



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR  
MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II  
STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL**

**OLEH :**

**RINNA MERLIN SORONGAN (C1814201228)**

**RESKY (C18142012227)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR**

**2020**



## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL**

**Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Stella Maris Makassar**

**OLEH :**

**RINNA MERLIN SORONGAN (C1814201228)**

**RESKY (C18142012227)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR**

**2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama/NIM :

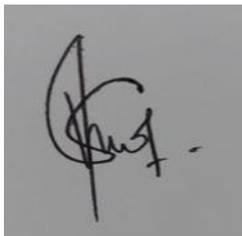
1. Rinna Merlin Sorongan/ C1814201228
2. Resky/ C1814201227

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

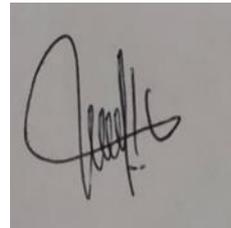
Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 2 April 2020

Yang menyatakan,



(Rinna Merlin Sorongan)  
C1814201228



(Resky)  
C1814201227

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**UJIAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR  
MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II  
STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**Diajukan Oleh :**

**RINNA MERLIN SORONGAN (C1814201228)  
RESKY (C18142012227)**

**Disetujui Oleh :**

**Pembimbing**

**Wakil Ketua  
Bidang Akademik**

**(Fransisco Irwandy, Ns.M.Kep)  
NIDN: 0910099002**

**(Henny Pongantung, Ns., MSN., DN.Sc)  
NIDN.0912106501**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR  
MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II  
STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:  
Rinna Merlin Sorongan (C1814201228)  
Resky (C1814201227)

Telah dibimbing dan disetujui oleh:  
**(Fransisco Irwandy, Ns. M.Kep)**  
**NIDN: 0910099002**

Telah Diuji Dan Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Pada Tanggal 2 April  
2020 dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II

**(Hasrat Jaya Ziliwu, Ns. M.Kep)**  
**NIP: 197509132006041007**

**(Sr. Anita Sampe, SJMJ. Ns. MAN)**  
**NIDN: 0917107402**

Penguji III

**(Fransisco Irwandy, Ns. M.Kep)**  
**NIDN: 0910099002**

Makassar, 2 April 2020  
Program S1 Keperawatan dan Ners  
Ketua STIK Stella Maris Makassar

**(Siprianus Abdu, S.S i., S.Kep., Ns., M.Kes)**  
**NIDN: 0928027101**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

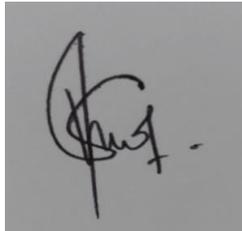
Nama : Rinna Merlin Sorongan/ C1814201228  
Resky/ C1814201227

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, mengalih media/ formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan pengembangan ilmu pengetahuan.

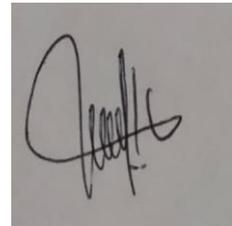
Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 2 April 2020

Yang menyatakan



(Rinna Merlin Sorongan)  
C1814201228



(Resky)  
C1814201227

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala penyelenggaraan bantuan dan bimbingan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **“HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT II STIK STELLA MARIS MAKASSAR”**.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu tugas akhir bagi kelulusan mahasiswa/mahasiswi STIK Stella Maris Makassar Program S1 Keperawatan dan persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dan yang dapat membantu penulis untuk menyempurnakan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa penulis banyak mendapatkan bantuan, pengarahan, bimbingan serta doa dan motivasi dari berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis secara khusus mengucapkan terima kasih kepada :

1. Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes selaku Ketua STIK Stella Maris Makassar dan sekaligus sebagai dosen Biostatistik serta Riset dan Metodologi Stik Stella Maris Makassar yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta motivasi untuk menyusun skripsi ini.
2. Henny Pongantung,Ns.,MSN.,DN.Sc selaku Wakil Ketua Bagian Akademik STIK Stella Maris mengarahkan dan memberikan banyak masukan kepada penulis.
3. Fransiska Anita E.R.S,S.Kep,Ns.,M.Kep,Sp,KMB selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.
4. Fransisco Irwandy,Ns. M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, dan dukungan kepada penulis dari awal hingga selesainya skripsi ini.
5. Para dosen dan staf yang telah membantu dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Teristimewa untuk suami tercinta, anak serta keluarga dan sanak saudara yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, semangat, nasehat dan yang paling utama adalah cinta dan kasih sayang serta bantuan mereka berupa moril dan juga material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Sahabat kami teman-teman kelas khusus 2B yang telah mendukung dan memberikan motivasi selama menyusun skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam menyusun skripsi ini. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Makassar, Maret 2020

Penulis

## **ABSTRAK**

### **HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA TINGKAT II S1 KEPERAWATAN STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**(Dibimbing oleh Fransisco Irwandy)**

**RINNA MERLIN SORONGAN  
RESKY**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS  
STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

**(xvi + 42 halaman + 21 daftar pustaka + 7 tabel + 9 lampiran)**

Stres merupakan suatu perasaan emosional yang sering dialami manusia, terutama bagi mereka yang menghadapi tuntutan untuk bertindak secara cepat dan tepat. Mahasiswa Keperawatan dalam pendidikannya dituntut untuk selalu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan stres. Meningkatnya jumlah stres akademik yang dipengaruhi oleh banyak faktor dapat berdampak pada prestasi belajar mahasiswa Keperawatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar. Desain penelitian yang digunakan observasional analitik (non eksperimen) dengan pendekatan *cross sectional study*. Jumlah sampel penelitian sebanyak 104 responden mahasiswa S1 keperawatan tingkat II dan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi square* kemudian dilanjutkan dengan uji alternatif uji *Kolmogorov smirnov* dengan nilai  $P = 1,000 > \text{nilai } \alpha = 0,05$  yang artinya ( $H_a$ ) ditolak dan ( $H_o$ ) diterima. Kesimpulan penelitian ini menyatakan tidak ada hubungan antara stres akademik dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar tahun 2019. Berdasarkan penelitian ini diharapkan mahasiswa agar dapat mengelola stres dengan baik sehingga dapat memperoleh prestasi yang baik selama proses perkuliahan.

Kata kunci : Tingkat Stres , prestasi belajar  
Pustaka : 10 buku, 9 jurnal, internet 2 (2002-2019)

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP OF STRESS LEVELS WITH STUDENT LEARNING ACHIEVEMENT LEVEL II S1 STATE MAINTENANCE STELLA MARIS MAKASSAR

(Supervised by Fransisco Irwandy)

RINNA MERLIN SORONGAN  
RESKY

STUDY PROGRAM S1 NURSING AND NERS  
STIK STELLA MARIS MAKASSAR

(xvi + 42 page + 21 bibliography + 7 table + 9 Attachments)

Stress is an emotional feeling that is often experienced by humans, especially for those who face the demand to act quickly and appropriately. Nursing students in their education are required to always follow the development of science and technology, thus causing an increase in stress. The increasing amount of academic stress that is influenced by many factors can have an impact on student achievement in Nursing. The purpose of this study was to determine the relationship of stress levels with student achievement in level II nursing STIK Stella Maris Makassar. The research design used was analytic observational (non-experimental) with *cross sectional study approach*. The number of research samples were 104 respondents undergraduate nursing students level II and data collection using a questionnaire. The statistical test used was the test *chi square* then continued with the alternative test *Kolmogorov smirnov* with a value of  $P = 1,000 > \text{value } \alpha = 0.05$  which means ( $H_a$ ) was rejected and ( $H_o$ ) was accepted. The conclusion of this study states that there is no relationship between academic stress and academic achievement of level II S1 STIK Stella Maris Makassar nursing students in 2019. Based on this research students are expected to be able to manage stress well so they can get good achievements during the lecture process.

Keywords: Stress Level, learning achievement

Literature: 10 books, 9 journals, internet 2 (2002-2019)

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| <b>HALAMAN SAMPEL DEPAN</b> .....                             | i    |
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                                    | ii   |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....                  | iii  |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI</b> .....                | iv   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI</b> .....                 | v    |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI</b> ..... | vi   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                   | vii  |
| <b>ABSTRAK</b> .....  | ix   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                       | xi   |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                     | xiii |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                                    | xiv  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                                  | xv   |
| <b>DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH</b> .....       | xvi  |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....                                | 1    |
| A. Latar Belakang .....                                       | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                                      | 3    |
| C. Tujuan Penelitian .....                                    | 3    |
| 1. Tujuan Umum .....  | 3    |
| 2. Tujuan Khusus.....   | 3    |
| D. Manfaat Penelitian .....                                   | 4    |
| 1. Bagi Peneliti.....   | 4    |
| 2. Bagi Institusi Pendidikan.....                             | 4    |
| 3. Bagi Masyarakat .....                                      | 4    |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....                          | 5    |
| A. Tinjauan Umum Prestasi belajar .....                       | 5    |
| 1. Definisi .....   | 5    |
| 2. Manfaat dan Tujuan Prestasi Belajar.....                   | 5    |
| 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi belajar .....              | 7    |
| 4. Standart Prestasi Belajar .....                            | 9    |
| B. Tinjauan Umum tentang Stres .....                          | 9    |
| 1. Stres .....  | 9    |
| a. Definisi.....  | 9    |
| b. Sumber .....   | 10   |
| c. Jenis-jenis Stres .....                                    | 10   |
| d. Tingkat Stres .....  | 11   |
| e. Penggolongan Stres .....                                   | 11   |
| f. Tahap Stres.....   | 12   |
| g. Dampak Stres.....  | 13   |
| h. Cara Mengendalikan Stres .....                             | 13   |
| 2. Stres Akademik .....                                       | 14   |
| a. Defenisi .....   | 14   |
| b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....        | 14   |
| c. Gejala-gejala Stres Akademik .....                         | 15   |
| d. Respon terhadap Stres Akademik.....                        | 17   |
| 3. Teori DASS.....  | 18   |
| <b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b> .....        | 20   |
| A. Kerangka Konseptual.....                                   | 20   |

|  |           |
|--|-----------|
| B. Hipotesis Penelitian .....                          | 20        |
| C. Definisi Operasional .....                          | 21        |
| <b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>                  | <b>22</b> |
| A. Jenis Penelitian .....                              | 22        |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....                   | 22        |
| C. Populasi dan Sampel .....                           | 22        |
| D. Instrumen Penelitian .....                          | 22        |
| E. Pengumpulan Data .....                              | 23        |
| F. Pengolahan dan Penyajian Data .....                 | 26        |
| G. Analisis Data .....                                 | 28        |
| 1. Analisis Univariat .....                            | 28        |
| 2. Analisis Bivariat .....                             | 28        |
| <b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>     | <b>30</b> |
| A. Hasil Penelitian .....                              | 30        |
| 1. Pengantar .....                                     | 30        |
| 2. Gambaran Lokasi Penelitian .....                    | 31        |
| 3. Data Umum Responden .....                           | 32        |
| 4. Variabel Yang Diteliti .....                        | 33        |
| a. Analisa Univariat .....                             | 33        |
| b. Analisa Bivariat .....                              | 33        |
| B. Pembahasan .....                                    | 35        |
| 1. Karakteristik Responden .....                       | 35        |
| 2. Hubungan Tingkat Stres Terhadap IPK Mahasiswa ..... | 36        |
| <b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>                 | <b>41</b> |
| A. Simpulan .....                                      | 41        |
| B. Saran .....   | 41        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                                  |           |
| <b>LAMPIRAN</b>  |           |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 2.1 Skala pengukuran prestasi belajar .....  | 9  |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....  | 21 |
| Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada<br>Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar .....     | 32 |
| Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada<br>Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar .....              | 32 |
| Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres Pada<br>Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar .....             | 33 |
| Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Prestasi Belajar 1 Semester<br>Pada Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar ..... | 33 |
| Tabel 5.5 Analisis Hubungan Tingkat Stres dan Prestasi Belajar Mahasiswa<br>Tingkat II STIK Stella Maris Makassar .....              | 34 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 3.1 Bagan Kerangka Konseptual ..... | 20 |
|--|----|

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 : Lembar Permohonan Penelitian Mahasiswa
- Lampiran 3 : Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 5 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Lembar Instrumen Penelitian/Kuesioner
- Lampiran 7 : Master Tabel
- Lampiran 8 : Lembar Konsul Skripsi
- Lampiran 9 : Lembar Output SPSS

## DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

|        |  |
|--------|--|
| UNESCO | : <i>United Nations Educational, Scientific, And Cultural Organization</i>                         |
| OECD   | : <i>Organisation For Economic Co- Operation And Development</i>                                   |
| PISA   | : <i>Programme For International Student Assesment</i>   |
| IP     | : Indeks Prestasi  |
| STIK   | : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  |
| IPK    | : Indeks Prestasi Kumulatif  |
| IQ     | : nilai kecerdasan intelektual seseorang   |
| EQ     | : kecerdasan emosional   |
| DASS   | : <i>Depression Anxiety And Stress Scale</i>   |
| SPSS   | : <i>Statistical Package for the Social Sciences</i> , aplikasi untuk melakukan analisis statistik |
| S      | : Jumlah sampel  |
| N      | : Jumlah populasi  |
| d      | : Tingkat signifikan   |
| /      | : atau   |
| <      | : Kurang dari  |
| ≥      | : Lebih besar atau sama dengan   |
| Ha     | : Ada hubungan antara dua variabel   |
| Ho     | : Tidak ada hubungan antara dua variabel   |
| p      | : nilai probabilitas   |
| α      | : alpha, kesalahan maksimal yang ditentukan oleh peneliti  |

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam diri seseorang. Untuk mengetahui sampai seberapa jauh perubahan yang terjadi, perlu adanya penilaian. Penilaian terhadap hasil belajar seorang mahasiswa untuk mengetahui sejauh mana telah mencapai sasaran belajar inilah yang disebut sebagai prestasi belajar (Herdiman, 2015). Menurut *United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization* (UNESCO) data yang dikeluarkan tahun 2014 pendidikan Indonesia berada pada peringkat ke-57 untuk pendidikan diseluruh dunia dari 115 negara. Penelitian yang dilakukan *Organisation for Economic Co- operation and Development* (OECD) tahun 2015 menggunakan *tes Programme for International Student Assessment* (PISA) menyatakan bahwa prestasi belajar mahasiswa di Indonesia masih rendah, Indonesia berada pada peringkat 69 dari 76 negara.

Perguruan tinggi sebagai lembaga yang menyelenggarakan proses belajar mengajar secara lebih afektif dimana mahasiswa dituntut lebih berperan aktif dalam proses belajar sehingga lebih menekan tingkat belajar yang ekstra berat dan menuntut upaya tidak sedikit yang dilakukan mahasiswa untuk mendapatkan hasil belajar yang baik yaitu hasil prestasi belajar, proses untuk mencapainya tidak akan selalu berjalan sesuai harapan, pasti akan ada suatu hambatan yang terjadi, hambatan tersebut menantang seseorang untuk menjawabnya. Bagi beberapa orang mungkin saja mampu menjawab tantangan yang dihadapi dan melewatinya dengan tersenyum, namun ada juga beberapa orang tidak bisa menjawab dan tertekan untuk mencari jawaban, tekanan inilah yang kemudian disebut dengan stress. (Mustamir. 2009 dalam Ramdani, F. S. 2016). Salah satu fenomena penurunan prestasi belajar yang dialami mahasiswa dalam menempuh perkuliahan di perguruan tinggi ialah berhubungan dengan aktifitas jiwa, dengan kata lain faktor-faktor psikis

memang memiliki peran yang sangat menentukan dalam proses belajar dan hasilnya, dalam keadaan stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan perbuatan belajar tetapi perasaan dengan intensitas sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, stres, putus asa atau sangat gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi belajar yang dicapai mahasiswa. (Mustaqim, 2008 dalam RAHMI 2013).

Mahasiswa sebagai tonggak keberhasilan suatu bangsa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan secara cepat. Namun tidak semua dari mereka yang mampu beradaptasi atau mempunyai toleransi yang baik dan tidak sedikit yang akhirnya mengalami stres sehingga menghadapi kendala dalam meraih prestasi terutama di bidang akademik. Keadaan stres yang dialami mahasiswa di dunia perkuliahan sering disebut sebagai stres akademik. Stres akademik tergolong jenis stres negatif (*distress*). Mahasiswa diantara tingkat awal dan akhir memiliki tingkat stres yang berbeda, mahasiswa tingkat awal yang berpengaruh karena proses adaptasi dan tingkat akhir yang stress karena berkonsentrasi pada penyusunan skripsi sebagai hasil dari penyelesaian mahasiswa untuk meraih pendidikan diperguruan tinggi. (Weekes, C. 1991 dalam Usman, N.U.2010).

Dampak dari stres akademik yang dialami oleh mahasiswa dapat berdampak positif maupun negatif. Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stres yang dirasa berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik. Upaya yang dilakukan untuk dapat menyesuaikan diri dengan perubahan terhadap situasi yang mengancam berupa, perubahan cara berfikir (kognitif), perubahan perilaku atau perubahan lingkungan yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah atau stress yang dihadapi. Koping yang efektif akan menghasilkan adaptasi, yang dapat diidentifikasi melalui pertahanan terhadap stres. (Widianti, 2007 dalam AMALIA, 2017)

Dari beberapa kutipan diatas terlihat ada hubungan antara tingkat stress dengan indeks prestasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh NUZULUL RAHMI, 2013 bahwa terdapat hubungan antara tingkat

stres dengan prestasi belajar mahasiswa dengan nilai  $p = 0,005$ . Penelitian dari USMAN NUNIK, 2010 (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar) bahwa ada hubungan stres dengan pencapaian prestasi akademik mahasiswa. Penelitian oleh Oktafiani Tri Ananda, Rini Gusyaliza, Dian Pertiwi, 2018 dengan judul Hubungan Derajat Kerentanan Stres dan Prestasi Akademik Mahasiswa Indekos FK Unand Angkatan 2016, menyimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara derajat kerentanan stres dan prestasi akademik mahasiswa.

Melihat data hasil penelitian sebelumnya serta pengalaman yang penulis temui selama menjadi mahasiswa, maka penulis tertarik meneliti hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar. Dari data awal yang diperoleh jumlah mahasiswa tingkat II STIK Stella Maris makassar 2019 terdapat Mahasiswa.

## **B. Rumusan Masalah**

Stres merupakan respons tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban. Mahasiswa sangat rentan mengalami stres yang berkaitan dengan masalah akademik. Efek yang timbul sebagai akibat dari stres tidak hanya bergantung pada besarnya stressor, namun juga ditentukan oleh seberapa rentan tingkat stres terhadap respon seseorang oleh karena itu peneliti tertarik ingin mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar Tahun 2019.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa keperawatan tahun 2019 STIK Stella Maris Makassar.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi tingkat stress pada mahasiswa keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar tahun 2019.
- b. Untuk mengidentifikasi prestasi belajar pada mahasiswa keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar tahun 2019.

- c. Untuk mengidentifikasi hubungan antara stress dengan prestasi belajar pada mahasiswa keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar tahun 2019.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Peneliti**

Selain untuk menyelesaikan salah satu syarat kelulusan, penelitian ini juga diharapkan dapat memperdalam pengetahuan peneliti mengenai stres dan permasalahan yang ada pada mahasiswa dan diharapkan dapat menjadi sebuah bahan bacaan serta perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

##### **2. Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi pihak institusi STIK Stella Maris Makassar dalam memberikan perhatian dan penanganan terhadap masalah stress terutama bagi mahasiswa yang cenderung lebih muda mengalami stres. Serta dalam penelitian ini juga dapat membantu mahasiswa dalam mencapai dan mempertahankan prestasi sesuai kemampuan mahasiswa dengan mampu mengidentifikasi dan mengendalikan faktor yang dapat membuat prestasi menurun.

##### **3. Masyarakat**

Bagi pembaca dapat berguna untuk mengetahui hal-hal yang berhubungan tentang stres serta menjadi bagian referensi untuk yang ingin mempelajarinya.

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Tinjauan Umum Prestasi Belajar**

##### **1. Defenisi**

Prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dalam melakukan kegiatan. (Gagne,1978 dalam Zainal Ahmad Amrullah, 2017) menyatakan juga bahwa prestasi belajar dibedakan menjadi lima aspek, yaitu: kemampuan intelektual, strategi kognitif, informasi verbal, sikap dan keterampilan. Prestasi belajar dapat diukur melalui tes yang sering dikenal dengan tes prestasi belajar. Tes prestasi belajar bila dilihat dari tujuannya yaitu mengungkap keberhasilan seseorang dalam belajar. Testing pada hakikatnya menggali informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan. Tes prestasi belajar berupa tes yang disusun secara terencana untuk mengungkap performansi maksimal subyek dalam menguasai bahan-bahan atau materi yang telah diajarkan. Prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan keterampilan terhadap mata pelajaran yang dibuktikan melalui hasil tes. Setiap mahasiswa atau mahasiswi mempunyai tujuan yang ingin dicapai selama ia menuntut ilmu di sebuah lembaga pendidikan, baik itu memperoleh nilai yang baik, menambah pengetahuan dan memperluas lingkungan pergaulan atau hanya sekedar ingin mendapat gelar sarjana saja. Mahasiswa atau mahasiswi yang mempunyai tujuan untuk memperoleh nilai yang baik maka ia akan berusaha untuk meningkatkan prestasi akademiknya. (Saifudin Anwar. 2005 dalam Usman, N.U.2010).

##### **2. Manfaat dan tujuan prestasi belajar**

###### **a. Tujuan**

Tujuan penilaian hasil belajar peserta didik (Kunandar, 2014) adalah:

- 1) Melacak kemampuan peserat didik, artinya dengan melakukan penilaian maka perkembangan hasil belajar peserta didik dapat diidentifikasi, yakni menurun atau meningkat.

- 2) Mengecek ketercapaian kompetensi peserta didik, dengan melakukan penilaian, maka dapat diketahui apakah peserta didik telah menguasai kompetensi tersebut atau belum.
- 3) Menjadi umpan baik untuk perbaikan bagi peserta didik, dengan melakukan penilaian, maka dapat dijadikan bahan acuan untuk memperbaiki hasil belajar peserta didik yang masih dibawah standar.

b. Manfaat

Manfaat penilaian hasil belajar yang dilakukan oleh pengajar (Kunandar, 2014), yaitu:

- 1) Mengetahui tingkat pencapaian kompetensi selama dan setelah proses pembelajaran berlangsung.
- 2) Memberikan umpan balik bagi peserta didik agar mengetahui kekuatan dan kelemahannya dalam proses pencapaian kompetensi.
- 3) Memantau kemajuan kesulitan belajar yang dialami peserta didik.
- 4) Umpan balik bagi guru dalam memperbaiki metode, pendekatan, kegiatan, dan sumber belajar yang digunakan.
- 5) Memberikan pilihan alternatif penilaian guru.
- 6) Memberikan informasi kepada orang tua tentang mutu dan efektivitas pembelajaran yang dilakukan sekolah.

Menurut Benjamin S. Bloom dalam Nana Sujadna (2009), prestasi belajar peserta didik dikatakan sempurna jika memenuhi 3 aspek, yaitu:

a. Aspek kognitif

Aspek kognitif menjadi aspek utama dalam banyak kurikulum pendidikan dan menjadi tolak ukur penilaian perkembangan anak. Aspek kognitif merupakan aspek yang berkaitan dengan nalar atau proses berfikir (IQ), yaitu kemampuan dan aktivitas otak untuk mengembangkan kemampuan nasional. Dalam aspek kognitif dibagi lagi menjadi beberapa aspek yaitu, pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisa, sintesis, dan evaluasi.

b. Aspek afektif

Aspek afektif adalah aspek yang berdasarkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sikap dan kecerdasan emosi (EQ). dalam aspek efektif

dibagi lagi menjadi beberapa aspek, yaitu: penerimaan, responsif, penilaian, organisasi, dan karakteristik.

c. Aspek psikomotorik

Aspek psikomotorik adalah domain yang meliputi perilaku gerakan dan koodinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik seseorang. Keterampilan yang akan berkembang jika sering dipraktikkan ini dapat diukur berdasarkan jarak, kecepatan, teknik dan cara pelaksanaan. Dalam aspek psikomotorik terdapat tujuh kategori mulai dari yang terendah hingga yang tertinggi yaitu, gerakan refleks, keterampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual, keharmonisan atau ketepatan, gerakan keterampilan kompleks, gerakan ekspresif dan interpretatif.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar**

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar peserta didik menurut Susanto (2013) yaitu:

a. Faktor dari dalam diri peserta didik (internal)

1) Faktor fisiologis

Faktor psikologis adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan kondisi fisik individu. Faktor ini ada dua macam, yaitu:

a) Keadaan jasmani

Ini sangat mempengaruhi aktivitas belajar seseorang. Kondisi fisik yang sehat dan bugar akan memberikan dampak positif terhadap keiatan belajar.

b) Keadaan fungsi fisiologis

Selama proses belajar berlangsung peran fungsi fisiologis pada tubuh manusia sangat mempengaruhi hasil belajar terutama pada panca indra.

