

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI
MAHASISWA KESEHATAN SELAMA
PEMBELAJARAN SECARA ONLINE
DI ERA COVID-19**

SKRIPSI



**Oleh :
Aisyah Nur Syahbani
NIM. 17010089**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2021**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI
MAHASISWA KESEHATAN SELAMA
PEMBELAJARAN SECARA ONLINE
DI ERA COVID-19**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh :
Aisyah Nur Syahbani
NIM. 17010089

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2021**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya diberi kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan tugas akhir.

Skripsi saya persembahkan untuk :

1. Kepada Ibu saya Ririn Rasatiani dan Almarhum ayah saya Sukar, Kakak saya Affan Goffar, serta adik saya Anisa Nur Choiriyah, yang telah memberikan kasih sayang penuh, support, doa dan biaya sehingga saya mampu menyelesaikan pendidikan S1 Ilmu Keperawatan.
2. Terima kasih saya ucapkan kepada pembimbing I ibu Kustin, S.KM., MM., M.Kes dan kepada pembimbing II Bapak Ns. M. Elyas Arif Budiman S.Kep., M.Kep yang meluangkan waktu untuk membimbing, memberi pengarahan dan juga motivasi dalam menyusun karya ilmiah ini. Serta bapak Ns. Feri Ekaprasetia, S.Kep.,M.Kep selaku penguji saya yang telah meluangkan waktu untuk menguji serta memberikan masukan yang membangun untuk karya ilmiah ini.
3. Seluruh teman-teman kelas 2017-B Program Ilmu Keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember.
4. Sahabat tercinta, Windy dwi, Findy R, Khairina dinda, Eria A, Nurisqillah, Ika Nur K, Billah, dan Dini, terimakasih selalu ada jika saya membutuhkan dan memberikan dukungan dan membantu dalam proses menyusun skripsi saya.
5. Terimakasih teman-teman kos saya Rike, Kiki dan Amelindha, yang selalu memberi dukungan serta memberi semangat hingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga kita bisa sukses bersama kelak di masa yang akan datang.
6. Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hardwork, I wanna thank you me for having no days off think about this essay, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being strong.

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya
bersama kesulitan itu ada kemudahan”
(Al-Qur'an Surah Al Insyirah 5-6)

Today's special moments are tomorrow's memories
(Aladdin 2 the Return of Jafar).

Life Goes On Always Grateful and Thank You For Yourself
(Aisyah Nur Syahbani)

LEMBAR PERSETUJUAN

Hasil penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Jember, 21 Juli 2021

Pembimbing I



Kustin, S.KM., MM., M.Kes
NIDN. 07101 18043

Pembimbing II



Ns. M. Elvas Arif Budiman S.Kep., M.Kep
NIDN. 07100 29203

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Mobilisasi Dini Dengan Tingkat Nyeri Luka *Post Operasi* Pada Pasien *Post Operasi Sectio Caesarea*” telah diuji dan disahkan oleh Studi Ilmu Keperawatan pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 11 Agustus 2021

Tempat : Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas dr. Soebandi Jember
Tim Penguji
Ketua,

Kustin, S.KM., MM., M.Kes
NIDN. 0701 18043

Penguji II

Penguji III

Andi Eka Pranata, S.ST., S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0722098602

Rida Darotin, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0713078604

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi,



Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0706109104

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aisyah Nur Syahbani
Tempat Tanggal Lahir : Lumajang, 17 Januari 1999
NIM : 17010098

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah saya yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan Selama Pembelajaran secara Online di Era Covid-19”** adalah benar-benar karya saya sendiri, kecuali kutipan yang sudah disebutkan sumbernya, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari ini tidak benar.

Jember, 07 Juli 2021

Yang menyatakan


Aisyah Nur Syahbani
NIM.17010089

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI
MAHASISWA KESEHATAN SELAMA
PEMBELAJARAN SECARA ONLINE
DI ERA COVID-19**

Oleh :

Aisyah Nur Syahbani
NIM. 17010089

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama	: Kustin, S.KM., MM., M.Kes
Dosen Pembimbing Anggota	: Ns. M. Elyas Arif Budiman S.Kep., M.Kep

ABSTRAK

Syhabani, Aisyah Nur, * Kustin, ** Budiman, M. Elyas Arif, *** 2021. Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan Selama Pembelajaran Secara Online di Era COVID-19. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr.Soebandi.

Tingginya angka kejadian COVID-19 dan potensi kematian membuat pemerintah berusaha memutuskan rantai penularan dengan penerapan PSBB, serta berdampak pada perubahan sistem pembelajaran menjadi sistem jarak jauh atau daring. Mahasiswa selama pembelajaran daring mengalami berbagai kendala, seperti susah sinyal, tuntutan tugas yang banyak, jadwal kuliah yang padat, kurang memahami materi serta sulit berkonsentrasi, sehingga dapat menyebabkan mahasiswa menjadi stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian didapatkan hasil 227 responden dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini dilakukan secara online dengan instrumen tingkat stres yaitu kuesioner DASS-42 (*Depression Anxiety Stress Scale 42*) dan prestasi dengan IPK mahasiswa. Analisa data menggunakan kolerasi *spearman rank* dengan SPSS versi 20. Hasil dari penelitian ini menunjukkan stres pada mahasiswa dengan tingkat stres sedang sebanyak 78 orang (34,4%) dan prestasi mahasiswa dengan predikat sangat memuaskan sebanyak 148 orang (65,2%), dengan uji kolerasi *spearman rank* menunjukkan *P-value* < 0,05 sehingga terdapat hubungan antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan. Kesimpulan dalam penelitian ini ada hubungan yang kuat antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan dalam pembelajaran secara online di era COVID-19, sehingga penelitian ini pembelajaran secara online pada masa pandemi ini terjadi berbagai kendala dan jika dibiarkan terus-menerus akan berakibat fatal dalam perkembangan kejiwaan mahasiswa bahkan berdampak pada hasil prestasi mahasiswa.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Prestasi Mahasiswa, Pembelajaran Online, COVID-19

*Peneliti

**Pembimbing 1

***Pembimbing 2

ABSTRACT

Syahbani, Aisyah Nur, * Kustin, ** Budiman, M. Elyas Arif, *** 2021. *Relationship between Stress Levels and Health Student Achievements During Online Learning in the COVID-19 Era*. Thesis. Nursing Science Study Program Universitas dr.Soebandi Jember.

The high incidence of COVID-19 and potential deaths makes the government try to break the chain of transmission with the implementation of PSBB, as well as impact on the change of the learning system into a remote or online system. Students during online learning experience various obstacles, such as difficulty signaling, a lot of assignments, a busy course schedule, lack of understanding of materials and difficulty concentrating, so it can cause students to become stressed. The purpose of this study is to find out the relationship of stress levels with the achievements of health students during online learning in the era of COVID-19. This research uses quantitative approach with cross sectional design. The research sample was obtained by 227 respondents with simple random sampling technique. This study was conducted online with stress level instruments, namely the DASS-42 questionnaire (Depression Anxiety Stress Scale 42) and achievements with student GPA. Analyze the data using spearman rank collation with SPSS version 20. The results of this study showed stress in students with moderate stress levels as many as 78 people (34.4%) and student party with a very satisfactory predicate of 148 people (65.2%), with the spearman rank collation test showing P-value < 0.05 so that there is a relationship between stress levels and student health achievement. The conclusion in this study there is a strong relationship between stress levels and the achievement of health students in online learning in the COVID-19 era, so that this study of online learning during this pandemic occurs various obstacles and if left continuous will be fatal in the psychiatric development of students and even have an impact on student achievement outcomes.

Keywords: Stress Level, Student Achievement, Online Learning, COVID-19

**Researcher*

***Supervisor 1*

****Supervisor 2*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran ALLAH SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya semata sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan proposal skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan selama Pembelajaran secara Online di Era Covid-19 “.

Penyusunannya dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember, yang mensupport penyusunan skripsi penelitian penulis;
2. Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember, yang telah memberikan pembinaan dan memotivasi dalam pembuatan skripsi penulis;
3. Kustin, S.KM., MM., M.Kes selaku dosen pembimbing I, yang telah meluangkan waktu, pikiran, ilmu dan motivasi dan perhatian serta dengan sabar membimbing penulis dalam penelitian skripsi penulis;
4. Elyas Arif Budiman S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing II, yang telah meluangkan waktu, pikiran, ilmu dan motivasi dan perhatian serta dengan sabar membimbing penulis dalam penelitian skripsi penulis;
5. Feri Ekaprasetia, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia menjadi Dosen penguji dan memberikan kritik serta saran yang membangun bagi skripsi penulis.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Jember, 07 Juli 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
HALAMAN BIMBINGAN	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR ISTILAH	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan umum.....	6
1.3.2 Tujuan khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritas	7

1.4.2 Manfaat Praktisi	7
1.5 Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Mahasiswa.....	10
2.1.1 Definisi	10
2.1.2 Peran dan Fungsi Mahasiswa.....	11
2.2 Prestasi.....	12
2.2.1 Definsi prestasi.....	12
2.2.2 Perilaku Belajar	12
2.2.3 Motivasi Belajar	13
2.2.4 Strategi Prestasi Belajar.....	14
2.2.5 Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	15
2.2.6 Faktor- Fator yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	17
2.2.7 Prestasi Mahasiswa di Era COVID-19.....	17
2.3 Stres	18
2.3.1 Definisi	18
2.3.2 Fisiologi Stres	20
2.3.3 Penyebab Stres.....	21
2.3.4 Stres Akademik.....	22
2.3.5 Jenis Stres	23
2.3.6 Tanda dan Gejala	25
2.3.7 Sumber Stres.....	26
2.3.8 Tingkatan Stres	27
2.3.9 Tahapan Stres.....	28
2.3.10 Faktor yang Mempengaruhi Stres	30

2.3.11 Manajemen Stres	33
2.3.12 Tingkat Stres Mahasiswa di Era COVID-19	34
2.3.13 Mekanisme Stres Terhadap Prestasi Mahasiswa di Era COVID-19 ..	36
2.4 Kerangka Teori.....	38
BAB III KERANGKA KONSEP	39
3.1 Kerangka Kosep	39
3.2 Hipotesis	40
BAB IV METODE PENELITIAN	41
4.1 Desain Penelitian	41
4.2 Populasi dan Sampel.....	41
4.2.1 Populasi	41
4.2.2 Sampel	42
4.3 Tempat Penelitian	44
4.4 Waktu Penelitian	45
4.5 Definisi Operasional	45
4.6 Intrumen.....	47
4.6.1 Uji Validasi.....	48
4.6.2 Uji Reliabilitas	49
4.7 Metode Pengumpulan data.....	50
4.7.1 Pengumpulan Data	50
4.7.2 Prosedur pengumpulan data.....	51
4.7.3 Pengolahan Data dan Analisa Data	52
4.8 Etika Penelitian.....	56
4.8.1 <i>Autonomy</i> (Hak menjadi responden).....	56
4.8.2 <i>Anonimity</i> (Tanpa nama)	56

4.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan).....	56
BAB V HASIL PENELITIAN.....	58
5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	58
5.2 Data Umum	58
5.2.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden	59
5.3 Data Khusus	60
5.3.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres.....	60
5.3.2 Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur	60
5.3.3 Distribusi Frekuensi Prestasi Mahasiswa	61
5.3.4 Frekuensi Prestasi Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur	62
5.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan.....	63
BAB VI PEMBAHASAN.....	64
6.1 Karakteristik Responden.....	64
6.1.1 Distribusi Responden Menurut Umur	64
6.1.2 Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Umur.....	65
6.1.3 Frekuensi Prestasi Berdasarkan Umur	65
6.1.4 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin	66
6.1.5 Frekuensi Tingkat Stres Menurut Jenis Kelamin.....	67
6.1.6 Frekuensi Prestasi Menurut Jenis Kelamin	68
6.2 Tingkat Stres pada Mahasiswa Kesehatan	68
6.3 Indeks Prestasi Kumulatif pada Mahasiswa Kesehatan.....	70
6.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan.....	72
6.5 Keterbatasan Penelitian.....	75
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	76
7.1 Kesimpulan	76

7.2 Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 2.1 Predikat Kelulusan IPK	16
Tabel 4.1 Definisi Operasional Penelitian	46
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Kuesioner Tingkat Stres	48
Tabel 4.3 Uji Validitas Setiap Butir Pertanyaan Kuesioner Stres	49
Tabel 4.4 Uji Reabilitas Kuesioner stres.....	50
Tabel 5.1 Distribusi Responden Frekuensi Menurut Umur dan Jenis Kelamin	59
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres.....	60
Tabel 5.3 Tabulasi Silang Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 5.4 Tabulasi Silang Tingkat Stres Berdasarkan Umur	61
Tabel 5.5 Distribusi Responden Prestasi Mahasiswa	61
Tabel 5.6 Tabulasi Silang Prestasi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
Tabel 5.7 Tabulasi Silang Prestasi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
Tabel 5.8 Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan selama Pembelajaran secara Online di Era COVID-19	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	38
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	91
Lampiran 2 Pemohonan Menjadi Subjek Penelitian.....	92
Lampiran 3 Informed Consent.....	93
Lampiran 4 Kuisioner Penelitian	94
Lampiran 5 Hasil data	97
Lampiran 6 Hasil uji statistik	109
Lampiran 7 Uji Validitas dan Reabilitas	111
Lampiran 8 Uji Crosstab	115
Lampiran 9 Uji Kolerasi Spaerman Rank	120
Lampiran 10 Bukti foto pengambilan data kuesioner.....	121
Lampiran 11 Surat Etik	123
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Konsultasi	124
Lampiran 13 <i>Curriculum Vitae</i>	127

DAFTAR ISTILAH

3M	: Mencuci tangan, Memakai masker, Menjaga jarak
COVID-19	: <i>Corona Virus Disease</i>
Daring	: Dalam jaringan
DASS	: <i>Depression Anxiety Stres Scale</i>
IP	: Indeks Prestasi
IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
KHS	: Kartu Hasil Studi
Luring	: Luar jaringan
PBB	: Perserikatan Bangsa-Bangsa
PDSJKJI	: Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa
PJJ	: Pembelajaran Jarak Jauh
PSBB	: Pembatasan Sosial Berskala Besar
SKS	: Sistem Kredit Semester
SPSS	: <i>Statistical Package For The Social Sciences</i>
UNESCO	: <i>United Nations of Educational, Scientific, and Cultural Organization</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masyarakat dunia saat ini sedang menghadapi wabah penyakit yaitu Corona Virus Disease (COVID-19). COVID-19 adalah sebuah penyakit jenis baru yang menyerang sistem pernapasan, sampai berujung pada kematian bahkan penyebarannya begitu cepat di seluruh dunia (Adrian, Putri, & Suri, 2021). Tingginya angka kejadian dan potensi kematian membuat pemerintah berusaha memutuskan rantai penularan COVID-19 ini dengan beberapa cara seperti penerapan PSBB, perubahan sistem sekolah dan perkuliahan menjadi sistem daring, dan himbauan kepada seluruh masyarakat untuk menerapkan 3M (Adrian, Putri, & Suri, 2021). COVID-19 berdampak secara langsung bagi mahasiswa serta perguruan tinggi sehingga pemerintah mengeluarkan kebijakan dengan perubahan sistem pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran secara online yang bertujuan untuk mengembangkan isolasi sosial sebagai langkah memutus rantai penularan COVID-19 (Matdio, 2020).

Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa dihadapkan berbagai kendala dan tugas perkembangan atau pengalaman yang baru serta berdampak pada stres bagi sebagian mahasiswa (Wibowo, Atieka, & Pranoto, 2018). Berbagai masalah yang dihadapi mahasiswa di masa pandemi COVID-19 yaitu tuntutan yang dibebankan dengan perubahan metode pembelajaran

secara online (Firman & Rahayu, 2020). Permasalahan sistem pembelajaran online, seperti pembatasan akses internet atau susah sinyal di daerah tertentu, paket internet yang terbatas yang mengakibatkan pengeluaran biaya baru bagi mahasiswa yang kesulitan segi finansial, tuntutan tugas yang berat serta jadwal perkuliahan yang padat dan tidak semua pendidik saat penyampaian materi dengan optimal saat pembelajaran daring (Harahap, H, & H, 2020). Menggunakan media pembelajaran online lebih melelahkan dan membosankan karena tidak dapat langsung berinteraksi dengan dosen dan mahasiswa lainnya, sehingga mengakibatkan gangguan psikologis bagi mahasiswa dan bila berkelanjutan dapat menimbulkan stres (Muslim M. , 2020). Pembelajaran Jarak Jauh dapat menimbulkan tekanan dan stres pada mahasiswa itu sendiri (Du Plessis, 2019). Peningkatan stres yang dialami oleh mahasiswa dapat mengganggu proses pembelajaran dan berpengaruh pada indeks prestasi (Hamzah & Rahmawati, 2020).

COVID-19 telah terkonfirmasi di 235 negara di seluruh dunia. Indonesia kasus COVID-19 tanggal 11 Mei 2021 Jumlah dengan kasus yang terjangkit positif sebanyak 1.723.596 orang, sedangkan angka kematian sekitar 47.465 orang (Gugus Tugas Covid, 2021). Jawa Timur didapatkan data tanggal 11 Mei 2021 terkonfirmasi positif COVID-19 sebanyak 41.358 orang, sedangkan Kota Jember sendiri kasus positif COVID-19 sebanyak 6.976 orang (Pemkab Jember, 2020).

Data dari Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) tercatat 1.522 orang mengalami gangguan kesehatan mental atau

depresi akibat pandemi COVID-19. Penelitian di kampus Telkom University dan UIN SGD Bandung menunjukkan sekitar 60.5% mahasiswa siap beradaptasi dengan penggunaan teknologi pembelajaran perkuliahan online tetapi sekitar 59.5% keberatan atas tugas yang diberikan dosen yang berakibat tingkat stres mahasiswa sekitar 60% (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020). Hal tersebut jika dibiarkan terus menerus akan berakibat fatal dalam perkembangan kejiwaan mahasiswa, dan sebanyak 92% mahasiswa memilih dan lebih suka perkuliahan tatap muka di kelas di banding perkuliahan online (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020).

Organisasi Pendidikan Ilmu Pengetahuan dan Kebudayaan PBB (UNESCO) berpendapat bahwa pandemi COVID-19 telah mengganggu proses pembelajaran lebih dari 1 miliar siswa di 129 negara wilayah di seluruh dunia (Purwanto & dkk, 2020). Transformasi pembelajaran online merupakan cara yang paling aman, karena mahasiswa berhak mendapatkan pendidikan yang tetap dan menjadi prioritas tanpa mengabaikan kesehatan (Purwanto & dkk, 2020). Stres akademik terjadi pada mahasiswa yang disebabkan karena pembelajaran yang dirasa sulit dipahami oleh mereka, tidak menyukai guru saat menjelaskan materi dan pemberian tugas pembelajaran yang banyak tetapi menuntut penguasaan dalam waktu singkat (Barseli, Ifdil, & Ahmad, 2018). Kondisi stres disebabkan oleh semakin banyaknya beban akademis dalam mengejar prestasi dan mengejar keunggulan, sehingga semakin berada dalam berbagai tekanan dan tuntutan (Barseli, Ifdil, & Ahmad, 2018).

Objek riset menurut kampus ITS NU Pekalongan dan Politeknik Pusmanu yang berada di wilayah Pekalongan pada semester genap tahun ajaran 2019/2020 telah melaksanakan pembelajaran kuliah *online (daring)* dan berdasarkan hasil evaluasi belajar mahasiswa di semester ini menunjukkan adanya penurunan prestasi akademik (Hakim & Mulyapradana, 2020). Hal tersebut menjadi salah satu faktor ketidakpuasan mahasiswa dalam proses pembelajaran secara *online* dibuktikan dengan rata-rata IPK yang didapatkan oleh mahasiswa dari semester sebelumnya dengan semester ini masih kurang memuaskan hal ini berdampak terhadap kinerja pembelajaran yang kurang maksimal (Hakim & Mulyapradana, 2020).

Kesehatan dan keselamatan adalah prioritas utama bagi peserta didik, pendidik, tenaga kependidikan, dan semua warga satuan pendidikan, maka solusi agar pembelajaran pada pandemi COVID-19 dapat berjalan efektif adalah metode luring dengan kepanjangan dari “luar jaringan” sebagai kata pengganti *offline* (Ermayulis, 2020). Pembelajaran luring diartikan sebagai pembelajaran tanpa internet dengan kata lain bertatap muka langsung, sebab sebagai mahasiswa kesehatan sangat sulit jika dilakukan dengan daring dalam jangka waktu yang panjang (Ermayulis, 2020).

Upaya dan solusi dari pemegang kebijakan yakni pemerintah terkait pendidikan dan pembelajaran, dalam rangka mengurangi dan menurunkan dampak pembelajaran daring dihasilkan Keputusan bersama Kemdikbud, Menteri Agama, Menteri Kesehatan dan Menteri Dalam Negeri No. 03/KB/2020, No. 612 Tahun 2020, No. HK.01.08/Menkes/502/2020 serta No.

