menguraikan Suatu Keadaan Didalam Suatu Komunitas Atau Masyarakat . Peneli.” *Poltekkesbandung.Ac.Id* 39–53.

Hafizhuddin, Muhammad Ibrahim. 2019. “Hubungan Antara Self Disclosure Melalui Status Wa Dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Surabaya.”

Hasanah, Puji Nurfauziatul. 2022. “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021.” *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah* 8(2):161–69. doi: 10.33867/jka.v8i2.280.

Jannah, 2019. n.d. “The Effect of Multiple Tasks on Health.”

Jannah, Riazul, and Harri Santoso. 2021. “Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat* 1(1):130–46. doi: 10.22373/jrpm.v1i1.638.

Lailiana, Nur Aulia, and Agustin Handayani. 2017. “Motivasi Berprestasi Ditinjau Dari Komitmen Terhadap Tugas Pada Mahasiswa.” *The 1st Education and Language International Conference Proceedings Center for International Language Development of Unissula* 89–96.

Los, Unidad Metodología D. E. Conocimiento D. E. 2019.

Manik, Novriana, Suwanto Suwanto, Hesti Yuningrum, and Naomi Nisari Rosdewi. 2023. “Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Respati Yogyakarta Selama Perkuliahan Online Di Masa Pandemi.” *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* 8(2):188. doi: 10.35842/formil.v8i2.506.

Nasrani, Lusia, and Susy Purnawati. 2020. “STRESS LEVEL DIFFERENCE BETWEEN MEN AND WOMEN ON YOGA PARTICIPANTS IN DENPASAR CITY PENDAHULUAN Dewasa Ini , Hampir Setiap Orang Pernah Mengalami Stres . Stres Terjadi Karena Adanya Tuntutan Yang Melebihi Kemampuan Individu Untuk Apabila Seseorang Preval.” *E-Jurnal Medika Udayana* 4(12).

Nur, Lina, and Hidayati Mugi. 2021. “Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi.” *Jurnal Ilmu Manajemen* 18(1):20–30.

Oddang, Fildzah Maharani. 2019. “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Karyawan Universitas Muhammadiyah Malang.” 41–48.

Purba, Muhaini Atmayana. 2019. “Analisis Kelengkapan Dokumentasi

- Keperawatan Di Ruang Rawat Inap Non Intensive Rumah Sakit X.” *J Majority* 4(1):1–8.
- Ranuntu, Christian G. 2017. “Program Magister Unsrat, ISSN 2338-4085 Kajian Linguistik, Tahun IV, No.3, Februari 2017.” (3):43–54.
- Rohmatillah, Wulida. 2021. “Stress Akademik Antara Laki-Laki Dan Perempuan Siswa School from Home.” 8:38–52.
- Setiyawan, Yudik. 2017. Soares, Sonia. 2019.\151:10–17.
- Supradewi, Ratna. 2021. “Stres Akademik Ditinjau Dari Adversity Quotient Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Tahun Pertama Pada Masa Pandemi Covid-19 Maret 2021.” *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 3(0):81–93.
- Sutjiato, Margareth, and G. D. Kandou a a T. Tucunan. 2019. “Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.” *Jikmu* 5(1):30–42.
- Tingkat, Gambaran, Stres Pada, Pasien Pre, Katarak Di, and Kabupaten Jember. 2019. “Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember.”
- Yelvita, Feby Sri. 2022. *Laurwis* (8.5.2017):2003–5.
- Zamroni, Zamroni. 2020. “Prevalensi Stres Akademik Mahasiswa.” *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam* 12(2):51. doi: 10.18860/psi.v12i2.6404.
- Ambarwati, Putri Dewi, Sambodo Sriadi Pinilih, and Retna Tri Astuti. 2019. “Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 5(1):40. doi: 10.26714/jkj.5.1.2017.40-47.
- Amini, Manna, Marina Dwi Mayangsari, Dan Rika, and Vira Zwagery. 2019. “Hubungan Antara Kemandirian Belajar Dengan Komitmen Tugas Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi the Relationship Between lSelf6Directed Learning and Task Commitment Among Psychology Student.” *Jurnal Kognisia* 2(2):149–52.
- Anggi Alifta, Fenindra, Evi Martha, Departemen Pendidikan Kesehatan, Ilmu Perilaku, and Kesehatan Masyarakat. 2023. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Selama Masa Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa Program Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Factors Associated with Stress on Students of Extension Program in Faculty of Public Healt.” *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* 5(1):10–19. doi: 10.47034/ppk.v4i2.6190.
- Anon. n.d. “18109-1-34345-1-10-20160119.”
- Astutik, Endang Fidya. 2021. “Hubungan Antara Study From Home (SFH) Dengan Tingkat Stres Anak Usia Sekolah.” 48.

- B, Hamzah, and Rahmawati Hamzah. 2020. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika." *Indonesian Journal for Health Sciences* 4(2):59. doi: 10.24269/ijhs.v4i2.2641.
- Barseli, Mufadhal, Riska Ahmad, and Ifdil Ifdil. 2018. "Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar." *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 4(1):40. doi: 10.29210/120182136.
- Chalimi, Muchammad Kahfi. 2017. "Implementasi Contract Untuk Untuk Teknik Behavior Behavior Contract Memotivasi Siswa Dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (Pr) Di Madrasah." *Intelektual* 7(1):82–89.
- Darminto. 2018. "Pengaruh Intensitas Pemberian Tugas Rumah Terhadap Prestasi Belajar Kelas X Peserta Didik Teknik Kendaraan Ringan Di Smk Muhammadiyah Prambanan Dan Smk Muhammadiyah 3 Yogyakarta." 21.
- Dwi Handayani. 2018. "Hubungan Antara Sense of Humor Dan Stres Akademik Pada Siswa Full Day School." *Repository Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau* 16–44.
- Ervina, Lilik, and Suci Rohayati. 2018. "Pengaruh Pemahaman Perpajakan, Intensitas Pemberian Tugas Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi Perpajakan Pada Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Surabaya." *Jurnal Pendidikan Akuntansi (JPAK)* 04:1–6.
- Fitri, R. 2020. "3 . 1 Desain Penelitian Penelitian Ini Adalah Penelitian Deskriptif , Menurut Notoatmodjo (2018) Penelitian Deskriptif Adalah Penelitian Yang Diarahkan Untuk Mendeskripsikan Atau Menguraikan Suatu Keadaan Didalam Suatu Komunitas Atau Masyarakat . Peneli." *Poltekkesbandung.Ac.Id* 39–53.
- Hafizhuddin, Muhammad Ibrahim. 2019. "Hubungan Antara Self Disclosure Melalui Status Wa Dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Surabaya."
- Hasanah, Puji Nurfauziatul. 2022. "Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021." *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah* 8(2):161–69. doi: 10.33867/jka.v8i2.280.
- Jannah, 2019. n.d. "The Effect of Multiple Tasks on Health."
- Jannah, Riazul, and Harri Santoso. 2021. "Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat* 1(1):130–46. doi: 10.22373/jrpm.v1i1.638.
- Lailiana, Nur Aulia, and Agustin Handayani. 2017. "Motivasi Berprestasi Ditinjau Dari Komitmen Terhadap Tugas Pada Mahasiswa." *The 1st Education and Language International Conference Proceedings Center for International Language Development of Unissula* 89–96.

- Manik, Novriana, Suwato Suwato, Hesti Yuningrum, and Naomi Nisari Rosdewi. 2023. "Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Respati Yogyakarta Selama Perkuliahan Online Di Masa Pandemi." *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* 8(2):188. doi: 10.35842/formil.v8i2.506.
- Nasrani, Lusia, and Susy Purnawati. 2020. "STRESS LEVEL DIFFERENCE BETWEEN MEN AND WOMEN ON YOGA PARTICIPANTS IN DENPASAR CITY PENDAHULUAN Dewasa Ini , Hampir Setiap Orang Pernah Mengalami Stres . Stres Terjadi Karena Adanya Tuntutan Yang Melebihi Kemampuan Individu Untuk Apabila Seseorang Prevale." *E-Jurnal Medika Udayana* 4(12).
- Nur, Lina, and Hidayati Mugi. 2021. "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi." *Jurnal Ilmu Manajemen* 18(1):20–30.
- Oddang, Fildzah Maharani. 2019. "Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Karyawan Universitas Muhammadiyah Malang." 41–48.
- Purba, Muhaini Atmayana. 2019. "Analisis Kelengkapan Dokumentasi Keperawatan Di Ruang Rawat Inap Non Intensive Rumah Sakit X." *J Majority* 4(1):1–8.
- Ranuntu, Christian G. 2017. "Program Magister Unsrat, ISSN 2338-4085 Kajian Linguistik, Tahun IV, No.3, Februari 2017." (3):43–54.
- Rohmatillah, Wulida. 2021. "Stress Akademik Antara Laki-Laki Dan Perempuan Siswa School from Home." 8:38–52..
- Supradewi, Ratna. 2021. "Stres Akademik Ditinjau Dari Adversity Quotient Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Tahun Pertama Pada Masa Pandemi Covid-19 Maret 2021." *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 3(0):81–93.
- Sutjiato, Margareth, and G. D. Kandou a a T. Tucunan. 2019. "Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado." *Jikmu* 5(1):30–42.
- Tingkat, Gambaran, Stres Pada, Pasien Pre, Katarak Di, and Kabupaten Jember. 2019. "Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember." *Lauwis* (8.5.2017):2003–5.
- Zamroni, Zamroni. 2020. "Prevalensi Stres Akademik Mahasiswa." *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam* 12(2):51. doi: 10.18860/psi.v12i2.6404.