2) Faktor psikologis

Keadaan psikologis seseorang yang dapat mempengaruhi proses belajar. Beberapa faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses belajar adalah sebagai berikut:

a) Kecerdasan/intelegensi mahasiswa

Semakin tinggi tingkat intelegensi seseorang individu, semakin besar peluang individu meraih sukses dalam belajar. Sebaliknya, semakin rendah tingkat intelegensi individu, semakin sulit individu itu mencapai kesuksesan belajar.

b) Minat

Minat adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu.

c) Sikap

Sikap adalah gejala internal yang berdimensi afektif berupa kecenderungan untuk mereaksi atau merespon dengan cara yang relatif tetap terhadap objek, orang, peristiwa dan sebagainya.

d) Bakat

Apabila bakat seseorang sesuai dengan bidang yang sedang dipelajarinya, maka bakat itu akan mendukung proses belajarnya sehingga memungkinkan besar akan berhasil.

b. Faktor dari luar diri peserta didik (eksternal)

1) Lingkungan sosial

- a) Lingkungan sosial kampus, seperti dosen, administrasi dan teman-teman sekelas dapat mempengaruhi proses belajar mahasiswa.
- b) Lingkungan sosial masyarakat, kondisi lingkungan masyarakat tempat tinggal mahasiswa akan mempengaruhi belajar mahasiswa.
- c) Lingkungan sosial keluarga, hubungan antara anggota keluarga, orang tua, anak, kakak yang harmonis akan membantu peserta didik melakukan aktivitas belajar dengan baik.

2) Lingkungan nonsosial

- a) Lingkungan alamiah, kondisi udara yang segar dan suasana yang sejuk dan tenang. Lingkungan alamiah merupakan faktor yang dapat mempengaruhi belajar peserta didik. Bila kondisi lingkungan alam tidak mendukung proses belajar peserta didik akan terhambat.
- b) Faktor instrumental, perangkat belajar yang dapat digolongkan 2 macam, yaitu: pertama *hardware* seperti gedung sekolah, alat-alat

belajar, fasilitas belajar, lapangan olahraga. Kedua, *software* seperti kurikulum sekolah, peraturan-peraturan, buku panduan, dan silabus.

- c) Faktor materi pelajaran, faktor yang hendak disesuaikan dengan usia perkembangan mahasiswa dengan metode mengajar dosen disesuaikan dengan kondisi mahasiswa.

#### 4. Standar penilaian prestasi belajar

Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan RI no.44 tahun 2015 tentang standar penilain pembelajaran merupakan kriteria minimal tentang penilaian proses dan hasil belajar mahasiswa dalam rangka pemenuhan pencapaian pembelajaran. Mahasiswa program diploma dan program sarjana dinyatakan lulus apabila telah menempuh seluruh bebab belajar yang telah ditetapkan dan memiliki capaian pembelajaran lulusan yang ditargetkan oleh program studi dengan indeks prestasi kumulatif (IPK) lebih besar atau sama dengan 2.00.

Tabel 2.1  
Skala pengukuran prestasi belajar

| Predikat         |           |                  |               |
|------------------|-----------|------------------|---------------|
| Kurang Memuaskan | Memuaskan | Sangat memuaskan | Dengan Pujian |
| 1,00-2,75        | 2,76-3.00 | 3.01-3.50        | > 3.50- 4.00  |

## B. Tinjauan Umum tentang Stres

### 1. Stres

#### a. Definisi

Menurut *American Institute of Stres* tahun 2010 disebutkan bahwa tidak ada definisi yang pasti untuk stres karena setiap individu akan memiliki reaksi yang berbeda terhadap stres yang sama, sedangkan pengertian tentang stres menurut para ilmuwan, menurut Selye H. dikutip dari Pusdiknakes, Dep.Kes.RI (1989). Stres adalah respons manusia yang bersifat nonspesifik terhadap setiap tuntutan kebutuhan yang ada dalam dirinya. Menurut Hawari D. (2016). Stres adalah reaksi atau respons tubuh terhadap stresor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan). Menurut Heerdjan S, (1987), stres adalah suatu kekuatan yang mendesak

atau mencekam, yang menimbulkan suatu ketegangan dalam diri seseorang. Menurut Maramis, (1999). Stres adalah segala masalah atau tuntutan penyesuaian diri, dan arena itu, sesuatu yang mengganggu keseimbangan kita. Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalam lingkungan tersebut. (Grant Brecht .2000 dalam Usman N.U. 2010).

#### b. Sumber stres

##### 1) Internal (diri sendiri)

Sumber stres dalam diri sendiri, pada umumnya dikarenakan konflik yang terjadi antara keinginan dan kenyataan berbeda, mengingat bahwa manusia makhluk rohani dan jasmani maka stresor dapat dibagi stresor rohani (spiritual), stresor mental (psikologis), dan stresor jasmani (fisikal).

##### 2) Keluarga

Sementara itu stres yang bersumber dari keluarga dapat terjadi karena adanya peselisihan masalah keluarga, masalah keuangan, serta adanya tujuan yang berbeda diantara anggota keluarga.

##### 3) Masyarakat dan lingkungan

Pada sisi lain, masyarakat dan lingkungan juga menjadi salah satu sumber stres. Kurangnya hubungan interpersonal, serta kurang adanya pengakuan dimasyarakat, merupakan penyebab stres dari lingkungan dan masyarakat (Hidayat, 2008 dalam DrJenita.D.T.D, 2017).

#### c. Jenis-jenis stres

Stres tidak selalu buruk. Stres bisa positif dan bisa negatif. Quick dan Quick (1984) mengategorikan jenis stres menjadi dua, yaitu:

1) *Eustres*, yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat *performance* yang tinggi.

2) *Distres*, yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (bersifat merusak). Hal tersebut termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti penyakit kardiovaskular

dan tingkat ketidakhadiran (*absenteeism*) yang tinggi, yang diasosiasikan dengan keadaan sakit, penurunan, dan kematian.

#### d. Tingkat stress

Tingkat stress dibagi menjadi beberapa tingkatan yaitu:

##### 1) Stres ringan

Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan dan dihadapi oleh setiap orang secara teratur seperti lupa, kebanyakan tidur, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa menit atau beberapa jam dan biasanya tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

##### 2) Stres sedang

Stres sedang adalah stres yang terjadi lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari seperti pada waktu perselisihan, kesepakatan yang belum selesai, sebab kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan baru, permasalahan keluarga. Situasi seperti ini dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang.

##### 3) Stres berat

Stres berat merupakan stres kronis yang terjadi beberapaminggu sampai beberapa tahun yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial dan penyakit fisik yang lama (Rasmun, 2004).

#### e. Penggolongan stres

Menurut (Kusmiati S. dan Desminiarti, 1990 dalam Usman.N 2010). stres, dapat digolongkan sebagai berikut:

- 1) Stres fisik, disebabkan oleh suhu atau *temperature* yang terlalu tinggi atau rendah, suara amat bising, sinar yang terlalu terang, atau tersengat arus listrik.
- 2) Stres kimiawi, disebabkan oleh asam - basa kuat, obat - obatan, zat beracun, hormon, atau gas.
- 3) Stres mikrobiologik, disebabkan oleh virus, bakteri, atau parasit yang menimbulkan penyakit.

- 4) Stres fisiologik, disebabkan oleh gangguan struktur, fungsi jaringan, organ, atau sistemik sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal.
- 5) Stres proses pertumbuhan dan perkembangan, disebabkan oleh gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada masa bayi hingga tua.
- 6) Stres psikis/emosional, disebabkan oleh gangguan hubungan interpersonal, social, budaya, atau keagamaan.

f. Tahap stres

Menurut (JVan Amberg R. 1979 dalam Dadang, H. 2016),dikemukakan bahwa tahapan sters sebagai berikut:

- 1) Stres tahap pertama yaitu: Bekerja yang besar dan berlebihan, mampu menyelesaikan pekerjaan tanpa memperhitungkan tenaga yang dimiliki, dan penglihatan menjadi tajam.
- 2) Stres tahap kedua, yaitu stres yang disertai keluhan, seperti bangun pagi tidak segar atau lebih, lekas capek pada saat menjelang sore, lekas lelah sesudah makan, tidak dapat rileks, lambung atau tidak nyaman (*bowel discomfort*), jantung berdebar, otot tengkuk, dan punggung tegang. Hal tersebut karena cadangan tenaga tidak memadai.
- 3) Stres tahap ketiga, yaitu tahapan stres dengan keluhan, seperti defekasi tidak teratur (kadang-kadang diare), otot semakin tegang, emosional, insomnia, mudah terjaga dan sulit tidur kembali (*middle insomnia*), bangun terlalu pagi dan sulit tidur kembali (*late insomnia*), koordinasi tubuh terganggu, dan mau jatuh pingsan.
- 4) Stres tahap keempat, yaitu tahapan stres dengan keluhan, seperti tidak mampu bekerja sepanjang hari (*loyo*), aktivitas pekerjaan rutin terganggu, gangguan pola tidur, sering menolak ajakan, konsentrasi dan daya ingat menurun, serta timbul ketakutan dan kecemasan.
- 5) Stres tahap kelima, yaitu tahapan stres yang ditandai dengan kelelahan fisik dan mental (*physical and psychological exhaustion*), ketidakmampuan menyelesaikan pekerjaan yang sederhana dan ringan, gangguan pencernaan berat, meningkatnya rasa takut dan cemas, bingung, dan panik.

6) Stres tahap keenam (paling berat), yaitu tahapan stres dengan tanda-tanda, seperti jantung berdebar keras, sesak nafas, badan gemetar, dingin, dan banyak keluar keringat, loyo, serta pingsan atau *collaps*.

g. Dampak stres

Menurut Dadang, H. (2016). Mengenai hampir seluruh sistem tubuh, seperti hal-hal sebagai berikut: Gangguan ketajaman penglihatan, tinitus (pendengaran berdenging), daya mengingat, konsentrasi, dan berpikir menurun, wajah tegang, serius, tidak santai, sulit senyum, bibir dan mulut terasa kering, kulit dingin atau panas, banyak berkeringat, kulit kering, tumbuh jerawat (*acne*), telapak tangan dan kaki sering berkeringat, nafas terasa berat dan sesak, jantung berdebar-debar, muka merah atau pucat, lambung mual, kembung dan pedih, mulas, sulit defekasi, atau diare, sering Berkemih, kadar gula meninggi, pada wanita terjadi gangguan menstruasi.

h. Cara mengendalikan stres

Menurut Brecht G. (2000). Kiat untuk mengendalikan stres sebagai berikut:

- 1) Sikap, keyakinan, dan pikiran kita harus positif, fleksibel, rasional, dan adaptif terhadap orang lain. Artinya, jangan terlebih dahulu menyalahkan orang lain sebelum introspeksi diri dengan pegendalian internal.
- 2) Kendalikan faktor-faktor penyebab stres dengan jalan:
  - a) Kemampuan menyadari (*awereness skills*).
  - b) Kemampuan untuk menerima (*acepetance skills*).
  - c) Kemampuan untuk menghadapi (*coping skills*).
  - d) Kemampuan untuk bertindak (*action skills*).
- 3) Perhatikan diri Anda, proses interpersonal dan interaktif, serta lingkungan anda.
- 4) Kembangkan sikap efisien.
- 5) Relaksasi.
- 6) *Visualisasi* (angan-angan terarah).
- 7) *Circuit breaker* dan koridor stres.

Teknik singkat untuk menghilangkan stres, misalnya melakukan pernapasan dalam, mandi santai dalam bak, tertawa, pijat, membaca,

kecanduan positif (melakukan yang disukai secara teratur), istirahat teratur, dan ngobrol.