199/4536/SJ pada tanggal 07 Agustus 2020 yang semula pembelajaran tatap muka hanya boleh dilakukan pada zona hijau saat ini boleh dilakukan juga pada zona kuning (Laili, 2020). Pembelajaran tatap muka diperluas sampai dengan zona kuning, dikarenakan zona kuning memiliki resiko penularan Covid-19 rendah berdasarkan hasil pemetaan satuan tugas nasional penanganan Covid-19 (Laili, 2020). Keputusan tersebut diambil bahwa berdasarkan hasil evaluasi Pemerintah terdapat kebutuhan pembelajaran tatap muka dari peserta didik yang mengalami kendala dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh (Laili, 2020). Modifikasi pembelajaran secara tatap muka, dengan mempertimbangkan zonasi dan protokol kesehatan yang berlaku, seperti menggunakan masker, menjaga jarak, dan cuci tangan yang disediakan oleh institusi pendidikan (Indah, 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 30 responden mahasiswa Ilmu Keperawatan Stikes dr. Soebandi Jember terkait tingkat stres mahasiswa selama pembelajaran secara online di era COVID-19. Peneliti menggunakan 14 pertanyaan dari kuisioner DASS-42 dan menunjukkan hasil bahwa 11 mahasiswa mengalami stres sangat berat, 12 mahasiswa mengalami stres berat dan 7 mahasiswa mengalami stres sedang.

Mahasiswa selama pembelajaran secara online merasa kesulitan berkonsentrasi belajar dan merasa stres serta jenuh akibat isolasi yang berkelanjutan (Kemdikbud, 2020). Kondisi pembelajaran yang kurang efektif dapat mempengaruhi capaian prestasi yang meliputi pemahaman, serta *skill* kemampuan individu terutama pada pendidikan vokasi dan *attitude* (Laili,

2020). Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran online di era Covid-19.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, “bagaimana hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara Online di era covid-19?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19.
- b. Mengidentifikasi prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19
- c. Menganalisa hubungan hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan landasan pengetahuan bagi peneliti lain dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah, serta sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis mengenai hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era Covid-19.

1.4.2 Manfaat Praktisi

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menjadi acuan dan evaluasi mengenai tingkat stres mahasiswa kesehatan dengan prestasi mahasiswa kesehatan di era COVID-19.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian dapat menjadi referensi dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan proses belajar mengajar serta instansi dapat mendukung para dosen dalam inovasi pembelajaran.

c. Bagi Penulis

Penelitian ini untuk mengasah kemampuan dan mendorong penulis untuk memulai dan mengembangkan diri, dan berpandangan luas.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian yang mendasar dalam penelitian ini adalah penelitian dilakukan oleh Syahanita Anindira Putri (2021) dengan judul “Hubungan Pola Tidur dan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa FK UMS selama Perkuliahan Online”. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan antara pola tidur dan tingkat stress dengan tingkat prestasi mahasiswa FK UMS selama perkuliahan online pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Subjek penelitian adalah 61 responden yang diambil dengan teknik *consecutive sampling*. Pengambilan data pola tidur dengan menggunakan kuesioner PSQI, data tingkat stress menggunakan kuesioner DASS 42, data tingkat prestasi menggunakan nilai ujian blok neurologi mahasiswa semester 5 2020/2021 FK UMS. Hasil uji chi square antara pola tidur dengan tingkat prestasi didapatkan ($p= 0,000$), tingkat stress dengan tingkat prestasi didapatkan ($p= 0,000$) uji multivariat regresi logistic nilai OR pola tidur 17,288, dan nilai OR tingkat stres 18,660. Pola tidur dan tingkat stres berhubungan secara signifikan terhadap tingkat prestasi.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu dalam penelitian ini variabel Independen yang digunakan yaitu pola tidur dan tingkat stres. Lokasi yang digunakan berbeda, pada penelitian terdahulu berlokasi di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, penelitian sekarang berlokasi di Fakultas Keperawatan Universitas dr.Soebandi Jember. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian

sekarang terletak pada variabel independen penelitian yaitu tingkat stres dengan prestasi mahasiswa desain penelitian yang digunakan yaitu cross sectional.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1.	1. Ade Chita Putri Harahap	Analisis Tingkat Stres Akademik	Kuantitatif deskriptif	Tingkat stres akademik mahasiswa	Hasil dari penelitian bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stress akademik selama belajar jarak jauh di tengah-tengah kondisi pandemi COVID-19
2.	2. Dinda Permatasar i Harahap	Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran			
	3. Samsul Rivai Harahap	Jarak Jauh Dimasa Covid-19			
2.	1. Syahanita Anindira Putri	Hubungan Pola Tidur dan Tingkat	Kuantitatif Deskriptif dengan	-Hubungan Pola Tidur dan Tingkat	Hasil penelitian bahwa terdapat Hubungan antara pola tidur dan tingkat stres dengan tingkat prestasi mahasiswa FK UMS selama perkuliahan online pada masa pandemi COVID-19 dengan nilai (p=0,005) dan (p=0,011)
	2. Burhannudin Ichsan	Stres dengan	Cross sectional	Stres -Prestasi Mahasiswa	
	3. Shoim Dasuki	Prestasi Mahasiswa			
	4. Tri Agustina	FK UMS selama Perkuliahan Online			

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Mahasiswa

2.1.1 Definisi

Mahasiswa Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi, di dalam struktur pendidikan di Indonesia mahasiswa memegang status pendidikan tertinggi diantara yang lain (Kurniawan, 2020). Mahasiswa adalah setiap orang yang secara terdaftar untuk mengikuti pelajaran disebuah perguruan tinggi dengan batasan umur sekitar 18–30 tahun. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya, karena adanya ikatan dengan suatu perguruan tinggi (Kurniawan, 2020).

Mahasiswa adalah pelajar tingkat tinggi memiliki peran sebagai penjaga nilai-nilai masyarakat yang kebenarannya mutlak, yakni menjunjung tinggi kejujuran, keadilan, gotong royong, integritas, empati dan sifat yang dibutuhkan dalam kehidupan dalam masyarakat lainnya (Kurniawan, 2020). Selain itu juga, dituntut pula untuk mampu berpikir secara ilmiah tentang nilai-nilai yang mereka jaga. Bukan hanya itu saja, tetapi juga sebagai pembawa, penyampai, dan penyebar nilai-nilai serta ilmu-ilmu yang telah mereka pelajari. Mahasiswa memiliki tingkat pendidikan yang paling tinggi, sehingga diwajibkan untuk mereka memiliki moral yang baik pula. Tingkat intelektual seorang mahasiswa akan disejajarkan dengan tingkat moralitasnya

dalam kehidupannya. Hal ini yang menyebabkan mengapa mahasiswa dijadikan kekuatan dari moral bangsa yang diharapkan mampu menjadi contoh dan juga penggerak perbaikan moral pada masyarakat (Kurniawan, 2020).

2.1.2 Peran dan Fungsi Mahasiswa

Peran dan fungsi mahasiswa ada 3 secara garis besar yaitu (Kurniawan, 2020) :

- a. Pertama, peranan moral, dunia kampus merupakan dunia di mana setiap mahasiswa dengan bebas memilih kehidupan yang mereka mau. Disinilah dituntut suatu tanggung jawab moral terhadap diri masing-masing sebagai individu untuk dapat menjalankan kehidupan yang bertanggung jawab dan sesuai dengan moral yang hidup dalam masyarakat.
- b. Kedua, adalah peranan sosial. Selain tanggung jawab individu, mahasiswa juga memiliki peranan sosial, yaitu bahwa keberadaan dan segala perbuatannya tidak hanya bermanfaat untuk dirinya sendiri tetapi juga harus membawa manfaat bagi lingkungan sekitarnya.
- c. Ketiga, adalah peranan intelektual. Mahasiswa sebagai orang yang disebut-sebut sebagai insan intelektual haruslah dapat mewujudkan status tersebut dalam ranah kehidupan nyata. Dalam arti menyadari betul bahwa fungsi dasar mahasiswa adalah bergelut dengan ilmu pengetahuan dan memberikan perubahan yang lebih baik dengan intelektualitas yang ia miliki selama menjalani pendidikan.

2.2 Prestasi

2.2.1 Definsi prestasi

Prestasi dalam bahasa Inggris yaitu kata *achievement* yang berasal dari kata *to achieve* yang berarti mencapai. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2014) bahwa “Prestasi adalah hasil yang telah dicapai”, jadi prestasi merupakan hasil usaha yang telah dicapai seseorang atas hal yang dilakukan pada suatu kegiatan. Prestasi bisa dilihat dari berbagai segi misalnya pekerjaan dan pembelajaran. Belajar menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki tiga arti, yakni berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu, berlatih dan berubahnya tingkah laku atau tanggapan yang disebabkan oleh pengalaman. Selanjutnya menurut Slameto (2010) bahwa “Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”. Maka prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh seseorang setelah melakukan pembelajaran melalui suatu penilaian dalam kurun waktu tertentu.

2.2.2 Perilaku Belajar

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia bahwa “Perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan”. Selanjutnya, menurut Walgito (2010) bahwa “Perilaku adalah suatu aktivitas yang mengalami perubahan dalam diri individu”. Perubahan itu didapat dalam segi kognitif, afektif dan psikomotorik, jadi, perilaku adalah semua tindakan sebagai respon terhadap rangsangan atau lingkungan sehingga

mengalami perubahan dalam diri individu tersebut.

Perilaku belajar yang efektif dapat membantu seseorang dalam meningkatkan kemampuannya sesuai dengan harapan yang dituju. Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan adalah kondisi internal dari dalam diri mahasiswa, kondisi eksternal dari luar diri mahasiswa, strategi belajar seperti keadaan jasmani, emosional dan sosial, lingkungan, mulai belajar, membagi pekerjaan, pengendalian, waktu belajar (Slameto, 2010).

2.2.3 Motivasi Belajar

Kata motivasi berasal dari bahasa Latin yaitu *move* yang berarti “menggerakkan”. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) bahwa “Motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu”. Menurut Robbins (2015) bahwa “Motivasi adalah proses yang menjelaskan mengenai kekuatan, arah dan ketekunan seseorang dalam upaya untuk mencapai tujuan”. Sedangkan menurut Moorhead & Griffin (2013) bahwa “Motivasi adalah serangkaian kekuatan yang mengakibatkan orang-orang berperilaku dengan cara tertentu”. Jadi, motivasi adalah dorongan yang timbul dari diri seseorang yang menyebabkan terjadinya perubahan untuk mencapai tujuan, kebutuhan dan keinginan. Dalam pembelajaran, motivasi pun dibutuhkan yaitu motivasi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Astuti (2010) bahwa “Motivasi belajar adalah sesuatu yang mendorong, menggerakkan dan mengarahkan siswa dalam belajar. Motivasi belajar yang tinggi akan tercermin dalam ketekunan untuk mencapai

kesuksesan dan mampu mengatasi semua kesulitan yang dihadapi selama pembelajaran.

Riset yang dilakukan oleh I Made Ari (Winangun, 2020) motivasi belajar terdapat dua dimensi yakni dimensi intrinsik yang terdiri dari adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, serta adanya harapan dan cita-cita masa depan dan dimensi ekstrinsik yang terdiri dari adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar dan adanya lingkungan belajar yang kondusif.

Ada tiga karakteristik dalam motivasi antara lain: usaha, kemauan keras dan arah atau tujuan (Mulyapradana, Anjarini, & Hartono, 2013). Dalam riset ini motivasi yang dikaji adalah motivasi belajar mahasiswa dimana dorongan atau kemampuan yang dimiliki seseorang mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajarnya agar prestasi belajarnya dapat dicapai secara optimal.

Motivasi belajar dapat dipengaruhi dari dalam diri mahasiswa itu sendiri atau pun dari luar diri mahasiswa tersebut. Mahasiswa yang kuliah karena dorongan diri sendiri dan dorongan orang tua akan menghasilkan prestasi yang berbeda. Apapun yang dilakukan, motivasi merupakan salah satu hal utama yang harus diperhatikan agar memperoleh hasil yang sesuai harapan (Yulianti & Mellyna, 2017).

2.2.4 Strategi Prestasi Belajar

Perencanaan strategik untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (Surwarsono, 2010).

Faktor internal terdiri dari faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya (Surwarsono, 2010). Faktor internal meliputi strategi belajar, perilaku belajar, motivasi belajar serta pengaturan diri, sedangkan faktor eksternal meliputi kurikulum, materi ajar, dosen, buku panduan, jadwal perkuliahan dan sarana serta prasarana (Surwarsono, 2010).

2.2.5 Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

Prestasi belajar merupakan hasil yang telah dicapai terhadap bahan pelajaran yang telah dipelajari selama jangka waktu tertentu, yang biasa dilaksanakan setiap akhir semester atau juga disebut tes sumatif. Nilai tes sumatif digunakan untuk menentukan nilai rapor atau ijazah atau kartu hasil studi (KHS) mahasiswa (Purwanto, 2010).

Dalam suatu lembaga pendidikan termasuk perguruan tinggi, prestasi belajar merupakan indikator yang penting untuk mengukur keberhasilan proses belajar peserta didik. Dalam perguruan tinggi, prestasi belajar peserta didiknya disebut dengan Indeks Prestasi (IP). Penggabungan dari IP yang diperoleh selama belajar di perguruan tinggi disebut Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020).

Indeks Prestasi merupakan prestasi belajar tiap periode semester dalam jenjang perguruan tinggi. Sedangkan IPK adalah keseluruhan prestasi belajar mahasiswa yang telah ditempuh selama masa studi di perguruan tinggi (Hakam, Sudarno, & Hoyyi, 2015).

Indeks Prestasi Kumulatif, yaitu merupakan rata-rata nilai mahasiswa yang sudah diperoleh dari tiap semester yang telah ditempuh. Diperguruan tinggi sering didapati banyak perbedaan IPK antar peserta didik. Tinggi rendahnya IPK juga berpengaruh terhadap kecepatan menyerap informasi baru yang akan diterima mahasiswa (Winarni & Rahmawati, 2015).

Mahasiswa dengan IPK yang tinggi akan lebih mampu mengikuti mata kuliah yang harus ditempuh dan mereka lebih siap dalam menerima materi baru (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya IPK sangat berpengaruh pada kesiapan dan kemampuan mahasiswa mengikuti perkuliahan sehingga juga akan mempengaruhi keberhasilan dalam pembelajaran (Winarni dan Rahmawati, 2015).

Menurut Instalansi pendidikan Universitas dr.Soebandi Jember ada 2 macam indeks prestas (IP) hasil belajar yaitu :

- a. IP setiap semester (IP) adalah IP yang dihitung dari hasil belajar yang dicapai mahasiswa.
- b. IP Kumulatif (IPK) adalah IP yang dihitung dari hasil belajar seluruh mata kuliah yang diambil dalam semester yang telah diselesaikan.

Tabel 2.1
Predikat Kelulusan IPK

NO	IPK	Keterangan
1.	2,00 – 2,75	Memuaskan
2.	2,75 – 3,50	Sangat memuaskan
3.	3,51 – 4,00	Dengan Pujian (<i>Cumlaude</i>)

Sumber : Bahan Ajar Universitas dr.Soebandi Jember

2.2.6 Faktor- Fator yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Slameto (2010) mengemukakan bahwa “faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor intern dan faktor ekstern”. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu seperti faktor jasmaniah dan faktor psikologis. Sedang faktor ekstern adalah faktor yang ada diluar individu seperti faktor keluarga dan faktor sekolah.

Faktor-faktor yang dapat menghambat prestasi belajar bukan hanya dipengaruhi dari dalam diri mahasiswa sendiri, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar mahasiswa misalnya lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan kampus itu sendiri.

2.2.7 Prestasi Mahasiswa di Era COVID-19

Keunggulan untuk mencapai prestasi dapat mengakibatkan kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan sehingga mengalami stres pada mahasiswa (Muslim M. , 2020). Dampak yang dirasakan secara langsung oleh mahasiswa adalah metode pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dapat mengakibatkan biaya pengeluaran pulsa internet meningkat dari sebelumnya, sulitnya berinteraksi dengan dosen ketika mereka dihadapkan dengan materi yang belum mereka pahami dan selama masa pembelajaran dalam jaringan (*daring*) terjadi komunikasi satu arah (Hakim & Mulyapradana, 2020). Hal yang sama dirasakan oleh pendidik dalam hal ini

adalah dosen, mereka tidak mengetahui secara langsung tingkat pemahaman peserta didik pada saat penyampaian materi (Hakim & Mulyapradana, 2020).

Objek riset dilakukan di kampus ITS NU Pekalongan dan Politeknik Pusmanu yang berada di wilayah Pekalongan pada semester genap tahun ajaran 2019/2020 telah melaksanakan pembelajaran kuliah *online (daring)* (Hakim & Mulyapradana, 2020). Hasil evaluasi belajar mahasiswa di semester ini menunjukkan adanya penurunan prestasi akademik. Hal tersebut menjadi salah satu faktor ketidakpuasan mahasiswa dalam proses pembelajaran secara *online* dibuktikan dengan rata-rata IPK yang didapatkan oleh mahasiswa dari semester sebelumnya dengan semester ini masih kurang memuaskan hal ini berdampak terhadap kinerja pembelajaran yang kurang maksimal (Hakim & Mulyapradana, 2020).

2.3 Stres

2.3.1 Definisi

Stres merupakan interaksi saling mempengaruhi antara individu dengan lingkungan. Interaksi antara individu dengan lingkungan yang saling berhubungan dinamakan dengan interaksi transaksional yang di dalamnya terdapat proses penyesuaian (Donsu, 2017). Stres adalah bentuk respon maladaptif dari individu karena mendapatkan stressor (Stuart, 2016). Stres yaitu bentuk dimana lingkungan yang diharuskan melebihi kapasitas untuk membuat respons efektif oleh individu dan berpeluang memiliki konsekuensi baik fisik dan psikologis (Bamuhair, S.S., Al Farhan, A.I., Althubaiti, A., Agha, S., Rahma, S., Ibrahim, N.O, 2015).

Stres menurut Chlarasinta, (2015) berpendapat bahwa stres merupakan sebuah kondisi seseorang dengan tuntutan emosi yang diharuskan berlebih atau waktu yang membuatnya susah mengendalikan secara efektif kehidupannya. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya banyak gejala, seperti depresi, kelelahan, mudah marah, gelisah, impotensi, dan kualitas kerja yang rendah. Stres tidak hanya berupa respon atau stimulus, tetapi juga mempengaruhi stresor melalui strategi perilaku, kognitif, dan emosional. Dalam stresor yang sama setiap orang akan memberikan respon yang berbeda. Pendekatan medikospikologis, stres adalah paradigma dasar dari neuroimunologi, jenis stresor ini menyebabkan gangguan non spesifik dalam biologis (sebagai contoh sistem imun dalam psikoneuroimunologi) (Donsu, 2017).

Peneliti menyimpulkan dari sudut pandang di atas bahwa stres merupakan salah satu bentuk reaksi antara individu dan lingkungan saat menghadapi proses penyesuaian, bentuk stres dapat membuat orang merasa tidak nyaman, peran baru muncul, stres, dan sulit untuk mengontrol kehidupannya secara efektif. Bahkan penolakan dapat memengaruhi apa yang biasanya menjadi gaya hidup individu. Seseorang mungkin berada di bawah tekanan karena tidak dapat mengendalikan tekanan dari luar atau dari individu sendiri.

2.3.2 Fisiologi Stres

Tubuh memiliki dua repons terhadap rangsangan stres yaitu *General Adaptation Syndrome* (GAS) dan juga *Local Adaptation Syndrome* (LAS) (Sherwood, 2014) :

a. *General Adaptation Syndrome* (GAS)

Pada sistem ini tubuh merespon stres dengan melibatkan sistem endokrin dan juga sistem saraf otonom, hal ini lah yang menyebabkan GAS disebut juga sistem neuroendokrin, GAS terdiri dari tiga tahap (Sherwood, 2014):

1) *Alarm reaction* (Respon Peringatan)

Tahap ini terjadi dimana tubuh dihadapkan dengan stresor, yang dapat menyebabkan tubuh mengalami kebingungan dan kehilangan arah. Apabila tubuh telah merespon adanya hal ini, maka tubuh akan mengeluarkan beberapa hormon yang akan dialirkan kedalam darah sebagai akibat dari respon stres tersebut. Aliran hormon dalam darah inilah yang mengakibatkan terjadinya peningkatan laju pernafasan, detak jantung meningkat, serta otot tubuh akan menegang sebagai persiapan dalam menghadapi aksi energi lebih banyak.

2) *Resistance* (Tahap Pertahanan)

Pada tahap ini hormon mulai menuju tahap normal, semua sistem tubuh mulai kembali normal, seperti curah jantung juga mulai kembali normal. Sesaat setelah itu tubuh mulai mempersiapkan penyesuaian terhadap stres dengan melibatkan satu sistem organ secara menyeluruh. Apabila hal ini terjadi terus menerus maka tubuh tidak akan mampu lagi untuk beradaptasi,

akibat yang terjadi karena hal ini adalah seorang individu akan mulai merasa gugup, mudah marah, mudah lelah, dan akan kehilangan energi dalam jumlah yang banyak.

