

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES BELAJAR DENGAN STRATEGI *COPING*
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana



Oleh:

EMANUEL DELVIANUS LUAN

NIM: 2011121109

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2015**

**SURAT PERNYATAAN
ORISINALITAS KARYA ILMIAH**

Saya mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : EMANUEL DELVIANUS LUAN

NIM : 2011121109

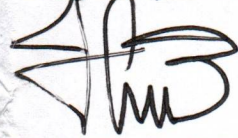
Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi

Judul : “Hubungan Stres Belajar Dengan Strategi *Coping* Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta”.

adalah benar-benar karya yang saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/karya orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 22 Desember 2015
Yang Menyatakan



(EMANUEL D. LUAN)

NIM : 2011121109

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Sivitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Emanuel Delvianus Luan

NIM : 2011121109

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non – exclusive Royalty Free Right*) atas Tugas Akhir/Skripsi saya yang berjudul :

“Hubungan Stres Belajar Dengan Strategi *Coping* Mahasiswa Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta”.

Beserta instrumen/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalihmediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co author* atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 22 Desember 2015

Yang membuat pernyataan,



LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN STRES BELAJAR DENGAN STRATEGI *COPING* MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

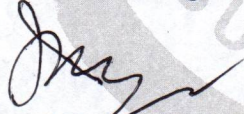
Disusun oleh :

EMANUEL DELVIANUS LUAN

2011121109

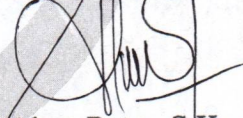
Tugas Akhir ini telah disetujui untuk dipertahankan
di hadapan dewan penguji
pada tanggal 22 Desember 2015

Pembimbing I



Wahyu Bintoro, S.Kp., M.Kes.

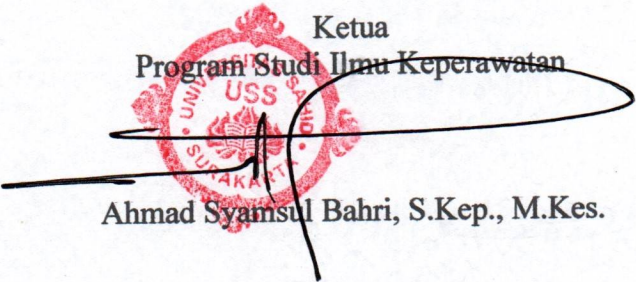
Pembimbing II



Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns.

Mengetahui

Ketua
Program Studi Ilmu Keperawatan



Ahmad Syamsul Bahri, S.Kep., M.Kes.

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN STRES BELAJAR DENGAN STRATEGI *COPING* MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Disusun oleh :

EMANUEL DELVIANUS LUAN
2011121109

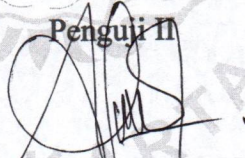
Tugas Akhir ini telah diterima dan disahkan
oleh dewan penguji tugas akhir
Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta
Pada tanggal 22 Desember 2015

Penguji I



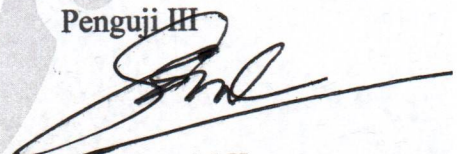
Wahyu Bintoro, S.Kp.,M.Kes.

Penguji II



Fajar Alam Putra, S.Kep.,Ns.

Penguji III



dr. Sumarsono, M.Kes.

Mengetahui

Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan



dr. Sumarsono, M.Kes.

MOTTO

*Berusaha keras mewujudkan harapan
dengan niat yang baik dan tulus,
berdoa dalam ketekunan dan kesabaran
serta menghargai dan menggunakan waktu dengan sebaik-
baiknya adalah hal yang utama
dalam melakukan apa yang kita sukai dan cintai*

(Penulis)



PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa puji dan syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karya ini peneliti persembahkan untuk :