## 2. Stres Akademik

### a. Defenisi

Stres yang terjadi di lingkungan mahasiswa atau pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik (Sinaga, M. A. J. 2015; Rahmadani, C. S. M. 2014; Hikmah, Y. 2014;). Desmita (2010) menyatakan “Stres akademik adalah stres yang disebabkan oleh *academic stresor*”. *Academic stresor* adalah stres yang dialami mahasiswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar seperti: tekanan untuk naik kelas, lama belajar, mencontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, keputusan menentukan jurusan atau karir serta kecemasan ujian dan manajemen stres. Sejalan dengan pendapat di atas, Rahmawati (2012) menyatakan bahwa stres akademik adalah suatu kondisi atau keadaan di mana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. (Alvin 2001; Mubarakah, L. 2015; Sandra, R., & Ildil, I. (2015) juga menyatakan stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Selanjutnya, (Bariyyah 2013; Rahmawati, W. K. 2017) menyatakan stres akademik merupakan respon mahasiswa terhadap berbagai tuntutan yang bersumber dari proses belajar mengajar meliputi:

- 1) Tuntutan naik kelas,
- 2) Menyelesaikan banyak tugas,
- 3) Mendapat nilai ulangan yang tinggi,
- 4) Keputusan menentukan jurusan,
- 5) Kecemasan menghadapi ujian, dan
- 6) Tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar.

Berdasarkan berbagai definisi yang dikemukakan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan ini melahirkan respon yang dialami mahasiswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik, menurut (Puspitasari, W. 2013; Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. 2010) yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

1) Faktor internal yang mengakibatkan stres akademik

Pola pikir individu yang berpikir tidak dapat mengendalikan situasi, cenderung mengalami stres lebih besar. Semakin besar kendali bahwa ia dapat melakukan sesuatu, semakin kecil kemungkinan stres yang akan dialami mahasiswa.

a) Kepribadian

Kepribadian seorang mahasiswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres mahasiswa yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan mahasiswa yang sifatnya pesimis.

b) Keyakinan

Penyebab internal selanjutnya yang turut menentukan tingkat stres mahasiswa adalah keyakinan atau pemikiran terhadap diri. Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini mahasiswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

2) Faktor eksternal yang mengakibatkan stres akademik

Pelajaran lebih padat Kurikulum dalam sistem pendidikan standarnya semakin lebih tinggi. Akibatnya persaingan semakin ketat, waktu belajar bertambah, dan beban mahasiswa semakin meningkat. Walaupun beberapa alasan tersebut penting bagi perkembangan pendidikan dalam

negara, tetapi tidak dapat menutup mata bahwa hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi mahasiswa meningkat.

a) Tekanan untuk berprestasi tinggi

Para mahasiswa sangat ditekan untuk berprestasi dengan baik dalam ujian-ujian mereka. Tekanan ini terutama datang dari orang tua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.

b) Dorongan status sosial Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial.

Orang-orang dengan kualifikasi akademik tinggi akan dihormati masyarakat dan yang tidak berpendidikan tinggi akan dipandang rendah. mahasiswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lambat, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah, cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orangtua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

c) Orang tua saling berlomba

Pada kalangan orang tua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras. Seiring dengan perkembangan pusatpusat pendidikan informal, berbagai macam program tambahan, kelas seni rupa, musik, balet, dan drama yang juga menimbulkan persaingan mahasiswa terpandai, terpintar, dan serba bisa.

Berdasarkan penjelasan, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik yaitu faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan, sedangkan faktor eksternal yang terdiri dari tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, pelajaran lebih padat, dan orangtua saling berlomba.

c. Gejala-gejala stres akademik

Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala emosional dan fisik (Hernawati, N. 2006; Inayatillah, V. 2015). Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut.

1) Gejala emosional

Mahasiswa yang mengalami stres akademik secara emosional ditandai dengan: gelisah atau cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik, dan merasa harga dirinya menurun atau merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan atau akademik. Gejala emosi antara lain: depresi, cepat marah, murung, cemas, khawatir, mudah menangis, gelisah terhadap hal-hal yang kecil, panik, dan berperilaku impulsif.

2) Gejala fisik

Mahasiswa yang mengalami stres akademik secara fisik ditandai dengan: sakit kepala, pusing, tidur tidak teratur, susah tidur, sakit punggung, mencret, lelah atau kehilangan energi untuk belajar.

3) Gejala perilaku

Gejala perilaku seperti: dahi berkerut, tindakan agresif, kecenderungan menyendiri, ceroboh, menyalahkan orang lain, melamun, gelak tawa gelisah bernada tinggi, berjalan mondar-mandir, dan perilaku sosial yang berubah.

d. Respon terhadap Stres Akademik

Reaksi terhadap stresor akademik terdiri dari pikiran, perilaku, reaksi tubuh, dan perasaan (Rahmadani, C. S. M. 2014; Olejnik & Holschuh 2007). Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

1) Pemikiran

Respon yang muncul dari pemikiran, seperti: kehilangan rasa percaya diri, takut gagal, sulit berkonsentrasi, cemas akan masa depan, melupakan sesuatu, dan berpikir terus-menerus mengenai apa yang seharusnya mereka lakukan.

2) Perilaku

Respon yang muncul dari perilaku, seperti: menarik diri, menggunakan obat-obatan dan alkohol, tidur terlalu banyak atau

terlalu sedikit, makan terlalu banyak atau terlalu sedikit, dan menangis tanpa alasan.

### 3) Reaksi tubuh

Respon yang muncul dari reaksi tubuh, seperti: telapak tangan berkeringat, kecepatan jantung meningkat, mulut kering, merasa lelah, sakit kepala, rentan sakit, mual, dan sakit perut.

### 4) Perasaan

Respon yang muncul dari perasaan, seperti: cemas, mudah marah, murung, dan merasa takut.

Adapun respon lain terhadap stres akademik menurut Barriyah (2013) adalah respon seseorang terhadap berbagai tuntutan pada dirinya yang tidak menyenangkan dan dipersepsikan individu sebagai stimulus yang membahayakan serta melebihi kemampuan individu tersebut untuk melakukan coping sehingga individu tersebut bereaksi baik secara fisik, emosi, maupun perilaku. Tuntutan yang bersumber dari proses belajar meliputi: tuntutan menyelesaikan banyak tugas, tuntutan mendapat nilai tinggi, kecemasan menghadapi ujian, dan manajemen waktu. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat respon stres akademik yaitu fisik, emosi, dan perilaku.

## 3. Teori DASS

*Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) oleh Lovibond (1995) adalah seperangkat dari tiga skala laporan diri yang dirancang untuk mengukur emosi negatif yang terdiri dari depresi, kecemasan dan stres. DASS telah memenuhi persyaratan dari para peneliti dan dokter-dokter yang menjadi ilmuwan profesional (Mcauley, 2010). Lovibond dalam *Psychology Foundation of Australia* (2014) mengatakan bahwa, DASS berisi 14 item untuk setiap skala yang dibagi menjadi beberapa subskala, dan terdapat 2-5 item dengan isi yang serupa. Skala depresi menilai disforia, keputusasaan, devaluasi kehidupan, penolakan diri, kurangnya minat, anhedonia, dan kelemahan. Skala kecemasan menilai gairah pribadi, efek otot rangka, kecemasan situasional dan pengalaman subjektif yang mempengaruhi kecemasan. Skala stres menilai kesulitan santai, kegugupan dan mudah marah atau gelisah, kepekaan

atau ekspresi yang berlebihan dan ketidaksabaran. Skor depresi, kecemasan, dan stres dihitung dengan menjumlahkan skor untuk item yang relevan. Item skala depresi adalah 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42. Item skala kecemasan adalah 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41. Item skala stres adalah 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39. Skala dalam DASS telah terbukti 14 memiliki konsistensi internal yang tinggi untuk mengukur keadaan saat ini atau perubahan pada suatu bagian dari waktu ke waktu, sehingga instrumen ini tidak memerlukan uji validitas maupun reliabilitas. Selain dilakukan pengkategorian subyek berdasarkan total skor ketiga skala tersebut (*general psychological distress*), juga dilakukan pengkategorian berdasarkan skor total masing-masing skala (*depression, anxiety and stress*). Selanjutnya, untuk melihat profil DASS pada kedua kelompok sampel yang diteliti, dilakukan juga perbandingan terhadap data demografis subyek yang berupa tempat tinggal, jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan terakhir dan pekerjaan.

15 Karakteristik dari skor skala DASS menurut Lovibond dalam *Psychology Foundation of Australia* (2014), yaitu:

a. Skala depresi

- 1) Meremehkan diri,
- 2) Bersemangat, suram, biru,
- 3) Yakin bahwa kehidupan tidak memiliki makna atau nilai,
- 4) Pesimis tentang masa depan,
- 5) Mampu mengalami kenikmatan atau kepuasan,
- 6) Mampu menjadi tertarik atau terlibat,
- 7) Lambat, kurang dalam inisiatif.

b. Skala kecemasan

- 1) Khawatir, panik,
- 2) Menggigil, gemetar,
- 3) Menyadari kekeringan mulut,
- 4) Kesulitan bernapas,
- 5) Jantung berdebar, telapak tangan berkeringat,
- 6) Khawatir tentang kinerja dan kemungkinan kehilangan kendali,
- 7) Ketakutan tanpa sebab.

c. Skala stres

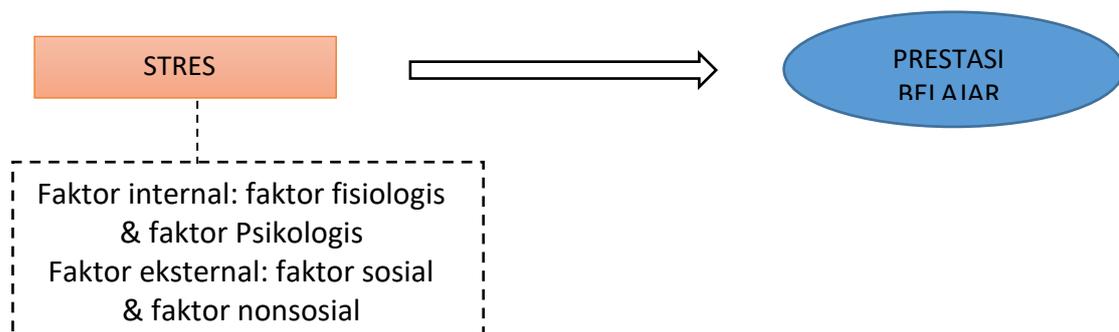
- 1) Berlebihan dalam merangsang hal, tegang,
- 2) Tidak mampu untuk bersantai,
- 3) Sensitif, mudah marah,
- 4) Mudah terkejut,
- 5) Gelisah,
- 6) Sangat peka,
- 7) Tidak toleran terhadap gangguan atau keterlambatan.

## BAB III KERANGKA KONSEP

### A. Kerangka Konseptual

Menurut teori terdapat 2 faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mencakup faktor fisiologis seperti keadaan jasmani dan keadaan fungsi fisiologis, faktor psikologis meliputi tingkat kecerdasan, minat, bakat, dan sikap. Faktor yang kedua adalah faktor eksternal yang mencakup lingkungan sosial dan non sosial. Mahasiswa mengalami stres akademik yang adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan ini melahirkan respon yang dialami mahasiswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

Gambar 3.1  
Bagan Kerangka Konseptual



Keterangan:

- : Variabel tidak diteliti
- : penghubung variabel independen dan dependen
- : Variabel independen
- : Variabel dependen

### B. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tinjauan teoritis yang ada, maka hipotesis yang dirumuskan yaitu: Ada hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar 2019.

### C. Definisi Operasional

Tabel 3.1  
Definisi Operasional Variabel Penelitian

| No | Variabel                       | Definisi Operasional   | Parameter                               | Cara Ukur   | Skala Ukur | Skor   |
|----|--------------------------------|--|---|-------------|------------|--|
| 1  | Independen :<br>Stres          | Stres adalah tahapan kemampuan seseorang terhadap masalah yang dihadapi dan respon dengan situasi lingkungan | DASS modifikasi tingkat stres mahasiswa | Kuesioner   | Ordinal    | a) Ringan jika skor jawaban mahasiswa 50-100.<br>b) Sedang jika skor jawaban mahasiswa 101-149.<br>c) Berat jika skor jawaban mahasiswa 150-200. |
| 2  | Dependen :<br>Prestasi belajar | Prestasi belajar adalah capaian mahasiswa dalam proses belajar.  | Hasil prestasi belajar mahasiswa        | Dokumentasi | Ordinal    | a) Kurang memuaskan : 1,00-2,75<br>b) Memuaskan : 2,76-300<br>c) Sangat memuaskan : 3,01-3,50<br>d) Dengan pujian : 3,50-4.00                    |

## BAB IV METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasi, dengan menggunakan rancangan "*Cross Sectional*" yang dimaksud untuk menilai hubungan tingkat stres yang mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar tahun 2019. Jenis penelitian ini menekankan waktu pengukuran data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

### B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini bertempat dikampus STIK Stella Maris Makassar. Peneliti memilih tempat penelitian ini dengan alasan bahwa Peneliti sedang melanjutkan pendidikan di STIK Stella Maris Makassar dan dapat juga dijangkau oleh peneliti serta menghemat biaya dalam melakukan penelitian dan waktu penelitiannya pada bulan Desember tanggal 13, 14 dan 16 tahun 2019.

