



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**GAMBARAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA ASAL POSO DI
ASRAMA POSO YOGYAKARTA**

TAHUN 2024

DELSON RICHARD WAHYUDA MAMARIMBING

NIM: 1902029

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA

YOGYAKARTA TAHUN 2024

**GAMBARAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA ASAL POSO DI
ASRAMA POSO YOGYAKARTA**

TAHUN 2024

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

sarjana keperawatan

DELSON RICHARD WAHYUDA MAMARIMBING

NIM: 1902029

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2024

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul: "Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024" yang telah saya selesaikan untuk melengkapi persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang peneliti kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang atau pihak lain telah peneliti tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan skripsi ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka peneliti bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif, serta dituntut ganti rugi, dan/atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Yogyakarta, Januari 2025



Delson Richard Wahyuda Mamarimbing

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

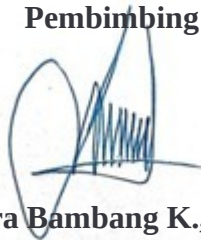
**GAMBARAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA ASAL POSO DI
ASRAMA POSO YOGYAKARTA**

TAHUN 2024

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk dilaksanakan
penelitian**

Yogyakarta, Januari 2025

Pembimbing



Erik Adik Putra Bambang K.,S.Kep.,Ns.,MSN

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skrripsi ini telah di perhadapkan di tim penguji sidang skripsi
pada tanggal 30 Januari 2025

Ketua Penguji:

Enik Listyaningsih, SKM, MPH

Penguji I:

Reni Puspitasari, S.Kep., Ns., MSN

Penguji II:

Erik Adik Putra Bambang K., S.Kep., Ns., MSN

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Ketua Program Studi Sarjana
Keperawatan



Nurlia Ikaningtyas S.Kep.,Ns.,M. Kep.Sp
Kep.MB., Ph.D. NS

Indah Prawesti S.Kep.,Ns.,M.Kep

MOTTO

“Jika mimpimu belum di tertawakan, berarti mimpimu belum cukup besar”

-Monkey D. Luffy-

**“Jika menjadi pahlawan sama dengan berbagi daging milikku dengan orang lain,
maka aku tidak mau menjadi seorang pahlawan”**

- Monkey D. Luffy-

“Aku tidak peduli siapa kamu! Aku akan melampaui mu”

- Monkey D. Luffy-

STIKES BETHESDA YAKKUM

PERSEMBAHAN

1. Tuhan Yesus Kristus atas kasih dan penyertaan yang tiada hentinya menyertai kehidupan saya sehingga skripsi ini dapat selesai itu semua karena pertolongan-Mu.
2. Kepada keluarga saya orang tua tersayang Bapak Lele Pesudo yang sudah membesarkan serta mendidik, memberikan motivasi dan kasih sayang yang begitu luar biasa.
3. Kepada bapak Erik Adik Putra Bambang K.,S.Kep.,Ns.,MSN yang senantiasa membimbing saya dengan sabar, memberikan semangat dan motivasi yang begitu luar biasa dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kepada teman saya atau kaka Febby terimakasih telah menjadi sosok kaka di perantauan dan selalu mengingatkan saya untuk mengerjakan skripsi
5. Kepada teman saya Mikael terimakasih telah berjuang bersama-sama dalam suka cita maupun duka dalam penyelesaian skripsi.
6. Terakhir, terima kasih abang Udeng yang sudah bertahan sampai sejauh ini, proses yang luar biasa dapat terlewati dengan baik dan keren

ABSTRAK

Delson Richard Wahyuda: “Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024”.

Latar Belakang: Stres akademik menjadi masalah umum di kalangan mahasiswa khususnya di Asrama Poso Yogyakarta, stres ini dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik dan mental mahasiswa, serta berpotensi menurunkan kualitas pembelajaran mahasiswa dan dipicu oleh tuntutan akademis, tekanan untuk meraih nilai tinggi, dan beban tugas yang berat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stres akademik di antara mahasiswa tersebut pada tahun 2024 dan mengeksplorasi faktor-faktor penyebabnya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan dan solusi untuk mengurangi dampak stres akademik.

Tujuan: Menganalisis Bagaimana Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024.

Desain Penelitian: Kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 46 responden. Alat ukur penelitian menggunakan kuesioner.

Hasil: Hasil analisis, sebagian besar mahasiswa Poso mengalami atau berada dikategori stres sedang dengan presentase 86,95%. karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan 63%, untuk usia terbanyak responden dengan rentan usia 20-22 tahun 45,7%, dan responden dengan semester terbanyak ialah mahasiswa dengan semester >8 atau 50%,

Kesimpulan: Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024 mayoritas mengalami stress sedang.

Saran: Bagi peneliti selanjutnya dapat di gunakan sebagai referensi atau dapat menemukan keterbaruan terkait dengan gambaran tingkat stres akademik mahasiswa.

Kata kunci: Tingkat Stress-Stres Akademik

Xvii + 60 halaman + 2 skema + 15 tabel + 15 lampiran

Kepustakaan: 51, 2008-2024

ABSTRACT

Title: "Description of Academic Stress Levels Among Students from Poso in Poso Dormitory Yogyakarta 2024"

Background: Academic stress has become a common issue among students, especially in the Poso Dormitory in Yogyakarta. This stress can affect both the physical and mental well-being of students, potentially reducing the quality of their academic performance. It is triggered by academic demands, pressure to achieve high grades, and heavy workloads. Therefore, this study aims to describe the level of academic stress among these students in 2024 and explore the underlying factors contributing to it. The results of this research are expected to provide insights and solutions to mitigate the impact of academic stress.

Research Design: A descriptive quantitative study with a cross-sectional approach. The sampling technique used was Total Sampling, involving 46 respondents. The research instrument was a questionnaire.

Results: The analysis results indicate that the majority of students in Poso experience a moderate level of stress, with a percentage of 86.95%. The characteristics of the respondents show that the majority are female, accounting for 63%. The largest age group among the respondents is between 20 and 22 years old, comprising 45.7%, and the highest number of respondents are in their 8th semester or above, representing 50%.

Conclusion: The majority of students from Poso in Poso Dormitory Yogyakarta in 2024 experience moderate academic stress.

Suggestion: For future researchers, this study can serve as a reference or help identify new insights regarding the academic stress levels of students.

Keywords: Academic Stress-Stress Levels

Xvii + 60 pages + 2 diagrams + 15 tables + 15 appendices

References: 51, 2008-2024

PRAKATA

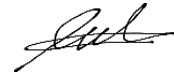
Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat kasih setiaNya sehingga peneliti mampu menyelesaikan laporan skripsi dengan lancar dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024”. Peneliti juga berterimakasih kepada dosen pembimbing yang telah membimbing dan menemani dalam penyelesaian skripsi laporan ini dengan saran yang diberikan. Tidak lupa peneliti juga menyampaikan terimakasih kepada:

- a. Bapak Juan Veryanto Tamoili Selaku Ketua Asrama Poso Di Yogyakarta.
- b. Nurlia Ikaningtyas S.Kep.,Ns.,M.Kep.Sp Kep.MB,Ph.D.NS Selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
- c. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS, selaku wakil ketua 1 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
- d. Ibu Indah Prawesti S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan yang mendukung untuk terlaksananya penyusunan proposal.
- e. Ibu Ignasia Yunita Sari S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Koordinator Skripsi Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
- f. Bapak Erik Adik Putra Bambang K.,S.Kep.,Ns.,MSN selaku dosen pembimbing yang telah melapangkan dada dengan sabar dalam membimbing dan mengarahkan serta banyak memberikan saran dan ide kepada saya

Peneliti menyadari laporan ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Semoga skripsi ini bisa memberi manfaat kepada semu pihak yang membaca. Tuhan Memberkati.

Yogyakarta, Januari 2025

Peneliti



Delson Richard

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACK	ix
PRAKARTA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	6

2. Manfaat Praktis	6
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Landasan Teori	14
1. Stres	14
2. Mahasiswa	21
3. Akademik	23
B. Kerangka Teori	27
C. Kerangka Konsep	29
D. Pertanyaan Penelitian	29
E. Variabel Penelitian	29
1. Definisi Konseptual	29
2. Definisi Operasional	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian	32
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	32
C. Populasi Dan Sample	32
D. Alat Ukur Penelitian	33
1. Instrumen Penelitian	33
2. Kisi-kisi instrumen	34
E. Uji Validitas Dan Reabilitas	35
1. Uji Validitas	35
2. Uji Reabilitas	35

F. Etika Penelitian	36
G. Prosedur Pengumpulan Data	37
H. Rencana Analisis	40
1. Pengelolaan Data	40
2. Analisa Data	42
BAB IV HASIL DAN PEMMBAHASAN	44
A. Hasil	44
1. Karakteristik Responden	44
2. Analisa Univariat	46
B. Pembahasan	47
1. Karakteristik Responden	47
2. Variabel Penelitian Tingkat Stres	50
C. Keterbatasan Penelitian	52
BAB V PENUTUP	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	8
Tabel 2. Definisi Operasional	30
Tabel 3. Kisi-Kisi Umum	41
Tabel 4. Kisi-Kisi Khusus	42
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Dan Semester Mahasiswa di Asrama Poso Yogyakarta yang beralamat Di Kledokan, Caturtunggal, Kec Depok, Kab Sleman, Daerah Istimewah Yogyakarta	53
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso Yogyakarta Tahun 2024	54
Tabel 7. Lembar Konsultasi Proposal	
Tabel 8. Lembar Konsultasi Sidang Proposal	
Tabel 9. Lembar konsultasi Skripsi	
Tabel 10. Jadwal Penelitian	
Tabel 11. Rencana Anggaran	
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Dan Semester Mahasiswa di Asrama Poso Yogyakarta yang beralamat Di Kledokan, Caturtunggal, Kec Depok, Kab Sleman, Daerah Istimewah Yogyakarta	

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama
Poso Yogyakarta Tahun 2024

Tabel 14. Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Asal Poso Di Asrama Poso
Yogyakarta

Tabel 15. Tabulasi Data

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori	27
Skema 2. Kerangka Konsep	29

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Study Awal

Lampiran 2. Surat Balasan Permohonan Study Awal

Lampiran 3. Lembar Konsultasi Proposal

Lampiran 4 Lembar Konsultasi Sidang Proposal

Lampiran 5 Lembar Konsultasi Skripsi

Lampiran 6. Rencana Jadwal Penelitian

Lampiran 7. Rencana Anggaran Biaya

Lampiran 8. Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 9. Informed Consent

Lampiran 10. Kuisioner PSS

Lampiran 11 Hasil Cek Similarity

Lampiran 12. Table Khusus

Lampiran 13. Table Khusus

Lampiran 14. Table Umum

Lampiran 15. Table olah data