3) *Exhaustion/Distress* (Tahap Kehabisan Energi)

Pada tahap ini seseorang akan mulai kehabisan energi akibat tubuh yang tak mampu lagi beradaptasi dengan stres yang terus menerus, apabila hal ini terus terjadi maka hal terburuk yang akan terjadi adalah kematian jaringan dan organ.

b. *Local Adaptation Syndrome* (LAS)

Respon tubuh terhadap stres hanya terjadi setempat dan dibutuhkan adanya stresor agar dapat terjadi. LAS hanya terjadi dalam waktu yang sangat singkat, dan hanya bertujuan untuk homeostasis tubuh regional. Contohnya adalah ketika tubuh terjadi inflamasi di daerah tubuh tertentu (Sherwood, 2014).

2.3.3 Penyebab Stres

Menurut penyebabnya stresor dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu penyebab eksternal dan penyebab internal (Aji, 2020) :

a. Eksternal

Stresor yang berasal dari luar tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab eksternal. Contoh dari penyebab eksternal yaitu stresor yang berasal dari lingkungan, stresor terkait hubungan sosial, stresor pekerjaan, dan stresor terkait keadaan finansial.

b. Internal

Stresor yang berasal dari dalam tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab internal. Contoh dari penyebab internal yaitu stresor terkait kesehatan manusia, misal : batuk, trauma, kekurangan zat gizi, kelelahan, dan obesitas. Selain itu bisa berasal dari pemikiran dan perasaan manusia itu sendiri seperti perasaan harga diri rendah akibat adanya konflik, dan depresi yang berkepanjangan. Selain itu kondisi cacat tubuh, usia, jenis kelamin juga digolongkan kedalam penyebab internal.

2.3.4 Stres Akademik

Stres akademik adalah respon atau reaksi yang muncul karena terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan mahasiswa (Olejnik & Holschuh, 2016). Stres Akademik adalah suatu kondisi atau keadaan dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa sehingga semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan akademik (Barseli, dkk, 2017). Stres akademik adalah respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa/mahasiswa (Muslim M. , 2020).

Penelitian menurut Mubarakah, L (2015) juga menyatakan stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. Berbagai definisi yang dikemukakan dapat diambil kesimpulan stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap

suatu kondisi akademik. Tekanan ini menimbulkan respon yang dialami mahasiswa berupa reaksi fisik, perilaku, dan emosi yang negatif muncul akibat adanya tuntutan akademik (Barseli, dkk, 2017).

Stres akademik merupakan suatu keadaan atau kondisi berupa gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa sehingga mereka semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan tuntutan di sekolah.

2.3.5 Jenis Stres

Nasir & Muhith (2011) menjelaskan bahwa ada dua jenis stres, yaitu “baik” dan “buruk”. Stres melibatkan perubahan fisiologi yang kemungkinan dapat dialami sebagai berikut:

a. Stres yang baik atau *eustres*

Eustres yaitu sesuatu yang positif. Stres dikatakan berdampak baik apabila seseorang mencoba untuk memenuhi tuntutan untuk menjadikan orang lain maupun dirinya mendapatkan sesuatu yang baik dan berharga. Dengan stres yang baik, semua pihak merasa diuntungkan. Dengan begitu, stres yang baik akan memberikan kesempatan untuk berkembang dan memaksa seseorang mencapai performanya yang lebih tinggi (Nasir & Muhith, 2011).

Bisa dikatakan stres positif jika setiap kejadian dihadapi dengan selalu berfikir yang positif dan setiap stimulus yang masuk merupakan suatu pembelajaran yang berharga dan mendorong seseorang untuk selalu berfikir

dan berperilaku bagaimana agar apa yang dilakukan selalu membawa manfaat bukan bencana. Oleh karena itu, perlu ada standar yang ideal diri sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. *Problem solving* atau penyelesaian merupakan sikap yang perlu ada jika ingin menjadikan stres sebagai suatu yang positif. Salah satu cara untuk menyelesaikan masalah, terutama bila masalah tersebut sulit diselesaikan maka mencari dukungan dari orang lain, dan apabila tetap tidak bisa diselesaikan maka cukup diambil hikmahnya (Nasir & Muhith, 2011).

b. Stres yang buruk atau distress

Distress merupakan stres yang bersifat negatif. Distress dihasilkan dari sebuah proses yang memaknai sesuatu yang buruk, di mana respon yang digunakan selalu negatif dan ada indikasi mengganggu integritas diri sehingga bisa diartikan sebuah ancaman. Distress akan menempatkan pikiran dan perasaan kita pada tempat dan sesuatu yang serba sulit. Seseorang yang memandang suatu masalah karena melihat dari sisi yang sempit dan merugikan saja maka stres yang negatif muncul. Hal ini berdampak pada cara menyalahkan diri sendiri, menghindari dari suatu masalah, atau menyalahkan orang lain. Distress dipicu sebuah tuntutan yang tidak sesuai dengan kenyataan atau apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan yang dihadapi (Nasir & Muhith, 2011).

Suatu stres dikatakan “baik” atau “buruk” bergantung pada seberapa besar perasaan dan respon kita terhadap sumber stres tersebut atau bagaimana kita memakai sebuah sumber stres. Stres sudah ada sejak kita dalam

kandungan dan tak pernah lepas dari kehidupan kita. Stres merupakan suatu kondisi normal pada waktu menghadapi perubahan dan ancaman dengan respon yang adaptif (Nasir & Muhith, 2011).

2.3.6 Tanda dan Gejala

Menurut Fitriani, (2016) menyatakan tanda dan gejala yang muncul pada seseorang yang mengalami stres bisa terjadi pada perubahan fisik, mental, dan perilaku. Tanda dan gejala yang sering muncul yaitu :

a. Fisik

Gejala fisik yang disebabkan oleh stres antara lain cemas, panik, stres, impulsif dan mudah tersinggung, kelelahan, insomnia, sakit kepala, jantung, nyeri dada, sesak napas, anggota badan, wajah panas, berkeringat, flu, haid. Otot terganggu, otot kaku dan tegang terutama leher, bahu dan punggung bawah.

b. Mental

Tanda dan gejala yang sering muncul antara lain berkurangnya konsentrasi dan daya ingat, ragu-ragu, bingung, pikiran penuh dan kosong.

c. Emosi

Tanda dan gejala yang sering muncul seperti cemas, depresi, putus asa, mudah marah, ketakutan, frustrasi, menangis tiba-tiba, *phobia*, rendah diri, merasa tak berdaya, menarik diri dari pergaulan, dan menghindari beberapa kegiatan.

d. Perilaku

Tanda dan gejala yang sering muncul adalah mondar - mandir, gelisah, menggigit kuku jari, perubahan pola makan, merokok, meminum minuman keras, berteriak, mengumpat bahkan melempar barang, memukul, menggosok- gosokan tangan, menggaruk - garuk kepala.

2.3.7 Sumber Stres

Sumber stres terdiri dari tiga yaitu (Donsu, 2017):

a. Diri Sendiri

Sumber stres dalam diri sendiri, pada umumnya dikarenakan konflik yang terjadi antara keinginan dan kenyataan berbeda. Mengingat bahwa manusia adalah makhluk rohani, dan makhluk jasmani, maka *stresor* dapat dibagi menjadi tiga yaitu *stresor* rohani (spiritual), *stresor* mental (psikologi), dan *stresor* jasmani (fisikal).

b. Keluarga

Stres yang bersumber dari masalah keluarga dapat terjadi karena adanya perselisihan masalah keluarga, masalah keuangan, serta adanya tujuan yang berbeda di antara anggota keluarga.

c. Masyarakat dan Lingkungan

Masyarakat dan lingkungan juga menjadi salah satu sumber stres. Kurangnya hubungan interpersonal, serta kurang adanya pengakuan di masyarakat, merupakan penyebab stres dari lingkungan dan masyarakat.

2.3.8 Tingkatan Stres

Setiap individu mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda, stres pada individu disebabkan oleh berbagai macam stressor, pada individu salah satu reaksi stresnya dipicu oleh berbagai stimulus, tingkatan stres secara umum diantaranya adalah (Susane, 2017):

a. Stres normal

Stres normal merupakan bagian alamiah pada kehidupan setiap manusia dan setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandungan pun seorang bayi mengalami stres normal ini. Gejala stres normal bisanya muncul saat dalam situasi kelelahan, takut, jantung berdebar-debar.

b. Stres ringan

Stres ringan adalah kejadian stres yang dipicu stressor yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan merasa lemah, goyah, berkeringat berlebihan saat temperature normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa sangat lega saat situasi berakhir, dengan demikian adanya stressor ringan dalam jumlah banyak dalam waktu singkat akan menyebabkan peningkatan resiko penyakit individu.

c. Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul di antaranya mudah marah, beraksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan.

d. Stres berat

Stres berat adalah yang dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa. Pada prinsipnya adalah semakin lama dan sering stressor menyebabkan stres maka semakin tinggi resiko stres yang ditimbulkan dan ketika terdapat resiko stres yang tinggi maka akan menyebabkan penurunan energi dan respon adaptif pada individu.

2.3.9 Tahapan Stres

Gejala-gejala yang dialami pada saat stres sering kali tidak disadari karena perjalanan awal tahapan stres timbul secara lambat. Stres akan dirasakan saat tahapan gejala sudah lanjut dan mengganggu di lingkungan beraktifitas. Tahapan stres antara lain sebagai berikut (Hidayat, 2011):

a. Stres Tahap I

Tahapan ini merupakan tahapan yang paling ringan dan disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut :

- 1) Semangat yang berlebihan
- 2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana biasanya
- 3) Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya; tetapi tanpa disadari cadangan energi dihabiskan (disertai rasa gugup yang berlebihan)
- 4) Merasa senang dengan pekerjaannya itu dan semakin bertambah semangat, tetapi tanpa disadari cadangan energi semakin menipis.

b. Stres Tahap II

- 1) Merasa letih sewaktu bangun pagi, yang seharusnya merasa segar bugar
- 2) Merasa mudah lelah dan lekas merasa letih menjelang sore hari.
- 3) Sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman (*bowel discomfort*) dan detakan jantung lebih keras dari biasanya atau berdebar-debar
- 4) Otot punggung dan tengkuk terasa tegang.

c. Stres Tahap III

Bila seseorang memaksakan diri dalam melakukan kegiatan atau rutinitas, maka yang akan menunjukkan keluhan-keluhan yang semakin nyata dan mengganggu sebagai berikut :

- 1) Keluhan gastritis dan diare
- 2) Ketegangan otot semakin terasa
- 3) Ketegangan emosional semakin meningkat
- 4) Gangguan pola tidur (*insomnia*) yang menunjukkan kualitas tidur rendah

d. Stres Tahap IV

- 1) Aktivitas atau rutinitas yang biasa dilakukan semula menyenangkan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit
- 2) Seseorang yang semula tanggap terhadap situasi menjadi kehilangan kemampuan untuk merespons secara memadai (*adequate*).
- 3) Sering kali menolak ajakan karena tidak semangat dan bergairah
- 4) Daya konsentrasi dan daya ingat menurun
- 5) Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya.

e. Stres Tahap V

Bila keadaan berlanjut, maka seseorang akan jatuh ke stres tahap V, yang ditandai sebagai berikut :

- 1) Kelelahan fisik dan mental semakin mendalam (*physical and psychological exhaustion*)
- 2) Ketidakmampuan menyelesaikan pekerjaan sehari-hari yang ringan
- 3) Gangguan sistem pencernaan semakin berat (*gastrointestinal disorder*)
- 4) Mudah bingung dan panik

f. Stres Tahap VI

Tahapan ini merupakan tahapan klimaks, yaitu seseorang yang mengalami serangan panik (*panic attack*). Gambaran stres tahap VI sebagai berikut :

- 1) Debaran jantung terasa amat keras
- 2) Sesak atau susah bernafas
- 3) Badan tersa tremor dan keringat
- 4) Ketiadaan tenaga untuk hal-hal ringan

2.3.10 Faktor yang Mempengaruhi Stres

Aji, (2020) mengatakan antara individu mempunyai efek berbeda ketika terkena stres tergantung dari beberapa faktor:

a. Persepsi stresor

Jika individu menganggap bahwa stresor bersifat negatif dan dapat berakibat buruk bagi dirinya maka tingkat stres menjadi lebih berat. Begitu

juga ketika individu menganggap bahwa stresor bersifat kecil dan dapat diatasi maka tingkat stres menjadi berkurang.

b. Intensitas

Semakin sering stresor yang dihadapi individu, maka menyebabkan fisik dan mental individu semakin berat untuk mengatasinya.

c. Jumlah stresor pada waktu yang sama

Jika pada saat yang bersamaan muncul banyak stresor pada individu, maka stresor kecil bisa jadi dipersepsikan secara berlebihan oleh individu.

d. Lama paparan stresor

Semakin lama individu terpajan stresor mengakibatkan kemampuan individu mengatasi stres menjadi menurun.

e. Pengalaman

Adanya pengalaman pada masa lampau dengan stresor yang sama menyebabkan kemampuan individu dalam mengatasi stres menjadi semakin berpengalaman.

f. Tingkat perkembangan

Kehidupan manusia dari masa balita sampai tua mempunyai beberapa tahapan. Tentu dalam setiap tahapan tersebut mempunyai masalah dan jumlah stresor yang berbeda pula sehingga risiko kejadian stres pada tiap tingkatan berbeda.

Beberapa situasi yang dapat menegangkan untuk individu menurut Nuryati, (2019) adalah sebagai berikut :

1) *Negative Events*

Banyak peristiwa yang berpotensi untuk menjadi suatu tekanan maupun ketegangan, terutama untuk peristiwa-peristiwa yang negatif. Pada peristiwa-peristiwa negatif menunjukkan hubungan yang kuat antara gangguan fisik dan kondisi psikologis seseorang saat berada pada keadaan yang sulit. Peristiwa negatif terjadi hal tersebut sangat berpotensi mempengaruhi kondisi psikologis dan kesehatan seseorang.

2) *Uncontrollable Events*

Kejadian yang tidak terkendali, seperti yang sering terjadi misalnya kebisingan, keramaian atau kegelisahan tampaknya menjadi hal yang tak terpisahkan dengan tekanan yang terjadi pada diri seseorang. Suatu penelitian menemukan, untuk dapat mengantisipasi kejadian yang menegangkan atau hal yang mengarah pada stres salah satunya yaitu dengan mengendalikan dan kesanggupan menyesuaikan diri terhadap kejadian negatif yang berlangsung.

3) *Ambiguous Events*

Peristiwa ambigu merupakan kejadian yang tidak terprediksi sebelumnya yang membuat individu tidak memiliki kesempatan untuk melakukan suatu tindakan antisipasi. Pada akhirnya yang dapat dilakukan seseorang pada kejadian tersebut ialah mengerahkan kemampuannya untuk dapat memahami situasi yang pada saat itu, sayangnya hal tersebut justru menjadi sumber pelemah tugas maupun kegiatannya.

4) *Overload*

Individu dengan beban hidup yang terlalu berat lebih merasa tertekan dari pada individu dengan beban hidup yang jauh lebih ringan. Individu yang memiliki tugas terlalu banyak dikehidupannya dapat mengalami stres dengan tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang mempunyai tugas lebih sedikit. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres ada lima macam yaitu kemampuan memperkirakan, kontrol atas jangka waktu, evaluasi kognitif, perasaan mampu, dukungan masyarakat.

2.3.11 Manajemen Stres

Manajemen stres agar mudah dilakukan yaitu dengan cara berfikir positif. Sumber lain memberikan cara yang berbeda dalam mengatasi atau mengurangi dampak stres, dan cara itu adalah sebagai berikut (Donsu, 2017) :

- a. Apabila stresor memiliki komponen psikologis, individu didorong untuk membicarakan tentang kekhawatiran dengan keluarga, teman, atau ahli terapi.
- b. Apabila stresornya adalah fisik, intervensi untuk mengurangi nyeri dan mencegah infeksi sangat penting. Nyeri dan infeksi (gangguan pada fisik) adalah stresor itu sendiri . Untuk stresor fisik atau fisiologi, teknik relaksasi, *biofeedback*, dan terapi visualisasi dapat membantu individu mengurangi dampak stresor yang dialami.
- c. Cara lain yang dapat digunakan adalah dengan menilai stresor mana yang potensial dalam hidup. Dalam hal ini adalah kebutuhan yang paling prioritas. Anda dapat menggunakan berbagai teknik efektif untuk berurusan dengan

stresor tersebut. Pertama-tama, harus mengikuti petunjuk untuk latihan-latihan relaksasi, bernafas, dan visualisasi secara ketat.

d. Relaksasi progresif merupakan teknik yang berfokus pada relaksasi otot, yang dikembangkan semula oleh Dr. Edmund Jacobson. Teknik itu menyediakan cara yang terbukti sistematis untuk mengontrol ketegangan otot.

e. Sikap yang positif gaya hidup sehat yang termasuk di dalamnya tidur yang cukup, diet yang cukup, buah-buahan dan sayur-sayuran.

f. Tingkatkan manajemen waktu.

Manajemen waktu agar lebih efisien dalam mengerjakan tugas menjadi lebih rileks dalam mengerjakannya.

2.3.12 Tingkat Stres Mahasiswa di Era COVID-19

Di Indonesia, pemerintah menetapkan kebijakan penerapan *physical distancing* dan PSBB pun menimbulkan beberapa dampak, seperti ditutupnya berbagai fasilitas umum. Hal ini membuat pelajar/mahasiswa mengikuti kegiatan belajar mengajar jarak jauh (PJJ) dengan metode *e-learning*. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba ini, dapat berdampak pada kesehatan pelajar dan mahasiswa, baik secara fisik maupun mental. Dampak kesehatan yang dapat terjadi karena ada perubahan metode pembelajaran langsung menjadi PJJ (Putri, 2020).

Perguruan tinggi dituntut untuk dapat menyelenggarakan pembelajaran secara daring atau *online* (Firman & Rahayu, 2020). Untuk mencegah penyebaran Covid-19, WHO memberikan himbauan untuk menghentikan acara-acara yang dapat menyebabkan massa berkerumun.

Maka dari itu, pembelajaran tatap muka yang mengumpulkan banyak mahasiswa di dalam kelas ditinjau ulang pelaksanaannya. Perkuliahan harus diselenggarakan dengan skenario yang mampu mencegah berhubungan secara fisik antara mahasiswa dengan dosen maupun mahasiswa dengan mahasiswa (Firman & Rahayu, 2020).

a. Masalah di Masa Pandemi COVID-19

Stres akademik disebabkan oleh adanya *academic stressor* (Barseli, 2017). *Academic stressor* merupakan yaitu penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai/prestasi dan cemas dalam menghadapi ujian (Barseli, dkk, 2017). Faktor-faktor akademik, seperti fasilitas pembelajaran yang kurang memadai, kesulitan dalam belajar untuk jangka waktu lama, terlalu banyak tugas dan beban akademik, dapat menyebabkan stres pada mahasiswa (Putri & et, 2020).

Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh mahasiswa menyebabkan mereka mengalami stres akademik (Barseli, dkk, 2017).

b. Strategi menghadapi stres selama pandemi COVID-19

WHO merumuskan strategi untuk menghadapi stress selama pandemi Covid-19 (Muslim M. , 2020) :

- 1) Merasa sedih, tertekan, bingung, takut dan marah adalah hal yang lumrah selama krisis terjadi. Berbincang dan berbagi cerita dengan orang-orang yang dapat dipercayai bisa membantu mengurangi rasa tertekan yang dialami.
- 2) Selama pandemi ini, berdiam di rumah lebih dianjurkan untuk meminimalisir penyebaran virus dan kontak fisik dengan orang banyak. Menjaga gaya hidup sehat dengan asupan gizi yang cukup, pola tidur yang baik, olahraga dan berinteraksi dengan orang-orang yang disayang bisa dilakukan selama berdiam di rumah.
- 3) Menghindari rokok, alkohol dan narkoba untuk menyelesaikan masalah emosi.
- 4) Mencari fakta-fakta dan info terbaru yang dapat membantu dalam menentukan tahap pencegahan yang tepat dan menghindari berita-berita yang tidak valid dan kredibel.
- 5) Mengurangi kecemasan dengan membatasi media yang menyebarkan informasi yang membuat semakin cemas dan takut.
- 6) Mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki untuk mengatur emosi selama masa pandemi ini.