### C. Populasi

Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Dapat dikatakan sekumpulan orang, individu atau subjek yang akan diteliti sifat-sifat atau karakteristiknya (Sugiyono, 2008). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat II yang berjumlah 149 mahasiswa.

### D. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut dan harus betul-betul representative atau mewakili populasi tersebut (Sugiyono, 2008). Dalam penelitian ini pengambilan sample dilakukan dengan teknik *probability sampling* dengan menggunakan pendekatan *stratified random sampling* merupakan strata atau kedudukan/ tingkatan subjek. Pada jenis sampling ini harus diyakinkan bahwa semua variabel yang diidentifikasi akan mewakili populasi. Besarnya sampel ditentukan dengan *finit* rumus:

$$n = \frac{N \cdot z^2 \cdot p \cdot q}{d^2 (N-1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{142.3.84.0,5.0,5}{0,0025.141+3.84.0,5.0,5} = 104$$

Keterangan :

- n : Perkiraan jumlah sample
- N : Perkiraan besar populasi
- z : Nilai standart normal untuk alfa (1,96)
- p : Perkiraan porposi (0,5)
- q : 1 – p (0,5)
- d : taraf signifikansi yang dipilih (5% = 0,05)

Dengan kriteria yang dibedakan kedalam 2 kriteria, yaitu:

1. Kriteria inklusi:
  - a. Mahasiswa yang masih aktif kuliah di STIK Stella Maris Makassar tahun 2019.
  - b. Mahasiswa tingkat II keperawatan STIK Stella Maris Makassar tahun 2019 yang hadir saat penelitian.
2. Kriteria eksklusi
  - a. Mahasiswa keperawatan tingkat II yang tidak bersedia diteliti.
  - b. Mahasiswa keperawatan tingkat II yang sementara cuti akademik.
  - c. Mahasiswa keperawatan yang sedang sakit dan menjalankan perawatan dirumah sakit.

## E. Instrumen penelitian

Menurut Sugiono (2016), instrument penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik fenomena ini disebut variabel penelitian.

Penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang akan digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang tingkat stres akademik diukur dengan menggunakan

skala *Depression Anxiety and Stress Scale 42 (DASS 42)* oleh Lovibond & Lavibond (1995). Instrument DASS terdiri dari 42 pertanyaan terdapat skala subjektif depresi, kecemasan dan stress. Namun karena tujuan penelitian ini hanya untuk mengetahui tingkat stres akademik maka kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini telah dimodifikasi oleh peneliti sebelumnya. Kuesioner mempunyai tingkatan *discriminant validity* dan mempunyai nilai reliabilitas sebesar 0,91 yang diolah berdasarkan penilaian cronbach's alpha. Damanik (2006) telah melakukan uji validitas dan reliabilitas pada masyarakat Bantul, Yogyakarta. Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dengan menggunakan formula *cronbach's alpha* ditemukan bahwa tes ini reliabel ( $\alpha = .9483$ ). Selanjutnya berdasarkan pengujian validitas dengan menggunakan teknik validitas internal ditemukan telah valid. Hal ini berarti item yang mengukur konstruk *general psychological distress* dan dapat membedakan antara subyek yang memiliki tingkat *general psychological distress* tinggi dan rendah. Adapun norma dibuat berdasarkan T score yang dibagi menjadi lima kategori yaitu: normal, *mild*, *moderate*, *severe*, dan *extremely Severe*. Terdiri dari pertanyaan negatif dan positif dari jumlah pertanyaan sebanyak 50 pertanyaan tentang stres mahasiswa dalam menjalani perkuliahan yang telah digunakan oleh Nuni Uciaty Usman dengan judul "Hubungan stres dengan indeks prestasi mahasiswa keperawatan universitas islam negeri Alauddin Makassar Tahun 2010".

## F. Cara Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, dipandang perlu adanya rekomendasi dari pihak kampus STIK Stella Maris Makassar dengan mengajukan permohonan ijin penelitian. Setelah mendapatkan persetujuan barulah peneliti dengan etika penelitian, sebagai berikut:

### 1. Etika penelitian

#### a. Lembar persetujuan menjadi responden (*Informed consent*)

Lembar persetujuan di edarkan sebelum riset dilaksanakan kepada seluruh subjek yang akan diteliti. Tujuannya agar subyek mengetahui maksud dan tujuan penelitian.

#### b. Tanpa nama (No Name) dan konfidensi. (*Anonimity*)

Nama responden tidak perlu dicantumkan pada lembar pengumpulan data dan informasi yang telah diberikan mahasiswa dijamin kerahasiannya.

## 2. Data-data yang dikumpulkan:

### a. Data primer

Dalam penelitian ini akan diambil data primer dengan melakukan wawancara dengan daftar pertanyaan pada mahasiswa tingkat II keperawatan di STIK Stella Maris Makassar tahun 2019 berdasarkan kriteria objektif dan kuesioner yang dibagikan.

### b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang digunakan untuk mendukung penelitian akan dilakukan. Data ini diperoleh dari bagian akademik di STIK Stella Maris Makassar tahun 2019. Data tentang jumlah seluruh mahasiswa sebagai populasi dan sampel mahasiswa tingkat II dan tentang IP mahasiswa tingkat II 2 semester, didapat data sekunder yang meliputi:

- 1) Kurang memuaskan : 1,00-2,75
- 2) Memuaskan : 2,76-300
- 3) Sangat memuaskan : 3,01-3,50
- 4) Dengan pujian : 3,50-4.00

## G. Pengolahan dan Penyajian Data

Data yang diperoleh nantinya akan diolah dengan menggunakan program SPSS serta disajikan dalam bentuk tabel dan diberikan penjelasan. Kemudian data tersebut dianalisa secara deskriptif dan hubungan sebab-akibat dari variabel independen dan dependen. Adapun proses pengolahan data dilaksanakan melalui beberapa tahapan (Hidayat. 2009) yaitu:

### 1. *Editing*

Setelah data terkumpul dilanjutkan kegiatan editing yaitu dengan memeriksa kelengkapan data, memeriksa kesinambungan dan keseragaman data. Memastikan bahwa instrument telah diisi oleh semua responden, dapat dibaca oleh peneliti.

### 2. *Coding*

Untuk memudahkan pengolahan data, semua data perlu disederhanakan dengan memberikan simbol-simbol atau kode tertentu untuk setiap jawaban.

Koding dilakukan dengan memberikan kode atau nomor untuk setiap responden, nomor untuk pertanyaan dan variabel.

### 3. *Processing*

Setelah dilakukan kegiatan editing dan koding dilanjutkan dengan mengelompokkan data kedalam suatu tabel menurut sifat yang dimiliki sesuai dengan tujuan penelitian.

### 4. *Cleaning*

Dilakukan untuk pengecekan data yang sudah dimasukkan ke computer, untuk melihat apakah terdapat kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut dimungkinkan terjadi pada saat peneliti memasukkan data ke computer.

## H. Analisa Data

Pengolahan data menggunakan system komputerisasi SPSS versi 25 dan dianalisa dengan uji statistic nonparametik yaitu *Chi Square*. Analisa data dilakukan secara sistematis, sebagai berikut:

### 1. Analisa Univariat

Dilakukan pada tiap-tiap variabel penelitian terutama untuk melihat tampilan distribusi frekuensi variabel independen dan dependen, dengan menampilkan dalam bentuk tabel dan narasi.

### 2. Analisa Bivariat

Analisa ini dimaksud untuk mengetahui pengaruh variable independent yaitu stress mahasiswa dengan variabel dependen yaitu IPK mahasiswa keperawatan di STIK Stella Maris Makassar, menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha=0.05$  untuk mengetahui ada hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa dengan menggunakan windows SPSS 25.

Penilaian/Interpletasi:

- a. Jika nilai  $p>0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak jadi tidak terdapat hubungan yang bermakna.
- b. Jika nilai  $p<0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, jadi terdapat hubungan yang bermakna.

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Pengantar

Pada bab ini menjelaskan hasil penelitian tentang “hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar”. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasi untuk menilai hubungan tingkat stres yang mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa S1 keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar tahun 2019. Jenis penelitian ini, menekankan waktu pengukuran data variable independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

Penelitian mulai dilaksanakan pada bulan desember tanggal 13,14 dan 16 atau selama 3 hari di STIK Stella Maris Makassar. Pengumpulan data menggunakan kuesioner stres akademik sebagai alat ukur dengan pendekatan *cros sectional study* dimana pengukuran dan pengamatan variable independen dan dependen dilakukan pada saat bersamaan atau hanya satu kali pada saat tertentu, terdapat 104 responden mahasiswa S1 keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar yang terlibat sebagai sample dengan teknik *probability sampling* menggunakan pendekatan *stratified random sampling* yang merupakan strata atau kedudukan/ tingkatan subjek. Pada jenis sampling ini harus diyakinkan bahwa semua variabel yang diidentifikasi akan mewakili populasi. Pengolahan data dengan menggunakan *computer program SPSS for windows versi 25*. Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* tabel 2x4 dilanjutkan dengan uji alternative *kolmogrov spinov*. Adapun ketentuan terhadap besar kekuatan hubungan, apabila nilai  $p < \alpha$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sedangkan hasil yang didapat  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar.

## 2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar berdiri sejak tahun 1946 di bawah naungan Yayasan Ratna Meriam. STIK Stela Maris Makassar berada dipusat kota Makassar dan berjarak 7 meter dari pantai losari Makassar. STIK Stella Maris Makassar ini bertempat di jalan Maipa No 19 Kecamatan Ujung Pandang Kota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan. Dalam perjalanannya STIK Stella Maris telah mengalami beberapa perubahan nama, yaitu :

- a. Sekolah Juru Rawat (1946 – 1947)
- b. Sekolah Perakit Rawat (1947 – 1958)
- c. Sekolah Pengatur Rawat (1954 – 1977)
- d. Sekolah Perawat Lanjut Jurusan Kebidanan (1970 – 1977)
- e. Sekolah Perawat Kebidanan (1978 – 2000)
- f. Akademi keperawatan (1998 – 2006)
- g. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (2007 – sekarang)

STIK Stella Maris memiliki 3 program studi yaitu D3 keperawatan , S1 Keperawatan , dan Program Ners. STIK Stella Maris memiliki sarana dan prasarana berupa ruangan perkuliahan, lahan praktik klinik, perpustakaan, aula, laboratorium keperawatan, laboratorium Bahasa, laboratorium komputer, akses internet/ Wifi, dan lainnya. Adapun visi dan misi dari STIK Stella Maris yaitu :

### a. Visi

Menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang unggul dalam keperawatan *neurorehabilitasi* dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.

### b. Misi

- 1) Mengembangkan nilai-nilai etika, spiritual, kepekaan, dan kepedulian.
- 2) Mengembangkan sumber daya manusia (SDM) yang mampu melaksanakan tridharma perguruan tinggi dan berkualitas dalam keprawatan *neurorehabilitasi*.

### 3. Penyajian Karakteristik Data Umum

#### a. Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada  
Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar  
tanggal 14-17 Desember 2019 (n=104)

| Jenis Kelamin | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|---------------|------------------------|----------------|
| Laki-laki     | 11                     | 10,6           |
| Perempuan     | 93                     | 89,4           |
| Total         | 104                    | 100            |

Sumber : data primer, 2019

Berdasarkan tabel ini menunjukkan bahwa dari hasil penelitian diperoleh distribusi data dari 104 responden berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 93 responden dan laki-laki 11 responden.

#### b. Berdasarkan umur

Tabel 5.2  
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur pada  
Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar  
tanggal 14-17 Desember 2019 (n=104)

| Umur                      | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|---------------------------|------------------------|----------------|
| 17-25 (Masa Remaja Akhir) | 104                    | 100            |
| Total                     | 104                    | 100            |

Sumber : data primer, 2019

Berdasarkan tabel 5.2 diatas diperoleh distribusi umur responden keseluruhannya pada kelompok masa remaja akhir yaitu 104 responden (100%).