1. Keluarga besar tercinta, terutama kedua orang tua penulis yang selama ini selalu mendoakan dan memberikan cinta dan kasih sayang, dukungan, motivasi, pengorbanan, nasihat dan kebahagiaan yang tiada henti dalam setiap langkah perjuangan peneliti. Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa selalu memberkati, menjaga dan membalas kebaikan bapak dan ibu tercinta. Terima kasih untuk segalanya.
2. Adik-adik tersayang. Terima kasih atas dukungannya. Tuhan memberkati
3. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Terima kasih atas dukungan kalian. Tuhan memberkati.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan berupa arahan, bimbingan dan dorongan yang berarti sampai terselesaikannya skripsi ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Kohar Sulistyadi, MSIE, selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Sahid Surakarta ini dan telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian di Universitas Sahid Surakarta ini.
2. Dr. Ir. Haryo Santoso Harjokusumo, MM, selaku Wakil Rektor I Universitas Sahid Surakarta, yang telah membantu dan memberikan pelayanan dengan baik.
3. H. Hartanto, SH., M.Hum., selaku Wakil Rektor II Universitas Sahid Surakarta, yang telah membantu dan memberikan pelayanan dengan baik.
4. Sri Huning A, ST, M.Kom., selaku Wakil Rektor III Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan segala kemudahan serta memberikan pelayanan dengan baik.

5. dr. Sumarsono, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta sekaligus Penguji III yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan dan memberikan ijin administrasi di Program Studi Ilmu Keperawatan, serta memberikan saran-saran pada skripsi ini.
6. Ahmad Syamsul Bahri, S.Kep., M.Kes., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang telah banyak membantu, membimbing, mengarahkan serta memberikan saran dan motivasi kepada penulis.
7. Wahyu Bintoro, S.Kp., M.Kes., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.
8. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., selaku Pembimbing Akademik Kelas A14 Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta sekaligus Pembimbing II yang telah memberikan saran, bimbingan, arahan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh staf pengajar Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan pengajaran atas ilmunya.
10. Teman-teman mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan bantuan dan dukungannya.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan yang penulis belum atau tidak mengetahuinya. Maka dari itu, penulis

mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari para pembaca. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan profesi keperawatan.

Surakarta,

2015

Emanuel D. Luan



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
INTISARI	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6

E. Keaslian Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	11
1. Stres	11
2. Belajar	29
3. Strategi <i>Coping</i>	34
4. Hubungan Strategi <i>Coping</i> Dengan Stres Belajar Mahasiswa	41
B. Kerangka Teori	43
C. Kerangka Konsep	44
D. Hipotesis	44
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	45
B. Waktu dan Tempat Penelitian	45
C. Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel	45
D. Variabel Penelitian	47
E. Definisi Operasional	48
F. Instrumen Penelitian	49
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	51
H. Pengumpulan dan Pengolahan Data	54
I. Jalannya Penelitian	60
J. Etika Penelitian	62

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	63
B. Hasil Penelitian	65
1. Karakteristik Responden	65
2. Analisis Univariat	68
3. Analisis Normalitas dan Homogenitas	71
4. Analisis Bivariat	72
C. Pembahasan	73
D. Keterbatasan Penelitian	77

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	79
B. Saran	79

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Definisi Operasional	48
Tabel 3.2. Kisi – Kisi Kuesioner Variabel Strategi <i>Coping</i> Mahasiswa	50
Tabel 3.3. Interpretasi Koefisien Korelasi	60
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	65
Tabel 4.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Semester	67
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Stres Belajar Mahasiswa	69
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Strategi <i>Coping</i>	70
Tabel 4.6. Hasil Uji Normalitas Data	71
Tabel 4.7 Hasil Uji Homogenitas Data	71
Tabel 4.8. Hasil Analisis Bivariat	72

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	43
Gambar 2.2. Kerangka Konsep	44
Gambar 4.1. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Umur ..	66
Gambar 4.2. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	67
Gambar 4.3. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Semester	68
Gambar 4.4. Diagram Pie Distribusi Frekuensi Stres Belajar	69
Gambar 4.5. Diagram Pie Distribusi Frekuensi Strategi <i>Coping</i>	70

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 4. Data Uji Validitas
- Lampiran 5. Hasil Uji Validitas
- Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas
- Lampiran 7. Data Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Uji Karakteristik Responden
- Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 10. Hasil Uji Homogenitas
- Lampiran 11. Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 12. Hasil Analisis Bivariat
- Lampiran 13. Jadwal Penelitian
- Lampiran 14. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 15. Surat Ijin Uji Validitas
- Lampiran 16. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 17. Surat Jawaban Uji Validitas
- Lampiran 18. Surat Jawaban Ijin Penelitian
- Lampiran 16. Lembar Konsultasi Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotrophic Hormone</i>
BAAK	: Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan
CRH	: <i>Corticotrophic Releasing Hormone</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
EFC	: <i>Emotion focused coping</i>
ICCU	: <i>Intensive Coronary Care Unit</i>
PFC	: <i>Problem focused coping</i>
SPSS	: <i>Statistical Program and Service Solution</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

INTISARI

HUBUNGAN STRES BELAJAR DENGAN STRATEGI *COPING* MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Emanuel Delvianus Luan¹, Fajar Alam Putra², Wahyu Bintoro³

Latar Belakang: Stres belajar atau akademik muncul karena adanya perasaan yang dialami mahasiswa ketika terdapat tekanan-tekanan yang berhubungan dengan belajar dan kegiatan-kegiatan lain, contohnya tenggat waktu tugas, tidak selesai sebelum *deadline* yang diberikan, cemas jika hasil belajarnya jelek, takut apabila prestasinya rendah, saat menjelang ujian dan hal-hal lainnya. Akibat stres yang berkepanjangan adalah terjadinya kelelahan baik fisik maupun mental, dan berbagai macam keluhan/gangguan. Tanpa disadari, mahasiswa seringkali menggunakan jenis penyesuaian diri yang kurang tepat dalam menghadapi stresnya. Penyesuaian diri dalam menghadapi stres, di dalam konsep kesehatan mental dikenal sebagai *coping* yang artinya menanggulangi, mengatasi masalah.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara stres belajar dengan strategi *coping* pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Metode: Penelitian ini merupakan deskriptif kausal dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid sebanyak 121 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 mahasiswa reguler, dengan penentuan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji korelasi *Pearson*.

Hasil Penelitian: Hasil uji korelasi *Pearson* diperoleh r_{hitung} sebesar -0,406 ($p\text{-value}=0,002$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa menggunakan strategi *coping* adaptif yaitu sebanyak 46 mahasiswa (84%) dan sebagian besar mahasiswa mengalami stres kategori ringan yaitu sebanyak 40 mahasiswa (73%).

Simpulan: Ada hubungan yang negatif dan signifikan antara stres belajar dengan strategi *coping* mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji korelasi *Pearson* dengan signifikansi $p\text{-value}=0,002 < 0,05$.

Kata Kunci : Stres Belajar, Strategi *Coping*, Mahasiswa Keperawatan

1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
2. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
3. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

ABSTRACT

THE CORELLATION OF LEARNING STRESS WITH COPING STRATEGY AMONG STUDENTS OF NURSING SCIENCE PROGRAM AT SAHID UNIVERSITY OF SURAKARTA

Emanuel Delvianus Luan¹, Fajar Alam Putra², Wahyu Bintoro³

Background: Learning stress or also known as academic stress emerged because of the existence of feelings who experienced by the students when there were pressures which related to learning and other activities, for example date for the task, could not accomplished the task before deadline, felt anxious if the study results was ugly, afraid if their performed were low, while toward to attended the exam and other things. As a result of prolonged stress, the physical and mental fatigue would be occurred and other various complaints or disorders. Unwittingly, the students often used the type of unappropriated adjustment in faced of stress. In the concept of mental health, adjustment known as coping which means to cope, to encounter the stress, or solving the problem.

Purpose: To determined the correlation of learning stress with coping strategy among students of nursing science program at Sahid University of Surakarta.

Method: This research method was a descriptive causal with cross sectional approached. The population of this research were 121 students of nursing science program at Sahid University of Surakarta. The samples were 55 regular students with using proportional random sampling technique. Data analysis of this research was using Pearson Correlation.

The Result of Research: Pearson analysis result obtained r_{obs} of -0,406 (p -value=0,002). The result of this research showed that most of the students applied adaptive coping strategy were 46 students (84%), and most of the students who suffered mild stress were 40 students (73%).

Conclusion: There was a negative and significant correlation between learning stress and coping strategy among students of nursing science program at Sahid University of Surakarta. It was proved by statistical result of Pearson Correlations with significance of p -value=0,002 < 0,05.

Keywords: learning stres, coping strategy, nursing students

1. Student of Nursing Science Program, Sahid University of Surakarta.
2. Lecturer of Nursing Science Program, Sahid University of Surakarta.
3. Lecturer of Nursing Science Program, Sahid University of Surakarta