2.3.13 Mekanisme Stres Terhadap Prestasi Mahasiswa di Era COVID-19

Dampak kesehatan yang dapat terjadi karena ada perubahan metode pembelajaran langsung menjadi PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) adalah stres (Putri & et, 2020). Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Berbagai

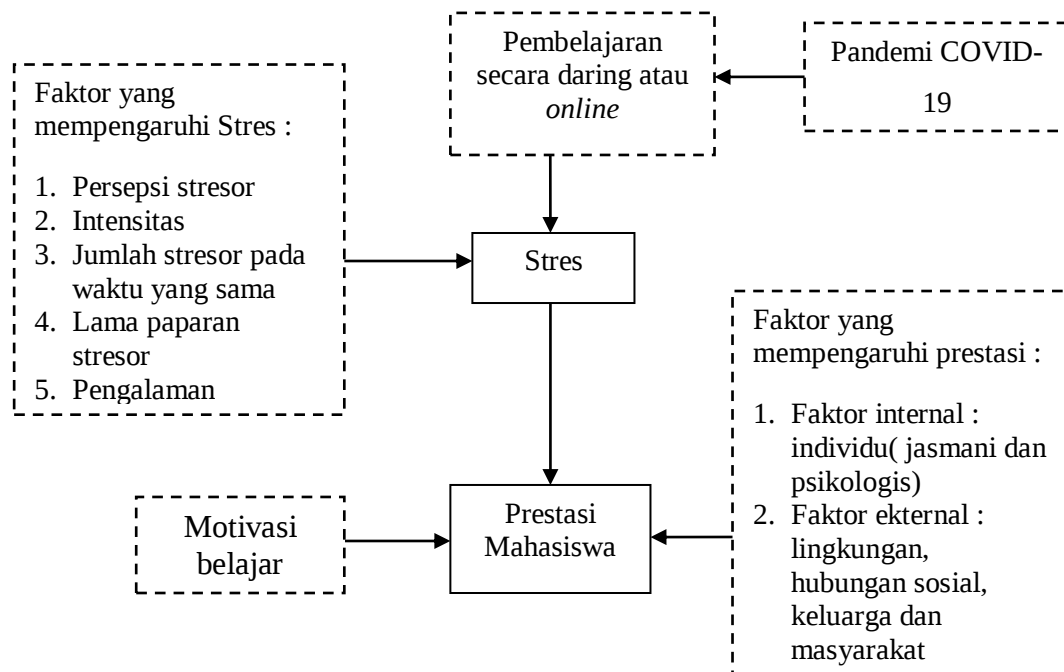
tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh mahasiswa menyebabkan mereka mengalami stres akademik (Barseli, dkk, 2017). Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa (Hasanah, 2020).

Penggunaan media sosial sebagai media belajar yang benar, dapat meningkatkan prestasi belajar mahasiswa yang berdampak pada capaian pembelajaran yang dilakukan (Fitri & Marina, 2017). Jika prestasi belajar mahasiswa tinggi berarti pembelajaran yang dilakukan telah berhasil dan capaian pembelajaran yang disusun telah terpenuhi. Penggunaan media sosial yang benar akan memberikan manfaat dalam pembelajaran dan dapat meningkatkan capaian pembelajaran (Tafonao, 2018). Selain itu media sosial dapat memberikan pengaruh positif terhadap penggunanya, karena media sosial memberikan kebebasan untuk mencari informasi tanpa adanya batasan ruang dan waktu. Saat pandemi terjadi maka masa pembelajaran tatap muka harus dihentikan, media sosial menjadi fasilitas utama dalam meningkatkan interaksi sosial antara mahasiswa dan dosen sehingga dapat melakukan komunikasi yang mudah dan cepat (Haider & Al-Salman, 2020).

Proses pembelajaran yang baik diharapkan dapat menciptakan serta meningkatkan prestasi belajar atau capaian pembelajaran peserta didik yang baik pula. Hasil penelitian pada mahasiswa Universitas Negeri Malang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dengan baik efektif untuk meningkatkan capaian pembelajaran (Rianingtias, Sobri, & Nurabadi, 2017). Penggunaan media jejaring sosial oleh mahasiswa dapat mempengaruhi

prestasi belajar mahasiswa itu sendiri. Semakin meningkat penggunaan media jejaring sosial sebagai media belajar oleh mahasiswa maka semakin meningkat prestasi belajarnya. Begitupun sebaliknya, semakin menurun penggunaan media jejaring sosial sebagai media belajar maka semakin menurun prestasi belajar (Rianingtias, Sobri, & Nurabadi, 2017).

2.4 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Hubungan antara tingkat stres terhadap prestasi mahasiswa STIKES dr.Soebandi Jember dengan pembelajaran online di era COVID-19

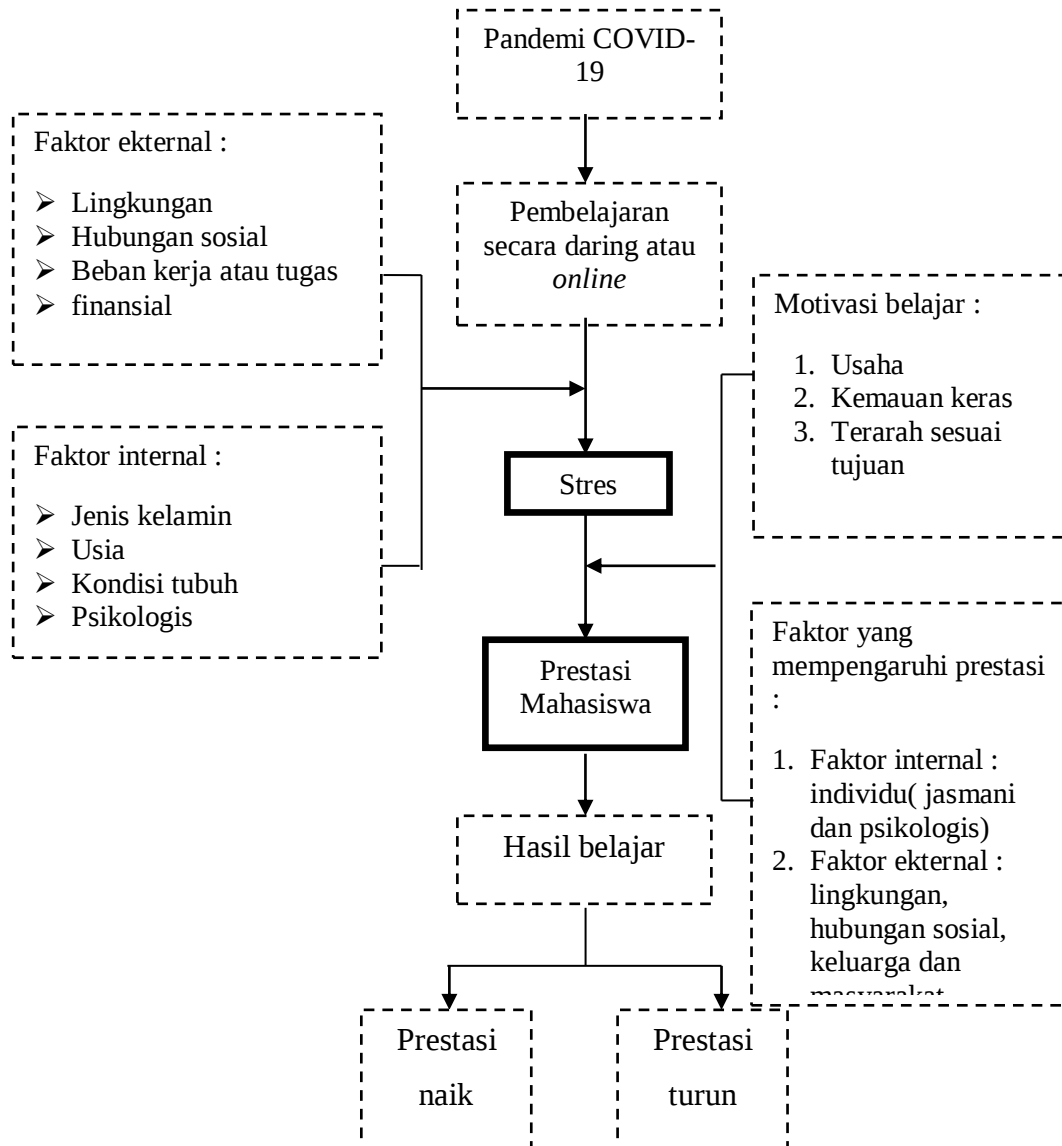
Keterangan:

———— : Diteliti
 - - - - : Tidak diteliti

BAB III

KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Kosep



Gambar 3.1 Kerangka konsep

Hubungan antara tingkat stres terhadap prestasi mahasiswa STIKES dr.Soebandi Jember dengan pembelajaran online di era COVID-19

Keterangan:

- : Diteliti
- : Tidak diteliti
- : Mempengaruhi

3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah. Karena sifatnya masih sementara, maka perlu dibuktikan kebenarannya melalui data empirik yang terkumpul (Sugiyono, 2017).

Ho = Tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era COVID-19.

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif yang menggambarkan adanya hubungan antar variabel (Sugiono, 2016). Dikatakan pendekatan kuantitatif karena data penelitian yang digunakan berupa angka-angka atau data kualitatif yang diangkakan (Sugiyono, 2010). Teknik penelitian ini juga menggunakan metode deskriptif menurut Sugiyono (2016) merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri tanpa membuat perbandingan serta mencari hubungan variabel satu dengan variabel yang lain.

Desain penelitian ini dengan pendekatan *Cross Sectional* yaitu jenis penelitian untuk mempelajari hubungan antara faktor resiko dengan efek meliputi variabel bebas dan variabel terikat dalam suatu waktu (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh pembuktian tentang hubungan variabel-variabel yang mempengaruhi prestasi mahasiswa (Y) dengan tingkat Stres (X) di masa pademi COVID-19.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi merupakan seluruh objek peneliti (Arikunto, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan

Universitas dr.Soebandi Jember angkatan 2017, 2018 dan 2019 yang keseluruhan berjumlah 523 mahasiswa. Alasan dalam mengambil mahasiswa angkatan 2017, 2018 dan 2019 tersebut karena telah banyak mengambil Satuan Kresdit Semester (SKS) saat pembelajaran secara *online*, sehingga mempermudah untuk mengetahui nilai IPK mahasiswa.

4.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2013). Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (Notoatmojo, 2012), sebagai berikut:

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

$$n = \frac{523}{523(0,05)^2 + 1}$$

$$n = 226,7$$

$$n = 227 \text{ responden (dibulatkan)}$$

Keterangan:

n = Besar sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah populasi

d = Tingkat kepercayaan atau ketepatan yang diinginkan (5% = 0,05)

Ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30-500 orang maka jumlah anggota sampel setiap kategori minimal 30 orang. Menurut penelitian teori dari Roscoe (Sugiyono, 2016), dan dengan alasan pertimbangan waktu, tenaga, dan biaya yang terbatas. Hasil dari rumus diatas didapatkan 227

responden dengan pembagian 3 angkatan yaitu 2017, 2018 dan 2019 dengan rumus :

$$n = \frac{\text{Jumlah mahasiswa}}{N} \times \text{besar sampel keseluruhan}$$

Keterangan :

n = Sampel tiap angkatan

N = Jumlah populasi

11 Angkatan 2017

$$n = \frac{150}{523} \times 227$$

n = **65 responden**

12 Angkatan 2018

$$n = \frac{174}{523} \times 227$$

n = **76 responden**

13 Angkatan 2019

$$n = \frac{199}{523} \times 227$$

n = **86 responden**

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi (Nursalam, 2013). Menurut Sugiyono (2017) *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. *Simple Random Sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi

yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut dan memberikan kesempatan yang sama kepada setiap populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2017).

Menghindari bias hasil penelitian, maka ditetapkan kriteria eksklusi. Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subyek yang memenuhi tidak kriteria inklusi. Kriteria sampel dalam hal ini meliputi :

a.a Kriteria inklusi :

- 1.) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2017, 2018 dan 2019 Universitas dr. Soebandi Jember.
- 2.) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember yang mengikuti perkuliahan secara online di masa pandemi COVID-19.
- 3.) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2017, 2018 dan 2019 Universitas dr. Soebandi Jember yang bersedia menjadi responden.

a.b Kriteria eksklusi :

- 1.) Mahasiwa Program Studi Ilmu Keperawatan dalam keadaan sakit.
- 2.) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan yang tidak lengkap mengisi kuisisioner.

4.3 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas dr. Soebandi Jember secara online melalui *Google Form*. Pemilihan penelitian ini didasarkan pada kondisi sekarang ini pada masa pandemi yang mengharuskan secara online dan sesuai kebijakan dari pemerintah untuk memutus rantai penyebaran

COVID-19. Pemilihan metode ini karena mempermudah peneliti dalam proses pengambilan data.

4.4 Waktu Penelitian

Proses penelitian ini akan dilakukan dimulai pada bulan Juni 2021 pada mahasiswa yang menjalani proses pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 yang mencakup kegiatan pengambilan data serta penyusunan laporan penelitian dan jadwal penelitian terdapat di lampiran 1.

4.5 Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan pedoman bagi penelitian untuk mengukur variabel penelitian sehingga memudahkan pengumpulan data dan menghindarkan perbaikan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Notoatmodjo, 2012).

Tabel 4.1
Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor / kategori
1. Variabel Independent : Tingkat Stres	Bentuk respon keseimbangan tubuh dan pikiran yang mendapat tekanan akademik baik fisik maupun psikologis	Tingkat stres: - Gejala fisik - Gejala psikologis - Gejala emosional dan perilaku	Kuisisioner DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scales 42)	Ordinal	Total nilai skor : dengan pemberian skor mulai dari 0 (minimal) – 42 (maksimal) dengan kategori skoring sbb : 0 – 14 =Normal 15 – 18 =Ringan 19 – 25 =Sedang 26 – 33 =Berat >34 =Sangat Berat
2. Variabel Dependent : Prestasi Mahasiswa Kesehatan	Skor penilaian yang didapatkan di setiap semester dan diperoleh sesuai kemampuan dan pemahaman akademik mahasiswa	Nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	Kuisisioner	Ordinal	• Memuaskan = mendapat IP 2,00-2,75 • Sangat Memuaskan = mendapat IP 2,76-3,51 • Dengan Pujian = mendapat IP 3,52-4,00

4.6 Instrumen

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik (cermat, lengkap dan sistematis) sehingga lebih mudah untuk diolah (Saryono, 2011). Penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Nursalam, 2016). Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang sudah disediakan jawabannya, sehingga responden tinggal memilih. Kuesioner yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup mengenai hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era Covid-19.

a. *Depression Anxiety Stress Scale (DASS 42).*

Alat ukur tingkat stres DASS diadopsi Noviani (2018) dan dikembangkan Lovibond, S.H & Lovibond, P.F (1995), alat ukur ini terdiri dari 42 pertanyaan yang terdiri dari tiga skala dirancang untuk mengkaji tiga jenis keadaan emosional yaitu depresi, ansietas, dan stres. Setiap skala terdapat 14 pertanyaan. Item skala stres terdapat pada nomor 1, 6, 8, 11, 112, 14, 18, 22, 27, 19, 32, 33, 35, 39. Pada penelitian ini menggunakan skala stres dengan 14 pertanyaan. Setiap pertanyaan ada 4 skor yaitu 0= tidak setuju, 1= ragu-ragu, 2= setuju, 3= sangat setuju. Nilai akhir skala DASS yaitu normal = 0-14, stres ringan = 15-18, stres sedang = 19-25, stres berat = 26-33, dan sangat stres <34.

Tabel 4.2
Blue Print Kuesioner Tingkat Stres

No	Indikator	Item		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Gejala Fisik	3, 5, 8, 11	-	4
2.	Gejala Psikologis	9, 10, 14	7, 12	5
3.	Emosional dan Perilaku	1, 4, 6, 13	2	5
Total		11	3	14

Sumber : kuesioner DASS (*Depression Anxiety and Stres Scale*) 42 milik Lovibond (1995).

4.6.1 Uji Validasi

Validitas adalah suatu indeks ketepatan alat ukur dalam mengukur suatu data. Sebuah instrumen dikatakan valid jika instrumen tersebut mampu mengukur apa saja yang seharusnya di ukur sesuai dengan situasi dan kondisi tertentu (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini menggunakan uji validitas dengan rumus *Product Moment* dengan bantuan program komputer SPSS 20 *For Windows*. Jika nilai *r*-hitung adalah sama atau lebih besar dari *r*-tabel, maka butir dari instrumen yang dimaksud adalah valid. Sebaliknya jika *r*-hitung lebih kecil dari pada *r*-tabel maka butir instrumen tidak valid. Instrumen dikatakan valid jika nilai *p value* < 0,05 dan instrumen dikatakan tidak valid jika nilai *p value* > 0,05 dengan menggunakan rumus *Product Moment* (Arikunto, 2015).

Berdasarkan hasil uji validasi dari 30 responden yang telah dilakukan peneliti dengan bantuan SPSS versi 20 diperoleh hasil untuk variabel tingkat stres dari 14 butir pertanyaan yang ada, untuk hasil perhitungan secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3
Uji validitas setiap butir pertanyaan kuesioner stres

Nilai r-hitung	Nilai r-tabel	Validitas
.868	.349	Valid
.809	.349	Valid
.693	.349	Valid
.627	.349	Valid
.646	.349	Valid
.422	.349	Valid
.844	.349	Valid
.403	.349	Valid
.671	.349	Valid
.621	.349	Valid
.811	.349	Valid
.626	.349	Valid
.660	.349	Valid
.811	.349	Valid

Sumber SPSS versi 2020

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa masing-masing r-hitung yang didapat selalu lebih besar dari r-tabel yang tertera. Hal ini menunjukkan bahwa tiap butir pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner stres adalah valid.

4.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoatmodjo, 2012). Menguji reliabilitas instrumen peneliti menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan program komputer SPSS 20 For Windows. Kuesioner dikatakan reliabel jika memiliki nilai $\alpha > 0,05$ (Riwidikdo, 2013). Kriteria pengambilan keputusan untuk menentukan reliabel atau tidak bila r-hitung lebih besar atau sama dengan r-tabel maka

item tersebut reliabel. Bila r hitung lebih kecil dari r tabel maka item tersebut tidak reliabel.

Pengujian reliabilitas pada penelitian ini dilakukan karena kuesioner telah di modifikasi, untuk tingkat stres menggunakan kuesioner skala DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale-42*) dan di peroleh hasil nilai *alpha cronbach* yaitu 0,762, kemudian nilai ini dibandingkan dengan nilai r -tabel 0,349, dapat disimpulkan bahwa *alpha* 0,762 > 0,349 yang artinya butir-butir kuisiomer tingkat stres dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

Tabel 4.4 Hasil uji reliabititas kuesioner stres

Cronbach's Alpha	N of items	Reliability
.762	14	Good

Sumber SPSS versi 2020

4.7 Metode Pengumpulan data

4.7.1 Pengumpulan Data

a. Data Primer

- 1.) Tingkat stres dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) pada mahasiswa kesehatan. Pengambilan data melalui *google form*.
- 2.) Prestasi mahasiswa diukur dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menggunakan kuesioner. Pengambilan data melalui *google form*, dengan cara responden mengunggah bukti IPK terakhir yang diperoleh ke *google form* yang sudah disediakan.

b. Data Sekunder

Data sekunder yaitu data pengumpulannya tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi diperoleh dari pihak lain. Dalam hal ini peneliti mengambil literatur dari buku dan jurnal penelitian.

4.7.2 Prosedur pengumpulan data

- a. Peneliti membuat kuesioner sebagai alat pengumpul data.
- b. Kuesioner yang sudah dibuat kemudian diuji validasi dan realibilitasnya.
- c. Peneliti meminta izin kepada pihak kampus untuk mengadakan penelitian.
- d. Setelah mendapat persetujuan dari pembimbing dan koordinator mata kuliah dan pihak fakultas kemudian peneliti mulai mencari responden untuk membagikan kuesioner.
- e. Peneliti mengadakan pendekatan kepada calon responden untuk memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat serta prosedur penelitian.
- f. Sebelum kegiatan pengisian kuesioner, peneliti memberikan penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner dan responden diberi kesempatan untuk bertanya apabila ada pertanyaan di dalam kuesioner yang belum jelas atau tidak dipahami.
- g. Setelah responden mengerti tentang cara pengisian kuesioner melalui *google form*, maka peneliti membagikan kuesioner penelitian kepada responden yang terpilih menjadi sample penelitian.
- h. Kemudian peneliti melakukan pengumpulan, pengolahan, dan analisa data.

4.7.3 Pengolahan Data dan Analisa Data

a. Pengolahan 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. Proses pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahap – tahap (Notoatmodjo, 2012):

1.) *Editing* (penyuntingan data)

Hasil data dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu. Secara umum *editing* merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan. Apabila ada data-data yang belum lengkap, jika memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi data-data tersebut. Apabila tidak memungkinkan, maka data yang tidak lengkap tersebut tidak diolah atau dimasukkan dalam pengolahan “*data missing*”.

2.) *Coding* (pengkodean)

Setelah data diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau “*coding*”, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

Kode pada variabel tingkat stres pada mahasiswa adalah :

Nilai 0 = tidak setuju

Nilai 1 = ragu-ragu

Nilai 2 = setuju

Nilai 3 = sangat setuju

3.) *Data Entry* (memasukkan data)

Data yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “*software*” komputer. Dalam proses ini dituntut ketelitian dari orang yang melakukan “*data entry*” ini. Apabila tidak maka terjadi bias, meskipun hanya memasukkan data.

4.) *Scoring* (pemberian skor)

Menentukan skor atau nilai untuk setiap item pertanyaan dan tentukan nilai terendah dan tertinggi. Tahapan ini dilakukan setelah ditentukan kode jawaban atau hasil observasi sehingga setiap jawaban responden atau hasil observasi dapat diberikan skor.

(a) Skor pada variabel tingkat stres pada mahasiswa didapatkan skor minimal 0 dan skor maksimal 15 sehingga diperoleh skor sebagai berikut :

0-14 (Normal)

15-18 (Ringan)

19-25 (Sedang)

26-33 (Berat)

>34 (Sangat berat)

(b) Skor pada variabel prestasi mahasiswa didapatkan skor sebagai berikut :

Kurang Memuaskan = mendapat IP < 2,00

Memuaskan = mendapat IP 2,00-2,75

Sangat Memuaskan = mendapat IP 2,76-3,51

Dengan Pujian = mendapat IP 3,52-4,00

5.) *Cleaning* (pembersihan data)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (*data cleaning*).

b. Analisa Data

1.) Analisa Data Univariat

Analisa data univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis data univariat ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Pada data numerik seperti usia digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Data kategori seperti jenis kelamin menggunakan distribusi frekuensi dengan ukuran persentase. Pada analisis data univariat ini digunakan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era Covid-19.