#### 4. Hasil Analisis Variabel Yang Diteliti

##### a. Analisis Univariat

##### 1) Tingkat Stres

Tabel 5.3  
Distribusi Frekuensi berdasarkan Tingkat Stres pada  
Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar  
tanggal 14-17 Desember 2019 (n=104)

| Tingkat Stres | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|---------------|------------------------|----------------|
| Ringan        | 57                     | 54,8           |
| Sedang        | 47                     | 45,2           |
| Berat         | 0                      | 0,0            |
| Total         | 104                    | 100            |

Sumber data primer, 2019

Berdasarkan tabel diatas diperoleh distribusi berdasarkan tingkat stres mahasiswa dari ringan sebanyak 57 responden (54,8%), sedang sebanyak 47 responden (45,2%) sedangkan tidak terdapat responden yang memiliki stres berat.

##### 2) Prestasi Belajar

Tabel 5.4  
Distribusi Frekuensi berdasarkan Prestasi Belajar 1 Semester  
pada Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar  
tanggal 14-17 Desember 2019 (n=104)

| Prestasi Belajar | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|------------------|------------------------|----------------|
| Dengan Pujian    | 22                     | 21,2           |
| Sangat Memuaskan | 63                     | 60,6           |
| Memuaskan        | 16                     | 15,4           |
| Kurang Memuaskan | 3                      | 2,9            |
| Total            | 104                    | 100            |

Sumber : data primer, 2019

Berdasarkan tabel. Diatas jumlah mahasiswa S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar tingkat II yang memiliki indeks prestasi dengan pujian berjumlah 22 responden , sangat memuaskan 63 responden, memuaskan

16 responden dan yang kurang memuaskan ada 3 responden dari total keseluruhan 104 responden.

b. Analisa bivariat

Tabel 5.5  
Analisis Hubungan Tingkat Stres dan Prestasi Belajar  
Mahasiswa Tingkat II STIK Stella Maris Makassar  
tanggal 14-17 Desember 2019 (n=104)

| Tingkat Stres | IP            |      |                  |      |           |      |                  |     |       |      | P     |
|---------------|---------------|------|------------------|------|-----------|------|------------------|-----|-------|------|-------|
|               | Dengan Pujian |      | Sangat Memuaskan |      | Memuaskan |      | Kurang Memuaskan |     | Total |      |       |
|               | f             | %    | f                | %    | f         | %    | f                | %   | n     | %    |       |
| Ringan        | 12            | 11,5 | 33               | 31,7 | 9         | 8,7  | 3                | 2,9 | 57    | 54,8 | 1,000 |
| Sedang        | 10            | 9,6  | 30               | 28,8 | 7         | 6,7  | 0                | 0,0 | 47    | 45,2 |       |
| Total         | 22            | 21,1 | 63               | 60,5 | 16        | 15,4 | 3                | 2,9 | 104   | 100  |       |

Sumber, primer : 2019

Dalam penelitian ini, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar. Berdasarkan dari hasil penelitian pada tabel . yang telah dilakukan di STIK Stella Maris Makassar, dari 104 responden diperoleh data tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II. Pada stres ringan terdapat 12 (11,5%) responden dengan predikat dengan pujian, sangat memuaskan 33 (31,7%) responden, memuaskan 9 (8,7%) responden, kurang memuaskan 3 (2,9%) responden dengan total 57 (54,8%) responden yang memiliki stres ringan. Sedangkan stres sedang terdapat 10 (9,6%) responden dengan predikat dengan pujian, sangat memuaskan 30 (28,8%), memuaskan 7 (6,7%), pada stres sedang tidak terdapat responden yang masuk kriteria presikat kurang memuaskan. Jadi total pada stres sedang adalah 47 (45,2%) responden. Dengan total keseluruhan 22 (21,2%) responden dengan pujian, 63 (60,6%) responden sangat memuaskan, 16 (15,4%) responden memuaskan, dan 3 (2,9%) responden kurang memuaskan, sehingga total keseluruhan data 104 responden.

Analisa ini menggunakan uji statistic Chi Square, hasil uji ststistik diperoleh dengan nilai  $p=0,451$  dimana nilai  $\alpha=0,05$ , dan juga dilanjutkan dengan menggunakan uji Kolmogorov  $p=1,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa ( $H_0$ ) diterima dan ( $H_a$ ) ditolak, berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa S1 Keperawatan tingkat II STIK Stella Maris Makassar.

## **B. Pembahasan**

### **1. Karakteristik Responden**

Dari hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa tingkat stres pada usia ini tidak mempengaruhi tingkat stres karena semakin karena semakin tumbuh kedewasaan seseorang atau individu maka semakin besar coping sebagai penyelesaian suatu masalah baik dalam meraih prestasi akademik maupun permasalahan individu dari faktor internal maupun eksternalnya. Menurut Baldwin (2002) Sumber pada stres remaja laki-laki & perempuan pada umumnya sama, namun dampak beban ini berbeda pada remaja perempuan & laki-laki, Remaja perempuan lebih peka terhadap lingkungannya, sejalan dengan hal tersebut, ditemukan bahwa prestasi mereka lebih tinggi, akibatnya remaja perempuan menderita beban psikis seperti cemas, tidak senang, sakit punggung dan sakit kepala, sedangkan remaja laki-laki mengalami stres akan lebih sering merokok dan minum alkohol. Dari referensi yang didapatkan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka beban moral semakin besar sehingga dikala seseorang yang menjalani study pendidikan yang sudah lama tingkat stresnya lebih besar dibandingkan seseorang yang pendidikannya yang masih pemula. Secara teori stress merupakan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi tiap masalah tetapi semakin bertambah tingkat kedewasaan seseorang maka semakin besar mekanisme coping yang dapat dilihat dari status individu itu sendiri.

### **2. Hubungan tingkatan stres terhadap IPK Mahasiswa**

Menurut Nasution dalam Malia (2016) Stres adalah suatu respon adaptif, melalui karakteristik individu dan atau proses psikologis secara langsung terhadap tindakan, situasi, dan kejadian eksternal yang menimbulkan tuntutan khusus baik fisik maupun psikologis yang

bersangkutan. Stres juga merupakan bentuk interaksi antara individu sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimilikinya, serta mengancam kesejahteraannya. Dengan kata lain, stress merupakan fenomena individual dan menunjukkan respons individu terhadap tuntutan lingkungan.

Daya tahan stres atau nilai ambang frustrasi, pada setiap orang berbeda-beda. Hal ini tergantung pada keadaan somato-psiko-sosial tersebut. Ada orang yang peka terhadap stres tertentu, yang dinamakan stress spesifik, karena pengalaman dulu yang menyakitkan tidak dapat diatasinya dengan baik. Menurut teori setiap orang dapat saja terganggu jiwanya dengan syarat stres tersebut cukup besar, cukup lama atau cukup spesifik yang dirasakan. Tiap orang berbeda-beda dalam menyesuaikan dirinya terhadap stres, karena penilaian individu terhadap stress itu berbeda-beda, ini bergantung pada: umur, jenis kelamin, kepribadian, intelegensi, emosi, status sosial, atau pekerjaan individu tersebut (W.F. Maramis, 2010).

Dari hasil penelitian, pada 104 responden yang dikategorikan dalam tingkat stress didapatkan Stres ringan 57 responden (54,8%), Stres sedang 47 responden (45,2%), sedangkan tingkat stress berat tidak ada responden yang mengalami hal tersebut. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa S1 STIK Stella Maris Makassar diperoleh hasil pada umumnya perempuan mengalami stres ringan dengan indeks prestasi sangat memuaskan. Dalam pengertian ini, bisa kita perjelas bahwa stress bersifat subjektif sesuai persepsi orang yang memandangnya. Dengan kata lain, apa yang menjadi masalah bagi seseorang belum tentu merupakan masalah bagi orang lain.

Menurut Nasution dalam Malia (2016) stres adalah suatu respon adaptif, melalui karakteristik individu dan atau proses psikologis secara langsung terhadap tindakan, situasi, dan kejadian eksternal yang menimbulkan tuntutan khusus baik fisik maupun psikologis yang bersangkutan.

Menurut Kafeel (2018) Stressor merupakan sumber yang dipersepsi seseorang atau sekelompok orang yang akan memberi tekanan terhadap keseimbangan pada diri mereka. Ada 3 sumber utama bagi stres, yaitu :

lingkungan, dimana kehidupan memberi berbagai tuntunan penyesuaian diri seperti : cuaca, kebisingan, kepadatan, tekanan waktu, standar prestasi, berbagai ancaman terhadap rasa aman dan harga diri, kedua fisiologik dimana perubahan kondisi tubuh pada masa remaja seperti haid, hamil, meno/andropause, proses menua, kecelakaan, kurang gizi, kurang tidur, tekanan terhadap tubuh dan sumber yang ketiga adalah pikiran kita.

Melihat kemungkinan sumber stressor di atas ,maka setiap orang berpotensi untuk mengalami stres. Namun demikian, ada kelompok orang yang lebih mudah terkena stress, ada juga kelompok lain yang lebih memiliki ketahanan terhadap stres. Selanjutnya, di kalangan mahasiswa yang banyak menjadi sumber stressor antara lain sebagai berikut: Tuntutan untuk sukses, persoalan finansial, persoalan relasi-hubungan, persoalan penggunaan waktu dan pergeseran nilai-nilai. Lebih jauh bisa kita simpulkan bahwa setiap orang bisa mengalami stress, sesekali stress dalam kehidupan merupakan 'bumbu' hidup dinamis, akan tetapi apabila terjadi stress yang sering dengan fluktuasi yang besar, maka hal tersebut sudah seharusnya mendapatkan penanganan yang lebih serius.

Desmita (2010) menyatakan "Stres akademik adalah stres yang disebabkan oleh academic stresor". Academic stresor adalah stres yang dialami mahasiswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar seperti: tekanan untuk cepat menyelesaikan kuliah, lama belajar, mencontek, banyak tugas, mendapat nilai yang tidak bagus, keputusan menentukan jurusan atau karier serta kecemasan ujian dan manajemen stres.

Menurut Muhibin (2017) Prestasi belajar (IPK) merupakan hasil/unjuk kerja proses belajar mengajar, yang menggambarkan penguasaan peserta didik terhadap materi yang telah diberikan, baik berupa pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, maupun evaluasi yang dapat diukur. Prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan keterampilan terhadap mata pelajaran yang dibuktikan melalui hasil tes. Mahasiswa atau mahasiswi mempunyai tujuan untuk memperoleh nilai yang baik maka ia akan berusaha untuk meningkatkan prestasi akademiknya. Prestasi belajar merupakan bukti keberhasilan yang telah dicapai oleh seseorang. Maka

prestasi belajar merupakan hasil maksimum yang dicapai oleh seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar.

Menurut Rahmawati, W. K. (2017) prestasi belajar adalah usaha maksimal yang dicapai oleh seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar. Prestasi belajar di bidang pendidikan adalah hasil dari pengukuran terhadap peserta didik yang meliputi faktor kognitif, afektif dan psikomotor setelah mengikuti proses pembelajaran yang diukur dengan menggunakan instrumen tes atau instrumen yang relevan. Jadi prestasi belajar adalah hasil pengukuran dari penilaian usaha belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, huruf maupun kalimat yang menceritakan hasil yang sudah dicapai oleh setiap anak pada periode tertentu. Prestasi belajar merupakan hasil dari pengukuran terhadap peserta didik yang meliputi faktor kognitif, afektif dan psikomotor setelah mengikuti proses pembelajaran yang diukur dengan menggunakan instrumen tes yang relevan.

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau angka setiap bidang studi setelah mengalami proses belajar mengajar.

Untuk mencapai prestasi belajar tersebut, perlu memperhatikan beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar antara lain; faktor yang terdapat dalam diri mahasiswa (faktor intern), dan faktor yang terdiri dari luar mahasiswa (faktor ekstern). Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa bersifat biologis sedangkan faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa antara lain adalah faktor keluarga, sekolah, masyarakat dan sebagainya. Keberhasilan responden dalam belajar dipengaruhi juga faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain usia, IQ, motivasi, status kesehatan, dan pengalaman sebelumnya. Sedangkan faktor eksternal meliputi sarana dan prasarana, pendidik, lingkungan belajar, kurikulum, metode pembelajaran, dan alat bantu belajar mengajar. Untuk mencapai prestasi belajar siswa sebagaimana yang diharapkan, maka perlu diperhatikan beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar.

Pada penelitian ini, melihat hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar pada mahasiswa S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar tingkat II. Berdasarkan hasil perhitungan yang didapat mencapai nilai dari uji chi square dengan nilai  $p=0.451 < \alpha=0,05$  dan uji alternatif kolmogorof diperoleh nilai  $p = 1,000$ , maka disimpulkan dari penelitian ini bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar pada mahasiswa tingkat II keperawatan STIK Stella Maris Makassar Tahun 2019. Tingkat stres pada penelitian ini tidak berhubungan secara statistik dengan hasil belajar, mungkin disebabkan oleh active coping strategies yang dilakukan mahasiswa. Melalui active coping tersebut, mahasiswa merencanakan dan mengambil keputusan yang positif untuk menghilangkan stressor, dalam hal ini mahasiswa belajar lebih giat, melakukan manajemen waktu belajar yang baik, berdiskusi dengan teman atau bertanya kepada dosen narasumber jika ada materi pembelajaran yang tidak dimengerti. Sebesar apapun tingkat stres yang dialami mahasiswa, bila dilakukan strategi coping yg baik, dalam hal ini *active coping*, maka akan memberikan prestasi belajar yang baik.

Namun penelitian yang dilakukan oleh M. Nawawi N. (2006). meneliti "Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pada Tahap Pendidikan Profesi Mahasiswa Ners A Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar Tahun 2006". Yang menyatakan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan terdapat ada hubungan bermakna antara tingkat stress dengan mekanisme koping digunakan mahasiswa ners A pada tahap profesi PSIK FKUH Tahun 2006 dengan nilai  $p= 0,000 (p < 0,05)$ . Juga penelitian oleh Nuni Ucianty Usman tentang "Hubungan stres dengan indeks prestasi mahasiswa keperawatan di universitas Islam Negeri Alauddin Makassar Tahun 2010" menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan prestasi belajar pada mahasiswa keperawatan di Universitas Islam Negeri Alauddin dengan nilai hasil  $p = 0,000$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh septianto pada mahasiswa kedokteran UIN Jakarta yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa dengan hasil uji ( $p = 0,066$ ). Penelitian yang dilakukan oleh Rezki

Ayu tentang hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi dengan tingkat prestasi akademik pada santri Aliyah di Pondok Pesantren Darul Ihsan Tgk. H. Hasan Krueng Kalee, Darussalam, Aceh Besar, Aceh, dengan nilai uji menggunakan uji fisher diperoleh nilai ( $p = 0,497$ ), yang juga menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa.

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan dengan teknik observasi di kampus STIK Stella Maris tentang hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa S1 keperawatan tingkat II, dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar mahasiswa tingkat II S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar mengalami tingkat stres sedang dan ringan.
2. Hasil prestasi belajar mahasiswa tingkat II keperawatan STIK Stella Maris Makassar sebagian besar mahasiswa memperoleh prestasi belajar sangat memuaskan.
3. Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar pada mahasiswa tingkat II jurusan S1 keperawatan STIK Stella Maris Makassar tahun 2019.

#### **B. Saran**

1. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi mahasiswa agar selalu berusaha meningkatkan prestasi belajar dengan dapat mengendalikan setiap stres yang dihadapi dengan belajar memahami cara mengendalikan tingkat stres.

2. Bagi institusi pendidikan STIK Stella Maris Makassar

Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai acuan pada institusi untuk dapat mempertahankan dan terus meningkatkan kualitas pembelajaran yang

diberikan kepada mahasiswa yang bertujuan untuk mencapai hasil prestasi yang lebih baik.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dalam mempelajari tingkat stres seseorang serta diharapkan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang faktor-faktor lain yang belum diteliti pada penelitian ini yang berhubungan dengan tingkat stres pada prestasi belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 1-5.
- Ananda, O. T., Gusyaliza, R., & Pertiwi, D. (2018). Hubungan Derajat Kerentanan Stres dan Prestasi Akademik Mahasiswa Indekos FK Unand Angkatan 2016. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(3), 375-380.
- Barseli, M., Ildil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Dadang, H. (2016). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI (Edisi II)
- Dariyo, A. (2013). *Dasar-dasar Pedagogi Modern*. Jakarta Barat: Indeks Permata Puri Media.
- Feist, J. dkk. (2017). *Teori Kepribadian*. Jakarta : Salemba Humanika. (Buku 2, Ed. 8).
- Janita, D. T. D. (2017). *Psikologi Keperawatan : Aspek-Aspek Psikologi Konsep Dasar Psikologi Teori Perilaku Mahasiswa*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Maulina, B., & Sari, D. R. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan
- Muhibbin S. (2017). *Psikologi Belajar*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Rahmi, N. (2013) Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan kebidanan Poltekkes kemenkes Nad Ta. 2011/2012. *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah*, Vol 2. Diakses tanggal 05 Oktober 2019.
- Ramdani, F. S. (2016). *Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Dengan Hasil Indeks Prestasi Akademik* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Sanjaya, W. (2008). *Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Saputri, A. R. (2017). Hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi dengan tingkat prestasi akademik pada santri aliyah di Pondok Pesantren Darul Ihsan Tgk. H. Hasan Krueng Kalee, Darussalam, Aceh Besar, Aceh (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017). Diakses tanggal 20 Oktober 2019.
- Sugiyono, W. (2016). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

- Susanto, D. A. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Usman, N. U. (2010). *Hubungan Stres dengan Indeks Prestasi Mahasiswa keperawatan di Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar Tahun 2010* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar). Diakses tanggal 1 Oktober 2019.
- Utami, S., & Nasution, N. (2018). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Viii Di Universitas Batam. *Zona Keperawatan*, 8(3), 60-70. Diakses tanggal 2 Maret 2019.
- Febriana, V., Triastuti, N. J., & Med, M. (2019). *Hubungan Tingkat Stres dan Kecemasan dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses tanggal 3 maret 2019.
- Kafeel, T., Shoaib, R., Sohail, F., Yamin, F., Ahmed, I., & Paracha, H. (2018). Level of Stress among Doctor of Physical Therapy Students in Karachi, Pakistan. *Indian Journal of Physiotherapy & Occupational Therapy*, 12(1). Diakses tanggal 3 maret 2019.
- Tantra, M. A., & Irawaty, E. (2019). Hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 367-372. Diakses tanggal 5 maret 2019
- Zainal Aqib & Ahmad Amrullah. (2017). *Ensiklopedia Pendidikan & Psikologi*. Yogyakarta: ANDI OFFSET.





## SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS

TERAKREDITASI BAN-PT

PROGRAM DIII, S1 KEPERAWATAN DAN NERS

Jl. Maipa No. 19 Telp. (0411) 8005319 Makassar

Website : [www.stikstellamarismks.ac.id](http://www.stikstellamarismks.ac.id)

Nomor : 759/STIK-SM/S1.339/XI/2019  
Lamp. : -  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.  
Ketua STIK Stella Maris  
Di  
Makassar

Dengan hormat,

Dalam rangka tugas akhir Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar Tahun Akademik 2019/2020, maka melalui surat ini kami sampaikan permohonan kepada Bapak/Ibu, kiranya dapat memberikan Ijin kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan penelitian di STIK Stella Maris Makassar

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian adalah :

1. N a m a : Rinna Merlin Sorongan  
NIM : C1814201228
2. N a m a : Resky  
NIM : C1814201227

Judul Penelitian : "Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Keperawatan Tingkat II STIK Stella Maris Makassar"

Demikianlah permohonan kami, atas perhatian dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Makassar, 29 November 2019

Ketua





**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS**

TERAKREDITASI BAN-PT  
PROGRAM DIII, S1 KEPERAWATAN DAN NERS

Jl. Maipa No. 19 Telp. (0411) 8005319 Makassar  
Website : www.stikstellamarismks.ac.id, stiksm\_mks@yahoo.co.id

**SURAT KETERANGAN**

**Nomor : 134 / STIK-SM / S1.069 / III / 2020**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes  
NIDN : 0928027101  
Jabatan : Ketua STIK Stella Maris Makassar

Menerangkan bahwa :

1. Nama : Rinna Merlin Sorongan  
NIM : C1814201228  
Program : S-1 Keperawatan
2. Nama : Resky  
NIM : C1814201227  
Program : S-1 Keperawatan

Yang bersangkutan telah selesai melaksanakan penelitian pada tanggal 14 – 16 Desember 2019 di STIK Stella Maris Makassar, berdasarkan surat permohonan izin penelitian yang bersangkutan kepada Ketua STIK Stella Maris Makassar, untuk penyelesaian penelitian dengan judul :

***“Hubungan tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa S-1 Keperawatan tingkat II di STIK Stella Maris Makassar”.***

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 16 Maret 2020

Ketua,



**Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes**

**NIDN. 0928027101**

Lampiran 4

### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nomor Responden : .....

Menyatakan yang sebenarnya kepada peneliti, bahwa saya bersedia untuk berpartisipasi pada penelitian ini dan saya akan membubuhkan nama dan tanda tangan saya sebagai tanda persetujuan. Saya telah mendapatkan penjelasan dan informasi mengenai maksud dan tujuan penelitian ini.

Demikian surat persetujuan ini saya buat secara sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun.

Makassar , Desember 2019

Responden

.....

## INFORMED CONSENT

Kami yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

1. Rinna Merlin Sorongan (C1814201228)
2. Resky (C1814201227)

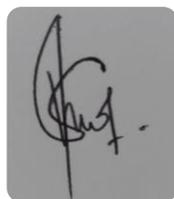
Adalah mahasiswa program studi keperawatan STIK Stella Maris yang sedang melakukan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa STIK Stella Maris Makassar.

Identitas semua responden dan informasi yang diperoleh dalam penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya dan menjadi tanggung jawab kami sebagai peneliti apabila informasi yang diberikan merugikan di kemudian hari.

Bapak / ibu dapat mengundurkan diri dari penelitian ini kapan saja tanpa paksaan apapun. Jika bapak / ibu memutuskan untuk mengundurkan diri dari penelitian ini, semua data yang diperoleh dalam penelitian ini, tidak akan disalahgunakan tanpa izin partisipan. Informasi yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan bahan atau data yang akan bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dan akan dipublikasikan dalam bentuk skripsi. Atas kesediaan dan kerja sama bapak / ibu, kami mengucapkan terima kasih.

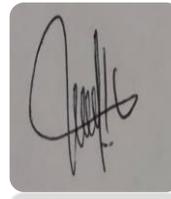
Makassar, 13 Desember 2019

Peneliti I



Rinna Merlin Sorongan

Peneliti II



Resky

Lampiran 6

**LEMBAR KUESIONER**

No. Responden : .....  
 Nama Mahasiswa : .....  
 Semester : .....  
 Umur : .....  
 Jenis Kelamin : .....  
 Alamat rumah : .....  
 Asal Daerah/Suku : .....  
 Status : .....

**(Berilah tanda cek (√) jika anda memilih jawaban yang tertera pada pertanyaan dibawah ini)**

Kode: TP = tidak pernah, JR = jarang, SR = sering, SL = selalu

| No  | Pertanyaan                                       | T | J | S | S |
|-----|--|---|---|---|---|
|     | Stress Akademik                                  | P | R | R | L |
| 1.  | Saya merasa sakit kepala                         |   |   |   |   |
| 2.  | Ketika saya kuliah berkeringat dingin            |   |   |   |   |
| 3.  | Saya merasa jantung berdebar saat kuliah         |   |   |   |   |
| 4.  | Merasa mual saat kuliah                          |   |   |   |   |
| 5.  | Merasa sakit perut/nyeri ulu hati saat kuliah    |   |   |   |   |
| 6.  | Merasa sesak napas saat kuliah                   |   |   |   |   |
| 7.  | Merasa otot kaku saat/setelah kuliah (kakuleher) |   |   |   |   |
| 8.  | Mulut saya terasa kering                         |   |   |   |   |
| 9.  | Saya merasa ada gangguan penglihatan saat Kuliah |   |   |   |   |
| 10. | Saya merasa ada gangguan tidur                   |   |   |   |   |
| 11. | Merasa nyeri yang tiba-tiba muncul               |   |   |   |   |
| 12. | Merasa gatal yang tiba-tiba muncul               |   |   |   |   |
| 13. | Diare saat/setelah kuliah                        |   |   |   |   |
| 14. | Merasa telapak tangan berkeringat                |   |   |   |   |
| 15. | Merasa telapak tangan dingin                     |   |   |   |   |
| 16. | Merasa frekuensi pernapasan meningkat            |   |   |   |   |