2.) Analisa Data Bivariat

Apabila telah dilakukan analisis bivariat tersebut, hasilnya akan diketahui karakteristik atau distribusi setiap variabel, dan dapat dilanjutkan analisis bivariat. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat yang diduga adanya berhubungan atau berkorelasi dengan menggunakan uji statistik (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini

analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era Covid-19. Dan dalam data penelitian ini menggunakan skala ordinal maka uji statistik yang digunakan adalah uji *spearman rank*. Uji *spearman rank* adalah semua hipotesis untuk kategori yang berskala ordinal dan tidak berpasangan menggunakan analisa data uji *spearman rank* dengan taraf signifikansi yaitu α 0,05 (Dahlan, 2010).

- Apabila nilai *p value* $> 0,05$ yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era Covid-19.
- Apabila nilai *p value* $< 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan tingkat stres terhadap prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara online di era Covid-19.
- Bila *P value* $< \alpha$ (0,05), maka signifikan atau ada hubungan menurut sugiyono (2011) pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut :
 - (a) 0,00-0,199 : Sangat rendah
 - (b) 0,20-0,399 : Rendah
 - (c) 0,40-0,599 : Sedang
 - (d) 0,60-0,799 : Kuat
 - (e) 0,80-1,000 : Sangat kuat

4.8 Etika Penelitian

Permasalahan dalam etika pada penelitian yang menggunakan subjek manusia menjadi isu sentral yang berkembang saat ini. Pada penelitian di Ilmu Keperawatan, hampir 90% subjek yang digunakan adalah manusia, oleh karena itu peneliti harus memahami prinsip-prinsip etika penelitian (Nursalam, 2017).

4.8.1 *Autonomy* (Hak menjadi responden)

Autonomy adalah membagikan lembar pengantar kuesioner kepada subjek penelitian yang bertujuan bahwa subjek mengetahui identitas peneliti, maksud dan tujuan, serta manfaat dari penelitian. Peneliti menyiapkan lembar persetujuan kepada calon responden untuk ditanda tangani lembar persetujuan (*informed consent*), tetapi jika calon responden tidak bersedia terlibat didalam penelitian maka peneliti tidak boleh memaksakan karena subjek mempunyai hak untuk tidak bersedia terlibat dalam penelitian ini.

4.8.2 *Anonymity* (Tanpa nama)

Kerahasiaan yang dilakukan peneliti merupakan upaya untuk melindungi setiap identitas responden dan semua data yang dibutuhkan dalam lingkup penelitian. Dalam menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data dan hanya mencantumkan inisial nama dari responden pada lembar pengumpulan data.

4.8.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Confidentiality (Kerahasiaan) yakni data dan informasi yang mengenai responden didalam kuesioner dan hanya peneliti saja yang dapat mengetahui

informasi dari responden. Data dan informasi disimpan dalam suatu tempat untuk menghindari banyak pihak yang dapat mengakses informasi tersebut. Pada penelitian ini peneliti tidak menceritakan kepada pihak yang tidak berkepentian dan hanya digunakan pada kepentingan peneliti saja serta disajikan sebagai hasil penelitian yang selanjutnya akan dimusnahkan bila data sudah tidak dibutuhkan kembali.

BAB V

HASIL PENELITIAN

5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini menganalisis hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan dalam pembelajaran secara *online* di era COVID-19. Pada penelitian dilakukan secara online karena untuk mengikuti protokol kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah untuk membatasi berinteraksi dengan banyak orang dalam antisipasi pencegahan penyebaran COVID-19. Penelitian dilakukan kepada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember pada bulan Juni 2021. Universitas dr. Soebandi Jember salah satu perguruan tinggi swasta di Jember dan berada di Jl. dr. Soebandi No. 99 Jember, Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember.

5.2 Data Umum

Responden penelitian ini sebanyak 227 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2017, angkatan 2018 dan angkatan 2019 yang memenuhi sebagai sampel penelitian. Pengambilan data dengan teknik *Simple Random Sampling*. Penelitian ini dilakukan dengan membagikan kuesioner DASS-42 (*Depression Anxiety Stress Scales 42*) untuk mengukur item tingkat stres terdapat 14 item pertanyaan dan kuesioner IPK (Nilai Indeks Prestasi Kumulatif) kepada responden secara online melalui *google form* dengan memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada responden melalui aplikasi

WhatsApp. Pengumpulan data dimulai setelah mendapatkan persetujuan etik melalui SK ketua komisi etik penelitian kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember.

5.2.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan data melalui program SPSS 20 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.1
Distribusi Responden Frekuensi Menurut Umur dan Jenis Kelamin

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
19-21	176	77,6
22-24	51	22,4
Total	227	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	47	20,7
Perempuan	180	79,3
Total	227	100,0

Sumber : Data primer Kuesioner *google form*

Data distribusi umur responden terbagi menjadi 2 kelompok yang berada dalam umur 19-24 tahun, pada penelitian ini kelompok pada umur 19-21 tahun merupakan responden terbanyak 176 orang (77,6%) terdiri dari umur 21 tahun sebagai kelompok dengan responden terbanyak, yaitu sejumlah 72 orang (31,7%). Kelompok umur 19 tahun sejumlah 40 responden (17,6%), sedangkan kelompok umur 20 tahun sebanyak 64 orang (28,2%).

Tabel 5.1 diatas dapat dilihat bahwa responden terbagi menjadi dua kategori dengan jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden yang mengikuti penelitian ini adalah perempuan dengan jumlah responden sebesar 180 orang (79,3%).

5.3 Data Khusus

5.3.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Data hasil penelitian distribusi responden berdasarkan tingkat stres didapatkan data melalui program SPSS 20 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.2.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Stres Sangat Berat	43	18,9
Stres Berat	47	20,7
Stres Sedang	78	34,4
Stres Ringan	49	21,6
Normal	10	4,4
Total	227	100,0

Sumber : Data primer Kuesioner DASS-42 melalui *google form*

Data diatas dapat diamati bahwa kelompok yang mengalami stres sedang selama pembelajaran secara *online* pada pandemi COVID-19 merupakan kelompok dengan jumlah responden terbanyak, yaitu berjumlah 78 orang (34,4%).

5.3.2 Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan data melalui program SPSS 20 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.3
Tabulasi Silang Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat stres					Total
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Laki-laki	1 (04%)	1 (0,4%)	8 (3,5%)	18 (7,9%)	19 (8,4%)	47
Perempuan	9 (4,0)	48 (21,1%)	70 (30,8%)	29 (12,8%)	24 (10,6%)	180
Total						227(100%)

Sumber: *Crosstab* SPSS 20

Hasil tabulasi silang tingkat stres berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden terbanyak yaitu berjenis kelamin perempuan dengan kategori tingkat stres sedang sebanyak 70 orang (30,8%), sedangkan laki-laki sebanyak 8 orang (3,5%) dengan tingkat stres sedang.

Tabel 5.4
Tabulasi Silang Tingkat Stres Berdasarkan Umur

Umur	Tingkat stres					Total
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
19-21 Tahun	7 (3,0%)	38 (16,8%)	58 (25,6%)	37 (16,3)	36 (15,9%)	176
22-24 Tahun	3 (1,3%)	11 (4,8%)	20 (8,8%)	10 (4,4%)	7 (3,0%)	51
Total						227(100%)

Sumber: *Crosstab SPSS 20*

Hasil tabulasi silang pada tabel 5.4 dengan tingkat stres berdasarkan umur menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada kelompok usia 19-21 dengan tingkat stres sedang sebanyak 58 orang (25,6%).

5.3.3 Distribusi Frekuensi Prestasi Mahasiswa

Hasil penelitian distribusi prestasi mahasiswa dilihat dari nilai IPK mahasiswa yang sudah diperoleh dari tiap semester yang telah ditempuh selama perkuliahan. Hasil penelitian ini telah dilakukan didapatkan data yang disajikan melalui program SPSS pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.5
Distribusi Responden Prestasi Mahasiswa

Predikat Prestasi	Frekuensi	Persentase (%)
Memuaskan	33	14,5
Sangat Memuaskan	148	65,2
Dengan Pujian	46	20,3
Total	227	100,0

Sumber : Data primer Kuesioner *google form* dengan SPSS nilai IPK

Data yang tercantum diatas, sebagian besar responden pada mahasiswa Ilmu Keperawatan memiliki prestasi dengan predikat sangat memuaskan dengan rentangan nilai IPK 2,76 – 3,51 dan kelompok tersebut memiliki jumlah responden sebanyak 148 orang atau sebesar 65,2% dari total responden yang ada.

5.3.4 Frekuensi Prestasi Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan data melalui program SPSS 20 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.6
Tabulasi Silang Prestasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Prestasi (IPK)			Total
	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Dengan Pujian	
Laki-laki	13 (39,4%)	30 (20,3%)	4 (8,7%)	47
Perempuan	20 (60,6%)	118 (79,7%)	42 (91,3%)	180
Total				227 (100%)

Sumber: Crosstab SPSS 20

Hasil tabulasi silang prestasi mahasiswa berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden terbanyak dengan prestasi yaitu berjenis kelamin perempuan dengan predikat sangat memuaskan sebanyak 118 orang (79,7%), sedangkan laki-laki sebanyak 30 orang (20,3%).

Tabel 5.7
Tabulasi Silang Prestasi Berdasarkan Umur

Umur	Prestasi (IPK)			Total
	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Dengan Pujian	
19-21 Tahun	32 (97,0%)	111 (75,0%)	33 (71,7%)	176
22-24 Tahun	1 (3,0%)	37 (25,0%)	13 (28,2%)	51
Total				227 (100%)

Sumber: Crosstab SPSS 20

Hasil tabulasi silang pada tabel 5.7 dengan prestasi mahasiswa berdasarkan umur menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada kelompok usia 19-21 dengan predikat sangat memuaskan dengan IPK rentangan nilai IPK 2,76 – 3,51 sebanyak 11 orang (75,0%).

5.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan

Penelitian ini menganalisa hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era COVID-19. Hasil penelitian ini yang telah dilakukan didapatkan data melalui program SPSS 20 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.8
Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan selama Pembelajaran secara Online di Era COVID-19

	p value	Correlation Coefficient
Tingkat Stres	0,00	-0.600
Prestasi (IPK)		

*korelasi signifikan pada level 0.05 (two-tailed).

Hasil penelitian menggunakan analisis korelasi *Spearman Rank*, terbukti bahwa *p value* 0,00 yang berada dibawah 0,05 ($0,00 < 0,05$). *Correlation coefficient* ditemukan sebesar -0,600 dengan $n=277$, (r)tabel = 0,13 yang artinya $0,600 > 0,13$, hal ini menandakan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan dan terdapat nilai korelasi yaitu adanya hubungan kuat antar 2 variabel.

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Karakteristik Responden

6.1.1 Distribusi Responden Menurut Umur

Hasil penelitian yang didapatkan berdasarkan distribusi responden menurut umur pada tabel 5.1 dengan jumlah responden sebanyak 227 responden pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok usia 19-22 yang terdiri dari umur 21 tahun sebagai kelompok dengan responden terbanyak.

Sejalan dengan penelitian Angelin, L (2021) menyatakan bahwa dimana usia 17-21 tahun merupakan masa peralihan dari remaja ke dewasa awal. Masa peralihan ini mahasiswa mulai dibebankan dengan tanggung jawab untuk menentukan karir. Tahap usia dapat diketahui bahwa mahasiswa keseluruhan telah berada pada tahap usia remaja akhir. Masa remaja akhir ditandai dengan ciri-ciri aspek-aspek psikis dan fisiknya mulai stabil meningkatnya berfikir realistis, memiliki sikap pandang yang sudah baik, lebih matang dalam menghadapi masalah, ketenangan emosi lebih bertambah (Saputro, 2017).

Peneliti berasumsi bahwa masa remaja akhir merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa awal karena mengalami proses pematangan psikososialnya, pengelolaan emosi dan perasaan. Semakin bertambahnya usia

maka tuntutan lebih besar untuk lebih mandiri dalam menyelesaikan berbagai masalah.

6.1.2 Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Umur

Mengacu pada hasil penelitian dengan tingkat stres berdasarkan umur menunjukkan bahwa responden terbanyak dengan tingkat stres terdapat pada kelompok usia 19-22 tahun dengan kategori tingkat stres sedang sebanyak 58 responden. Usia sangat berpengaruh terhadap terjadinya stres, usia remaja hingga dewasa awal sangat rentan mengalami stres (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2019). Mahasiswa dengan usia remaja yang mengalami stress biasanya dikarenakan faktor internal yang kurang bisa memahami dan menyikapi masalah dengan baik, sedangkan faktor eksternal yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan (Fromel & dkk, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa masa remaja akhir ini mengalami proses pematangan fisik yang lebih cepat dari pada pematangan psikososialnya. Masa peralihan dari remaja ke dewasa awal dalam proses kematangan emosional, pengelolaan emosi dan perasaan. Semakin bertambahnya usia, semakin dirinya mampu beradaptasi dengan situasi dan memiliki toleransi baik terhadap stresor.

6.1.3 Frekuensi Prestasi Berdasarkan Umur

Hasil penelitian ini menunjukkan responden terbanyak menurut prestasi berdasarkan umur responden yaitu berada di usia 19-21 tahun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Laili (2020) menyebutkan pembelajaran daring

memberikan gambaran IPK, sebagian besar responden mempunyai capaian IPK sangat memuaskan sebanyak 40 responden (56,34%).

Motivasi belajar terdapat dua dimensi yakni dimensi intrinsik yang terdiri dari adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, serta adanya harapan dan cita-cita masa depan dan dimensi ekstrinsik yang terdiri dari adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar dan adanya lingkungan belajar yang kondusif (Winangun, 2020). Peneliti berasumsi bahwa usia menuju dewasa pada umur 21 tahun mayoritas memiliki motivasi belajar yang tinggi karena dianggap sudah memiliki karakteristik individu yang matang akan kesadaran dan kedisiplinan dalam beraktivitas.

6.1.4 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan berjenis kelamin perempuan merupakan responden terbanyak dengan 180 orang. Terlihat bahwa karakteristik dari setiap angkatan menurut jenis kelamin yaitu jumlah responden mahasiswa perempuan lebih banyak dibandingkan responden mahasiswa laki-laki. Hal ini terkait dengan populasi penelitian yaitu Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember mayoritas perempuan.

Mahasiswa keperawatan yang didominasi oleh perempuan senada dengan penelitian menurut Sari (2017), bahwa proporsi perempuan dalam pendidikan keperawatan memang jauh lebih besar daripada laki-laki. Profesi keperawatan yang didominasi kaum perempuan disebabkan karena sikap

dasar perempuan yang identik sebagai sosok yang ramah, sabar, telaten, lemah, lembut, berbelas kasih, dan gemar bersosialisasi (Sari, 2020).

Ditinjau dari penelitian ini jurusan keperawatan ini identik dengan perempuan karena jumlah populasi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Peneliti berasumsi bahwa karakter perempuan sangat cocok dengan jurusan keperawatan karena sikap yang ramah, sabar, telaten serta lemah lembut.

6.1.5 Frekuensi Tingkat Stres Menurut Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin bahwa responden terbanyak dengan tingkat stres yaitu berjenis kelamin perempuan dengan kategori tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yikealo et al., (2018) menyatakan bahwa mahasiswa perempuan mengalami tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Kountul et.al., (2018) menyatakan bahwa perempuan lebih mudah cemas, mengalami gangguan makan, gangguan tidur, dan mengalami perasaan bersalah jika dalam kondisi tertekan. Kondisi ini berkaitan dengan hormon estrogen yang lebih banyak pada perempuan, sehingga perempuan lebih rentan mengalami stress daripada laki-laki.

Peneliti berasumsi bahwa perempuan memiliki rasa peka terhadap lingkungan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Laki-laki diajarkan untuk lebih maskulin dan tidak menunjukkan kelemahan emosional, maka sebab itu perempuan lebih rentan mengalami stres saat pembelajaran secara online,

karena perempuan cenderung lebih mudah mengalami gangguan psikologis seperti stres dan lebih terlalu memikirkan permasalahan yang ada.

6.1.6 Frekuensi Prestasi Menurut Jenis Kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang paling banyak menurut prestasi mahasiswa yaitu berjenis kelamin perempuan. Penelitian ini didukung juga oleh penelitian sebelumnya oleh Putri (2019) bahwa prestasi belajar dari perempuan dipengaruhi oleh *subjective wellbeing* ialah kepuasan untuk mencapai target yang dapat mendorong untuk mencapai hasil belajar yang memuaskan. Hal ini sangat penting bagi seseorang terlebih khusus bagi seorang yang berada di dunia pendidikan, dalam hal ini mahasiswa, karena semakin baik kesejahteraannya akan sangat memengaruhi prestasi akademik. Mahasiswa dengan IPK yang tinggi akan lebih mampu mengikuti mata kuliah yang harus ditempuh dan mereka lebih siap dalam menerima materi baru (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan yang paling banyak saat mengisi kuisioner penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan yang mempunyai semangat untuk belajar yang tinggi saat mengikuti kuliah offline maupun online dibandingkan laki-laki.

6.2 Tingkat Stres pada Mahasiswa Kesehatan

Hasil penelitian ini berdasarkan tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan bahwa kelompok terbanyak terdapat pada tingkat stres sedang sejumlah 78 orang. Penelitian ini sejalan dengan Sari M.K (2020), mengalami

tingkat stres dalam kategori sedang yaitu sebanyak 27 mahasiswa atau (38,57%) dalam pembelajaran daring akibat mewabahnya virus Covid-19 juga menimbulkan stres tersendiri bagi mahasiswa. Penyebab stres dikalangan mahasiswa selama masa pandemi COVID-19 disebabkan oleh stres akademik dan tugas perkuliahan (Utami, Rufaidah, & Nisa, 2020).

Stres merupakan reaksi fisiologik dan psikologik yang terjadi jika orang mempersepsikan suatu ketidakseimbangan antara tingkat tuntutan yang dibebankan (Donsu, 2017). Stres terjadi pada setiap individu yang memiliki respon berbeda-beda yaitu *General Adaptation Syndrome* (GAS) sistem ini tubuh merespon stres dengan melibatkan sistem endokrin dan juga sistem saraf otonom dan memiliki 3 tahapan yaitu *Alarm reaction* (Respon Peringatan), *Resistance* (Tahap Pertahanan), *Exhaustion/Distress* (Tahap Kehabisan Energi). *Local Adaptation Syndrome* (LAS) stres terjadi dalam waktu yang sangat singkat, dan hanya bertujuan untuk homeostasis tubuh regional (Sherwood, 2014).

Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan situasi yang baru pada pembelajaran secara *online* tersebut membuat mereka mengalami stres (Harahap, H, & H, 2020). Permasalahan sistem pembelajaran online, seperti pembatasan akses internet atau susah sinyal di daerah tertentu, paket internet yang terbatas yang mengakibatkan pengeluaran biaya baru bagi mahasiswa yang kesulitan segi finansial, tuntutan tugas yang berat serta jadwal perkuliahan yang padat dan tidak semua pendidik saat penyampain materi dengan optimal saat pembelajaran daring (Harahap, H, & H, 2020).

Banyaknya mahasiswa yang mengalami stres karena beberapa penyebab stresor yang dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu penyebab eksternal dan penyebab internal (Aji, 2020). Stresor penyebab eksternal seperti stresor yang berasal dari lingkungan, stresor terkait hubungan sosial, stresor pekerjaan, dan stresor terkait keadaan finansial. Stresor internal terkait kesehatan manusia, selain itu bisa berasal dari pemikiran dan perasaan manusia itu sendiri seperti perasaan harga diri rendah akibat adanya konflik, dan depresi yang berkepanjangan (Aji, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar mengalami stres sedang, yang artinya mahasiswa merasa tertekan selama pembelajaran secara online. Stres yang terjadi pada mahasiswa itu sendiri bisa disebabkan karena ketidakmampuan individu dalam melakukan kewajibannya untuk memenuhi setiap tuntutan sebagai seorang mahasiswa dan ketidakmampuan mahasiswa beradaptasi dengan keadaan. Berbagai tuntutan tugas yang berat serta jadwal perkuliahan yang lebih padat, bahkan kendala berupa koneksi internet yang buruk dan selama pembelajaran secara *online* tidak semua pendidik saat penyampain materi secara optimal. Pada masa pandemi ini pembelajaran secara *online* dapat menyebabkan kebosanan karena tidak dapat langsung berinteraksi dengan dosen dan mahasiswa lainnya, sehingga mengakibatkan stres pada mahasiswa.

6.3 Indeks Prestasi Kumulatif pada Mahasiswa Kesehatan

Penelitian yang dilakukan berdasarkan prestasi pada mahasiswa dengan nilai IPK mahasiswa yang sudah diperoleh dari tiap semester yang telah

ditempuh selama perkuliahan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada mahasiswa memiliki prestasi dengan predikat sangat memuaskan dengan rentang nilai IPK 2,76 – 3,51. Penelitian ini sebagian besar responden saat pembelajaran secara *online* memperoleh nilai prestasi mahasiswa di Universitas dr.Soebandi Jember cenderung menurun saat pandemi COVID-19.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Laili (2020) menyebutkan pembelajaran daring memberikan gambaran IPK, sebagian besar responden mempunyai capaian IPK sangat memuaskan sebanyak 40 responden (56,34%). Suatu lembaga pendidikan termasuk perguruan tinggi, prestasi belajar merupakan indikator yang penting untuk mengukur keberhasilan proses belajar peserta didik. Dalam perguruan tinggi, prestasi belajar disebut Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) (Kusnayat, M, Nani, & Agus, 2020).

Indeks Prestasi Kumulatif yaitu merupakan rata-rata nilai mahasiswa yang sudah diperoleh dari tiap semester yang telah ditempuh (Winarni & Rahmawati, 2015). Perencanaan strategi untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (Surwarsono, 2010). Faktor internal terdiri dari faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya (Surwarsono, 2010). Faktor internal meliputi strategi belajar, perilaku belajar, motivasi belajar serta pengaturan diri, sedangkan faktor eksternal meliputi

kurikulum, materi ajar, dosen, buku panduan, jadwal perkuliahan dan sarana serta prasarana (Surwarsono, 2010).

Penjelasan diatas peneliti berasumsi bahwa nilai IPK dengan kategori yang sangat memuaskan, tetapi sebagian besar mahasiswa pada responden penelitian ini mengalami penurunan, hal tersebut menjadi salah satu faktor ketidakpuasan mahasiswa dalam proses pembelajaran secara *online* dan berdampak terhadap kinerja pembelajaran yang kurang maksimal.

6.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan

Uji korelasi digunakan untuk mengukur keeratan hubungan antara dua variabel dalam penelitian ini adalah korelasi *Spearman Rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *p value* ($0,00 < 0,05$), sehingga H_0 dari penelitian ini dapat ditolak, menandakan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era COVID-19 dan terdapat nilai korelasi yaitu adanya hubungan kuat antar 2 variabel. Pada penelitian ini menunjukkan *Correlation coefficient* ditemukan sebesar -0,600, Tanda negatif tersebut menunjukkan bahwa arah korelasi berlawanan, yang artinya semakin tinggi tingkat stres maka semakin rendah hasil IPK mahasiswa.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriana, V (2018), yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai *p value* = 0,001 antara tingkat stres dengan prestasi belajar. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mishelia, Dwi (2017) didapatkan ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan prestasi belajar ($P < 0,05$),

sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi belajar.

Individu berbeda dalam merespon stres saat beradaptasi dengan situasi yang baru pada masa pandemi COVID-19. Kondisi stres disebabkan adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga merasa semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan (Muslim M. , 2020). Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stres akademik (Harahap, H, & H, 2020). Banyaknya mahasiswa yang mengalami stres saat pembelajaran daring karena beberapa faktor, seperti fasilitas pembelajaran yang kurang memadai, kesulitan dalam belajar untuk jangka waktu lama, terlalu banyak tugas dan beban akademik, dapat menyebabkan stres pada mahasiswa (Putri & et, 2020). Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan internet yang susah, paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk (Harahap, H, & H, 2020).

Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan dalam akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa (Hasanah, Lestari, Rahman, & Daniel, 2020). Mahasiswa mulai merasakan kebosanan terhadap metode pembelajaran daring yang kurang interaktif. Jika hal ini terus berlanjut maka akan menimbulkan menurunnya motivasi belajar yang selanjutnya diikuti menurunnya prestasi akademik mahasiswa (Livana,

Mubin, & Basthomi, 2020). Mahasiswa dengan derajat kerentanan stres yang lebih tinggi memiliki prestasi akademik yang lebih rendah jika dibandingkan dengan mahasiswa dengan derajat kerentanan yang lebih rendah (Mishelia, 2017). Tinggi rendahnya IPK sangat berpengaruh pada kesiapan dan kemampuan mahasiswa mengikuti perkuliahan sehingga juga akan mempengaruhi keberhasilan dalam pembelajaran (Winarni & Rahmawati, 2015). Berbagai masalah yang menyebabkan stres dalam proses belajar dapat mempengaruhi sikap mental dan juga hasil belajar mahasiswa (Barseli, Ifdil, & Ahmad, 2018).

Penggunaan media sosial sebagai media belajar yang benar, dapat meningkatkan prestasi belajar mahasiswa yang berdampak pada capaian pembelajaran yang dilakukan (Fitri & Marina, 2017). Jika prestasi belajar mahasiswa tinggi berarti pembelajaran yang dilakukan telah berhasil dan capaian pembelajaran yang disusun telah terpenuhi. Penggunaan media sosial yang benar akan memberikan manfaat dalam pembelajaran dan dapat meningkatkan capaian pembelajaran (Tafonao, 2018).

Uraian diatas peneliti berasumsi bahwa metode belajar secara *online* yang dirasa kurang interaktif dapat menyebabkan stres pada mahasiswa tersebut. Stres merupakan kesenjangan antara tuntutan lingkungan terhadap prestasi akademik dengan kemampuan untuk mencapainya dalam situasi yang baru, sehingga mengakibatkan perubahan respon setiap individu baik secara fisik maupun psikologis. Stres muncul saat beban seseorang melebihi

kemampuan mereka dan jika berlangsung secara terus menerus dapat berpengaruh terhadap prestasi mahasiswa tersebut.

6.5 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, salah satunya adalah penelitian ini dilakukan secara *online* sehingga akses internet merupakan hal yang wajib dimiliki untuk dapat mengikuti penelitian ini. Kontrol peneliti terhadap responden kurang maksimal, dikarenakan peneliti tidak bisa bertemu langsung dengan responden. Dikhawatirkan responden kurang memahami isi pernyataan kuisioner tetapi responden malu untuk bertanya, sehingga dapat memengaruhi hasil kuisioner. Meskipun dengan keterbatasan ini, penelitian ini membuka peluang untuk eksplorasi lebih lanjut yang dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

- 7.1.1. Hasil dari penelitian tentang tingkat stres mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era COVID-19 yaitu sebagian besar mengalami tingkat stres sedang pada mahasiswa kesehatan.
- 7.1.2. Hasil dari penelitian tentang prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era COVID-19 yaitu sebagian besar Indeks Prestasi Kumulatif dengan predikat sangat memuaskan pada mahasiswa kesehatan.
- 7.1.3. Hubungan tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan selama pembelajaran secara *online* di era COVID-19 dengan $p\text{ value} < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi mahasiswa kesehatan dalam pembelajaran secara online di era COVID-19.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya :

Peneliti selanjutnya dapat menemukan mekanisme penanganan (koping stres) yang tepat sesuai dengan kondisi mahasiswa kesehatan dan perlu dilakukan penelitian pembandingan setiap tahun, agar diperoleh data mengenai perkembangan tingkat stres serta indeks

prestasi mahasiswa.

7.2.2 Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan sebagai bahan evaluasi sehingga dapat menekan tingginya tingkat stres dengan prestasi pada mahasiswa.

7.2.3 Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat beradaptasi dengan lingkungan yang baru atau kondisi yang baru di masa pandemi ini terhadap stresor yang ada, misalnya konseling dengan DPA atau berbagi cerita dengan teman sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid-19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKES Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* , vol 10 no.1, Maret 2021. (<http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/276> , diakses pada tanggal 04 Mei 2021).
- Aji, A. G. (2020). *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. (<http://etheses.uin-malang.ac.id/21664/>, diakses pada tanggal 23 November 2020).
- Ambarwati, D. P., Pinilih, & Astuti. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa* , 5(1) 40 (<https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>).
- Angelin, L., & dkk. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan* , 9(2), 399-408. (file:///C:/Users/admin/Downloads/7243-19729-2-PB%20(1).pdf diakses pada tanggal 17 Mei 2021).
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, R. E. (2010). *Bahan Dasar untuk Pelayanan Konseling pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I*. Jakarta: PT Grasindo.

- Bamuhair, S.S., Al Farhan, A.I., Althubaiti, A., Agha, S., Rahma, S., Ibrahim, N.O. (2015). Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in a Problem-Based Learning Curriculum. *Jurnal Penelitian Kesehatan* , 1-7. (<https://www.hindawi.com/journals/jbe/2015/575139/>, diakses pada tanggal 12 November 2020).
- Barseli, dkk. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* , 5 (3): 143-148.
(<https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/viewFile/198/209> , diakses pada tanggal 16 Desember 2020).
- Barseli, Ifdil, & Ahmad, R. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa dengan Hasil Belajar. *Jurnal Pendidikan Indonesia* , 4(1).
(<http://www.jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/viewFile/136/169>, diakses pada tanggal 12 November 2020).
- Bunevicius, A., & al, e. (2016). Vulnerability to Stress, Scademic Achievements and Examination Stress in Medical Students. *Biological Psychiatry And Psychopharmacology* , 9-13. (http://biological-psychiatry.eu/wp-content/uploads/2016/07/JBPP_Jun2016_9to13.pdf, diakses pada tanggal 12 Februari 2021).
- Chlarasinta. (2015). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik Mahasiswa Falkultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Tugas Akhir. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
(<http://eprints.ums.ac.id/37501/> , diakses pada tanggal 23 November 2020).
- Dahlan, M. S. (2010). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Edisi 3. Jakara: Salemba Medika.
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan* . Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

- Du Plessis, M. (2019). Coping With Occupational Stress in an Open Distance Learning University in South Africa. *Journal of Psychology in Africa* , 29(3), 570-575.
(<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14330237.2019.1689466>, diakses pada tanggal 12 November 2020).
- Ermayulis, S. (2020). Penerapan Sistem Pembelajaran Daring dan Luring di Tengah Pandemi Covid-19. (<https://www.stit-alkifayahriau.ac.id/penerapan-sistem-pembelajaran-daring-dan-luring-di-tengah-pandemi-covid-19/>, diakses tanggal 25 Desember 2020).
- Febriana, V. (2020). *Hubungan Tingkat Stres dan Kecemasan dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
(<http://eprints.ums.ac.id/69737/>, diakses pada tanggal 12 Februari 2021).
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)* , 2(2), 81-89. (<https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/ijes/article/view/659>, diakses pada tanggal 17 November 2020).
- Firtriani, N. L. (2016). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum Normal*. Skripsi. Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.
(http://eprints.undip.ac.id/51201/1/PROPOSAL_NUR_LELA_FITRIANI.pdf, diakses pada tanggal 12 Desember 2020).
- Fitri, M. E., & Marina, A. (2017). Evaluasi Prestasi Belajar Mahasiswa Terhadap Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Dharma Andalas* , 19(1), 55.
(http://ojs.unidha.ac.id/index.php/edb_dharmaandalas/article/view/41 , diakses pada tanggal 12 November 2020).

- Fromel, K., & dkk. (2020). Academic Stress and Physical Activity in Adolescents. *BioMed Research International* (<https://doi.org/10.1155/2020/4696592>).
- Haider, A. S., & Al-Salman, S. (2020). Dataset of Jordanian University Students' Psychological Health Impacted by Using E-learning Tools During COVID-19. *Data in Brief* , 32. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352340920309987> , diakses pada tanggal 30 Oktober 2020).
- Hakam, M., Sudarno, S., & Hoyyi, A. (2015). Analisis Jalur Terhadap Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Statistika UNDIP. *Jurnal Gaussian* , 4(1), 61-70. (<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/gaussian/article/view/8146>, diakses pada tanggal 02 November 2020).
- Hakim, M., & Mulyapradana, A. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Daring dan Motivasi Belajar Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Sekretasis dan Manajemen* , Volume 4 No. 2. (<https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/widyacipta/article/view/8853>, diakses pada tanggal 05 November 2020).
- Hamzah, B., & Rahmawati, H. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*. (<http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/article/view/2641>, diakses pada tanggal 23 Oktober 2020).
- Harahap, A. C., H, D. P., & H, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di masa Covid-19. *Jurnal kajian Konseling dan Pendidikan* , 3 (1), 10-14. (<http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/4804>, diakses pada tanggal 28 Oktober 2020).

- Hasanah, A., Lestari, A. S., Rahman, A. Y., & Daniel, Y. I. (2020). Analisis Aktivitas Belajar Daring Mahasiswa pada Pandemi COVID-19. *Junal Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M)*. (<http://digilib.uinsgd.ac.id/30565/>, diakses pada tanggal 31 Oktober 2020).
- Hasanah, U., Ludianal, I., & Livana. (2020). Gambaran Psikologi Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 8 No.3. (<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/5941/pdf>, diakses pada tanggal 28 Oktober 2020).
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indah, N. (2020). *Belajar Efektif di Masa Pandemi dengan Luring Method*. Dipetik 1 Desember 2020, dari <https://radarsemarang.jawapos.com/rubrik/untukmu-guruku/2020/10/22/belajar-efektif-di-masa-pandemi-dengan-luring-method/>.
- Isman. (2016). Pembelajaran Moda Dalam Jaringan (MODA DARING). *The Progressive and Fun Education Seminar*, ISBN: 978-602-361-045-7. (<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/7868>, diakses pada tanggal 15 November 2020).
- Kountul, Y. P., & dkk. (2018). Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*. (<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22558> diakses pada tanggal 01 Juni 2021).

- Kurniawan, A. (2020). *Pengertian Mahasiswa Menurut Para Ahli Beserta Peran dan Fungsinya*. Dipetik 6 November 2020, dari <https://www.gurupendidikan.co.id/pengertian-mahasiswa/>.
- Kusnayat, A., M, H., Nani, S., & Agus, S. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Online di Era Covid-19 dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach : Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran* , Volume 1, No.2, Edisi Jurnal 2020. (<https://ejurnal.umri.ac.id/index.php/eduteach/article/view/1987>, diakses pada tanggal 03 November 2020).
- Laili, N. (2020). Aspek Psikologi Pembelajaran Daring Masa Pandemi COVID-19 dengan Capaian Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Vokasi. *Jurnal STIKES Pamenang* , (<https://jurnal.stikespamenang.ac.id/index.php/jip/article/view/67/19>, diakses pada tanggal 5 Desember 2020).
- Lovibond, S.H & Lovibond, P.F. 1995. Skala Ukur DASS (Depression, Anxiety, Stress Scale) 42. (<http://repository.uin-suska.ac.id/6551/6/BAB%20III.pdf>, diakses pada tanggal 20 Desember 2020).
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* , 3(2), 203–208. (<https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/590>, diakses pada tanggal 25 Februari 2021).
- Matdio, S. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan. *Jurnal Kajian Ilmiah (JKI)* (e-ISSN: 2597-792X, ISSN: 1410-9794), 73 – 80. (<https://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/JKI/article/view/265>, diakses pada tanggal 18 Desember 2020).
- Mishelia, D. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas*

- Bengkulu Tahun 2015*. Undergraduated thesis. Universitas Bengkulu. (<http://repository.unib.ac.id/12043/>, diakses pada tanggal 25 Februari 2020).
- Moorhead, & Griffin. (2013). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Mulyapradana, A., Anjarini, A. D., & Hartono, H. (2013). Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pelanggan di PT. Tempo Cabang Tegal. *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah*. (<https://stiealwashliyahsibolga.ac.id/jurnal/index.php/jesya/article/view/115>, diakses pada tanggal 28 November 2020).
- Muslim, M. (2020). Manajemen Stres pada Masa Pandemi Covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, Vol. 23 No. 2/2015. (<https://ibn.e-journal.id/index.php/ESENSI/article/view/205>, diakses pada tanggal 18 Desember 2020).
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviani, W. (2018). *Hubungan Tingkat Stres dengan Efikasi Diri pada Pasien TB Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember*. Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Jember. (<https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/85724>, diakses pada tanggal 22 Desember 2020).
- Nursalam. (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nursalam. (2016). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nuryati, I. (2019). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. (<http://repository.radenintan.ac.id/6805/>, diakses pada tanggal 09 Desember 2020).
- Olejniki, S. N., & Holschuh, J. P. (2016). *College Rules! 4th Edition How to Study, Survive, and Succeed. (Online)*, New York: Ten Speed Press. Dipetik 17 November 2020, dari https://books.google.co.id/books/about/College_Rules.html?id=10LTCwAAQBAJ&redir_esc=y.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2020). *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.
- Purwanto. (2010). *Evaluasi Hasil Belajar*. Jakarta: Pustaka Belajar.
- Purwanto, A., & dkk. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology and counseling* , Vol 2 No 1 (2020). (<https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397>, diakses pada tanggal 12 November 2020).
- Putri, R. M. (2020). Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Somatoform dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* , 2(1), 38-45. (<https://journal.fkm.ui.ac.id/ppk/article/view/4003>, diakses pada tanggal 08 November 2020).
- Putri S, Agustina V, Ranimpi YY. 2019. Subjective well-being berhubungan dengan prestasi akademik mahasiswa program studi ilmu keperawatan. *Jurnal Keperawatan*. 11(4):243-50. (<http://journal.stikeskendal.ac.id/in>

dex.php/Keperawatan/article/view/ 540 diakses pada tanggal 06 Juni 2021).

Rianingias, H., Sobri, A. Y., & Nurabadi, A. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Capaian Pembelajaran Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang. *Jurusan Adminitrasi Pendidikan-Fakultas Ilmu Pendidikan UM*. (<http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/ASP/article/view/59246>, diakses pada tanggal 12 Desember 2020).

Riwidikdo, H. (2013). *Statistik Kesehatan dan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rohima Press.

Robbins, S. (2015). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.

Saputro, Z. K. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu Ilmu Agama* , Volume 17(No 1), 25–32. (<http://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia/article/view/1362>, 04 Maret 2021).

Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition*. John Willey and Sons, Inc, Canada. (<https://books.google.co.id/books?id=ypODBgAAQBAJ&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>, diakses pada tanggal 03 Desember 2020).

Sari, M. K. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu dalam Menghadapi Wabah Covid 19 dan Perkuliahan Daring di STIKES Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pamenang* , vol. 2, no. 1, 2020, 31-35. (<https://www.neliti.com/id/publications/327964/tingkat-stres-mahasiswa-s1-keperawatan-tingkat-satu-dalam-menghadapi-wabah-covid>, diakses pada tanggal 04 Januari 2021).

Saryono. (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.

- Setyaningrum, D. G., & AY, M. H. (2016). Hubungan Penggunaan Media Jejaring Sosial dengan Prestasi Belajar Mahasiswa di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang. *Jurusan Adminitrasi Pendidikan-Fakultas Ilmu Pendidikan UM*. (<http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/ASP/article/view/52671>, diakses pada tanggal 18 Desember 2020).
- Sherwood, L. (2014). *Introduction to Human Physiology: From Cell to System*. EGC, Jakarta: Suzannah Alexander, Ed, 8Ed.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart Buku 2*. Edisi Indonesia: Elseiver, Singapore.
(<https://www.elsevier.com/books/prinsip-dan-praktik-keperawatan-jiwa-stuart-10e/stuart/978-981-4570-13-8>, diakses pada tanggal 27 Desember 2020).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surwarsono, D. (2010). *Manajemen Stratejik* . Jakarta: Universitas Terbuka.
- Susane, L. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiwa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi. Lampung: Universitas Lampung.

(<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/2252>, diakses pada tanggal 24 November 2020).

Tafonao, T. (2018). Peranan Media Pembelajaran dalam Meningkatkan Minat Belajar Mahasiswa. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 103-114. (<http://journal.univetbantara.ac.id/index.php/komdik/article/view/113/0>, diakses pada tanggal 20 Desember 2020).

Utami, S., Rufaidah, A., & Nisa, A. (2020). Kontribusi Self-efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020. *Terapeutik*, 4(1). (<https://journal.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/article/view/294>, diakses pada tanggal 24 Desember 2020).

Wahjono, S. I. (2010). *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Wibowo, A., Atieka, N., & Pranoto, H. (2018). Peningkatan Kapasitas Konselor di Perguruan Tinggi dalam Kompleksitas Problematika Mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi Bandung*. (https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:djqy7_Z9644J:https://repository.umm metro.ac.id/files/artikel/494a7726eef8f73517c5ea932f4f28a6.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id, diakses pada tanggal 28 Desember 2020).

Winangun, I. M. (2020). Penerapan Model Discovery Learning Berbasis Digital untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa pada Mata Kuliah Media Pembelajaran SD. *Jurnal Mitra Pendidikan*. (<http://www.e-jurnalmitrapendidikan.com/index.php/e-jmp/article/view/722>, diakses pada tanggal 28 Desember 2020).

Winarni, R., & Rahmawati, D. (2015). Pengaruh Karakteristik Tipe Kepribadian dan IPK terhadap Kecemasan Berkomputer Mahasiswa

Akuntansi dalam Menggunakan Software Akuntansi dengan Locuf of Control sebagai Variabel Moderasi. *Nominal, Barometer Riset Akuntansi dan Manajemen* , 4(1), 1-16. (<http://www.e-jurnalmitrapendidikan.com/index.php/e-jmp/article/view/722>, diakses pada tanggal 28 Desember 2020).

Yikealo, D., & dkk. (2018). The Level of Academic and Environmental Stress among College Students: A Case in the College of Education. *Open Journal of Social Sciences* , 06(11) (<https://doi.org/10.4236/jss.2018.611004>), 40-57.