|     |   |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|
| 17. | Merasa denyut nadi meningkat                              |  |  |  |  |
| 18. | Merasa cemas/takut  |  |  |  |  |
| 19. | Merasa tertekan karena pekerjaan                          |  |  |  |  |
| 20. | Menyalahkan diri sendiri                                  |  |  |  |  |
| 21. | Hilang harapan  |  |  |  |  |
| 22. | Merasa bodoh  |  |  |  |  |
| 23. | Merasa tidak cocok dengan jurusan yang dipilih            |  |  |  |  |
| 24. | Saya merasa curiga dengan pembicaraan orang lain          |  |  |  |  |
| 25. | Merasa kehilangan konsentrasi                             |  |  |  |  |
| 26. | Mudah lupa  |  |  |  |  |
| 27. | Merasa tidak cukup waktu untuk menyelesaikan tugas kuliah |  |  |  |  |
| 28. | Menghindar dari masalah                                   |  |  |  |  |
| 29. | Berganti-ganti rencana                                    |  |  |  |  |
| 30. | Berpikir hal-hal kecil terlalu detail                     |  |  |  |  |
| 31. | Ketegangan saat berinteraksi dengan teman                 |  |  |  |  |
| 32. | Mudah tersinggung   |  |  |  |  |
| 33. | Mudah marah tanpa sebab yang berarti                      |  |  |  |  |
| 34. | Menarik diri (Menolak berinteraksi dengan teman)          |  |  |  |  |
| 35. | Merasa tidak suka kuliah                                  |  |  |  |  |
| 36. | Kecewa terhadap IPK, atau nilai yang diperoleh            |  |  |  |  |
| 37. | Merasa jenuh kuliah                                       |  |  |  |  |
| 38. | Merasa tergantung pada orang lain                         |  |  |  |  |
| 39. | Merasa tidak tertarik terhadap minat yang disukai         |  |  |  |  |
| 40. | Merasa lambat terhadap situasi yang membahayakan          |  |  |  |  |
| 41. | Makan secara berlebihan                                   |  |  |  |  |
| 42. | Kehilangan nafsu makan                                    |  |  |  |  |
| 43. | Binggung dalam menghadapi kuliah                          |  |  |  |  |
| 44. | Putus asa pada keadaan kuliah                             |  |  |  |  |
| 45. | Penurunan prestasi  |  |  |  |  |
| 46. | Kepuasan terhadap prestasi diri sendiri                   |  |  |  |  |

|     |                                       |  |  |  |  |
|-----|---------------------------------------|--|--|--|--|
| 47. | Ingin meninggalkan kuliah             |  |  |  |  |
| 48. | Merasa iri dengan prestasi orang lain |  |  |  |  |
| 49. | Perubahan kesukaan pada merokok       |  |  |  |  |
| 50. | Melamun pada saat kuliah              |  |  |  |  |
|     | Total                                 |  |  |  |  |



Lampiran 8

**LEMBAR KONSUL**

Nama dan NIM : Rinna Merlin Sorongan (C1814201228)  
 : Resky (C1814201227)  
 Program : S1 Keperawatan  
 Judul : Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa  
 S1 Keperawatan Tingkat II di STIK Stella Maris Makassar.  
 Pembimbing : Fransisco Irwandy, Ns. M.Kep

| No | Hari/Tanggal      | Materi Konsul   | Tanda Tangan |   |            |
|----|-------------------|---|--------------|---|------------|
|    |                   |   | Peneliti     |   | Pembimbing |
|    |                   |   | 1            | 2 |            |
| 1  | 12 september 2019 | Pengajuan judul   |              |   |            |
| 2  | 17 September 2019 | Konsul alat Ukur  |              |   |            |
| 3  | 24 September 2019 | ACC Judul: Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar Lanjut BAB I<br>Alat ukur menggunakan HARS untuk mengukur tingkat stress mahasiswa. |              |   |            |
| 4  | 25September 2019  | Tentukan populasi dan sample yang akan digunakan dalam penelitian serta tempat penelitian   |              |   |            |
| 5  | 28 September 2019 | Konsul BAB I<br>-Latar belakang,sesuaikan perparagraf ada kutipannya,tambahkan jurnal. Memakai Gogle Cendekia APA untuk dapus.  |              |   |            |
| 6  | 2 Oktober 2019    | BAB I<br>Latar belakang masalah dimulai dari Prestasi Akademik sehingga   |              |   |            |

|    |                 |   |  |  |  |
|----|-----------------|---|--|--|--|
|    |                 | berkesinambungan dengan Stres Mahasiswa. Tambahkan kata-kata dalam rumusan masalah yang lebih komplit. Pada tujuan penelitian hanya untuk peneliti akademik dan masyarakat.   |  |  |  |
| 7  | 7 Oktober 2019  | Tambahkan kriteria untuk latar belakang sebelum prestasi akademi, perhatikan cetakan miring untuk kata Bahasa asing, tambahkan data untuk penelitian.   |  |  |  |
| 8  | 11 Oktober 2019 | ACC Bab II, lanjut BAB II, Cari dan baca Jurnal mengenai penelitian sebanyak mungkin.   |  |  |  |
| 9  | 17 Oktober 2019 | Setiap Paragraf harus ada Kutipannya dari siapa. Landasan teori dimulai dari Variabel dependen ke variable independen. Harus saling berkesinambungan antara paragraf,tambahkan buku refrensi untuk BAB II   |  |  |  |
| 10 | 22 Oktober 2019 | Konsultasi via email : perhatikan kata asing, dan tambahkan standart penilaian IPK sesuai teori yang ada.   |  |  |  |
| 11 | 24 Oktober 2019 | ACC BAB II, Lanjut BAB III dan BAB IV   |  |  |  |
| 12 | 28 Oktober 2019 | Ganti Kuesioner dengan Kuesioner yang lebih spesifik dengan tingkat Stres Mahasiswa.  |  |  |  |
| 13 | 29 Oktober 2019 | BAB III Dalam kerangka konsep perhatikan faktor-faktor penyebab variable dependen ke independen. Sesuaikan dengan definisi oprasionalnya dengan landasan teorinya. Harus cantumkan kutipan pada setian pengertian.<br>BAB IV ganti pengambilan populasi dan sample. Memakai |  |  |  |

|    |                  |  |  |  |  |
|----|------------------|--|--|--|--|
|    |                  | teori Sugiono (2008/2016) bila jumlah populasi diatas 1000 maka digunakan sample umum yaitu 10% dari 1000 dan menggunakan teknik random sample yaitu diacak , dipilih sebagai responden tingkat II |  |  |  |
| 14 | 2 November 2019  | BAB III ACC<br>BAB IV perhatikan format penyusunan skripsi, tambahkan instrument pada bagian instrumen penelitian. Etika penelitian dimasukan pad acara pengumpulan data.perbaiki BAB IV           |  |  |  |
| 15 | 4 November 2019  | BAB IV Ganti kriteria inklusi dan eksklusi.<br>Masukan nilai IPK pada analisa Bivariat. Perhatikan spasi dan jarak perparagraf.perbaiki BAB IV   |  |  |  |
| 16 | 5 November 2019  | BAB IV ACC lanjut pembuatan sampul dan lampiran-lampiran.<br>Perhatikan pedoman penyusunan skripsi.  |  |  |  |
| 17 | 7 Februari 2020  | BAB V : pemaparan hasil penelitian berhubungan dengan responden yang sudah dilakukan pada bulan Desember. Lanjutkan pembuatan master tabel.  |  |  |  |
| 18 | 10 Februari 2020 | BAB V : pengolahan master tabel selesai dan lanjutkan uji regresi, cari jurnal mengenai skor IPS.  |  |  |  |
| 19 | 14 Februari 2020 | BAB V : ganti uji regresi liner dengan uji chi square. Untuk skor menggunakan 4 kriteria : Dengan pujian, Sangat memuaskan, memuaskan dan kurang memuaskan.  |  |  |  |
| 20 | 17 Februari 2020 | BAB V :  |  |  |  |

|    |                  |  |  |  |  |
|----|------------------|--|--|--|--|
|    |                  | Perhatikan tanda baca, huruf Bahasa asing dimiringkan, lanjut, penyajian tabel harus lengkap penjelasan narasi setelah tabel. Analisa bivariat langsung dengan totalnya.                     |  |  |  |
| 21 | 19 Februari 2020 | BAB V :<br>Pembahasan masukan sekurangnya 5 jurnal. gunakan jurnal Bahasa Inggris dan terjemahkan.   |  |  |  |
| 22 | 24 Februari 2020 | BAB V :<br>Ganti jurnal yang tahun diatas 2015. Lengkapi pembahasan  |  |  |  |
| 23 | 28 Februari 2020 | BAB V :<br>Masukan pendapat para ahli menanggapi stress akademik   |  |  |  |
| 24 | 3 Maret 2020     | BAB V :<br>Perhatikan kata2 yang tidak baku, tambah jurnal hasil penelitian yang sama.   |  |  |  |
| 25 | 6 Maret 2020     | BAB V :<br>ACC BAB V Lanjut BAB VI penutup   |  |  |  |
| 26 | 11 Maret 2020    | BAB VI :<br>Dalam kesimpulan hilangkan hasil penelitian dari peneliti lain, tambahkan saran bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor-faktor yang belum diteliti dalam penelitian ini. |  |  |  |
| 27 | 12 Maret 2020    | BAB VI :<br>ACC lanjutkan Abstrak tambahkan fenomena selanjutnya fokus stress.   |  |  |  |
| 28 | 13 Maret 2020    | ACC Abstrak, tanda tangan halaman persetujuan dan lanjutkan tanda tangan dengan bidang Akademik.   |  |  |  |

Lampiran 9

OUTPUT SPSS

Analisa Univariat

|                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Laki-laki | 11        | 10,6    | 10,6          | 10,6               |
| Perempuan       | 93        | 89,4    | 89,4          | 100,0              |
| Total           | 104       | 100,0   | 100,0         |                    |

|                                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid 17-25 (Masa Remaja Akhir) | 104       | 100,0   | 100,0         | 100,0              |

|              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Ringan | 57        | 54,8    | 54,8          | 54,8               |
| Sedang       | 47        | 45,2    | 45,2          |                    |
| Total        | 104       | 100,0   | 100,0         | 100,0              |

|                     | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Dengan Pujian | 22        | 21,2    | 21,2          | 21,2               |
| Sangat Memuaskan    | 63        | 60,6    | 60,6          | 81,7               |
| Memuaskan           | 16        | 15,4    | 15,4          | 97,1               |
| Kurang Memuaskan    | 3         | 2,9     | 2,9           | 100,0              |
| Total               | 104       | 100,0   | 100,0         |                    |

## Analisa Bivariat

|               |                        |                        | IP            |                  |           |                  | Total  |
|---------------|------------------------|------------------------|---------------|------------------|-----------|------------------|--------|
|               |                        |                        | Dengan Pujian | Sangat Memuaskan | Memuaskan | Kurang Memuaskan |        |
| Tingkat Stres | Ringan                 | Count                  | 12            | 33               | 9         | 3                | 57     |
|               |                        | Expected Count         | 12,1          | 34,5             | 8,8       | 1,6              | 57,0   |
|               |                        | % within Tingkat Stres | 21,1%         | 57,9%            | 15,8%     | 5,3%             | 100,0% |
|               | Sedang                 | Count                  | 10            | 30               | 7         | 0                | 47     |
|               |                        | Expected Count         | 9,9           | 28,5             | 7,2       | 1,4              | 47,0   |
|               |                        | % within Tingkat Stres | 21,3%         | 63,8%            | 14,9%     | 0,0%             | 100,0% |
|               |                        | % within IP            | 54,5%         | 52,4%            | 56,3%     | 100,0%           | 54,8%  |
|               |                        | % of Total             | 11,5%         | 31,7%            | 8,7%      | 2,9%             | 54,8%  |
| Total         | Count                  |                        | 22            | 63               | 16        | 3                | 104    |
|               | Expected Count         |                        | 22,0          | 63,0             | 16,0      | 3,0              | 104,0  |
|               | % within Tingkat Stres |                        | 21,2%         | 60,6%            | 15,4%     | 2,9%             | 100,0% |
|               | % within IP            |                        | 100,0%        | 100,0%           | 100,0%    | 100,0%           | 100,0% |
|               | % of Total             |                        | 21,2%         | 60,6%            | 15,4%     | 2,9%             | 100,0% |
|               |                        |                        |               |                  |           |                  |        |

### Test Statistics<sup>a</sup>

|                          |          | IP    |
|--------------------------|----------|-------|
| Most Extreme Differences | Absolute | .062  |
|                          | Positive | .000  |
|                          | Negative | -.062 |
| Kolmogorov-Smirnov Z     |          | .313  |
| Asymp. Sig. (2-tailed)   |          | 1.000 |

a. Grouping Variable: Tingkat Stres