Yulianti, P., & M. E. (2017). Evaluasi Prestasi Belajar Mahasiswa Terhadap Perilaku Belajar dan Motivasi Belajar Mahasiswa di Perguruan Tinggi Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Akuntansi, Ekonomi dan Manajemen Bisnis Article History* , Vol.5 No.2, 242-251. (<https://jurnal.polibatam.ac.id/index.php/JAEMB/article/view/575>, diakses pada tanggal 16 November 2020).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Jadwal Penelitian										
Kegiatan	Spt	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun
Penetapan judul										
Penyusunan proposal										
Revisi proposal										
Uji kuisioner										
Seminar Proposal										
Uji Etik										
Layak Etik										
Penelitian										

Lampiran 2. Permohonan menjadi Responden Penelitian

PERMOHONAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Mahasiswa

Universitas dr. Soebandi

Jember

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember :

Nama : Aisyah Nur Syahbani

NIM : 17010089

Akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan selama Pembelajaran secara Online di Era COVID-19” maka saya mengharapkan bantuan saudara untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan responden pada penelitian ini.

Partisipasi saudara bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun dan saya berjanji akan merahasiakan semua yang berhubungan dengan saudara. Jika saudara bersedia menjadi responden silahkan menandatangani formulir persetujuan menjadi peserta penelitian.

Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember, 12 Juni 2021

Peneliti,

Aisyah Nur Syahbani
NIM. 17010089

Lampiran 3. Informed Consent

PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Nim :

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi yang tertanda di bawah ini :

Nama : Aisyah Nur Syahbani

NIM : 17010089

Judul : Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Mahasiswa Kesehatan selama Pembelajaran secara Online di Era COVID-19

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada subjek penelitian, karena semata-mata untuk kepentingan ilmiah serta kerahasiaan didalamnya dijamin sepenuhnya oleh peneliti.

Dengan ini saya menyatakan bersedia secara sukarela untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Jember, 12 Juni 2021

Responden,

(.....)

Lampiran 4. Kuesioner Penelitian

No. Responden

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Angkatan :

Nim :

KUISIONER PENELITIAN**I. TINGKAT STRES****Kuisisioner DASS-42**

Kuisisioner ini dilakukan melalui *google form* dan terdiri dari beberapa pertanyaan yang mungkin sesuai dengan pengalaman dalam menghadapi situasi kehidupan sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pertanyaan yaitu:

TS = Tidak Setuju

RR = Ragu-Ragu

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

Selanjutnya anda diminta untuk menjawab kuisisioner dengan cara memberi tanda (●) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda

dan Sebelum mengirim kuesioner dimohon memeriksa kembali jawaban anda, dimohon tidak mengosongkan satu pertanyaan pun.

1. Kuisisioner Tingkat Stres

No	Pertanyaan	TS	RR	S	SS
1.	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah terhadap hal sepele karena perkuliahan <i>online</i> yang membosankan				
2.	Saya cenderung bereaksi berlebihan ketika saya kurang memahami materi saat perkuliahan <i>online</i>				
3.	Saya merasa kesulitan untuk beristirahat karena tuntutan tugas perkuliahan yang banyak				
4.	Saya merasa mudah kesal saat banyak tuntutan tugas dan deadline yang singkat				
5.	Saya merasa cemas karena penjelasan dosen yang sulit untuk dipahami saat perkuliahan <i>online</i>				
6.	Saya menjadi tidak sabaran saat terkendala sinyal atau kehabisan kuota internet saat perkuliahan <i>online</i>				
7.	Saya merasa mudah tersinggung saat banyak tuntutan tugas perkuliahan				
8.	Saya merasa kesulitan untuk beristirahat karena jadwal perkuliahan <i>online</i> yang lebih padat				
9.	Saya merasa sangat mudah marah saat deadline tugas yang singkat				
10.	Saya merasa kesulitan untuk tenang karena perkuliahan <i>online</i> yang membosankan				
11.	Saya kesulitan untuk bersabar saat terkendala sinyal saat perkuliahan <i>online</i>				
12.	Saya merasa gelisah saat tidak dapat menjawab pertanyaan dari dosen saat perkuliahan <i>online</i>				
13.	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya karena sulit untuk berkonsentrasi saat perkuliahan <i>online</i>				

14.	Saya menemukan diri saya yang mudah gelisah karena perkuliahan online yang membosankan dan saya lebih suka perkuliahan <i>offline</i> daripada perkuliahan <i>online</i>				
-----	--	--	--	--	--

Sumber : diadopsi dari kuesioner DASS (*Depression Anxiety and Stres Scale*) 42 milik Lovibond (1995)

Link Google Form : <https://forms.gle/A5hvnwEdJh2TTDBQ9>

II. Kuiseoner IPK (Indeks Prestasi Kumulatif)

Kuisiener dilakukan melalui *google form* dan responden diminta untuk mengunggah bukti nilai IPK pada semester terakhir yang diperoleh responden yang berada di SIAKAD Universitas dr.Soebandi kemudian mengunggah ke *google form* yang sudah disediakan.

LAMPIRAN 5. Hasil data

Data Responden

No	Inisial	Umur	Jenis Kelamin	IPK	IPK	Tingkat Stres
1	SH	22	Laki-laki	3,63	Dengan Pujian	Sedang
2	GP	21	Perempuan	3,19	Sangat Memuaskan	Ringan
3	AL	21	Laki-laki	3,11	Sangat Memuaskan	Sedang
4	BR	20	Perempuan	3,25	Sangat Memuaskan	Sedang
5	DW	20	Perempuan	2,83	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
6	NA	20	Perempuan	3,03	Sangat Memuaskan	Ringan
7	TW	21	Perempuan	3,12	Sangat Memuaskan	Sedang
8	RR	20	Perempuan	3,60	Dengan Pujian	Normal
9	VD	21	Perempuan	3,06	Sangat Memuaskan	Sedang
10	AI	21	Laki-laki	2,38	Memuaskan	Sangat Berat
11	LP	20	Perempuan	3,47	Sangat Memuaskan	Normal
12	AF	21	Perempuan	3,59	Dengan Pujian	Ringan
13	AM	22	Laki-laki	2,52	Memuaskan	Sedang
14	TS	20	Perempuan	3,38	Sangat Memuaskan	Sedang
15	DI	20	Perempuan	3,46	Sangat Memuaskan	Ringan
16	SD	20	Perempuan	3,61	Dengan Pujian	Sedang

17	SR	21	Perempuan	3,13	Sangat Memuaskan	Ringan
18	AK	21	Laki-laki	3,89	Dengan Pujian	Sedang
19	SN	19	Perempuan	3,52	Dengan Pujian	Ringan
20	AP	20	Perempuan	3,76	Dengan Pujian	Sedang
21	IF	21	Perempuan	3,37	Sangat Memuaskan	Sedang
22	AM	20	Perempuan	3,01	Sangat Memuaskan	Ringan
23	MN	20	Perempuan	3,27	Sangat Memuaskan	Sedang
24	NS	20	Perempuan	3,50	Sangat Memuaskan	Ringan
25	FA	20	Perempuan	3,90	Dengan Pujian	Normal
26	MI	20	Laki-laki	2,98	Sangat Memuaskan	Berat
27	RS	20	Perempuan	3,40	Sangat Memuaskan	Ringan
28	NA	20	Perempuan	3,03	Sangat Memuaskan	Ringan
29	RA	20	Laki-laki	2,40	Memuaskan	Berat
30	IR	20	Perempuan	3,86	Dengan Pujian	Normal
31	RA	20	Perempuan	3,70	Dengan Pujian	Normal
32	AZ	21	Perempuan	3,15	Sangat Memuaskan	Sedang
33	WU	20	Perempuan	3,11	Sangat Memuaskan	Sedang
34	MA	21	Laki-laki	3,03	Sangat Memuaskan	Normal
35	K	21	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Ringan
36	RH	20	Perempuan	3,73	Dengan Pujian	Ringan

37	VF	19	Perempuan	3,35	Sangat Memuaskan	Ringan
38	NP	20	Perempuan	3,86	Dengan Pujian	Ringan
39	NU	19	Perempuan	3,15	Sangat Memuaskan	Sedang
40	SN	19	Perempuan	3,00	Sangat Memuaskan	Sedang
41	LP	20	Laki-laki	3,10	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
42	EC	19	Perempuan	3,14	Sangat Memuaskan	Sedang
43	M	19	Perempuan	3,51	Sangat Memuaskan	Sedang
44	SA	24	Laki-laki	3,56	Dengan Pujian	Ringan
45	HA	19	Laki-laki	3,39	Sangat Memuaskan	Sedang
46	EM	19	Perempuan	2,91	Sangat Memuaskan	Berat
47	C	20	Perempuan	3,78	Dengan Pujian	Ringan
48	AH	19	Perempuan	3,74	Dengan Pujian	Ringan
49	NO	22	Perempuan	3,40	Sangat Memuaskan	Sedang
50	SE	20	Perempuan	3,74	Dengan Pujian	Ringan
51	DK	22	Perempuan	3,80	Dengan Pujian	Ringan
52	S	20	Perempuan	3,65	Dengan Pujian	Normal
53	IM	21	Laki-laki	3,40	Sangat Memuaskan	Berat
54	SS	19	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Ringan
55	IN	22	Perempuan	3,50	Sangat Memuaskan	Normal
56	FS	21	Perempuan	2,98	Sangat Memuaskan	Berat

57	FC	20	Laki-laki	3,10	Sangat Memuaskan	Sedang
58	MS	22	Laki-laki	2,89	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
59	NM	22	Perempuan	3,55	Dengan Pujian	Ringan
60	RN	19	Perempuan	3,22	Sangat Memuaskan	Sedang
61	AR	21	Perempuan	2,90	Sangat Memuaskan	Berat
62	FC	20	Perempuan	3,01	Sangat Memuaskan	Ringan
63	F	20	Laki-laki	2,76	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
64	FD	21	Perempuan	2,65	Memuaskan	Berat
65	D	20	Perempuan	3,11	Sangat Memuaskan	Ringan
66	N	20	Perempuan	2,08	Memuaskan	Sangat Berat
67	S	19	Perempuan	2,50	Memuaskan	Berat
68	F	19	Perempuan	3,11	Sangat Memuaskan	Ringan
69	FZ	19	Perempuan	2,48	Memuaskan	Ringan
70	F	20	Perempuan	3,17	Sangat Memuaskan	Sedang
71	FC	19	Perempuan	2,87	Sangat Memuaskan	Berat
72	PA	20	Perempuan	2,72	Memuaskan	Berat
73	F	20	Perempuan	3,08	Sangat Memuaskan	Ringan
74	LR	19	Perempuan	2,60	Memuaskan	Berat
75	FD	19	Perempuan	2,98	Sangat Memuaskan	Berat
76	SK	19	Perempuan	3,67	Dengan Pujian	Ringan

77	AD	19	Perempuan	3,60	Dengan Pujian	Sedang
78	PA	21	Perempuan	2,70	Memuaskan	Berat
79	HD	22	Perempuan	3,10	Sangat Memuaskan	Ringan
80	F	19	Perempuan	3,52	Dengan Pujian	Sedang
81	FW	20	Perempuan	3,06	Sangat Memuaskan	Sedang
82	FA	20	Perempuan	2,95	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
83	FY	20	Perempuan	2,33	Memuaskan	Sangat Berat
84	GS	21	Perempuan	3,65	Dengan Pujian	Sedang
85	HE	21	Laki-laki	2,51	Memuaskan	Sangat Berat
86	HW	19	Perempuan	2,87	Sangat Memuaskan	Berat
87	HP	19	Perempuan	2,87	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
88	IS	20	Perempuan	2,70	Memuaskan	Sangat Berat
89	IK	19	Perempuan	3,48	Sangat Memuaskan	Sedang
90	IM	19	Perempuan	2,37	Memuaskan	Sangat Berat
91	IS	20	Perempuan	2,41	Memuaskan	Sangat Berat
92	IA	19	Perempuan	3,37	Sangat Memuaskan	Sedang
93	IR	20	Perempuan	3,86	Dengan Pujian	Sedang
94	IB	19	Perempuan	2,37	Memuaskan	Sangat Berat
95	IA	20	Perempuan	3,38	Sangat Memuaskan	Sedang
96	KI	20	Laki-laki	3,24	Sangat Memuaskan	Berat

97	KN	19	Perempuan	2,76	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
98	KM	20	Perempuan	2,92	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
99	LH	20	Perempuan	2,24	Memuaskan	Berat
100	LP	19	Perempuan	3,75	Dengan Pujian	Sedang
101	L	19	Perempuan	3,35	Sangat Memuaskan	Sedang
102	MZ	19	Laki-laki	2,86	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
103	MA	19	Laki-laki	2,16	Memuaskan	Sangat Berat
104	MI	19	Perempuan	2,00	Memuaskan	Sangat Berat
105	MU	20	Perempuan	2,98	Sangat Memuaskan	Berat
106	MI	19	Perempuan	2,89	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
107	M	20	Perempuan	2,87	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
108	MH	20	Perempuan	3,19	Sangat Memuaskan	Sedang
109	MA	20	Laki-laki	2,00	Memuaskan	Sangat Berat
110	MM	20	Laki-laki	2,95	Sangat Memuaskan	Berat
111	MR	20	Laki-laki	3,16	Sangat Memuaskan	Berat
112	MS	20	Laki-laki	2,00	Memuaskan	Berat
113	MA	20	Laki-laki	2,32	Memuaskan	Berat
114	MA	19	Laki-laki	3,46	Sangat Memuaskan	Sedang
115	MR	19	Laki-laki	3,33	Sangat Memuaskan	Berat
116	MU	22	Laki-laki	3,00	Sangat Memuaskan	Berat

117	AN	20	Perempuan	3,20	Sangat Memuaskan	Ringan
118	WS	20	Perempuan	2,55	Memuaskan	Ringan
119	SD	19	Perempuan	3,09	Sangat Memuaskan	Berat
120	NJ	20	Perempuan	3,17	Sangat Memuaskan	Ringan
121	NA	19	Perempuan	3,03	Sangat Memuaskan	Berat
122	NR	20	Perempuan	2,57	Memuaskan	Sangat Berat
123	NZ	19	Perempuan	2,75	Memuaskan	Berat
124	NF	21	Perempuan	2,68	Memuaskan	Sangat Berat
125	PN	20	Perempuan	2,87	Sangat Memuaskan	Berat
126	PR	20	Perempuan	3,57	Dengan Pujian	Sedang
127	RA	20	Perempuan	3,67	Dengan Pujian	Sedang
128	RI	19	Laki-laki	2,67	Memuaskan	Sangat Berat
129	SI	19	Perempuan	3,73	Dengan Pujian	Sedang
130	S,	20	Perempuan	3,73	Dengan Pujian	Sedang
131	MZ	21	Laki-laki	3,16	Sangat Memuaskan	Berat
132	AR	21	Laki-laki	2,56	Memuaskan	Sangat Berat
133	ID	20	Perempuan	2,99	Sangat Memuaskan	Berat
134	WP	21	Laki-laki	3,01	Sangat Memuaskan	Berat
135	F	21	Perempuan	2,95	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
136	UM	21	Perempuan	3,21	Sangat Memuaskan	Sedang

137	AI	21	Laki-laki	3,08	Sangat Memuaskan	Berat
138	FA	20	Perempuan	2,75	Memuaskan	Ringan
139	NF	20	Perempuan	3,10	Sangat Memuaskan	Ringan
140	DQ	21	Perempuan	2,80	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
141	MM	21	Laki-laki	2,52	Memuaskan	Sangat Berat
142	MN	21	Laki-laki	2,63	Memuaskan	Sangat Berat
143	Z	21	Laki-laki	2,81	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
144	AS	21	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Sedang
145	AR	21	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Ringan
146	UF	21	Perempuan	3,19	Sangat Memuaskan	Sedang
147	AZ	21	Perempuan	2,84	Sangat Memuaskan	Berat
148	DF	21	Perempuan	3,17	Sangat Memuaskan	Sedang
149	MN	22	Perempuan	3,29	Sangat Memuaskan	Ringan
150	IU	21	Perempuan	3,44	Sangat Memuaskan	Sedang
151	SF	21	Perempuan	3,40	Sangat Memuaskan	Sedang
152	FA	21	Perempuan	3,20	Sangat Memuaskan	Ringan
153	RS	22	Perempuan	2,76	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
154	LQ	21	Perempuan	3,08	Sangat Memuaskan	Ringan
155	NR	21	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Sedang
156	SK	22	Perempuan	3,06	Sangat Memuaskan	Ringan

157	VA	21	Perempuan	3,06	Sangat Memuaskan	Sedang
158	MK	21	Perempuan	2,08	Memuaskan	Sangat Berat
159	AD	21	Laki-laki	3,12	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
160	LF	21	Perempuan	3,29	Sangat Memuaskan	Ringan
161	NA	21	Laki-laki	3,48	Sangat Memuaskan	Berat
162	AK	21	Laki-laki	3,19	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
163	SR	21	Perempuan	3,60	Dengan Pujian	Sedang
164	WP	21	Laki-laki	2,66	Memuaskan	Sangat Berat
165	MR	22	Laki-laki	2,78	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
166	WE	21	Perempuan	3,52	Dengan Pujian	Sedang
167	SN	21	Perempuan	2,97	Sangat Memuaskan	Berat
168	KN	21	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Sedang
169	GP	21	Perempuan	3,63	Dengan Pujian	Ringan
170	NA	22	Perempuan	2,84	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
171	KA	21	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Sedang
172	NP	21	Perempuan	3,24	Sangat Memuaskan	Ringan
173	H	21	Perempuan	2,98	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
174	IM	22	Perempuan	3,04	Sangat Memuaskan	Sedang
175	IF	20	Perempuan	3,37	Sangat Memuaskan	Ringan
176	AP	21	Perempuan	3,01	Sangat Memuaskan	Sedang

177	RR	21	Perempuan	3,12	Sangat Memuaskan	Ringan
178	AM	21	Perempuan	3,01	Sangat Memuaskan	Sedang
179	SA	21	Perempuan	3,46	Sangat Memuaskan	Sedang
180	TF	21	Perempuan	3,67	Dengan Pujian	Ringan
181	R	21	Perempuan	3,73	Dengan Pujian	Sedang
182	HZ	22	Perempuan	3,13	Sangat Memuaskan	Ringan
183	EB	22	Perempuan	3,05	Sangat Memuaskan	Ringan
184	HZ	23	Perempuan	3,13	Sangat Memuaskan	Sedang
185	II	22	Perempuan	3,46	Sangat Memuaskan	Ringan
186	JG	23	Laki-laki	3,21	Sangat Memuaskan	Berat
187	MR	23	Laki-laki	3,30	Sangat Memuaskan	Berat
188	NN	22	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Ringan
189	NP	22	Perempuan	3,17	Sangat Memuaskan	Berat
190	NF	22	Perempuan	3,38	Sangat Memuaskan	Sedang
191	RA	22	Perempuan	3,48	Sangat Memuaskan	Sedang
192	AA	23	Laki-laki	3,38	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
193	ED	22	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Sedang
194	FA	23	Perempuan	3,52	Dengan Pujian	Berat
195	GP	21	Perempuan	3,40	Sangat Memuaskan	Sedang
196	ZK	21	Perempuan	3,39	Sangat Memuaskan	Berat

197	LF	21	Perempuan	3,05	Sangat Memuaskan	Sedang
198	M	22	Laki-laki	3,26	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
199	M	22	Perempuan	3,47	Sangat Memuaskan	Ringan
200	RI	21	Perempuan	3,35	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
201	R	22	Perempuan	3,01	Sangat Memuaskan	Berat
202	SF	21	Perempuan	3,67	Dengan Pujian	Sedang
203	AK	21	Laki-laki	3,50	Sangat Memuaskan	Berat
204	IK	22	Perempuan	3,85	Dengan Pujian	Sedang
205	HK	22	Perempuan	3,66	Dengan Pujian	Sedang
206	IW	22	Perempuan	3,23	Sangat Memuaskan	Sedang
207	IH	21	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Berat
208	IR	22	Laki-laki	3,61	Dengan Pujian	Sedang
209	KS	21	Perempuan	3,54	Dengan Pujian	Berat
210	KK	22	Perempuan	3,22	Sangat Memuaskan	Sangat Berat
211	MF	22	Perempuan	3,32	Sangat Memuaskan	Sedang
212	MA	22	Perempuan	3,63	Dengan Pujian	Normal
213	MP	22	Perempuan	3,25	Sangat Memuaskan	Sedang
214	NE	22	Perempuan	3,25	Sangat Memuaskan	Sedang
215	RO	22	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Sedang
216	AD	22	Perempuan	3,03	Sangat Memuaskan	Berat

217	SH	21	Perempuan	3,42	Sangat Memuaskan	Sedang
218	SA	22	Perempuan	3,56	Dengan Pujian	Sedang
219	SN	22	Perempuan	3,40	Sangat Memuaskan	Normal
220	SW	22	Perempuan	3,69	Dengan Pujian	Sedang
221	TD	22	Perempuan	3,22	Sangat Memuaskan	Berat
222	TW	22	Perempuan	3,44	Sangat Memuaskan	Sedang
223	VN	23	Perempuan	3,58	Dengan Pujian	Berat
224	WC	21	Perempuan	3,64	Dengan Pujian	Sedang
225	YA	21	Perempuan	3,16	Sangat Memuaskan	Sedang
226	AI	22	Perempuan	3,52	Dengan Pujian	Sedang
227	AA	24	Laki-laki	3,01	Sangat Memuaskan	Berat

Lampiran 6. Hasil Uji Statistik

Data Distribusi Responden

Prestasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dengan Pujian	46	20,3	20,3	20,3
	Memuaskan	33	14,5	14,5	34,8
	Sangat Memuaskan	148	65,2	65,2	100,0
	Total	227	100,0	100,0	

Kategori Tingkat Stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Berat	47	20,7	20,7	20,7
	Normal	10	4,4	4,4	25,1
	Ringan	49	21,6	21,6	46,7
	Sangat Berat	43	18,9	18,9	65,6
	Sedang	78	34,4	34,4	100,0
	Total	227	100,0	100,0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	47	20,7	20,7	20,7
	Perempuan	180	79,3	79,3	100,0
	Total	227	100,0	100,0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19	40	17,6	17,6	17,6
	20	64	28,2	28,2	45,8
	21	72	31,7	31,7	77,5
	22	43	18,9	18,9	96,5
	23	6	2,6	2,6	99,1
	24	2	,9	,9	100,0
	Total	227	100,0	100,0	

[illegible]

	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	,757**	,693**	,726**	,578**	,703**	,379**	,604**	,682**	,487**	,759**	,598**	,690**	,683**	,657**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.
		N	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227	227

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,742	16

Lampiran 8. Uji Crosstab

Uji Crosstab

Jenis Kelamin * Kategori Crosstabulation

			Kategori					Total
			Berat	Normal	Ringan	Sangat Berat	Sedang	
Jenis Kelamin	Laki-laki	Count	18	1	1	19	8	47
		% within Jenis Kelamin	38,3%	2,1%	2,1%	40,4%	17,0%	100,0%
		% within Kategori	38,3%	10,0%	2,0%	44,2%	10,3%	20,7%
		% of Total	7,9%	0,4%	0,4%	8,4%	3,5%	20,7%
	Perempuan	Count	29	9	48	24	70	180
		% within Jenis Kelamin	16,1%	5,0%	26,7%	13,3%	38,9%	100,0%
		% within Kategori	61,7%	90,0%	98,0%	55,8%	89,7%	79,3%
		% of Total	12,8%	4,0%	21,1%	10,6%	30,8%	79,3%
Total		Count	47	10	49	43	78	227
		% within Jenis Kelamin	20,7%	4,4%	21,6%	18,9%	34,4%	100,0%
		% within Kategori	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	20,7%	4,4%	21,6%	18,9%	34,4%	100,0%

Umur * Kategori Crosstabulation

			Kategori					Total
			Berat	Normal	Ringan	Sangat Berat	Sedang	
Umur	19	Count	10	0	7	9	14	40
		% within Umur	25,0%	0,0%	17,5%	22,5%	35,0%	100,0%
		% within Kategori	21,3%	0,0%	14,3%	20,9%	17,9%	17,6%
		% of Total	4,4%	0,0%	3,1%	4,0%	6,2%	17,6%
	20	Count	12	6	19	12	15	64
		% within Umur	18,8%	9,4%	29,7%	18,8%	23,4%	100,0%
		% within Kategori	25,5%	60,0%	38,8%	27,9%	19,2%	28,2%
		% of Total	5,3%	2,6%	8,4%	5,3%	6,6%	28,2%
	21	Count	15	1	12	15	29	72
		% within Umur	20,8%	1,4%	16,7%	20,8%	40,3%	100,0%
		% within Kategori	31,9%	10,0%	24,5%	34,9%	37,2%	31,7%
		% of Total	6,6%	0,4%	5,3%	6,6%	12,8%	31,7%
	22	Count	5	3	10	6	19	43
		% within Umur	11,6%	7,0%	23,3%	14,0%	44,2%	100,0%
		% within Kategori	10,6%	30,0%	20,4%	14,0%	24,4%	18,9%
		% of Total	2,2%	1,3%	4,4%	2,6%	8,4%	18,9%
	23	Count	4	0	0	1	1	6
		% within Umur	66,7%	0,0%	0,0%	16,7%	16,7%	100,0%
		% within Kategori	8,5%	0,0%	0,0%	2,3%	1,3%	2,6%
		% of Total	1,8%	0,0%	0,0%	0,4%	0,4%	2,6%
	24	Count	1	0	1	0	0	2

		% within Umur	50,0%	0,0%	50,0%	0,0%	0,0%	100,0%
		% within Kategori	2,1%	0,0%	2,0%	0,0%	0,0%	0,9%
		% of Total	0,4%	0,0%	0,4%	0,0%	0,0%	0,9%
Total		Count	47	10	49	43	78	227
		% within Umur	20,7%	4,4%	21,6%	18,9%	34,4%	100,0%
		% within Kategori	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	20,7%	4,4%	21,6%	18,9%	34,4%	100,0%

Jenis Kelamin * Prestasi Crosstabulation

			Prestasi			Total
			Dengan Pujian	Memuaskan	Sangat Memuaskan	
Jenis Kelamin	Laki-laki	Count	4	13	30	47
		% within Jenis Kelamin	8,5%	27,7%	63,8%	100,0%
		% within Prestasi	8,7%	39,4%	20,3%	20,7%
		% of Total	1,8%	5,7%	13,2%	20,7%
	Perempuan	Count	42	20	118	180
		% within Jenis Kelamin	23,3%	11,1%	65,6%	100,0%
		% within Prestasi	91,3%	60,6%	79,7%	79,3%
		% of Total	18,5%	8,8%	52,0%	79,3%
Total	Count	46	33	148	227	
	% within Jenis Kelamin	20,3%	14,5%	65,2%	100,0%	
	% within Prestasi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	20,3%	14,5%	65,2%	100,0%	

Umur * Prestasi Crosstabulation

		Prestasi			Total	
		Dengan Pujian	Memuaskan	Sangat Memuaskan		
Umur	19	Count	7	9	24	40
		% within Umur	17,5%	22,5%	60,0%	100,0%
		% within Prestasi	15,2%	27,3%	16,2%	17,6%
		% of Total	3,1%	4,0%	10,6%	17,6%
	20	Count	15	13	36	64
		% within Umur	23,4%	20,3%	56,2%	100,0%
		% within Prestasi	32,6%	39,4%	24,3%	28,2%
		% of Total	6,6%	5,7%	15,9%	28,2%
	21	Count	11	10	51	72
		% within Umur	15,3%	13,9%	70,8%	100,0%
		% within Prestasi	23,9%	30,3%	34,5%	31,7%
		% of Total	4,8%	4,4%	22,5%	31,7%
	22	Count	10	1	32	43
		% within Umur	23,3%	2,3%	74,4%	100,0%
		% within Prestasi	21,7%	3,0%	21,6%	18,9%
		% of Total	4,4%	0,4%	14,1%	18,9%
	23	Count	2	0	4	6
		% within Umur	33,3%	0,0%	66,7%	100,0%
		% within Prestasi	4,3%	0,0%	2,7%	2,6%

Total	24	% of Total	0,9%	0,0%	1,8%	2,6%
		Count	1	0	1	2
		% within Umur	50,0%	0,0%	50,0%	100,0%
		% within Prestasi	2,2%	0,0%	0,7%	0,9%
		% of Total	0,4%	0,0%	0,4%	0,9%
		Count	46	33	148	227
		% within Umur	20,3%	14,5%	65,2%	100,0%
		% within Prestasi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	20,3%	14,5%	65,2%	100,0%

Lampiran 9. Uji Kolerasi Spaerman Rank

Uji Kolerasi Spaerman Rank

Correlations			Tingkat Stres	IPK
Spearman's rho	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	1,000	-,600**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	227	227
	IPK	Correlation Coefficient	-,600**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	227	227

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 10. Bukti Pelaksanaan

Bukti foto pengambilan data kuesioner

1. Bukti Google Form

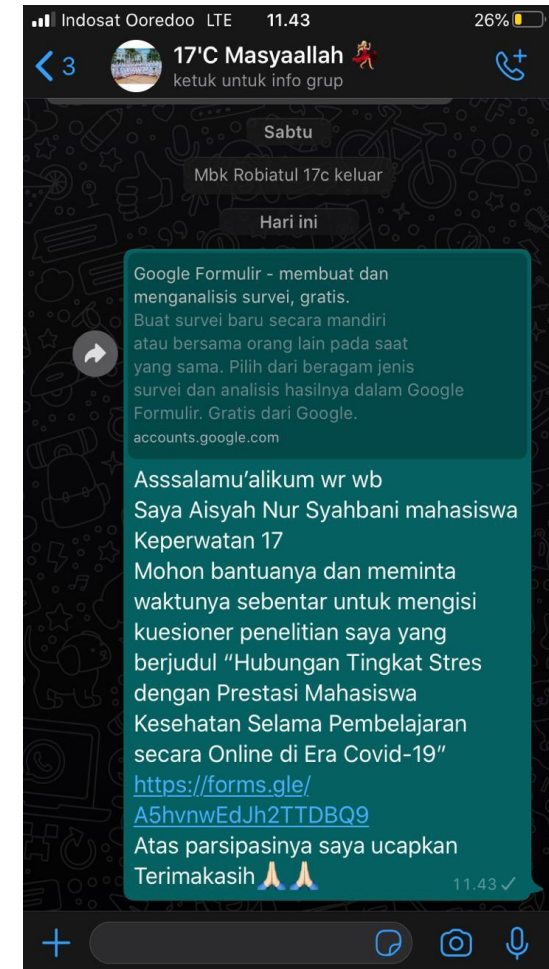
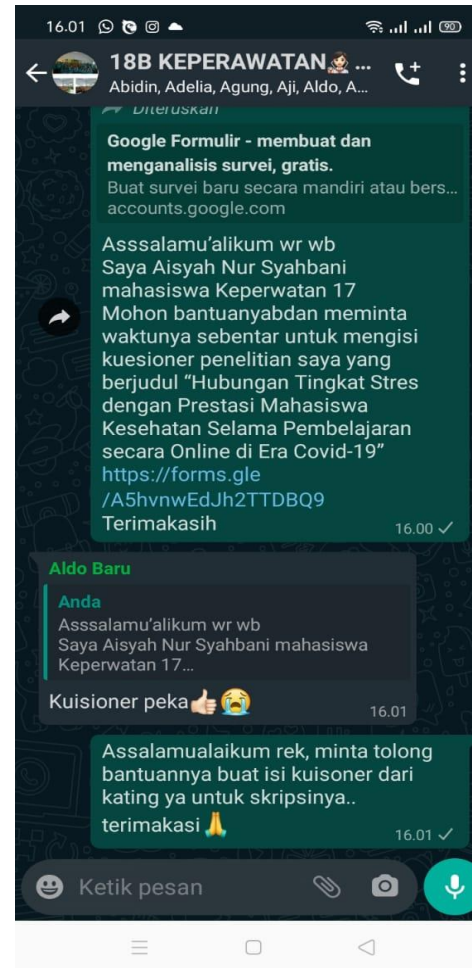
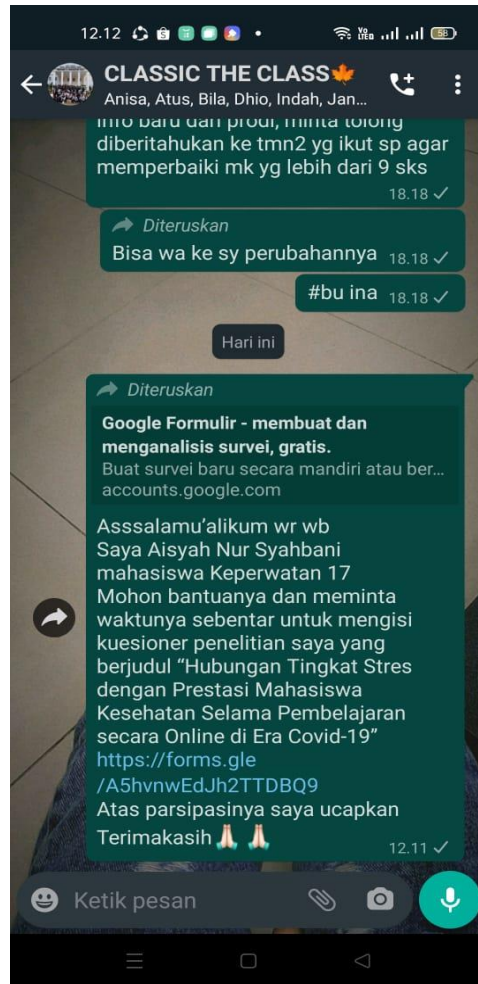
The screenshot shows a Google Form titled "Kuisisioner Tingkat stres dengan Prestasi Mahasiswa" (Questionnaire on the Level of Stress with Student Achievement). The form is displayed in a web browser window. The title is underlined. Below the title, the researcher's name and research topic are stated: "Saya Aisyah Nur Syahbani sedang melakukan penelitian dengan judul 'HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI MAHASISWA KESEHATAN DENGAN PEMBELAJARAN SECARA ONLINE DI ERA COVID-19'." (I, Aisyah Nur Syahbani, am currently conducting research with the title 'RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND STUDENT ACHIEVEMENT IN ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 ERA').

Below this, the researcher lists the stages of the questionnaire:

1. Kuisisioner ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang mungkin sesuai dengan pengalaman saat menghadapi situasi dalam kehidupan sehari-hari
2. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pertanyaan
3. Selanjutnya anda diminta untuk menjawab kuisisioner dengan cara memberi tanda (•) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda
4. Sebelum mengirim kuisisioner dimohon memeriksa kembali jawaban anda, dimohon tidak mengosongkan satu pertanyaan pun
5. Data kuisisioner ini saya ambil guna untuk penelitian dan saya menjaga kerahasiaannya. Hanya peneliti dan responden yang mengetahui jawaban responden

The form is currently at question 232, as indicated by the "Pertanyaan" and "Jawaban 232" tabs. The interface includes a "Kirim" (Send) button and a "Reading list" link. The browser's address bar shows the Google Docs URL: docs.google.com/forms/d/1SZoQbBX7niV6jl2zIp9Op5p3J_O3sBIIV7EnXe4ZwFw/edit.

2. Bukti peneliti menyebarkan kuesioner melalui aplikasi WhatsApp



Lampiran 11. Surat Etik

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
 HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
 STIKES DR. SOEBANDI JEMBER
 STIKES DR. SOEBANDI JEMBER

KETERANGAN LAYAK ETIK
 DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
 "ETHICAL APPROVAL"

No.090/KEPK/SDS/VII/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
 The research protocol proposed by

Peneliti utama : AISYAH NUR SYAHBANI
 Principal In Investigator

Nama Institusi : STIKES dr. SOEBANDI JEMBER
 Name of the Institution

Dengan judul:
 Title

"HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI MAHASISWA KESEHATAN SELAMA PEMBELAJARAN SECARA ONLINE DI ERA COVID-19"

"RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH HEALTH STUDENT ACHIEVEMENT DURING ONLINE LEARNING IN THE ERA OF COVID-19"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurang waktu tanggal 16 Juli 2021 sampai dengan tanggal 16 Juli 2022.

This declaration of ethics applies during the period July 16, 2021 until July 16, 2022.

July 16, 2021
 Professor and Chairperson,



PRESTASIANITA PUTRI, S.Kep., Ns., M.Kep



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

dr. SOEBANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan

Jl. Drsoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,

E-mail: info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN STIKES dr. SOEBANDI

Judul Skripsi

Pembimbing I

Pembimbing II

: Hubungan Tingkat Stress Dengan Penderita Masalah Kesehatan Selama Pembelajaran Secara Online di Era Covid-19

: Kusn, S.KM, MM

: Ns. Elyas Ane Budiman S.Kep., M.Kep

Pembimbing I				Pembimbing II			
No.	Tanggal	Materi yang dikonsultasikan dan masukan pembimbing	TTD DPU	No.	Tanggal	Materi yang dikonsultasikan dan masukan pembimbing	TTD DPA
1.	23 September 2020	Judul Skripsi dan ACC Masukan : Nilai semester bisa dipecahkan Pemeran		1.	23 September 2020	Judul Skripsi dan ACC Masukan : Kuisiorer membuat Google form	MM
2.	7 Oktober 2020	BAB 1 Masukan : Pengantar PAH secara online LBA dari pd sar lung dan data yg masukan ada pakean pakean		2.	8 Oktober 2020	BAB 1 Masukan : Latar belakang harus MKS dan manfaat Penelitian	MM
3.	18 November 2020	REVISI BAB 1 Konsul Bab 2 Masukan : masukan bagaimana stres kembalakan pakean belajar bisa rok /kurang		3.	15 Oktober 2020	Revisi BAB 1 Masukan : Latar belakang MKS	MM

Lampiran 12. Lembar Bimbingan Konsultasi



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

dr. SOEBANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan

Jl. DrSoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.

E-mail: info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

4.	24 November 2020	-Revisi BAB 3 (Kerangka Konsep)		4.	01 Desember 2020	-Revisi BAB 1 (Salah Kurang (Pustaka)) -Revisi Bab 2 (Penulisan) -Bab 3 (Kerangka Konsep diperbaiki) -Penulisan diperbaiki	
5.	14 Desember 2020	-Revisi BAB 4		5.	02 Desember 2020	-Revisi bab 2 kerangka kon -Revisi bab 3 kerangka konsep -Penulisan diperbaiki	
6.	18 Desember 2020	KUSIDIR dilakukan uji validitas dan Realitas		6.	03 Desember 2020	kerangka Revisi Bab 4	
7.	20 Desember 2020	ACC sampul		7.	22 Desember 2020	kerangka dan revisi setiap bab. ulang kembali	
8.	03 Maret 2021	Revisi Proposal Penelitian		8.	17 Februari 2021	Revisi Proposal Penelitian	



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

dr. SOEBANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan

Jl. DrSoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

4.	24 November 2020	-Revisi BAB 3 (Kerangka Konsep)		4.	01 Desember 2020	-Revisi BAB 1 (Salah satu aspek) - Revisi bab 2 (Penulisan) - Bab 3 (Kerangka konsep diperbaiki) - Penulisan diperbaiki	
5.	14 Desember 2020	-Revisi BAB 4		5.	02 Desember 2020	-Revisi bab 2 kerangka kon - Revisi bab 3 kerangka konsep - Penulisan diperbaiki	
6.	18 Desember 2020	Kuisidor dilakukan via vcarditas		6.	03 Desember 2020	kerangka Revisi Bab 4	
7.	20 Desember 2020	ACC Sampre		7.	22 Desember 2020	kerangka dan revisi setiap bab. ulang kerangka	
8.	03 Maret 2021	Revisi proposal Penelitian		8.	17 Februari 2021	Revisi Proposal Penelitian	



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

dr. SOEBANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan

Jl. DrSoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail: info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

9	11 Juni 2021	BAB 5 (Revisi) - Penulisan diperbaiki		9.	10 Juni 2021	Revisi BAB 5 - Penulisan diperbaiki	
10.	15 Juni 2021	BAB 5 dan BAB 6 - Bab pembahasan harus FTO		10.	18 Juni 2021	Revisi BAB 5 dan BAB 6 - BAB pembahasan harus FTO - Penulisan diperbaiki	
11.	29 Juni 2021	BAB 6 - Pembahasan diperbaiki harus FTO dan penulisan diperbaiki sesuai Panduan		11.	23 Juni 2021	Revisi BAB 6 - Penulisan diperbaiki sesuai Panduan - Harus FTO - Revisi Abstrak	
12.	8 Juli 2021	- Penulisan diperbaiki sesuai dgn Panduan - Perambatkan data lampiran - lampiran : buku Pelaksanaan		12.	09 Juli 2021	- Revisi BAB 6 - Pembahasan harus unit sesuai FTO - Data-data divergensi lagi	



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

dr. SOEBANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan

Jl. DrSoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail: info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

13.	09 Juli 2021	Revisi BAB 7 -Penulisan diperbaiki lagi sesuai Panduan		13.	12 Juli 2021	-Revisi BAB 6 dan 7 -Penulisan diperbaiki lagi sesuai Panduan -Perubahan data observasi	
14.	12 Juli 2021	ACC Ujian Hasil		14.	15 Juli 2021	-Revisi BAB 6 -Pembahasan harus FTD dan sesuai -Revisi Abstrak -Penulisan diperbaiki	
				15.	21 Juli 2021	ACC Ujian Hasil	

Lampiran 13. Curriculum Vitae

CURRUCULUM VITAE

a. Biodata Peneliti

Nama : Aisyah Nur Syahbani
 NIM : 17010089
 Tempat, Tgl Lahir : Lumajang, 17 Januari 1999
 Alamat : RT/RW 003/001, Desa Jatigono, Kec. Kunir, Kab.
 Lumajang
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 No Telepon : 085655994516
 Email : aisyahnur170199@gmail.com
 Status : Mahasiswa

b. Riwayat Pendidikan

1. TK Dharmawanita Jatigono
2. SD Negeri 01 Kunir Kidul 01
3. SMP Negeri 01 Tempeh
4. SMA Negeri 01 Lumajang
5. S1 Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember