



**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INDEKS
PRESTASI MAHASISWA TAHUN PERTAMA
DI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER**

SKRIPSI

oleh
Dita Oktaviana Mentari
NIM 112310101039

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2018**



**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INDEKS
PRESTASI MAHASISWA TAHUN PERTAMA
DI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat
Untuk menyelesaikan pendidikan pada Fakultas Keperawatan
Dan mencapai gelar Sarjana Keperawatan

oleh
Dita Oktaviana Mentari
NIM 112310101039

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2018**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Ibunda tercinta Fitri Atmini dan Ayahanda Hariyanto, yang senantiasa membimbing saya dan mendo'akan saya.
2. Sahabat terbaik saya Rilla, Ana Miftahul jannah, Haidar Pratiwi, Ratna Laurantita, Ngida Zulfa, Ulva Wijayanti, Tedy Junianto, Ria Rohma, Dicky Andriansyah, Ajeng Dwi Retnani, dan Andra, yang telah bersedia memberikan bantuan dan dukungan kalian selama ini;
3. Teman-teman yang telah menemani saya selama menempuh kuliah sampai menyelesaikan skripsi ini;

MOTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.
(terjemahan QS. Al-Baqarah: 283)^{*)}

Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga.
(HR. Muslim)^{**)}

Kesuksesan hanya dapat diraih dengan segala upaya dan usaha disertai dengan doa, karena sesungguhnya nasib seseorang manusia tidak akan berubah dengan sendirinya tanpa berusaha.
(RA. Kartini)^{***)}

^{*)} Departemen Agama Republik Indonesia. 2015. *Al-Quran Terjemahan*. Bandung: CV Darus Sunnah.

^{**)} H. Ibnu Rajab Al-Hambali. 2011. *Jami' Al-'Ulum wa Al-Hikam*. Libanon: Muassasah Ar-Risalah.

^{***)} Kartini, R.A. 2008. *Habis Gelap Terbitlah Terang*. Terjemahan oleh Armijn Pane. Jakarta: Balai Pustaka.

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dita Oktaviana Mentari

NIM : 112310101039

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember” yang saya tulis benar benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan subansi disebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, Januari 2018
yang menyatakan,

Dita Oktaviana Mentari
NIM 102310101039

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INDEKS
PRESTASI MAHASISWATAHUN PERTAMA
DI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER**

oleh

**Dita Oktaviana Mentari
NIM 112310101039**

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ns. Retno Purwandari, M.Kep.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Ahmad Rifai, S.Kep., M.S.

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Hubungan Struktur Nilai Keluarga dengan Kejadian Pernikahan Dini di Desa Sukowono Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember" telah diuji dan disahkan pada:

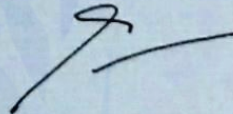
Hari : Rabu

Tanggal : 31 Januari 2018

Tempat : Program Studi Sarja Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember

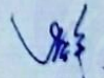
Mengetahui

Pembimbing I



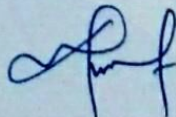
Hanny Rasni, S.Kp., M.Kep
NIP. 19761219 200212 2 003

Pembimbing II



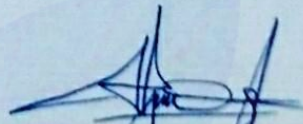
Ns. Kushariyadi, S.Kep., M.Kep
NIP. 760015697

Penguji I



Ns. Tantut Susanto, M.Kep., Sp.Kom., PhD
NIP. 19800105 200604 2 001

Penguji II



Ns. Alfid Tri Aandi, S.Kep., M.Kep
NIP. 760016845

Mengesahkan

Dalam Fakultas Keperawatan

Universitas Jember



Ns. Estanti Gunstyorini, S.Kep., M.Kes
NIP. 19780323 200501 2 002

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INDEKS PRESTASI MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS JEMBER (*The Correlation between Academic Stress With Achievement Index in First Year Nursing Students at Faculty of Nursing Jember University*)

Dita Oktaviana Mentari

Faculty of Nursing, The University of Jember

ABSTRACT

The Academic stress is a condition or circumstance of individuals who experience pressure as a result of the perception and assessment of students about academic stressors, which are associated with science and education in college. Academic stress will affect the Student Achievement Index. Achievement Index (IP) is an assessment of the success of student studies conducted at the end of each semester. The purpose of this study was to analyze the relationship of academic stress with achievement index of nursing students in Faculty of Nursing. This research used cross sectional method using cluster random sampling with sample 107 respondents. Data analysis using Spearman Rank test with result of research showed p value 0,023. It can be concluded there was correlation between academic stress and achievement index in first year student at Faculty of Nursing Jember University. First year students are expected to manage or control stress in adjusting to face an academic demands. The result average academic is 13,64 and achievement index is 3,247.

Keywords: Academic Stress, Achievement Index, First Year Student.

RINGKASAN

Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Keperawatan tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember; Dita Oktaviana Mentari; 112310101039; 2018; 108 halaman; Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

Manusia mengalami proses tumbuh kembang selama hidupnya. Setiap manusia atau individu memiliki cara unik dalam masa tumbuh kembangnya. Proses adaptasi dan penyesuaian diri terhadap kehidupan Perguruan Tinggi merupakan salah satu hal yang harus dihadapi oleh seorang individu untuk membentuk pribadi yang mampu menyikapi suatu perubahan dalam hidupnya.

Mahasiswa membutuhkan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien untuk menghadapi tantangan tersebut. Kebiasaan belajar yang efektif dan efisien dapat dilakukan dengan cara seperti mempelajari materi sebelum perkuliahan, membuat catatan yang ringkas tetapi lengkap, membuat kesimpulan dalam suatu bacaan secara efisien, menggunakan fasilitas yang seperti perpustakaan dan internet dalam mencari referensi. Rancangan atau desain penelitian adalah sesuatu yang menjadi penting dalam penelitian yang dapat memungkinkan mengontrol beberapa faktor yang dapat mempengaruhi ketepatan hasil penelitian (Nursalam, 2014).

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* yaitu observasi atau pengumpulan data dilakukan satu kali atau

pada satu periode tertentu (*point time approach*) yaitu yang dilakukan pada 137 responden. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar kuisioner. Tingkat stress akademik diukur dengan menggunakan skala *Depression Anxiety and Stress Scale 42* (DASS 42) oleh Lovibond dan Lavibond (1995) yang telah menjadi 14 pernyataan dengan menggunakan pernyataan stress akademik sebagai bagian dari pernyataan yang digunakan dalam penelitian.

Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan hasil *p value* sebesar 0,023. Perbandingan dilakukan dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Penelitian saat ini didapatkan *p value* $\leq 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan tingkat stress dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Stres yang muncul pada mahasiswa tahun pertama dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang berdampak pada nilai Indeks Prestasi mahasiswa tersebut.

PRAKATA

Alhamdulillah Segala Puji Bagi Allah SWT. Yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Keperawatan tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember”.

Pembuatan tulisan ini bertujuan untuk menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memenuhi tugas akhir kuliah. Dalam penulisan skripsi ini, penulis sangat banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada;

1. Ns. Lantin Sulistyorini, S. Kep., M. Kes., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Jember;
2. Ns. Retno Purwandari, M.Kep., selaku dosen pembimbing utama yang telah membimbing, memberikan masukan, saran dan motivasi demi kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Ahmad Rifai, M.S., selaku dosen pembimbing anggota yang telah membimbing, memberikan masukan, saran dan motivasi demi kesempurnaan skripsi ini;
4. Ns. Wantiyah, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji satu yang telah membimbing, memberikan masukan, saran dan motivasi demi kesempurnaan skripsi ini;
5. Ns. Emi Wuri Wuriyaningsih, M. Kep.,Sp.Kep.J selaku dosen penguji dua yang telah membimbing, memberikan masukan, saran dan motivasi demi kesempurnaan skripsi ini;

6. Ns. Latifa Aini S., M.Kep., Sp.Kom. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama melaksanakan studi di Fakultas Keperawatan Universitas Jember;
7. Teman-teman Fakultas Keperawatan angkatan 2011 yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini;

Penulis menerima kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Jember, Januari 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTO	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PEMBIMBING	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
ABSTRACT	viii
RINGKASAN	ix
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1. 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 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan	7
1.4.2 Manfaat Bagi Mahasiswa	7
1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat	7
1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti.....	8
1.5 Keaslian Penelitian	8
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	10

2.1 Mahasiswa	10
2.1.1 Definisi Mahasiswa	10
2.1.2 Karakteristik Perkembangan	11
2.2 Stres Akademik	14
2.2.1 Definisi Stres Akademik	14
2.2.2 Etiologi	15
2.2.3 Stresor	17
2.2.4 Respon Stres	18
2.2.5 Indikator Stres	20
2.2.6 Penggolongan Stres	21
2.2.7 Tingkat Stres	22
2.2.8 Cara Mengelola Stres	24
2.2.9 Strategi Menghadapi Stres	25
2.3 Prestasi Belajar	28
2.3.1 Pengertian	28
2.3.2 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	31
2.4 Indeks Prestasi (IP)	36
2.4.1 Pengertian	36
2.4.2 Beban Studi	37
2.5 Proses Pembelajaran di Perguruan Tinggi	40
2.6 Konsep Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP)	46
2.7 Kerangka Teori	48
BAB 3. KERANGKA KONSEP	49
3.1 Kerangka Konsep	49
3.2 Hipotesis Penelitian	50
BAB 4. METODE PENELITIAN	51
4.1 Desain Penelitian	51
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	51
4.2.1 Populasi Penelitian	51
4.2.2 Sampel Penelitian	52

4.2.3 Kriteria Sampel Penelitian.....	53
4.3 Lokasi Penelitian.....	54
4.4 Waktu Penelitian.....	54
4.5 Definisi Operasional	54
4.6 Pengumpulan Data	57
4.6.1 Sumber Data	57
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data	57
4.6.3 Alat Pengumpulan Data.....	59
4.6.4 Uji Validitas dan Reliabilitas	59
4.7 Pengolahan Data	60
4.7.1 <i>Editing</i>	60
4.7.2 <i>Coding</i>	61
4.7.3 <i>Data Entry</i>	62
4.7.4 <i>Cleaning</i>	62
4.8 Analisa Data	62
4.8.1 Analisis Univariat.....	63
4.8.2 Analisis Bivariat	63
4.9 Etika Penelitian	64
4.9.1 Menghormati Martabat Subyek Penelitian.....	64
4.9.2 Kerahasiaan	64
4.9.3 Keanoniman.....	65
4.9.4 Asas Kemanfaatan.....	65
4.9.5 Kejujuran	65
4.9.6 Lembar Persetujuan Penelitian.....	65
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	66
5.1 Hasil Penelitian.....	66
5.1.1 Data Umum.....	66
5.1.2 Data Khusus	68
5.2 Pembahasan.....	70
5.2.1 Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ	70

5.2.2 Indeks Prestasi Mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ.....	75
5.2.3 Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ.....	77
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
6.1 Kesimpulan.....	80
6.1.1 Distribusi Tingkat Stres	80
6.1.2 Distribusi Indeks Prestasi (IP) mahasiswa Tahun Pertama	80
6.1.3 Hasil Penelitian	80
6.2 Saran	80
6.2.1 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan	80
6.2.2 Bagi Mahasiswa	81
6.2.3 Bagi Masyarakat	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

	Halaman
1.1 Tabel Keaslian Penelitian.....	9
2.1 Pengelompokan Penilaian Prestasi Hasil Belajar Mahasiswa	37
2.2 Indeks Prestasi dan Beban Studi	38
2.3 Predikat Kelulusan Program Sarjana UNEJ	39
4.1 Pembagian Sampel Tiap Kelas	53
4.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	55
4.3 Nilai Normalitas Data	63
5.1 Karakteristik Umum menurut Usia Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ	67
5.2 Karakteristik Umum Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ.....	
5.3 Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan UNEJ.....	68
5.4 Rata-rata Stres Mahasiswa	68
5.5 Indek Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember	69
5.6 Rata-rata Indek Prestasi (IP)	69
5.7 Hubungan Stres Akademik dengan IP Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember	70

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.7 Kerangka Teori	48
3.1 Kerangka Konsep	49



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Lembar <i>Informed Consent</i>	87
B. Lembar Kuesioner	89
C. Hasil Analisis Data	93
D. Dokumentasi Penelitian.....	97
E. Surat Ijin Studi Pendahuluan	99
F. Surat Selesai Studi Pendahuluan	100
G. Surat Ijin Uji Validitas dan Reliabilitas	101
H. Surat Selesai Uji Validitas dan Reliabilitas	102
I. Surat Ijin Penelitian	103
J. Surat Selesai Penelitian	104
K. Lembar Bimbingan DPU	105
L. Lembar Bimbingan DPA	107

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia mengalami proses tumbuh kembang selama hidupnya. Setiap manusia atau individu memiliki cara unik dalam masa tumbuh kembangnya. Kemampuan individu untuk memunculkan kemajuan pada tiap fase perkembangan akan berdampak pada suatu perubahan. Proses perubahan tersebut membutuhkan sebuah adaptasi atau penyesuaian (Papalia, 2009).

Proses adaptasi dan penyesuaian diri terhadap kehidupan Perguruan Tinggi merupakan salah satu hal yang harus dihadapi oleh seorang individu untuk membentuk pribadi yang mampu menyikapi suatu perubahan dalam hidupnya. Masa-masa tersebut merupakan masa peralihan utama bagi seorang siswa menjadi mahasiswa karena mahasiswa akan menghadapi lingkungan Perguruan Tinggi yang belum pernah dikenal sebelumnya (Gan Hu dan Zhang, 2010).

Lingkungan Perguruan Tinggi memiliki beberapa perbedaan yang kompleks dengan lingkungan saat SMA. Perbedaan ini terlihat dalam hal hubungan sosial, ekonomi, kurikulum, kedisiplinan, dan proses pembelajaran sehingga mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan adanya perbedaan-perbedaan tersebut. Perbedaan pada proses pembelajaran, seringkali menyebabkan mahasiswa merasa kelelahan karena adanya tuntutan dari Perguruan Tinggi yang lebih tinggi daripada saat SMA (Papalia, 2009). Mahasiswa membutuhkan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien untuk menghadapi tantangan tersebut. Kebiasaan belajar yang efektif dan efisien dapat dilakukan dengan cara seperti

mempelajari materi sebelum perkuliahan, membuat catatan yang ringkas tetapi lengkap, membuat kesimpulan dalam suatu bacaan secara efisien, menggunakan fasilitas yang seperti perpustakaan dan internet dalam mencari referensi. Mahasiswa juga harus menyesuaikan diri dengan suasana kompetisi yang terjadi selama tahun pertama dalam perkuliahan, pengalaman mendapatkan tekanan dan tuntutan dari teman-teman kelompok, orang tua, dan lingkungan sosial (Zeidner, dalam Sarina, 2012).

Kurangnya pemahaman tersebut dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang dapat diketahui dengan indikator pencapaian Indeks Prestasi (IP) (Morita, 2014). Budiati (2014) menjelaskan bahwa Indeks Prestasi (IP) merupakan penilaian keberhasilan studi mahasiswa yang dilakukan pada setiap akhir semester. IP adalah nilai kredit rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan nilai proses belajar mahasiswa pada tiap semester atau dapat juga diartikan sebagai besaran atau angka yang menyatakan prestasi keberhasilan dalam proses belajar mahasiswa dalam satu semester. Daely (2013) memaparkan bahwa IP tinggi yang diperoleh mahasiswa dapat menjadi suatu indikasi bahwa mahasiswa tersebut mampu mengikuti proses pembelajaran atau perkuliahan dengan baik, namun sebaliknya IP yang rendah mengindikasikan bahwa mahasiswa tersebut belum mampu mengikuti proses perkuliahan dengan baik.

Tekanan dan tuntutan dalam meraih prestasi dan keunggulan dalam suatu persaingan akademik dapat membebani mahasiswa sehingga menyebabkan perasaan tertekan (Alvin, 2007). Mahasiswa merasakan tekanan karena adanya

persepsi yang subjektif terhadap ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan Perguruan Tinggi dengan sumberdaya aktual yang dimiliki sehingga mahasiswa akan mengalami stres akademik. Kondisi ini mengakibatkan berkurangnya kemampuan dalam mempelajari dan memahami materi-materi perkuliahan yang diberikan (Gusniarti, 2002).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Fan (2000 dalam Gan Hu & Zhang, 2010) menjelaskan bahwa terdapat 86,6% siswa pada tahun pertama mengalami stress pada kehidupan akademik, 55,3% dalam kehidupan sosial, dan 32,5 % dalam masalah keuangan. Maulana (2014) menjelaskan bahwa di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung terdapat 23,9% mahasiswa tingkat awal yang mengalami tingkat stress berat, sedangkan pada mahasiswa tingkat kedua tingkat stress beratnya sebanyak 12%. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa stress akademik lebih banyak dialami oleh mahasiswa tahun pertama. Penelitian lain oleh Elias, *et al.* (2011), menjelaskan bahwa mahasiswa pada tahun pertama mempunyai kecenderungan mengalami stress, mulai dari stress ringan hingga stress berat. Stress akademik yang dialami akan sangat berpengaruh terhadap proses belajar mengajar mahasiswa.

Lazarus dan Folkman (dalam Sarina, 2012) menjelaskan bahwa stress psikologis yang dialami oleh mahasiswa dalam kehidupan Perguruan Tinggi dapat disebut dengan stress akademik. Olejnik dan Holschuh (2007) mendefinisikan stress akademik sebagai suatu respon yang terjadi karena terlalu banyak tugas dan tuntutan dari Perguruan Tinggi yang harus diemban dan dikerjakan oleh mahasiswa.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Jember tahun pertama melalui metode wawancara didapatkan bahwa terdapat 6 orang mahasiswa yang menyatakan bahwa tertekan dengan kehidupan kampus dengan adanya tugas makalah yang banyak, perlu adanya perubahan adaptasi, jadwal perkuliahan yang sering berubah, deadline tugas, presentasi kelompok, dan materi perkuliahan yang spesifik dan lebih kompleks dibandingkan saat SMA. Hasil studi pendahuluan tersebut didukung dengan temuan beberapa IP < 3,00 pada sebagian mahasiswa tahun pertama.

Perolehan IP pada satu semester dapat berakibat pada jumlah SKS yang boleh diambil oleh mahasiswa pada semester berikutnya, sehingga tahun pertama merupakan langkah awal mahasiswa Fakultas Keperawatan UNEJ untuk melalui semester-semester berikutnya sehingga dapat meraih kelulusan yang lebih cepat. Mahasiswa UNEJ pada semester 3 dapat mengambil beban studi maksimum yang boleh di programkan yaitu 24 SKS dengan IP $\geq 3,00$, beban studi 21 SKS dengan IP 2,50-2,99, beban studi 18 SKS dengan IP 2,00-2,49, beban studi 15 SKS dengan IP 1,5-1,99 dan beban studi 12 SKS dengan IP < 1,5 (Pedoman Pendidikan Universitas Jember, 2017). Ketentuan beban studi tersebut dapat mempengaruhi waktu kelulusan mahasiswa Fakultas Keperawatan UNEJ sehingga mahasiswa yang memiliki IP tinggi dimungkinkan akan lulus lebih cepat daripada mahasiswa dengan IP rendah karena beban studi yang diambil akan lebih banyak daripada beban studi mahasiswa dengan IP yang lebih rendah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di bagian akademik Fakultas Keperawatan UNEJ didapatkan data IP pada semester pertama mahasiswa angkatan pertama yang berjumlah 286 mahasiswa dan dibagi menjadi 6 kelas (kelas A,B,C,D,E,F) yaitu kelas A dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 27 mahasiswa (56,25%), $IP < 3,00$ sebanyak 21 mahasiswa (43,75%). Kelas B dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 23 mahasiswa (46,94%), $IP < 3,00$ sebanyak 26 mahasiswa (53,06%). Kelas C dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 30 mahasiswa (61,22%), $IP < 3,00$ sebanyak 19 mahasiswa (38,78%). Kelas D dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 43 mahasiswa (87,76%), $IP < 3,00$ sebanyak 6 mahasiswa (12,24%). Kelas E dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 19 mahasiswa (44,19%), $IP < 3,00$ sebanyak 24 mahasiswa (55,81%). Kelas F dengan $IP \geq 3,00$ sebanyak 31 mahasiswa (64,58%), $IP < 3,00$ sebanyak 17 mahasiswa (35,42%). Mahasiswa keseluruhan dari angkatan 2016 yang memperoleh $IP \geq 3,00$ yaitu sebanyak 173 mahasiswa (60,49%), sedangkan mahasiswa yang mendapat $IP < 3,00$ yaitu sebanyak 113 mahasiswa (39,51%).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dapat diketahui bahwa terdapat mahasiswa keperawatan tahun pertama yang merasa berat dengan adanya perubahan di lingkungan Perguruan Tinggi. Hal tersebut dapat meningkatkan resiko stres akademik pada mahasiswa yang dapat mengakibatkan penurunan prestasi belajar. Pencapaian prestasi belajar tersebut ditunjukkan dengan data hasil studi pendahuluan yang memaparkan adanya beberapa mahasiswa yang masih mendapatkan $IP < 3,00$. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, maka sangat mungkin bahwa IP yang dicapai mahasiswa pada awal semester

dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu stres akademik. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah adakah hubungan stress akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengidentifikasi stres akademik mahasiswa keperawatan tahun angkatan pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.
2. Mengidentifikasi Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan tahun angkatan pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.
3. Menganalisis hubungan antara stres akademik dengan Indeks Prestasi mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmu pengetahuan para pembaca atau sebagai evaluasi mengenai hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

1.4.2 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran selama di Perguruan Tinggi khususnya di Fakultas Keperawatan Universitas Jember agar mahasiswa dapat mengerti, memahami, dan mampu menghadapi stres akademik sehingga dapat meraih Indeks Prestasi (IP) akademik yang tinggi.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan masukan untuk Masyarakat dalam memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa dalam proses pembelajaran selama di Perguruan Tinggi khususnya di Fakultas Keperawatan Universitas Jember sehingga dapat menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

1.4.4 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi terkait stres akademik dan diharapkan peneliti mampu untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai stres akademik pada mahasiswa.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian yang menjadi dasar penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Winny Merry Christiana (2015) dengan judul “Hubungan antara Stres Akademik dan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas Surabaya”. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk menganalisis hubungan antara stres akademik dan flow akademik dengan mediator *Temporal Motivation Theory* (TMT) yang dikembangkan oleh Steel (2010). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah deskriptif analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 117 mahasiswa angkatan 2013 Fakultas Psikologi Universitas Surabaya dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan bahwa stres akademik tidak berhubungan dengan flow akademik ($r = 0,071$ dan sig. 0,450).

Penelitian kali ini berjudul “Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP) Mahasiswa Keperawatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) mahasiswa keperawatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Jenis penelitian ini menggunakan teknik observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan *probability sampling*. Pengambilan data diperoleh dengan menggunakan alat ukur kuesioner DASS yang telah dimodifikasi dan telah teruji validitas serta reliabilitasnya. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yakni analisis univariat dan bivariat.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu dalam penelitian ini variabel dependen yang digunakan yaitu Indeks Prestasi (IP). Pada penelitian sebelumnya, variabel dependen yang digunakan adalah Flow Akademik. Lokasi yang digunakan berbeda, pada penelitian terdahulu berlokasi di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, penelitian sekarang berlokasi di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada variabel independen penelitian yaitu stress akademik dan desain penelitian yang digunakan yaitu *cross sectional*.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Variabel	Penelitian Sebelumnya	Penelitian Sekarang
Judul	Hubungan antara Stres Akademik dan Flow Akademik Pada Mahasiswa Universitas Surabaya	Hubungan stress akademik dengan Indeks Prestasi (IP) mahasiswa keperawatan tahun angkatan pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Tempat Penelitian	Universitas Surabaya	Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Tahun Penelitian	2015	2017
Variabel Independen	Stres Akademik	Stres Akademik
Variabel Dependen	Flow Akademik	Indeks Prestasi (IP) akademik
Peneliti	Windy Merry Christiana	Dita Oktaviana Mentari
Desain Penelitian	<i>Cross sectional</i>	<i>Cross sectional</i>
Teknik Sampling	<i>purposive sampling</i>	<i>Cluster Sampling</i>

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Mahasiswa

2.1.1 Definisi

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada perguruan tinggi yang meliputi politeknik, akademik, sekolah tinggi, institut, dan universitas (Hartaji, 2012). Siswoyo (2007) mendefinisikan mahasiswa sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai mempunyai tingkat kecerdasan dan intelektualitas yang tinggi, dalam berpikir maupun perencanaan dalam bertindak. Mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan dengan usia 18-25 tahun yang tergolong dalam masa remaja akhir sampai dewasa awal. Mahasiswa jika dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia tersebut merupakan usia dimana seseorang mulai melakukan pematangan pendirian dalam hidup (Yusuf, 2012).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah seorang peserta didik berusia 18-25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikan di perguruan tinggi negeri maupun swasta.

2.1.2 Karakteristik Perkembangan

Masa peralihan atau transisi dari Sekolah Menengah Atas menuju Perguruan Tinggi melibatkan suatu perubahan dan dapat menimbulkan kemungkinan stress pada mahasiswa. Masa peralihan ini melibatkan gerakan menuju satu struktur lingkungan sekolah yang lebih besar seperti adanya interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam dan peningkatan perhatian pada prestasi dan penilaiannya dalam akademik (Santrock, 2002). Perguruan tinggi dapat menjadi masa penemuan intelektual dan pertumbuhan kepribadian. Mahasiswa berubah saat merespon terhadap kurikulum yang menawarkan wawasan dan cara berpikir baru (Papalia *et al.*, 2008)

Gunarsa (2001) menjelaskan ciri-ciri perkembangan remaja lanjut atau remaja akhir (usia 18-21 tahun) dapat dilihat dalam tugas-tugas perkembangan sebagai berikut.

1. Menerima keadaan fisiknya

Perubahan fisiologis dan organis yang sedemikian hebat pada tahun-tahun sebelumnya, pada masa remaja akhir sudah lebih tenang. Struktur dan penampilan fisik sudah menetap dan harus diterima sebagaimana adanya. Kekecewaan karena kondisi fisik tertentu tidak lagi mengganggu dan sedikit demi sedikit mulai menerima keadaannya.

2. Memperoleh kebebasan emosional

Masa remaja akhir sedang pada masa proses melepaskan diri dari ketergantungan secara emosional dari orang yang dekat dalam hidupnya (orangtua). Kehidupan emosi yang sebelumnya banyak mendominasi sikap

dan tindakan remaja mulai terintegrasi dengan fungsi-fungsi lain sehingga lebih stabil dan lebih terkendali. Remaja mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan dengan sikap yang sesuai dengan lingkungan dan kebebasan emosional.

3. Mampu bergaul

Remaja mulai mengembangkan kemampuan mengadakan hubungan sosial baik dengan teman sebaya maupun orang lain yang berbeda tingkat kematangan sosialnya. Remaja mampu menyesuaikan dan memperlihatkan kemampuan bersosialisasi dalam tingkat kematangan sesuai dengan norma sosial yang ada.

4. Menemukan model untuk identifikasi

Masa ini merupakan tahap remaja berproses ke arah kematangan pribadi, tokoh identifikasi sering kali menjadi faktor penting, tanpa tokoh identifikasi timbul kekaburan akan model yang ingin ditiru dan memberikan pengarahan bagaimana bertingkah laku dan bersikap sebaik-baiknya.

5. Mengetahui dan menerima kemampuan sendiri

Pengertian dan penilaian yang objektif mengenai keadaan diri sendiri mulai terpupuk pada masa ini. Kekurangan dan kegagalan yang bersumber pada keadaan kemampuan, tidak lagi mengganggu berfungsinya kepribadian dan menghambat prestasi yang ingin dicapai.

6. Memperkuat penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma

Nilai pribadi yang awalnya menjadi norma dalam melakukan suatu tindakan, bergeser ke arah penyesuaian terhadap norma di luar diri remaja.

7. Meninggalkan reaksi dan cara penyesuaian kekanak-kanakan

Dunia remaja mulai ditinggalkan dan dihadapan remaja mulai terbentang dunia dewasa yang akan dimasuki. Ketergantungan secara psikis mulai ditinggalkan dan remaja mampu mengurus dan menentukan sendiri. Masa ini dapat disebut sebagai masa persiapan ke arah tahapan perkembangan masa dewasa muda.

Mahasiswa akan melewati masa remaja menuju masa selanjutnya yaitu jenjang kedewasaan. Jenjang kedewasaan ini dapat disebut sebagai fase perkembangan dimana seseorang telah memiliki corak dan bentuk kepribadian tersendiri. Menurut Langeveld (dalam Ahmadi & Sholeh, 1991) ciri-ciri kedewasaan seseorang adalah sebagai berikut.

1. Dapat berdiri sendiri dalam kehidupan

Seorang dewasa tidak selalu minta pertolongan orang lain dan jika ada bantuan orang lain tetap ada pada tanggung jawabnya dalam menyelesaikan tugas-tugas hidup.

2. Dapat bertanggung jawab dalam arti sebenarnya terutama moral.

3. Memiliki sifat-sifat yang konstruktif terhadap masyarakat.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik mahasiswa yaitu mahasiswa mulai memiliki intelektualitas yang tinggi dan kecerdasan berpikir yang matang untuk masa depan, memiliki kebebasan

emosional untuk memiliki pergaulan dan menentukan kepribadian. Mahasiswa memiliki keinginan dalam meningkatkan prestasi di Perguruan Tinggi, memiliki tanggung jawab dan kemandirian dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan, serta mulai memikirkan nilai dan norma-norma di lingkungan perkuliahan maupun di lingkungan masyarakat dimana mahasiswa berada.

2.2 Stres Akademik

2.2.1 Definisi

Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan oleh seorang individu dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu tersebut (Sarafino, 2006). Agolla dan Ongori (2009) mendefinisikan stres sebagai persepsi dari kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya. Akademik berasal dari bahasa Yunani yang berarti adalah suatu institusi pendidikan tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres akademik berkaitan dengan segala sesuatu yang mempengaruhi kehidupan akademik seseorang.

Govaerst dan Gregoire (2004) mengartikan stres akademik sebagai suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa tentang stresor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi. Stres akademik erat kaitannya dengan kehidupan akademik yang dialami oleh pelajar dari usia anak sampai dengan dewasa, tergantung dimana seseorang tersebut mencari ilmu pengetahuan.

2.2.2 Etiologi

Etiologi stres menurut Yusuf, *et al.* (2015) terbagi dalam faktor predisposisi dan faktor presipitasi. Faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut.

a. Faktor Predisposisi

Faktor predisposisi adalah faktor risiko yang menjadi sumber terjadinya stres yang memengaruhi tipe dan sumber dari individu untuk menghadapi stres baik yang biologis, psikososial, dan sosiokultural. Secara bersama-sama, faktor ini akan memengaruhi seseorang dalam memberikan arti dan nilai terhadap stres pengalaman stres yang dialaminya. Adapun macam-macam faktor predisposisi meliputi hal sebagai berikut.

- 1) Biologi: latar belakang genetik, status nutrisi, kepekaan biologis, kesehatan umum, dan terpapar racun.
- 2) Psikologis: kecerdasan, keterampilan verbal, moral, personal, pengalaman masa lalu, konsep diri, motivasi, pertahanan psikologis, dan kontrol.
- 3) Sosiokultural: usia, gender, pendidikan, pendapatan, okupasi, posisi sosial, latar belakang budaya, keyakinan, politik, pengalaman sosial, dan tingkatan sosial.

b. Faktor Presipitasi

Faktor presipitasi adalah stimulus yang mengancam individu. Faktor presipitasi memerlukan energi yang besar dalam menghadapi stres atau tekanan hidup. Faktor presipitasi ini dapat bersifat biologis, psikologis, dan sosiokultural. Waktu merupakan dimensi yang juga memengaruhi terjadinya stres, yaitu berapa lama terpapar dan berapa frekuensi terjadinya stres. Adapun faktor presipitasi yang sering terjadi adalah sebagai berikut.

1) Kejadian yang menekan (*stressful*)

Tiga cara yang digunakan untuk mengkategorikan kejadian yang menekan kehidupan, yaitu aktivitas sosial, lingkungan sosial, dan keinginan sosial. Aktivitas sosial meliputi keluarga, pekerjaan, pendidikan, sosial, kesehatan, keuangan, aspek legal, dan krisis komunitas. Lingkungan sosial adalah kejadian yang dijelaskan sebagai jalan masuk dan jalan keluar. Jalan masuk adalah seseorang yang baru memasuki lingkungan sosial. Keinginan sosial adalah keinginan secara umum seperti pernikahan.

2) Ketegangan hidup

Stres dapat meningkat karena kondisi kronis yang meliputi ketegangan keluarga yang terus-menerus, ketidakpuasan kerja, dan kesendirian. Beberapa ketegangan hidup yang umum terjadi adalah perselisihan yang dihubungkan dengan hubungan perkawinan, perubahan orang tua yang dihubungkan dengan remaja dan anak-anak, ketegangan yang

dihubungkan dengan ekonomi keluarga, serta overload yang dihubungkan dengan peran.

2.2.3 Stresor

Stres dapat terjadi karena terdapat suatu perubahan dalam ruang lingkup pekerjaan, tanggung jawab, pengambilan keputusan, tempat tinggal, hubungan pribadi, dan kesehatan. Kondisi-kondisi tersebut dapat menyebabkan individu merasa stres sehingga disebut sebagai stresor. Berdasarkan kondisi tersebut, dapat diketahui bahwa stresor merupakan stimulus yang dapat menimbulkan stres. Potter dan Perry (2005) menjelaskan bahwa stresor dibagi menjadi dua yaitu stresor internal dan stresor eksternal. Stresor internal berasal dari dalam diri seseorang misalnya demam, penyakit infeksi, trauma fisik, malnutrisi, kelelahan fisik, kekacauan fungsi biologik yang berkelanjutan. Stresor eksternal berasal dari luar diri seseorang seperti perubahan bermakna dalam suatu lingkungan, perubahan peran dan sosial, proses pembelajaran, pekerjaan serta hubungan interpersonal.

Mahasiswa juga mengalami stresor internal dan eksternal di lingkungan Perguruan Tinggi. Stresor eksternal yang dihadapi mahasiswa berupa stres akademik maupun non akademik. Stresor akademik meliputi manajemen waktu, tuntutan akademik, dan lingkungan akademik. Stresor tersebut dijabarkan dan diperoleh berupa tugas-tugas akademik, penurunan motivasi, ketidakadekuatan peran akademik, jadwal perkuliahan yang padat dan tidak jelas, serta kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah (Agolla dan Ongori, 2009 dalam Purwati, 2011). Stresor non-akademis berasal dari tekanan sosial yang dialami

mahasiswa sehari-hari seperti permasalahan yang terkait dengan keluarga, misalnya karena tinggal terpisah dari keluarga, kondisi keuangan keluarga, riwayat pola pengasuhan dari orangtua, perbedaan prinsip dengan orang tua. Mahasiswa juga dapat mengalami masalah-masalah yang bersumber dari kehidupan di lingkungan tempat tinggalnya saat kuliah, beradaptasi dengan teman yang mempunyai latar belakang sosial dan budaya yang berbeda, kesulitan beradaptasi, masalah dalam hubungan lawan jenis, serta masalah di dalam organisasi dan kegiatan kemahasiswaan (Fakultas Psikologi UGM, 2013).

2.2.4 Respon Stres

Setiap manusia akan memberikan respon terhadap stres yang sedang dialaminya dan respon yang ditunjukkan akan berbeda-beda pada tiap individu (Videback, 2008). Respon stres menurut Stuart dan Laraia (2005) dapat ditinjau dari empat aspek yaitu respon fisiologis, kognitif, emosi, dan tingkah laku.

a. Respon fisiologis

Respon fisiologis terhadap stresor berkaitan dengan kondisi dan fungsi fisik atau tubuh dari seorang individu. Respon ini merupakan mekanisme protektif dan adaptif untuk memelihara keseimbangan homeostasis tubuh. Respon fisiologis dapat ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak jantung, nadi, dan sistem pernapasan. Respon fisiologis juga mencerminkan interaksi dari beberapa apsis neuroendokrin yang meliputi hormon pertumbuhan, prolaktin, dan berbagai neurotransmitter di otak (Smeltzer & Bare, 2008).

b. Respon kognitif

Respon kognitif atau intelektual terhadap stresor merupakan respon stres yang dikaitkan dengan pola pikir seorang individu. Respon kognitif dapat terlihat dari terganggunya proses kognitif seseorang seperti pikiran menjadi kacau, menurunnya daya konsentrasi, pikiran berulang, dan pikiran yang tidak wajar (Anelia, 2012).

c. Respon emosi

Respon emosi merupakan suatu respon stres yang berkaitan dengan keadaan psikis dan mental seseorang. Respon emosi mengacu pada emosi atau perasaan yang dialami individu saat merasa stres seperti rasa takut, fobia, cemas, marah, kecewa, depresi, sedih, dan lain sebagainya (Anelia, 2012).

d. Respon tingkah laku

Respon tingkah laku dapat dilihat dari respon individu dalam menghadapi situasi yang sedang dialami. Tingkah laku individu dalam menghadapi stres dapat berupa perlawanan atau menghindari situasi yang sedang dialaminya. Individu yang merespon stres dengan berperilaku negatif seperti marah akan cenderung menimbulkan perilaku agresif (Anelia, 2012).

2.2.5 Indikator Stres

Indikator stres merupakan ukuran kuantitatif dan kualitatif yang dapat menggambarkan tingkat stres individu, termasuk pada mahasiswa. Stres memberikan dampak langsung terhadap psikologis yang secara tidak langsung berdampak pula pada fisiologis. Indikator stres pada individu dapat ditinjau dari tiga aspek yaitu fisiologis, emosional, dan perilaku stres (Potter dan Perry, 2005; *Psychology Foundation of Australia*, 2010).

a. Indikator fisiologis

Indikator fisiologis stres adalah objektif dan lebih mudah diidentifikasi dibandingkan dengan indikator lainnya. Indikator fisiologis ini dapat diamati dan dilihat dari kenaikan tekanan darah, tangan dan kaki dingin, postur tubuh yang tidak tegap, kelelahan, sakit kepala, gangguan lambung, suara yang bernada tinggi, muntah, mual, diare, perubahan nafsu makan, perubahan berat badan, dan telapak tangan berkeringat.

b. Indikator emosional

Indikator emosional mengacu pada kondisi psikologis seseorang yang sangat bersifat subjektif sehingga indikator ini tidak mudah untuk diamati. Indikator stres emosional dapat berupa ansietas, depresi, kepenatan, kelelahan mental, perasaan tidak adekuat, kehilangan harga diri, minat dan motivasi, ledakan emosi dan menangis, kecenderungan membuat kesalahan, mudah lupa dan pikiran buntu, kehilangan perhatian terhadap hal-hal yang rinci, preokupasi, ketidakmampuan berkonsentrasi terhadap

tugas, rentan terhadap kecelakaan, serta penurunan produktivitas dan kualitas kerja.

c. Indikator perilaku

Indikator perilaku dalam mengalami stres dapat berupa perilaku yang konstruktif atau destruktif. Perilaku konstruktif membantu mahasiswa menerima tantangan untuk menyelesaikan konflik, sedangkan perilaku destruktif akan mempengaruhi orientasi realitas, kemampuan penyelesaian masalah, kepribadian, situasi yang sangat berat, dan kemampuan untuk berfungsi.

2.2.6 Penggolongan Stres

Selye (dalam Potter dan Perry, 2005) menggolongkan stres menjadi dua golongan yang didasarkan atas persepsi individu terhadap stres yang dialaminya. Dua golongan stres tersebut yaitu eustress (stres yang positif) dan distress (stres yang negatif).

a. Eustres

Eustres yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). Eustres mendorong seseorang untuk beradaptasi dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi dengan masalah yang sedang dialami. Eustres dapat meningkatkan kesiagaan mental, kewaspadaan, kognisi, dan performansi hidup. Eustres juga dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu (Walker, 2005; Potter dan Perry, 2005).

b. Distres

Distres merupakan stres yang bersifat berkebalikan dengan eustres yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (bersifat merusak). Jenis stres ini sifatnya mengganggu individu yang mengalaminya. Stres ini terjadi karena individu merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya, membebani hidupnya, dan menyebabkan masalah fisik atau psikologis. Distres dirasakan sebagai suatu keadaan dimana individu mengalami rasa cemas, ketakutan, khawatir atau gelisah sehingga individu mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan, dan timbul keinginan untuk menghindarinya (Walker, 2005; Potter dan Perry, 2005).

2.2.7 Tingkatan stres

Tingkat stres adalah hasil penilaian terhadap berat ringannya stres yang dialami seseorang. Tingkat stres seseorang lebih dipengaruhi oleh tingkat kedewasaan yang dapat dilihat dari usia dan pengalaman hidup (Stuart dan Laraia, 2005) Tingkatan stres ini bisa diukur dengan banyak skala, salah satunya adalah dengan menggunakan *Depression Anxiety Stres Scale* (DASS) oleh Lovibond & Lovibond (1995). Tingkatan stres pada DASS terdapat empat tingkatan yaitu stres normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat.

1. Stres normal

Stres normal yang dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Seperti dalam situasi kelelahan setelah mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, merasakan detak jantung berdetak lebih keras

setelah aktivitas. Stres normal alamiah dan menjadi penting, karena setiap orang pasti pernah mengalami stres, bahkan sejak dalam kandungan (Crowford & Henry, 2003)

2. Stres ringan

Stres ringan adalah stresor yang dihadapi secara teratur yang dapat berlangsung beberapa menit atau jam. Situasi seperti banyak tidur, kemacetan. Stresor ini dapat menimbulkan gejala bibir kering, kesulitan bernafas, kesulitan menelan, merasa goyah, merasa lemas, keringat berlebihan ketika temperatur tidak panas dan tidak setelah aktifitas, takut tanpa alasan yang jelas, tremor pada tangan (Psychology Foundation of Australia, 2010).

3. Stres sedang

Stres ini terjadi lebih lama antara beberapa jam sampai beberapa hari. Stresor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain mudah marah, bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, sulit untuk beristirahat, merasa lelah karena cemas, tidak sabar ketika mengalami penundaan dan menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan, mudah tersinggung, gelisah dan tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi ketika sedang mengerjakan sesuatu hal (Psychology Foundation of Australia, 2010).

4. Stres berat

Stres berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun, seperti perselisihan, kesulitan finansial yang berkepanjangan, dan penyakit fisik jangka panjang, yang menimbulkan

gejala antara lain, tidak dapat merasakan perasaan positif, merasa tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, merasa tidak ada yang diharapkan dimasa depan, sedih dan tertekan, putus asa, kehilangan minat, merasa tidak berharga dan berpikir bahwa hidup tidak bermanfaat (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

5. Stres sangat berat

Stres sangat berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam waktu yang tidak dapat ditentukan. Seseorang yang mengalami stres sangat berat tidak memiliki motivasi untuk hidup dan cenderung pasrah (*Psychology Foundation of Australia, 2010*).

2.2.8 Cara Mengelola Stres

Berbagai hal dapat menyebabkan seseorang merasa stres. Kemampuan untuk mengatur atau mengelola diri sendiri merupakan proses yang memerlukan keinginan untuk mengubah diri sendiri. Mengelola atau mengendalikan stres dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menyesuaikan diri untuk menghadapi suatu tuntutan. Natsir dan Muhith (2011), menjelaskan bahwa cara mengelola stres yaitu sebagai berikut.

- a. Identifikasi penyebab stres
 - 1) Memahami penyebab stres
 - 2) Memahami tingkatan stres
- b. Manajemen waktu yang baik
- c. Berbagi dengan orang lain
- d. Membicarakan masalah yang dihadapi dengan orang yang dipercaya

- e. Relaksasi
- f. Mengatasi rasa takut akan kegagalan

2.2.9 Strategi Menghadapi Stres

Ardani (2013) menjelaskan bahwa ada dua strategi yang bisa digunakan untuk menghadapi stres, yaitu strategi menghadapi stres dalam perilaku dan secara kognitif.

a. Strategi menghadapi stres dalam perilaku

1) Memecahkan persoalan secara tenang

Cara ini dilakukan dengan mengevaluasi kekecewaan atau stres dengan cermat kemudian menentukan langkah yang tepat untuk diambil, setelah itu mempersiapkan segala upaya dan daya untuk mengatasi stres.

2) Agresi

Stres sering berpuncak pada kemarahan atau agresi. Agresi jarang terjadi namun dapat menjadi suatu respon penyesuaian diri terhadap stres yang muncul seperti mencari kambing hitam, menyalahkan pihak lain dan kemudian melampiaskan agresinya kepada sasaran.

3) Regresi

Regresi yaitu kondisi ketika seseorang yang menghadapi stres kembali lagi kepada perilaku yang mundur atau kembali ke masa yang lebih baik.

4) Menarik diri

Menarik diri merupakan respon yang paling umum dalam mengambil sikap. Menarik diri digunakan seseorang dengan memilih untuk tidak mengambil tindakan apapun. Respon ini biasanya disertai dengan perasaan depresi dan sikap apatis.

5) Mengelak

Individu yang mengalami stres terlalu lama, kuat, dan terus menerus akan cenderung mengelak. Individu akan melakukan perilaku tertentu secara berulang-ulang sebagai pengelakkan diri dari masalah demi mengalahkan perhatian.

b. Strategi menghadapi stres secara kognitif

a. Represi

Represi adalah upaya untuk menyingkirkan frustrasi, stress, dan semua yang menimbulkan kecemasan.

b. Menyangkal kenyataan

Menyangkal kenyataan mengandung unsur penipuan diri. Individu yang menyangkal kenyataan akan menganggap dirinya tidak mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dengan tujuan untuk melindungi dirinya sendiri.

c. Fantasi

Individu berfantasi dengan menjadikan dirinya merasa mencapai tujuan agar dapat menghindarkan diri dari frustrasi dan stres. Individu yang sering melamun kadang-kadang menemukan bahwa kreasi lamunannya itu lebih menarik dari pada kenyataan yang sesungguhnya. Fantasi yang dilakukan secara wajar dan dalam kesadaran yang baik dapat menjadi cara yang sehat untuk mengatasi stres.

d. Rasionalisasi

Rasionalisasi merupakan segala usaha seseorang untuk mencari alasan yang dapat diterima secara sosial untuk membenarkan atau menyembunyikan perilakunya yang buruk. Rasionalisasi dapat muncul ketika seseorang menipu dirinya sendiri dengan menganggap hal buruk sebagai hal yang baik atau sebaliknya.

e. Intelektualisasi

Intelektualisasi digunakan untuk mempelajari atau mencari tahu tujuan sebenarnya dari suatu masalah atau sumber stres agar tidak terlalu terlibat dengan persoalan secara emosional. Intelektualisasi dapat mengurangi hal-hal yang tidak menyenangkan bagi individu dan memberikan kesempatan pada individu untuk meninjau permasalahan secara subjektif.

f. Pembentukan reaksi

Pembentukan reaksi dikatakan berhasil jika individu berusaha menyembunyikan motif dan perasaan sesungguhnya baik represi atau supresi dan menampilkan wajah yang berlawanan dengan kenyataan yang dihadapi.

g. Proyeksi

Individu yang menggunakan teknik proyeksi biasanya sangat cepat dalam memperlihatkan ciri pribadi orang lain yang tidak disukai. Teknik ini dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan karena individu harus menghadapi kenyataan akan keburukan dirinya.

2.3 Prestasi Belajar

2.3.1 Pengertian

Prestasi belajar adalah penilaian hasil usaha kegiatan belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang sudah dicapai oleh setiap anak (dalam hal ini adalah mahasiswa) dalam periode tertentu (Tirtonegoro, 2001). Proses pendidikan prestasi belajar dapat diartikan sebagai hasil dari proses belajar mengajar yakni, penguasaan, perubahan emosional, atau perubahan tingkah laku yang dapat diukur dengan tes tertentu (Rangkuti, 2014). Belajar merupakan suatu proses biasanya mencakup tiga komponen yaitu input, proses dan output. Input sebagai masukan biasanya terdiri dari mahasiswa, materi perkuliahan, sarana dan fasilitas perkuliahan, dosen, kurikulum, dan manajemen yang berlaku di perguruan tinggi

tersebut. Proses terdiri dari strategi perkuliahan, media instruksional, cara mengajar dosen, dan cara belajar mahasiswa. Output merupakan hasil dari proses belajar yaitu prestasi (Nurhidayah, 2009).

Kata prestasi berasal dari bahasa Belanda yaitu *prestatie* yang kemudian menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (2014) diartikan sebagai hasil yang telah dicapai individu melalui usaha yang dialami secara langsung dan merupakan aktivitas kecakapan dalam situasi tertentu. Enre dalam Hartanti *et al.* (2004) menambahkan bahwa prestasi merupakan penguasaan terhadap bahan materi tertentu. Sugiharyanto *et al.*, (2013) menyatakan bahwa prestasi belajar adalah sebuah kecakapan atau keberhasilan yang diperoleh seseorang setelah melakukan sebuah kegiatan dan proses belajar sehingga dalam diri seseorang tersebut mengalami perubahan tingkah laku sesuai dengan kompetensi belajarnya.

Sunarto (2009) menyatakan bahwa prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya sesuai dengan bobot yang dicapainya. Sukmadinata (2005) menjabarkan bahwa prestasi atau hasil belajar (*achievement*) merupakan realisasi dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Penguasaan hasil belajar dapat dilihat dari perilakunya, baik perilaku dalam bentuk penguasaan pengetahuan, keterampilan berpikir maupun keterampilan motorik. Hasil belajar atau prestasi belajar di Perguruan Tinggi dapat dilihat dari penguasaan mahasiswa akan mata kuliah yang telah ditempuhnya. Alat untuk mengukur prestasi atau hasil belajar disebut tes prestasi belajar atau *achievement test* yang disusun oleh dosen yang mengajar mata kuliah yang bersangkutan.

Anwar (dalam Sunarto, 2009) mengemukakan bahwa tujuan dari tes prestasi belajar yaitu mengungkap keberhasilan seseorang dalam belajar. Tes prestasi belajar berupa tes yang disusun secara terencana untuk mengungkap performansi maksimal individu dalam menguasai bahan-bahan atau materi yang telah diajarkan. Hasil dari tes prestasi belajar dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa. Prestasi belajar tersebut dilambangkan dengan angka atau huruf, seperti pada pendidikan sarjana yang ditunjukkan dengan Indeks Prestasi (IP) akademik dengan skala 4. IP akademik adalah hasil pembelajaran yang diperoleh dari kegiatan belajar disekolah atau perguruan tinggi yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian (Budiati, 2014).

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam menerima, menolak dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan sesuatu dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau IP setiap mata kuliah setelah mengalami proses belajar mengajar. IP mahasiswa didapatkan setelah diadakan evaluasi. Hasil dari evaluasi memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya IP mahasiswa. Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh dari kegiatan belajar yang diwujudkan dalam angka atau simbol. Salah satu indikator untuk mengukur keberhasilan siswa dalam menguasai kompetensi pembelajaran adalah prestasi belajar. Prestasi belajar di sini merupakan prestasi

belajar yang diperoleh mahasiswa setelah mengikuti kegiatan perkuliahan yang diwujudkan dalam skor atau angka yang tercermin pada IPK.

2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Slameto (2003) dan Suryabrata (2002) menjelaskan secara garis besar faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar yaitu sebagai berikut.

1. Faktor Internal

Faktor yang menyangkut seluruh pribadi termasuk kondisi fisik maupun mental atau psikis. Faktor internal ini sering disebut faktor instrinsik yang meliputi kondisi fisiologis, kondisi psikologis, kondisi panca indera, intelegensi atau kecerdasan, bakat, dan motivasi.

a. Kondisi Fisiologis

Kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap keberhasilan belajar seseorang. Individu yang berada dalam keadaan sehat jasmani akan berbeda dari individu dengan keadaan yang lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, mengantuk jika badannya lemah. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, tidur dan lainnya.

b. Kondisi Psikologis

Proses belajar pada hakikatnya adalah proses psikologi karena semua keadaan dan fungsi psikologis mempengaruhi belajar seseorang. Faktor psikologis sebagai faktor dari dalam merupakan hal yang utama dalam menentukan intensitas belajar seorang individu. Minat, kecerdasan,

bakat, motivasi, dan kemampuan kognitif adalah faktor psikologis utama yang mempengaruhi proses dan hasil belajar mahasiswa (Djamar, 2008).

c. Kondisi panca indera

Kondisi panca indera terutama penglihatan dan pendengaran merupakan faktor yang mempengaruhi prestasi belajar individu karena sebagian besar hal yang dipelajari individu menggunakan penglihatan dan pendengaran. Individu belajar dengan membaca, melihat contoh atau model, melakukan observasi, mengamati hasil eksperimen, mendengarkan keterangan orang lain, mendengarkan ceramah, dan lain sebagainya menggunakan panca indera.

d. Intelegensi atau kecerdasan

Intelegensi adalah suatu kemampuan umum dari seseorang untuk belajar dan memecahkan suatu permasalahan. Semakin tinggi intelegensi atau kecerdasan seseorang, maka prestasi belajar yang diraih cenderung akan menunjukkan hasil yang baik

Intelegensi atau kecerdasan dibagi menjadi tiga macam yaitu IQ, EQ, dan SQ.

1) *Intelligent Qoutient* (IQ) atau kecerdasan intelegensi

Inteligensi pada umumnya dapat diartikan sebagai kemampuan psiko-fisik untuk mereaksi rangsangan atau menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan cara yang tepat.

2) *Emotional Qoutient* (EQ) atau kecerdasan emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan pengendalian diri sendiri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin diri dan lingkungan sekitarnya.

3) *Spiritual Qoutient* (SQ) atau kecerdasan spiritual

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berasal dari dalam hati, menjadikan kita kreatif ketika kita dihadapkan pada masalah pribadi, dan mencoba melihat makna yang terkandung di dalamnya serta menyelesaikan dengan baik agar memperoleh ketenangan dan kedamaian hati. Kecerdasan spiritual membuat individu mampu memaknai setiap kegiatannya sebagai ibadah, demi kepentingan umat manusia dan Tuhan yang sangat dicintainya.

e. Bakat

Bakat merupakan kemampuan yang menonjol disuatu bidang tertentu misalnya bidang studi matematika atau bahasa asing. Bakat adalah suatu yang dibentuk dalam kurun waktu tertentu dan merupakan perpaduan

taraf intelegensi pada seorang individu. Pada umumnya komponen bakat akan berkembang dan tampak pada saat perkuliahan tertentu dan minat individu terhadap perkuliahan itu sendiri, tetapi bakat yang dimiliki seseorang akan tetap tersembunyi atau menghilang apabila tidak mendapat kesempatan untuk berkembang sesuai peminatannya.

f. Motivasi

Motivasi memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat, dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar. Mahasiswa yang mempunyai motivasi tinggi sangat sedikit yang tertinggal dalam belajarnya. Kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi keberhasilan belajar. Karena itu motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berasal dari dalam diri (motivasi intrinsik) dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus untuk mencapai cita-cita. Senantiasa memasang tekad bulat dan selalu optimis bahwa cita-cita dapat dicapai dengan belajar. Bila ada mahasiswa yang kurang memiliki motivasi instrinsik diperlukan dorongan dari luar yaitu motivasi ekstrinsik agar mahasiswa termotivasi untuk belajar.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari luar diri individu yang bersangkutan. Faktor ini sering disebut dengan faktor ekstrinsik yang meliputi segala sesuatu yang berasal dari luar diri individu yang dapat

mempengaruhi prestasi belajarnya baik itu di lingkungan sosial maupun lingkungan lain (Djamar, 2008). Faktor eksternal terdiri dari faktor lingkungan dan faktor instrumental.

a. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu sebagai berikut.

1) Lingkungan Alami

Lingkungan alami seperti keadaan suhu, kelembaban udara berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar. Belajar pada keadaan udara yang segar akan lebih baik hasilnya daripada belajar pada suhu udara yang lebih panas dan pengap

2) Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial terdiri dari lingkungan sekitar individu yaitu manusia dan representasinya. Lingkungan sosial berpengaruh terhadap prestasi belajar individu karena individu dapat terganggu konsentrasinya jika lingkungan sosial tidak mendukung. Contohnya yaitu seseorang sedang belajar memecahkan soal akan terganggu bila ada orang lain yang mondar-mandir di dekatnya atau keluar masuk ruangan tempat belajar, sedangkan representasi manusia misalnya memotret, tulisan, dan rekaman suara juga berpengaruh terhadap hasil belajar.

b. Faktor Instrumental

Faktor-faktor instrumental adalah yang penggunaannya dirancang sesuai dengan hasil belajar yang diharapkan. Faktor-faktor ini diharapkan dapat berfungsi sebagai sarana untuk tercapainya tujuan yang telah dirancang. Faktor-faktor ini dapat berupa perangkat keras (*hardware*) misalnya gedung, perlengkapan belajar, alat-alat praktikum, dan perangkat lunak (*software*) seperti kurikulum, program, dan pedoman belajar lainnya.

2.4 Indeks Prestasi (IP)

2.4.1 Pengertian

Indeks Prestasi (IP) akademik adalah nilai rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan mutu penyelesaian suatu program studi. IP dihitung, baik pada setiap akhir semester dengan hasil yang disebut IP semester, maupun pada akhir program pendidikan lengkap satu jenjang, dengan hasil yang disebut IPK. Nilai yang dipergunakan untuk menghitung IPK adalah nilai yang pernah dicapainya. Mahasiswa yang memperbaiki nilai ujiannya, maka nilai yang diperhitungkan adalah nilai tertinggi yang pernah dicapainya, IPK yang dicapai seseorang mahasiswa adalah nilai hasil perkalian nilai kredit (k) dengan tafsiran nilai (N) dari tiap mata kuliah, dibagi dengan jumlah nilai kredit seluruhnya. IPK semester adalah nilai evaluasi studi mahasiswa dilakukan pada setiap akhir semester dengan menghitung IP. IPK merupakan penghitungan dengan cara yang sama dengan IP semester. IPK menunjukkan kualitas belajar keseluruhan dari materi program studi yang merupakan hasil studi mahasiswa dari

awal sampai dengan semester tertentu (Ali, 2010). IP adalah penilaian keberhasilan studi semester mahasiswa yang dilakukan pada tiap akhir semester (Budiati, 2014).

2.4.2 Beban Studi Semester

IP adalah hasil usaha dari semua kegiatan yang dilakukan mahasiswa, baik dari belajar, pengalaman dan latihan dari suatu kegiatan. Hasil belajar dapat diketahui melalui hasil belajar dan dibuat suatu alat pengukur atau tes prestasi. Hasil pengukuran melalui tes hasil belajar dapat dinyatakan dalam bentuk nilai yang bersifat kumulatif dalam angka 0-4 atau A-E

Penilaian prestasi hasil belajar mahasiswa dapat dikelompokkan berdasarkan kriteria sebagai berikut.

Tabel 2.1 Pengelompokan Penilaian prestasi hasil belajar mahasiswa

Huruf	Nilai	Angka	Penggolongan
A	4,00	≥ 80	Istimewa
AB	3,50	75-80	Sangat Baik
B	3,00	70-75	Baik
BC	2,50	65-70	Cukup Baik
C	2,00	60-65	Cukup
CD	1,50	55-60	Kurang
D	1,00	50-55	
DE	0,50	45-50	Sangat Kurang
E	0,00	< 45	

Sumber : Buku Pedoman Akademik Universitas Jember (2017)

Tingkatan nilai tersebut diatur menurut ranking dan diinformasikan dalam bentuk Indeks Prestasi (IP). IP yaitu dihitung pada setiap akhir semester yang digunakan sebagai dasar untuk mengetahui keberhasilan belajar dari semua mata kuliah yang diikuti pada semester yang bersangkutan. Perolehan IP pada

dapat berakibat pada jumlah SKS yang boleh diambil oleh mahasiswa pada semester berikutnya, sehingga IP semester satu merupakan langkah awal dan pintu gerbang mahasiswa Fakultas Keperawatan UNEJ untuk melalui semester-semester berikutnya sehingga dapat meraih kelulusan yang lebih cepat. Ketentuan beban studi dapat dilihat pada Tabel 2.2. Ketentuan beban studi tersebut mempengaruhi waktu kelulusan mahasiswa sehingga mahasiswa yang memiliki IP tinggi akan lulus lebih cepat daripada mahasiswa dengan IP rendah karena beban studi yang diambil akan lebih banyak daripada beban studi mahasiswa dengan IP yang lebih rendah.

Tabel 2.2 Indeks Prestasi dan Beban Studi

Indeks Prestasi (IP)	Beban studi maksimum yang boleh diprogramkan (SKS)
$\geq 3,00$	24
2,50-2,99	21
2,00-2,49	18
1,5-1,99	15
$< 1,5$	12

Sumber : Buku Pedoman Akademik Universitas Jember (2017)

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yaitu IP yang dihitung pada akhir suatu program pendidikan lengkap atau pada akhir semester kedua dan seterusnya untuk seluruh mata kuliah yang diambilnya, yang dinyatakan dengan rentangan angka 0,00 – 4,00 (Siregar, 2006). Hasil evaluasi belajar dinyatakan dalam bentuk nilai atau angka yang merupakan total dari keseluruhan nilai dan juga pengamatan pengajar selama proses pembelajaran. Hasil evaluasi belajar selama perkuliahan dapat juga diketahui dengan predikat kelulusan program sarjana seperti yang tertera pada tabel 2.3 (Masulili, 2005).

Tabel 2.3 Predikat Kelulusan Program Sarjana Universitas Jember

IPK	Masa Studi terpakai	Predikat
2,00-2,75		Baik
2,76-3,25	Maksimal 5 tahun	Memuaskan
3,26-3,51		Sangat Memuaskan
3,51-4,00		Dengan Pujian (<i>cum laude</i>)

Sumber: Buku Pedoman Akademik Universitas Jember (2017)

Mutu dihasilkan dari perkalian bobot nilai dan SKS mata kuliah. Nilai yang digunakan untuk menghitung IPK adalah semua mata kuliah yang telah diambil oleh peserta didik. IPK dihasilkan dengan membagi hasil penjumlahan mutu semua mata kuliah yang telah diperoleh dengan SKS kumulatif. Nilai IPK maksimum yang diperoleh adalah 4,00. IPK adalah hasil dari nilai-nilai mata kuliah yang ditempuh dalam kurun waktu satu semester dikalikan bobot SKS dan dibagi jumlah SKS yang ditempuh pada semester itu. IPK adalah keseluruhan hasil dari nilai-nilai mata kuliah yang ditempuh dalam kurun waktu beberapa semester dikalikan bobot SKS dan dibagi keseluruhan jumlah SKS yang telah ditempuh. IPK yang diperoleh oleh mahasiswa merentang dari nilai 0 sampai dengan nilai 4, semakin tinggi angka dalam IPK yang diperoleh oleh mahasiswa semakin cerdas atau semakin pandai mahasiswa tersebut (Suharsono et al., 2010).

IP adalah parameter evaluasi kemajuan studi mahasiswa yang merupakan hasil pembagian nilai seluruh mata kuliah yang diperoleh dengan besar seluruh sks mata kuliah yang telah ditempuh dengan nilai tertinggi. IP sebagai evaluasi dari keberhasilan proses perkuliahan mencakup *learning outcomes* yang

menggabungkan ilmu pengetahuan, pengetahuan, pengetahuan praktis, dan sebagian komponen kompetensi (*cognitive skills*) tetapi tidak mencakup keterampilan dan afeksi (Pratama, 2012).

2.5 Proses Pembelajaran di Perguruan Tinggi

Asmawi (2005) menyatakan bahwa perguruan tinggi merupakan wahana tenaga ahli yang diharapkan mampu mengembangkan ilmu pengetahuan dan memberi sumbangan kepada pembangunan. Sebagai usaha sistematis untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia maka Departemen Pendidikan Nasional telah menetapkan empat kebijakan pokok dalam bidang pendidikan yaitu sebagai berikut.

1. Pemerataan dan kesempatan
2. Relevansi pendidikan dengan pembangunan
3. Kualitas pendidikan
4. Efisiensi pendidikan

Khusus untuk perguruan tinggi akan lebih diutamakan membahas mengenai relevansi pendidikan dengan pembangunan yang dalam langkah pelaksanaannya dikenal dengan keterkaitan dan kesepadanan (*link and match*). Pendidikan akan dapat lebih mencapai hasil sesuai dengan misi, visi, dan fungsinya dengan pengetahuan yang mendalam tentang apa yang dibutuhkan pembangunan tersebut. Upaya menciptakan keterkaitan dan kesepadanan tersebut mengacu pada Tri Dharma Perguruan Tinggi, yang meliputi kegiatan-kegiatan pendidikan (proses belajar mengajar), penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Dharma

Pendidikan, perlu dievaluasi relevansi program dan jurusan yang ada dalam kebutuhan pembangunan, dalam arti apakah sumber daya manusia yang dihasilkan dapat diserap oleh kegiatan perekonomian dan pembangunan (Asmawi, 2005).

Penyerapan lulusan perguruan tinggi ini sampai sekarang masih menjadi perdebatan yang belum selesai, yang sebenarnya itu adanya perbedaan di dalam melakukan pendekatan. Sedikitnya itu ada dua pendekatan yang berbeda yakni pendekatan dari dunia kerja dan pendekatan kalangan perguruan tinggi. Pendekatan pertama, menyatakan bahwa lulusan perguruan tinggi tidak mampu bekerja sebagaimana yang diinginkan dunia kerja, yakni keahlian yang dimiliki masih jauh dari harapan. Pendekatan pertama ini menginginkan, lulusan perguruan tinggi itu harus memiliki keterampilan kerja (*skill*) yang memadai dan siap untuk bekerja. Kalangan perguruan tinggi sebenarnya tanggap dan merespon, sehingga disiapkan berbagai sarana dan prasarana, seperti komputerisasi; laboratorium, bengkel kerja dan pusat data. Namun pada kenyataannya dalam membentuk keahlian itu tidaklah memadai dan tidak menyebar secara merata di setiap perguruan tinggi (Asmawi, 2005).

Pendekatan dari kalangan perguruan tinggi yang menyatakan bahwa sesuai dengan tujuan pendidikan yakni untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Pasal 4 UU RI Nomor 20 Tahun 2003). Kecakapan dan keterampilan kerja (*skill*) memang tidak identik,

keterampilan merupakan bagian dari kecakapan yang bisa dimiliki oleh calon ekonomi. Tujuan pendidikan tidak disiapkan hanya untuk siap kerja, tetapi jauh lebih luas, yakni menyangkut pembentukan peserta didik menjadi manusia seutuhnya dan keterampilan merupakan hal yang penting yang dapat dimiliki oleh seseorang. Namun demikian, seyogyanya perbedaan dua pendekatan yang berbeda ini harus dikembangkan adanya pemahaman yang mendalam sehingga tidak saling mengklaim benarnya sendiri, minimal dapat ditarik benang merahnya (Asmawi, 2005).

Pendidikan sebagai suatu proses, pertama mengenal adanya *raw-input* dan *instrumental input*. *Raw input* merupakan peserta didik sedangkan *instrumental input* terdiri dari: gedung, perpustakaan, pedoman akademik, dosen, kurikulum, metode dan lain-lain. Kedua *raw input* dan *instrumental input* masuk dalam proses, yang ini akan memakan waktu delapan semester. Ketiga, *output* (hasil didik) yang sesuai dengan kriteria institusi dan siap untuk masuk kedalam persaingan sumber daya manusia. Dosen merupakan instrumen yang sangat menentukan keberhasilan proses pendidikan, karena dari dosenlah perpindahan ilmu dilakukan kepada peserta didik (Asmawi, 2005).

Perguruan tinggi yang memiliki tenaga-tenaga dosen yang berkualitas akan banyak diminati oleh masyarakat. Karena itu program untuk meningkatkan kualitas para dosen adalah merupakan kewajiban yang tidak ditawar-tawar lagi pada saat ini dan dimasa mendatang. Perguruan tinggi yang tidak mau mengikuti arusnya perkembangan perubahan sekarang dan dimasa datang akan ditinggalkan oleh masyarakat dan lambat atau cepat akan mengalami kemunduran, yang

akhirnya akan mengalami keruntuhan. Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai isi maupun bahan kajian dan pelajaran serta cara penyampaian dan penilaiannya yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar di perguruan tinggi. Kurikulum dibagi dalam kurikulum inti dan kurikulum lokal (institusional). Kurikulum inti adalah bagian dari kurikulum pendidikan tinggi yang berlaku secara nasional untuk setiap program studi, yang memuat tujuan pendidikan, isi pengetahuan, dan kemampuan minimal yang harus dicapai peserta didik, dalam penyelesaian suatu program studi. Kurikulum lokal (institusional) adalah bagian dari kurikulum pendidikan tinggi yang berkenaan dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan serta ciri khas perguruan tinggi yang bersangkutan (Asmawi, 2005).

Dalam konteks upaya pemecahan masalah dan pencapaian tujuan, maka langkah-langkah harus berangkat atau dimulai dari konteks *input*, proses, *output*.

1. *Input* Pendidikan

Untuk ketercapaian pendidikan bermutu, fungsional, produktif, efektif dan akuntabel, maka diperlukan beberapa hal yang terkait dengan *input* antara lain peserta didik, ketenagaan, fasilitas, biaya, kurikulum, perencanaan dan evaluasi, hubungan sekolah masyarakat dan iklim sekolah yang memadai (Mulyasa, 2013).

2. Proses Pendidikan

Proses adalah suatu pelaksanaan atau kejadian yang terjadi secara alami atau didesain dengan sengaja (Mulyasa, 2013). Pesan-pesan penting akan dapat ditangkap dan dicerna bila para pelaku pendidikan mampu mendesain secara

interaktif dan sederhana. Proses pembelajaran merupakan ujung tombak dari proses pendidikan, yang mana suatu kegiatan dilakukan oleh guru, berkaitan dengan materi ajar, berlangsung dan dikemas secara interaktif, menyenangkan, menantang, memotivasi serta merangsang peserta didik untuk berpikir, aktif, kreatif.

Suatu proses agar keberhasilannya sesuai harapan, maka harus diawali dengan perencanaan (*planning*). Perencanaan yang baik akan mendorong terselenggaranya proses yang ideal sehingga setiap pelaksanaan proses harus mengetahui unsur-unsur perencanaan, misal bagi seorang guru yang akan melaksanakan proses pembelajaran, maka guru tersebut harus menguasai unsur-unsur perencanaan proses pembelajaran yang baik, seperti kebutuhan peserta didik, kompetensi dasar, tujuan, strategi dll.

3. *Output* Pendidikan

Output merupakan hasil dari proses, menghasilkan lulusan sesuai dengan standar tertentu dan diharapkan memenuhi keinginan masyarakat, orang tua dan pemerintah. *Output* pada dasarnya akan banyak dipengaruhi oleh *input* dan proses, keefektifan proses. Sistem *input* yang berkualitas tentu dapat menghasilkan *output* yang berkualitas pula. Teori sistem informasi “*Gold in-Gold out*” dapat digunakan dalam hal ini. Suatu *output* dikatakan berkualitas apabila telah memenuhi beberapa persyaratan yang ditentukan oleh Standar Nasional Pendidikan (SNP) (Jabar, 2012).

Output pendidikan sebagai suatu sistem sewajarnya dapat dicerminkan dari suatu prestasi mutu lulusan sekolah yang sejatinya merupakan suatu proses

pembelajaran yang didukung oleh semua unsur baik dari level kementerian, dinas pendidikan propinsi, kabupaten/kota, kecamatan, sampai pada kelembagaan persekolahan yang merupakan unit terkecil. Dengan kata lain, makro, meso dan mikro pendidikan secara bersama-sama menjalankan perannya sehingga menghasilkan *output* yang terstandar dengan baik (Jabar, 2012).

Keunggulan *input* dimaknai sebagai kondisi dan kehadiran nilai tambah dari *input* pendidikan (*raw input, instrumental input, dan environmental input*) yang akan ditransformasi dalam proses pendidikan untuk menghasilkan *output* pendidikan berupa perubahan perilaku dan lulusan. Aspek *input* meliputi siswa dengan karakteristik yang melekat padanya, kurikulum, personel, sarana pra sarana dan pendidikan teknologi informasi, lingkungan belajar, standar pendidikan, dan kebijakan dan program (Jabar, 2012).

Keunggulan proses pendidikan dimaknai sebagai kondisi kualitas proses yang mampu melampaui standar yang diharapkan. Keunggulan proses meliputi: mutu proses belajar mengajar, kepemimpinan, manajemen dan organisasi sekolah, keterlibatan, budaya dan iklim sekolah, serta jaringan kerja sama. Keunggulan *output* adalah derajat kualitas *output* pendidikan yang mampu melebihi harapan atau standar yang telah ditetapkan. Keunggulan *output* meliputi kinerja akademik, dan non akademik (Jabar, 2012).

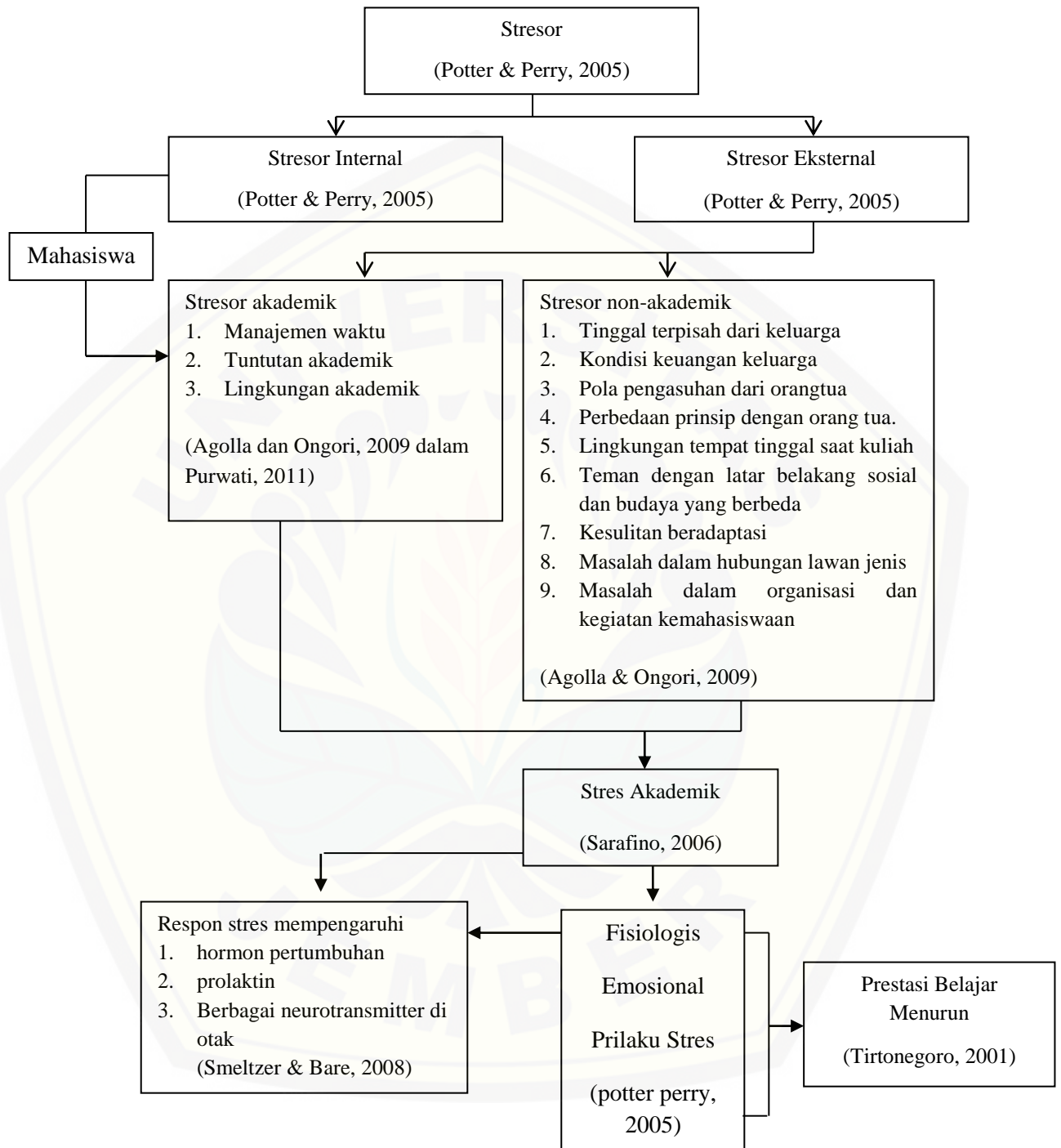
2.6 Konsep Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP)

Stres merupakan suatu fenomena yang pernah atau akan dialami oleh seseorang dalam kehidupannya dan tidak seorang pun dapat terhindar dari padanya. Menurut Santrock (2012), stres merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stresor) yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (koping). Stres adalah realitas kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari, disebabkan oleh perubahan yang memerlukan penyesuaian. Sarafino mendefinisikan stres sebagai kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dari sistem-sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang.

Kuliah adalah pengalaman yang penuh dengan stres atau tekanan. Stres akademik muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan stress ini meningkat setiap tahunnya seiring dengan tuntutan terhadap anak yang berbakat dan berprestasi yang tidak pernah berhenti. Baumel dalam Wulandari (2011) menyatakan bahwa stres akademik merupakan stres yang disebabkan oleh stresor akademik, yaitu yang bersumber dari proses belajar mengajar atau yang berhubungan dengan kegiatan belajar yang meliputi lama belajar, banyak tugas, birokrasi, mendapatkan beasiswa, keputusan menentukan jurusan, dan karir serta kecemasan ujian dan manajemen waktu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa stres di bidang akademik adalah respon individu akibat kesenjangan antara tuntutan lingkungan terhadap prestasi akademik dengan kemampuan untuk mencapainya sehingga situasi tersebut mengakibatkan perubahan respon dalam diri individu tersebut, baik secara fisik maupun psikologis. Stres timbul ketika ada beban pada seseorang yang melebihi kemampuan mereka. Jika stres berat dan berlangsung lama, hal ini dapat menurunkan prestasi akademik, penghalang dari kemampuan siswa untuk melibatkan diri pada lingkungan kampus, dan bahkan meningkatkan kemungkinan terjadinya pelanggaran peraturan kampus.

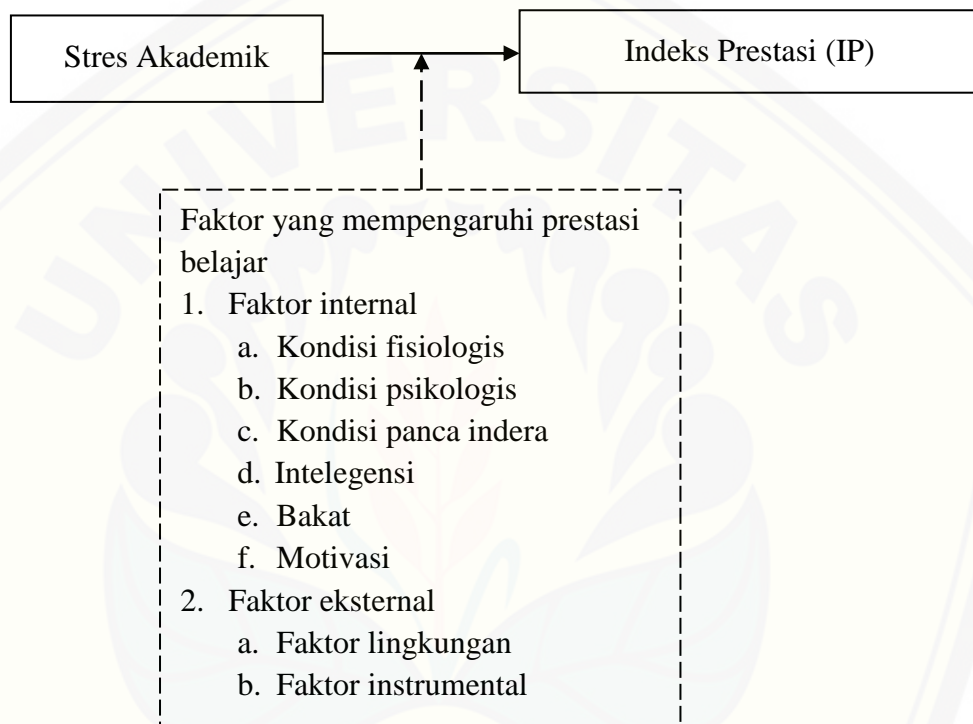
2.7 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

BAB 3. KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan:

→ = berhubungan

□ = diteliti

□ (dashed) = tidak diteliti

3.2 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian merupakan jawaban atau dugaan sementara penelitian atau dalil sementara yang kebenarannya akan dibuktikan dalam sebuah penelitian (Setiadi, 2007). Hipotesis dalam penelitian ini (H_a) yaitu ada hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) mahasiswa keperawatan tahun angkatan tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.



BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini akan menguraikan tentang pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Stres Akademik Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Universitas Jember yang terletak di jalan Kalimantan No. 37 Kampus Bumi Tegal Boto. Universitas Jember terdiri dari 15 fakultas. Fakultas Keperawatan merupakan Fakultas dengan akreditasi B dan juga telah berdiri sejak tahun 2005. Fakultas Keperawatan memiliki satu program lanjutan yaitu Program Profesi Ners, diperuntukkan bagi mahasiswa yang telah selesai merampungkan pendidikan sarjana (S1) di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Data Umum

Data umum dalam penelitian ini meliputi karakteristik responden. Data karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, asal sekolah, tempat tinggal responden dan pemilihan jurusan. Distribusi berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 5.1 dibawah ini.

Tabel 5.1 Karakteristik Umum Menurut Usia Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember (n = 107)

Variabel	Mean	Median	Min-Max
Usia (Tahun)	18,34	18,00	17-20

Sumber : Data Primer, Oktober 2017

Tabel 5.1 menunjukkan distribusi usia mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember yang dikelompokkan berdasarkan Usia. Usia mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember rata-rata berusia 18,34 tahun, dimana usia minimalnya adalah 17 tahun dan maksimal 20 tahun.

Tabel 5.2 Karakteristik Umum Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember (n = 107)

	Data Umum	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
A	Jenis kelamin		
	Laki – laki	16	15,0
	Perempuan	91	85,0
	Total	107	100
B	Asal Sekolah		
	SMA	96	89,8
	SMK	4	3,7
	MA	7	6,5
	Total	107	100
C	Tempat Tinggal		
	Rumah	27	25,2
	Kos	77	72,0
	Pondok Pesantren	3	2,8
D	Pemilihan jurusan		
	Pertama	63	58,9
	Kedua	28	26,2
	ketiga	16	15,0
	Total	107	100

Sumber: Data Primer, Oktober 2017

Berdasarkan tabel 5.2 mengenai karakteristik umum mahasiswa menunjukkan jenis kelamin, asal sekolah, dan tempat tinggal. Data tersebut menunjukkan bahwa persentase tertinggi responden memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 85,0% (91 orang) dan persentase terendah adalah laki – laki sebanyak 15,0% (16 orang). Data tersebut juga menunjukkan asal sekolah responden, diantaranya yaitu pendidikan yang paling banyak pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 89,8% (96 responden), pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sebanyak 3,7%

(4responden), dan pendidikan pada jenjang Madrasah Aliyah (MA) sebanyak 6,5% (7 responden).

Data selanjutnya pada tabel 5.2 yaitu terkait tempat tinggal dari responden. Berdasarkan hasil yang diperoleh sebanyak 72,0% (77 responden) tinggal di kos sebanyak 25,2% (27 responden) tinggal di rumah, dan sebanyak 2,8% (3 responden) tinggal di pondok pesantren/asrama. Pada pemilihan jurusan yang memilih Fakultas Keperawatan Universitas Jember sebanyak yaitu sebanyak 58,9% (63 responden) menjadikan Fakultas Keperawatan pilihan pertama. Sebanyak 26,1% (28 responden) menjadikan Fakultas Keperawatan pilihan kedua. Sebanyak 15% (16 responden) menjadikan Fakultas Keperawatan pilihan ketiga.

5.1.2. Data Khusus

Tabel. 5.3. Tingkat stres Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember (n = 107)

Tingkat stress	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	71	66,1
Ringan	18	17
Sedang	17	16
Berat	1	0,9
Total	107	100%

Tabel 5.4 Rata-rata Stres Mahasiswa

Variabel	Mean	Median	Min-Max
Stres	13,64	13,00	7-27

Sumber: Data Primer, Oktober 2017

Berdasarkan tabel 5.3 tingkat stres mahasiswa tahun pertama menunjukkan bahwa presentase tertinggi yaitu responden yang memiliki tingkat

stres normal sebanyak 66.1% (71 responden), sebanyak 17% (18 responden) dengan tingkat stres ringan. Sebanyak 16% (17 responden) dengan tingkat stres sedang dan presentase terendah adalah tingkat stres berat sebanyak 0,9% (1 responden). Berdasarkan tabel 5.4 nilai rata-rata variabel stres ialah 13,64, nilai tengah ialah 13, nilai minimal 7 dan nilai maksimal ialah 27.

Tabel. 5.5. Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember (n = 107)

Indeks Prestasi (IP)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	1	0,9
Memuaskan	58	54,2
Sangat memuaskan	28	26,2
<i>Cumlaude</i>	20	18,7
Total	107	100%

Tabel 5.6 Rata-rata Indeks Prestasi (IP)

Variabel	Mean	Median	Min-Max
IPK	3,24719	3,23800	2,524-3,929

Sumber: Data Primer, Oktober 2017

Berdasarkan tabel 5.5 indeks prestasi mahasiswa tahun pertama menunjukkan bahwa presentase tertinggi yaitu responden yang memiliki indeks prestasi memuaskan sebanyak 54,2% (58 responden), dan presentase terendah adalah indeks prestasi baik yaitu sebanyak 0,9% (1 responden). Sisanya sebanyak 26,2% (28 responden) dengan indeks prestasi sangat memuaskan. Sebanyak 18,7% (20 responden) dengan indeks prestasi *cumlaude*. Berdasarkan tabel 5.6 nilai rata-rata variabel IP ialah 3,2, nilai tengahnya ialah 3,2, nilai minimalnya 2,5 dan nilai maksimal 4.

Tabel. 5.7. Hubungan stress akademik dengan IP Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Keperawatan Universitas Jember (n = 107)

	IP	
Stres Akademik	r	-0,220
	p	0,023
	n	107

Sumber: Data Primer, Oktober 2017

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil penelitian dengan uji *Spearman Rank Test* didapatkan *p value* sebesar 0,023. Perbandingan dilakukan dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Penelitian saat ini didapatkan *p value* $\leq 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan tingkat stres dengan Indeks Prestasi mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Nilai *r* didapatkan $-0,220$ sehingga dapat disimpulkan bahwa dua variabel tidak searah yang berarti apabila stres menurun maka nilai IP meningkat.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat stres mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Jember mayoritas adalah tingkat stres normal yaitu sebanyak 66,1% (71 responden). Stres menurut Sarafino (2006) dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan oleh seorang individu dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu tersebut, sedangkan stres akademik

memiliki arti sebagai suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa tentang stresor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst dan Gregoire, 2004). Berdasarkan hasil penelitian juga diperoleh data bahwa tingkat stress mahasiswa di Fakultas Keperawatan pada semester pertama berada pada tingkat ringan sebanyak 18% (17 responden) dan berat sebanyak 0,9% (1 responden).

Stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan dapat ditimbulkan oleh Stimulus yang bisa berasal dari internal maupun eksternal (Potter & Pery, 2005). Stimulus internal yang umumnya muncul pada mahasiswa di tingkat pertama perkuliahan adalah kelelahan fisik. Berbedanya jadwal atau kurikulum antara pendidikan di sekolah menengah dengan sistem atau kurikulum yang berlaku di perkuliahan menuntut mahasiswa untuk mulai beradaptasi dengan jadwal perkuliahan yang lebih lama dan lebih menyita waktu sehingga menimbulkan kelelahan fisik yang mengakibatkan munculnya resiko stres secara internal didalam diri mahasiswa tersebut.

Sedangkan stimulus eksternal diakibatkan oleh Stresor eksternal yang dihadapi mahasiswa baik berupa stres akademik maupun non akademik. Stresor akademik meliputi manajemen waktu, tuntutan akademik, dan lingkungan akademik. Stresor tersebut dijabarkan dan diperoleh berupa tugas-tugas akademik, penurunan motivasi, ketidakadekuatan peran akademik, jadwal perkuliahan yang padat dan tidak jelas, serta kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah (Agolla dan Ongori, 2009 dalam Purwati, 2011).

Mahasiswa tahun pertama tentunya akan mengalami perubahan yang cukup signifikan di awal masa perkuliahan, mulai dari perubahan pola belajar, dan jam belajar yang jauh berbeda dengan masa Sekolah Menengah Atas. Hal tersebut tentunya menuntut mahasiswa tahun pertama untuk segera beradaptasi. Adanya tuntutan untuk memberikan prestasi yang optimal selama masa perkuliahan juga menyebabkan tingkat stres dari mahasiswa di tahun pertama menjadi tinggi. Munculnya stresor – stresor yang diinginkan maupun tidak sedikit banyak akan mempengaruhi tingkat stres dari mahasiswa tahun pertama.

Stresor yang timbul dapat berupa stresor akademis dan Stresor non-akademis. Stresor akademis meliputi manajemen waktu, tuntutan akademik, dan lingkungan akademik. Stresor tersebut dijabarkan dan diperoleh berupa tugas-tugas akademik, penurunan motivasi, ketidakadekuatan peran akademik, jadwal perkuliahan yang padat dan tidak jelas, serta kecemasan tidak mendapatkan pekerjaan setelah lulus kuliah (Agolla dan Ongori, 2009 dalam Purwati, 2011). Stresor non akademis berasal dari tekanan sosial yang dialami mahasiswa sehari-hari seperti permasalahan yang terkait dengan keluarga, misalnya karena tinggal terpisah dari keluarga, hal tersebut sesuai dengan data yang diperoleh saat penelitian bahwa sebagian besar mahasiswa tinggal secara terpisah oleh orang tua atau kos, sehingga mengakibatkan tingkat stress berat muncul pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

Hal tersebut bisa disebabkan oleh coping dari masing – masing individu yang berbeda. Stres yang muncul akan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa dan prestasi belajar selanjutnya akan mempengaruhi IP dari mahasiswa. Belajar

merupakan suatu proses biasanya mencakup tiga komponen yaitu input, proses dan output.

Input merupakan bagian awal pada saat proses pembelajaran yang biasanya terdiri dari mahasiswa, materi perkuliahan, sarana dan fasilitas perkuliahan, dosen, kurikulum, dan manajemen yang berlaku di perguruan tinggi tersebut. Selanjutnya, proses terdiri dari strategi perkuliahan, media instruksional, cara mengajar dosen, dan cara belajar mahasiswa. Bagian akhir ialah output yang merupakan hasil dari proses belajar yaitu prestasi (Nurhidayah, 2009).

Jika selama proses tersebut berjalan dengan baik dan masih tetap didukung oleh proses perkuliahan atau proses belajar yang cukup maka stres yang dialami mahasiswa tidak akan bertambah menjadi stres ringan atau sedang dan seterusnya. Dukungan dari dosen, serta segala pihak serta teman – teman sesama mahasiswa membuat respon individu terhadap stres menjadi berkurang, sehingga menempatkan jumlah dominan mahasiswa masih pada rentang stres normal. Hal tersebut membuktikan bahwasannya meskipun seseorang mengalami atau berada pada tahap stres, mereka memiliki koping yang berbeda-beda untuk menghadapi stresor.

Stres normal diartikan sebagai suatu hal yang dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Seperti dalam situasi kelelahan setelah mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, merasakan detak jantung berdetak lebih keras setelah aktivitas. Stres normal alamiah dan menjadi penting, karena setiap orang pasti pernah mengalami stres, bahkan sejak dalam kandungan (Crowford & Henry, 2003).

Mengelola atau mengendalikan stres dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menyesuaikan diri untuk menghadapi suatu tuntutan. Berdasarkan data yang didapatkan peneliti dari 107 responden, sebanyak 72% (77 responden) tinggal di kos. Mereka dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang jauh dari orang tua dan keluarga. Mereka jarang memiliki intensitas bertemu dengan keluarga namun dengan adanya teknologi saat ini seperti telepon, video call dan lainnya, jarak sejauh apapun kini menjadi dekat sehingga mahasiswa mampu menceritakan masalah yang dimiliki kepada keluarga untuk mencari solusi. Berdasarkan data yang didapatkan sebanyak 66% (71 responden) mengalami tingkat stres normal.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden mengalami stres ringan, sedang, dan berat. Hal tersebut dikarenakan oleh beberapa faktor, diantaranya faktor finansial, kurangnya pemahaman tentang materi yang disampaikan oleh dosen, kurangnya motivasi dari keluarga dan orang terdekat, sehingga terdapat beberapa mahasiswa mengalami kehilangan minat untuk meningkatkan wawasan. Faktor lain ialah kurangnya kemampuan manajemen waktu belajar atau membaca ulang materi kuliah di luar kampus. Mahasiswa memiliki kesibukan lain atau kesenangan lain yang lebih menarik perhatiannya sehingga mahasiswa tidak mampu membagi waktu dengan baik.

5.2.2 Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Hasil penelitian menunjukkan indeks prestasi mayoritas mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember adalah memuaskan dengan 54,2% (58 responden). Indeks Prestasi (IP) adalah nilai rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan mutu penyelesaian fakultas. Menurut Budiati (2014) IP adalah penilaian keberhasilan studi semester mahasiswa yang dilakukan pada tiap akhir semester.

Indeks Prestasi akademik adalah hasil pembelajaran yang diperoleh dari kegiatan belajar di sekolah atau perguruan tinggi yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian (Budiati, 2014). Indeks prestasi juga dapat diartikan sebagai hasil dari prestasi belajar yang diperoleh oleh mahasiswa. Prestasi belajar sendiri jika diartikan adalah tingkat kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam menerima, menolak dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan sesuatu dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau IP setiap mata kuliah setelah mengalami proses belajar mengajar yang diwujudkan dalam angka atau simbol.

Indeks Prestasi berdasarkan hasil penelitian membuktikan sebagian besar mahasiswa memiliki predikat memuaskan. Hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mendukung prestasi belajar sehingga menghasilkan IP dengan predikat memuaskan. Faktor yang mempengaruhi proses belajar tersebut meliputi faktor internal dan eksternal. Menurut Slameto (2003) dan Suryabrata

(2002) faktor internal meliputi kondisi fisiologis, kondisi psikologis, kondisi panca indera, intelegensi atau kecerdasan, bakat, dan motivasi, sedangkan faktor eksternal meliputi faktor lingkungan (lingkungan alami, dan lingkungan kelompok) dan faktor instrumental.

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan peneliti pada karakteristik umum, dimana pengaruh dari lingkungan sosial seperti keluarga juga sangat mempengaruhi dari hasil IP yang dimiliki mahasiswa. Sebagian besar responden yang tinggal di kos, yaitu 72% (77 responden) memiliki nilai indeks prestasi kumulatif yang baik. Tinggal bersama dengan teman sebaya dapat menjadi salah satu cara untuk mengelola stres. Karena dengan tinggal dan berbagi bersama teman sebaya ataupun orang lain yang dirasa nyaman dapat dijadikan salah satu cara untuk mengelola stres (Natsir dan Muhith, 2011)

Indeks Prestasi berdasarkan hasil penelitian membuktikan sebagian besar mahasiswa memiliki IP predikat memuaskan. Hal tersebut tentunya dipengaruhi juga oleh tingkat stres yang dialami oleh responden. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat stres paling dominan terletak pada tingkat normal, dimana tingkat stres ini dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Adanya perubahan dalam segi lingkungan dan cara belajar menjadikan mahasiswa pada semester pertama memiliki beban yang cukup untuk menimbulkan stres bagi dirinya.

Adanya pengenalan kehidupan kampus juga penjelasan terkait proses belajar mengajar serta strategi – strategi yang harus digunakan pada mahasiswa

semester pertama dapat membantu mahasiswa semester pertama mengatasi perubahan proses belajar dan mengurangi stres yang dialami.

5.2.3 Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Hasil penelitian menunjukkan *p value* sebesar 0,023. Perbandingan dilakukan dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Dalam penelitian ini didapatkan $p\ value \leq 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan tingkat stres dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

Menurut Santrock (2012), stres merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stresor) yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (koping). Stres adalah realitas kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari, disebabkan oleh perubahan yang memerlukan penyesuaian. Sarafino mendefinisikan stres sebagai kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dari sistem-sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang.

Stres akademik muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan stres ini meningkat setiap tahunnya seiring dengan tuntutan terhadap anak yang berbakat dan berprestasi yang tidak pernah berhenti. Baumel dalam Wulandari (2011)

menyatakan bahwa stres akademik merupakan stres yang disebabkan oleh stresor akademik, yaitu yang bersumber dari proses belajar mengajar atau yang berhubungan dengan kegiatan belajar yang meliputi lama belajar, banyak tugas, birokrasi, mendapatkan beasiswa, keputusan menentukan jurusan, dan karir serta kecemasan ujian dan manajemen waktu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa stres di bidang akademik adalah respon individu akibat kesenjangan antara tuntutan lingkungan terhadap prestasi akademik dengan kemampuan untuk mencapainya sehingga situasi tersebut mengakibatkan perubahan respon dalam diri individu tersebut, baik secara fisik maupun psikologis. Stres timbul ketika ada beban pada seseorang yang melebihi kemampuan mereka. Jika stres berat dan berlangsung lama, hal ini dapat menurunkan prestasi akademik, penghalang dari kemampuan siswa untuk melibatkan diri dan menyambung pada kehidupan kampus, dan kenaikan kemungkinan dari penyalahgunaan hakekat dan perilaku yang berpotensi destruktif lainnya.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Usman (2010) yang menyatakan terdapat hubungan antara stres dengan indeks prestasi mahasiswa yang ditunjukkan dengan nilai *p value* 0,00 ($p = 0,00$). Hal tersebut menunjukkan bahwa stress dengan indeks prestasi mahasiswa memiliki hubungan bermakna.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Mustaqim (2008), belajar lebih banyak berhubungan dengan aktifitas jiwa, dengan kata lain faktor-faktor psikis memang memiliki peran yang sangat menentukan dalam proses belajar dan hasilnya. Perasaan, emosi dan suasana hati sangat

menentukan. Dalam keadaan stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan perbuatan belajar tetapi perasaan dengan intensitas sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, stres, putus asa atau sangat gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi yang dicapai.



BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini akan menguraikan tentang kesimpulan dan saran penelitian, tentang Hubungan Stres Akademik Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

6.1 Kesimpulan

- 6.1.1 Distribusi tingkat stres mahasiswa tahun pertama menunjukkan bahwa persentase tertinggi ialah tingkat stres normal sebanyak 66% (71 responden), dan nilai rata-ratanya ialah 13,64;
- 6.1.2 Indeks Prestasi (IP) mahasiswa tahun pertama menunjukkan bahwa persentase tertinggi ialah Indeks Prestasi Kumulatif dengan nilai memuaskan sebanyak 54,2% (58 responden), dan nilai rata-ratanya ialah 3,247.
- 6.1.3 Hasil penelitian dengan uji *Spearman Rank Test* didapatkan *p value* sebesar 0,023. Perbandingan dilakukan dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Penelitian saat ini didapatkan *p value* $\leq 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan tingkat stress dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmu pengetahuan para pembaca atau sebagai evaluasi mengenai hubungan stres

akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Institusi diharapkan mengadakan kegiatan konseling pada mahasiswa untuk mengurangi stres.

6.2.2 Bagi Mahasiswa

Mahasiswa tahun pertama diharapkan mampu beradaptasi dengan lingkungan baru dan stressor yang ada, misalnya konseling dengan DPA atau berbagi cerita dengan teman sebaya.

6.2.3 Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa dalam proses pembelajaran selama di Perguruan Tinggi khususnya di Fakultas Keperawatan Universitas Jember sehingga dapat menurunkan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, N. 2007. *Handling Study Stress: Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak-Anak Anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Agolla, J. & Ongori, H. 2009. *An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana*. *Educational Research and Review*, Vol. 4 (2), pp. 063-070.
- Aiken, L. & Groth-Marnat, G. 2006. *Psychological testing and assessment, 12th edition*. USA: Pearson Education Group, Inc.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Asmawi, M. 2005. *Strategi Meningkatkan Lulusan Bermutu di Perguruan Tinggi*. *Jurnal Sosial Humaniora*, Vol. 9, No. 2.
- Bowman, N. 2010. *The Development of Psychological well-being Among First-year College Students*. *Journal of College Student Development*, Vol 51, pp. 180.
- Budiarti, R. 2014. *Pengaruh Lingkungan Sekolah dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap prestasi Belajar Ekonomi Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Sukoharjo tahun ajaran 2013/2014*. Surakarta.
- Bordbar, et al. 2011. *Comparing the Psychological well-being level of the students of Shiraz Payame Noor University in view of demographic and academic performance variables*.
- Crawford, JR & Henry, JD. 2003. *The Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample*. *British Journal of Clinical Psychology* (2003), 42, 111-113. <http://www.serene.me.uk/docs/asseass/dass-21.pdf>.
- Daely K., et al. 2013. *Analisis Stastik Faktor-faktor yang mempengaruhi Indeks Prestasi Mahasiswa*.
- Elias, et al. 2011. *Stress and Academic Achievement among Undergraduate Students in University Putra Malaysia*. *Procedia-Social and Behavioral*

Sciences. Vol 29, pp. 646 – 655.

FPSI UGM. 2013. <http://psikologi.ugm.ac.id/>. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Furlong, et all. 2000. *Research Methods andStatistic*. California: Wadsworth Thompson Learning.

Giancolla, et all. 2009. *Dealing With the Stress ofCollege :AModel for Adult Students*. *Education Quarterly* .Vol 59 No.3,pp.246-263.

Gan Hu dan Zhang. 2010. *Proactive and Preventive coping inadjustment to college*. *The Psychological Record*,Vol 60,pp. 643–658.

Govaerst, S. & Gregoire, J. 2004. *Stressfull academic situations: Study on appraisil variabels in adolescence*. *British Journal of Clinical Psychology*,. 54, 261-271.

Gravetter,F., & Forzano,L. 2006. *Research Methods for the Behavioral Science*. California: Thomson Wardsworth

Gunarsa, S., & Gunarsa, Y. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak dan. Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Gusniarti, U. 2002. *Hubungan antara Persepsi Siswa terhadap Tuntutan dan Harapan Sekolah dengan Derajat Stres Siswa Sekolah Plus*. *Jurnal Psikologika No 13 Tahun VII 2002*. Universitas Islam Indonesia.

Hamaideh. 2011. *Stressors and Reactions to Stressors Among University Students*. *International Journal of Psychiatry*.

Hartaji, D. 2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang tua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

International Students Attending U.S. Universities. *research in Higher Education*, Vol. 33, No. 5 , pp. 607-623 (1995).

Isaac & Michael. 1981. *Model CIPP*. www.google.com

Kumar, R. 1996. *Research methodology a step-by-step Guide forBeginners*.

London: Sage Publications Ltd.

Kaplan, R. & Saccuzzo, D. 2005. *Psychological testing: principles applications, and issues* (6th ed.). Belmont (CA): Wadsworth.

Kardivan,P, et all. 2011. *Surveyon Relationship Between Goal Orientation and Learning Strategies with Academic Stress in University Students*. Pediatric-Social and Behavioral Sciences. Vol 30, pp.453-456.

Keady,T. 2005. *Academic stress and sex differences in a technical college*.ProQuest Dissertations and Theses; ProQuest Dissertations & Theses (PQDT).

Keyes, C.1995. *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. Journal of Personality and Social Psychology, Vol.69, No.4, 719–727.

Krohne, H. 2002. *Stress and Coping Theories*. Johannes Gutenberg-Universität Mainz Germany

Lazarus, R, &Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.

Lovibond, S., & Lovibond, P. 1995. *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. The Psychology Foundation of Australia Inc.

Melida,I. 2011. *Hubungan antara Psychological well-being dan Religious Coping pada Lansia*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Misra,R., & Castillo, L. 2004. *Academic Stress Among College Students: Comparison of American and International Students*. International Journal of Stress Management, Vol 11 No 2, pp.132-148.

Misra,R., et all. 2003. *Academic Stressors, and Reactions to Stressors of International Students in the United States*. International Journal of Stress Management, Vol. 10 No. 2, pp. 137–157.

Murff, S. 2005. *The Impact of Stress on Academic Success in College Students*. ABNF Journal; ProQuest, pp.102.

Nasir, A &Abdul, M. 2011. *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa, Pengantar dan*

Teori. Jakarta: Salemba Medika.

Nurhidayah, R. 2009. *Pendidikan Keperawatan*. Medan: USU Press.

Nursalam. 2013. *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Nursalam. 2014. *Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta

Papalia, et all. 2009. *Human Development* (11th Ed).New York : McGraw-Hill.
Pedoman Pendidikan Universitas Jember, 2014.

Potter & Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta : EGC.

Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 57(6), 99-104.

Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 57(6), 99-104.

Ryan, R. & Decy, E. 2001. *On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being*. Annual Review of Psychology, 52, 141-166.

Ryff, C. 1989. *Happiness Is Everything or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well Being*. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 57, No.6,1069-1081.

Sarafino, E. 2006. Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Fifth Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.69, No.4, 719–727.

Santrock,J. 1995. *Life-Span development; Perkembangan Masa Hidup Jilid II*. Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. 2002. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (edisi kelima)

- Sarwono, S. 1978. *Perbedaan Antara Pemimpin dan Aktivistis dalam Gerakan Protes Mahasiswa*. Suatu Studi Psikologi Sosial. Disertasi. Jakarta: Pasca Sarjana Universitas Indonesia.
- Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Siswoyo, et all. 2007. *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press; TIM Dosen PPB FIP UNY. 2000. *Bimbingan Konseling Sekolah Menengah*.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Steinberg, L. 2002. *Adolescence* (6th Ed). New York: McGraw-Hill. Tajjali P, Sobhi.A, dan Ganbaripanah,A.(2010). *The relationship between dailyhassles and social support on mental health of university students. Procedia Social and Behavioral Sciences* 5,pp.99–103.
- Steinberg, L. 1999. *Adolescence*, 5th Ed.McGraw-Hill: America.Yusuf, Syamsu. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*.
- Steinberg,L. 2002. *Adolescence* (6th Ed). New York: McGraw-Hill.Tajjali,P.,Sobhi.A.,dan Ganbaripanah,A.(2010). *The relationship between dailyhassles and social support on mental health of university students. Procedia Social and Behavioral Sciences* 5,pp.99–103.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata. 2002. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Zeidner, M. 1992. *Sources of Academic Stress: The Case of First Year Jewish and Arab College Students in Israel. Higher Education*, Vol. 24, No. 1,pp. 25-4.



LAMPIRAN

Lampiran A. Lembar *Informed Consent***A.1 Surat Permohonan Menjadi Responden****PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dita Oktaviana Mentari

NIM : 112310101039

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Perumahan Tidar Cluster Blok F11

Bermaksud akan mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP) Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember”. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi anda sebagai responden. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Jika anda tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada ancaman bagi anda. Jika anda bersedia menjadi responden, maka saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan yang saya lampirkan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang saya sertakan. Atas perhatian dan kesediaannya menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Dita Oktaviana Mentari

NIM 112310101039

A.2 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Kode Responden:

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Inisial :

Umur : tahun

Kelas :

menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian dari :

Nama : Dita Oktaviana Mentari

NIM : 112310101039

Program studi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Judul : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP) Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada responden. Peneliti sudah memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian yaitu untuk menganalisis hubungan stres akademik dengan Indeks Prestasi (IP) akademik mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Saya telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai hal yang belum dimengerti dan saya telah mendapatkan jawaban dengan jelas. Peneliti akan menjaga kerahasiaan jawaban dan pertanyaan yang sudah saya berikan.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini serta bersedia menjawab semua pertanyaan dengan sadar dan sebenar-benarnya.

Jember, Oktober 2017

(.....)

Tanda tangan

Lampiran B. Lembar Kuesioner**B.1 Lembar Karakteristik Responden**

Kode Responden:

LEMBAR KUESIONER**Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP)
Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas
Jember****KARAKTERISTIK RESPONDEN**

Pilihlah dan isi sesuai keadaan anda dengan cara mengisi langsung atau conteng (✓) pada setiap jawaban.

1. Inisial :
2. Umur : tahun
3. Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan *)
4. Kelas :
5. Indeks Prestasi (IP) :
- Asal Sekolah : SMA
 SMK
 MA
6. Status Tempat Tinggal Saat ini : Rumah
 Kos/Kontrak
 Pondok Pesantren/asrama
7. Fakultas Keperawatan Universitas Jember pilihan ke :
 Pertama
 Kedua
 Ketiga

B.2 Lembar Petunjuk Pengisian Kuesioner

KUESIONER STRES AKADEMIK

Informasi ini akan dirahasiakan, oleh karena itu mohon diisi sesuai dengan keadaan sebenarnya. Terima kasih

Petunjuk Pengisian Kuesioner

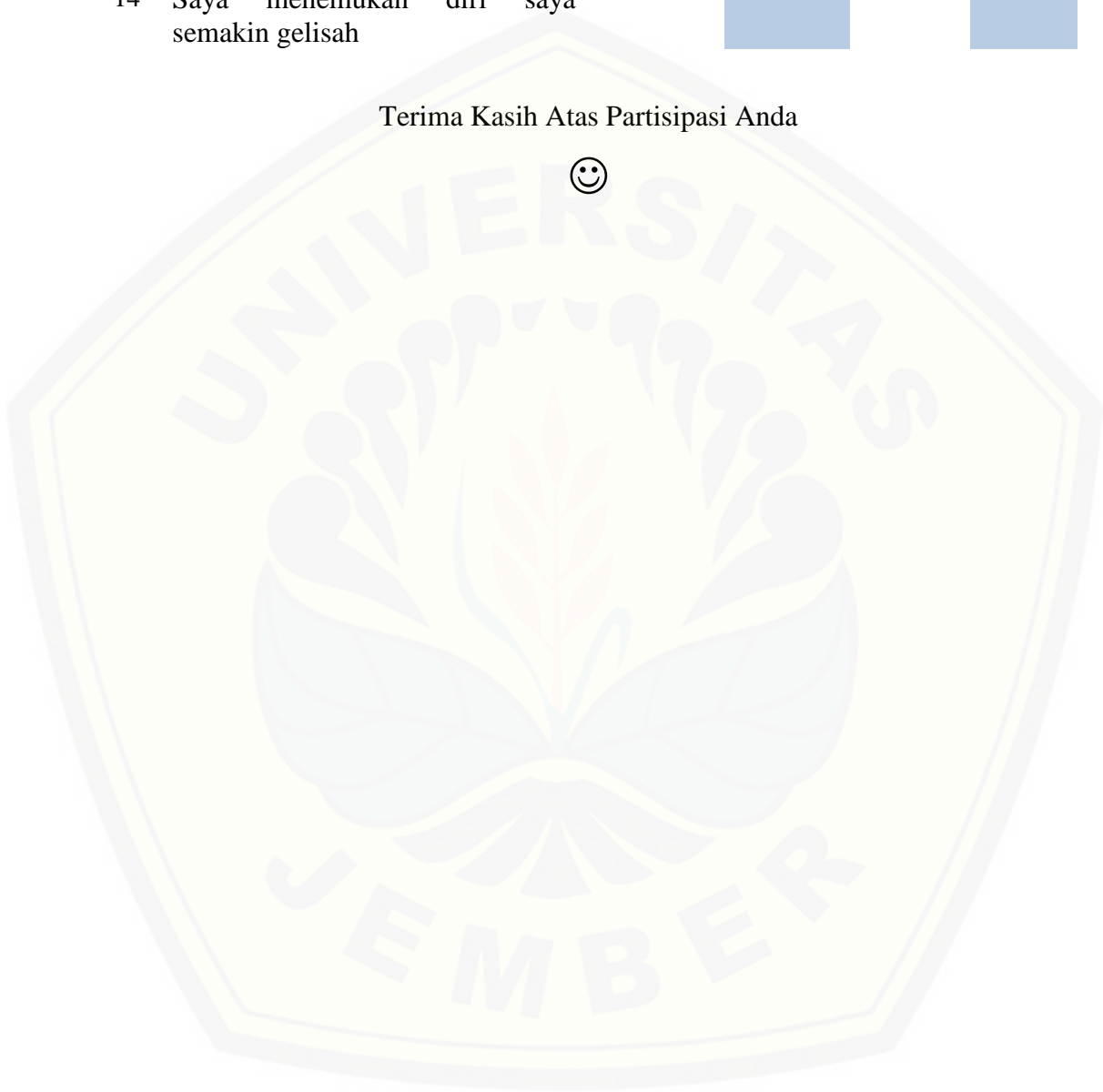
1. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan. Kemudian jawablah sesuai dengan keadaan anda yang sesungguhnya. Apabila terdapat pernyataan yang tidak dimengerti harap menanyakan kepada pihak kami.
2. Jawablah pertanyaan dibawah ini yang menunjukkan tingkat stres yang anda alami:
 - 1) TP = Tidak Pernah
 - 2) K = Kadang-kadang
 - 3) S = Sering
 - 4) SS = Selalu
3. Pilihlah 1 (satu) dari 4 (empat) jawaban yang tersedia dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.
4. Tidak ada jawaban yang salah atau benar.
5. Sebaiknya jangan menghabiskan terlalu banyak waktu hanya pada salah satu pernyataan, segera berikan jawaban yang menggambarkan perasaan atau kondisi Anda dalam waktu seminggu terakhir.

B3. Lembar Kuesioner Tingkat Stres Akademik**Kuesioner Stres Akademik**

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang	Sering	Selalu
1	Saya menemukan diri saya mudah marah dengan hal-hal yang sepele				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap kondisi / situasi yang tidak sesuai harapan saya				
3	Saya menemukan bahwa diri saya sulit untuk bersantai				
4	Saya lebih mudah marah dibanding teman-teman saya				
5	saya merasa bahwa saya telah menggunakan banyak energi untuk berpikir dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan				
6	Saya cenderung tidak sabaran terhadap sesuatu yang ditunda-tunda (dosen yang datang tidak tepat waktu atau telat / menunggu)				
7	Saya mudah tersinggung terhadap lelucon yang disampaikan dosen yang mengarah pada latar belakang mahasiswa (mislanya suku atau tingkat ekonomi)				
8	Saya merasa sulit untuk berhati-hati dalam melakukan sesuatu				
9	Saya merasa diri saya adalah orang yang pemurah				
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu yang membuat saya sedih				
11	Saya sulit mentolerir adanya kesalahan terhadap hasil pekerjaan yang saya lakukan				
12	Saya menyadari bahwa diri saya dalam keadaan ketegangan saraf (memiliki emosi yang tinggi)				

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang	Sering	Selalu
13	Saya tidak toleran terhadap kebisingan atau suara gaduh saat diskusi kelompok		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Saya menemukan diri saya semakin gelisah		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Terima Kasih Atas Partisipasi Anda



Lampiran C. Hasil Analisis Data**HASIL DAN ANALISIS DATA****C.1 Analisis Univariat****C.1.1 Data Deskriptif Karakteristik Responden**

usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 17	7	6,5	6,5	6,5
18	58	54,2	54,2	60,7
19	41	38,3	38,3	99,1
20	1	,9	,9	100,0
Total	107	100,0	100,0	

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	16	15,0	15,0	15,0
perempuan	91	85,0	85,0	100,0
Total	107	100,0	100,0	

tempattinggal

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rumah	27	25,2	25,2	25,2
Kos	77	72,0	72,0	97,2
asrama/pesantren	3	2,8	2,8	100,0
Total	107	100,0	100,0	

asalsekolah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	smu	96	89,7	89,7	89,7
	smk	4	3,7	3,7	93,5
	MA	7	6,5	6,5	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

penjurusan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	pertama	63	58,9	58,9	58,9
	kedua	28	26,2	26,2	85,0
	ketiga	16	15,0	15,0	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
IP	Mean	3,24719	,025805	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3,19603	
		Upper Bound	3,29835	
	5% Trimmed Mean	3,24265		
	Median	3,23800		
	Variance	,071		
	Std. Deviation	,266931		
	Minimum	2,524		
	Maximum	3,929		
	Range	1,405		
	Interquartile Range	,381		
	Skewness	,267	,234	
	Kurtosis	-,106	,463	
	Stress	Mean	13,64	,416
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	12,81	

	Mean	Upper Bound	14,46	
	5% Trimmed Mean		13,43	
	Median		13,00	
	Variance		18,498	
	Std. Deviation		4,301	
	Minimum		7	
	Maximum		27	
	Range		20	
	Interquartile Range		7	
	Skewness		,742	,234
	Kurtosis		,056	,463
usia	Mean		18,34	,059
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	18,22	
	Mean	Upper Bound	18,45	
	5% Trimmed Mean		18,36	
	Median		18,00	
	Variance		,376	
	Std. Deviation		,613	
	Minimum		17	
	Maximum		20	
	Range		3	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		-,097	,234
	Kurtosis		-,360	,463

kategoristres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	normal	71	66,4	66,4	66,4
	ringan	18	16,8	16,8	83,2
	sedang	17	15,9	15,9	99,1
	berat	1	,9	,9	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

		kategori IP			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	1	,9	,9	,9
	memuaskan	58	54,2	54,2	55,1
	sangat memuaskan	28	26,2	26,2	81,3
	Cumlaude	20	18,7	18,7	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

C.2 Analisis Bivariat

C.2.1 Hasil korelasi stres akademik dengan IP

		Correlations		
			IPK	Stress
Spearman's rho	IPK	Correlation Coefficient	1,000	-,220*
		Sig. (2-tailed)	.	,023
		N	107	107
	Stress	Correlation Coefficient	-,220*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,023	.
		N	107	107

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

Lampiran D. Dokumentasi Penelitian

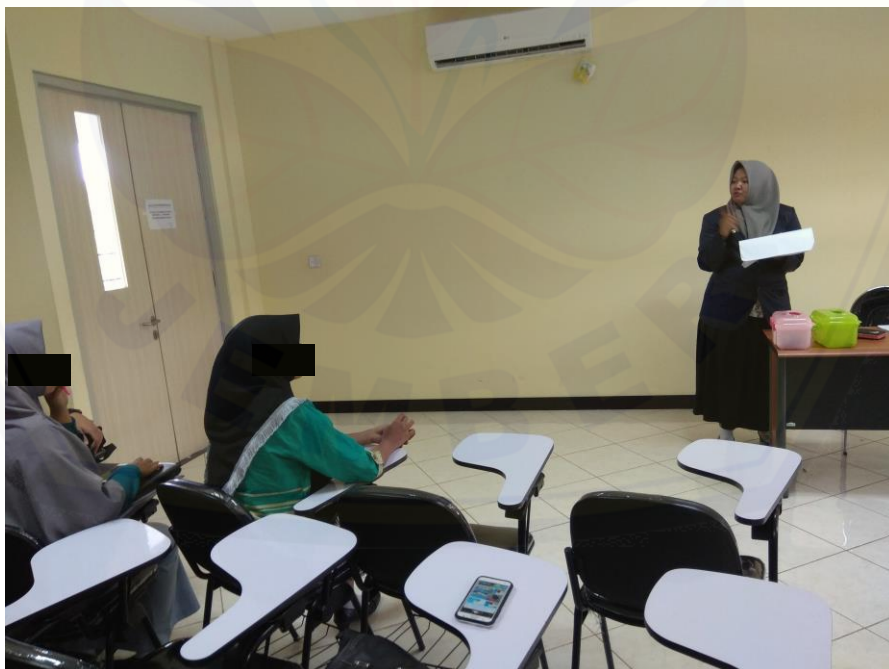
Gambar 1. Kegiatan Pengisian Kuesioner pada mahasiswa keperawatan Universitas Jember tahun akademik tahun pertama yang dilakukan oleh Dita Oktaviana Mentari di Fakultas Keperawatan Universitas Jember



Gambar 2. Kegiatan Pengisian Kuesioner pada mahasiswa keperawatan Universitas Jember tahun akademik tahun pertama yang dilakukan oleh Dita Oktaviana Mentari di Fakultas Keperawatan Universitas Jember




Gambar 3. Kegiatan Pengisian Kuesioner pada mahasiswa keperawatan Universitas Jember tahun akademik tahun pertama yang dilakukan oleh Dita Oktaviana Mentari di Fakultas Keperawatan Universitas Jember



Gambar 4. Kegiatan Pengisian Kuesioner pada mahasiswa keperawatan Universitas Jember tahun akademik tahun pertama yang dilakukan oleh Dita Oktaviana Mentari di Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Lampiran E. Surat Ijin Studi Pendahuluan

**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

Nomor : 0960 /UN25.1.14/SP/2017 Jember, 6 Maret 2017
Lampiran : -
Perihal : Ijin Melaksanakan Studi Pendahuluan

Yth. Ketua PSIK
Universitas Jember

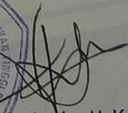

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir/skripsi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember berikut :


nama : Dita Oktaviana Mentari
N I M : 112310101039
keperluan : Ijin Melaksanakan Studi Pendahuluan
judul penelitian : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP) Akademik pada Mahasiswa Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
lokasi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
waktu : satu bulan

mohon bantuan Saudara untuk memberi ijin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk melaksanakan studi pendahuluan sesuai dengan judul di atas.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Sekretaris I,


Ns. Wantiyah, M.Kep
NIP. 19810712 200604 2 001

Lampiran F. Surat Selesai Studi Pendahuluan

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

SURAT KETERANGAN HASIL STUDI PENDAHULUAN
Nomor : 1516/UN25.1.14/SP/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Wantiyah, M.Kep
NIP : 198107122006042001
Jabatan : Sekretaris I


Menerangkan bahwa mahasiswa berikut ini :

Nama : Dita Oktaviana Mentari
NIM : 112310101039
Judul : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi (IP) Akademik Mahasiswa Keperawatan Tahun Angkatan 2016 di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember


Telah melaksanakan Studi Pendahuluan pada tanggal 6 Maret 2017 sampai 6 April 2017. Adapun hasil studi pendahuluan sebagai berikut :

Berdasarkan data dari bagian akademik PSIK Universitas Jember di dapatkan data jumlah mahasiswa reguler angkatan 2016 berjumlah 286 mahasiswa yang terbagi menjadi 6 kelas (kelas A, B, C, D, E, dan F). Kelas A diperoleh data dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 33 mahasiswa (73,3%), IP $< 3,00$ sebanyak 15 mahasiswa (26,7%). Kelas B dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 30 mahasiswa (61,2%), IP $< 3,00$ sebanyak 19 mahasiswa (38,8%). Kelas C dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 35 mahasiswa (71,4%), IP $< 3,00$ sebanyak 14 mahasiswa (28,6%). Kelas D dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 39 mahasiswa (79,6%), IP $< 3,00$ sebanyak 10 mahasiswa (20,4%). Kelas E dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 30 mahasiswa (69,8%), IP $< 3,00$ sebanyak 13 mahasiswa (30,2%). Kelas F dengan IP $\geq 3,00$ sebanyak 35 mahasiswa (65,8%), IP $< 3,00$ sebanyak 13 mahasiswa (34,2%). Mahasiswa Keseluruhan dari angkatan 2016 yang memperoleh IP $\geq 3,00$ yaitu sebanyak 202 mahasiswa (70,6%) dan mahasiswa yang mendapat IP $\geq 3,00$ sebanyak 84 mahasiswa (29,4%).

Demikian surat keterangan hasil studi pendahuluan ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 11 April 2017
Sekretaris

Ns. Wantiyah, M.Kep
NIP 19810712 200604 2 001

Lampiran G. Surat Ijin Uji Validitas dan Reliabilitas

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

Nomor : 2886/UN25.1.14/SP/2017 Jember, 10 Agustus 2017

Lampiran : -

Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan
Uji Validitas

Yth. Ketua PSIK
Universitas Jember


Dengan hormat,


Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir/skripsi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember berikut :

nama : Dita Oktaviana Mentari
N I M : 112310101039
keperluan : Ijin Melaksanakan Uji Validitas
judul penelitian : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Tahun Pertama di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
lokasi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
waktu : satu bulan


mohon bantuan saudara untuk memberi ijin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk melaksanakan uji validitas sesuai dengan judul di atas.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Sekretaris I,

Ns. Wahnyah, M. Kep
NIP. 19810712 200604 2 001



Lampiran H. Surat selesai Uji Validitas dan Reliabilitas

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

Nomor : 2886/UN25.1.14/SP/2017 Jember, 10 Agustus 2017

Lampiran : -

Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan
Uji Validitas

Yth. Ketua PSIK
Universitas Jember


Dengan hormat,


Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir/skripsi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember berikut :

nama : Dita Oktaviana Mentari
N I M : 112310101039
keperluan : Ijin Melaksanakan Uji Validitas
judul penelitian : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Tahun Pertama di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
lokasi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
waktu : satu bulan

mohon bantuan saudara untuk memberi ijin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk melaksanakan uji validitas sesuai dengan judul di atas.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Sekretaris I,

Ns. Wantiyah, M.Kep
NIP. 19810712 200604 2 001



Lampiran I. Surat Ijin Penelitian

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

Nomor : 3864/UN25.1.14/LT/2017 Jember, 18 Oktober 2017
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian

Yth. Ketua PSIK
Universitas Jember

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir/skripsi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember berikut :

nama : Dita Oktaviana Mentari
N I M : 112310101039
keperluan : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian
Judul penelitian : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Awal di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
lokasi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
waktu : satu bulan

mohon bantuan Saudara untuk memberi ijin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk melaksanakan penelitian sesuai dengan judul di atas.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.


Sekretaris I,
Ns. Wantiyah, M. Kep
NIP. 19810712 200604 2 001

Lampiran J. Surat Selesai Penelitian

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN
Nomor : 286/UN25.1.14/LT/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Wantiyah, M.Kep
N I P : 19810712 200604 2 001
Jabatan : Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni.

menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Dita Oktaviana Mentari
N I M : 112310101039
Judul Penelitian : Hubungan Stres Akademik dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Waktu : 18 Oktober - 18 November 2017
D P U : Ns. Retno Purwandari, M.Kep
D P A : Ns. Ahmad Rifa'i, M.S

telah melaksanakan *penelitian* di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 17 Januari 2018
Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan, dan Alumni,


Ns. Wantiyah, M.Kep
NIP 19810712 200604 2 001

Lampiran K. Lembar Bimbingan DPU

**KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER**

Nama mahasiswa : Dita Oktavia Montari
NIM : 112310101039
Judul Skripsi :

DPU:

Tanggal	Aktivitas	Rekomendasi	TTD
Selasa, 28 Februari	Judul skrip		β
10/3/2017 Jumat	Acc Judul		β
08 Mei 16	DAB 1 & 2	- Stipen - DAB 2 diperbaiki tata tulis	β-
5/6/2016		- Referensi ditambak	
16/6/2016		Revisi Bab 3	β
20/06/2016		Revisi bab 3 dan 4	β




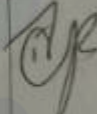


3/2/2023	Kerangka kerja 1.2.2.2.2.2	/
18/2/2023	<ul style="list-style-type: none"> - Apa Supaya - Pembaca' dapat menyimpulkan hasilnya - Logika & Matriks Pengaji & : Mr. Gni w 	R
BAB 5	Kerangka kerangka hasil	f
BAB 5 a b	Kerangka kerangka	f
BAB 5 a b	Kerangka kerangka diber variabel	f
BAB 5 a b	Kerangka kerangka diber variabel	f

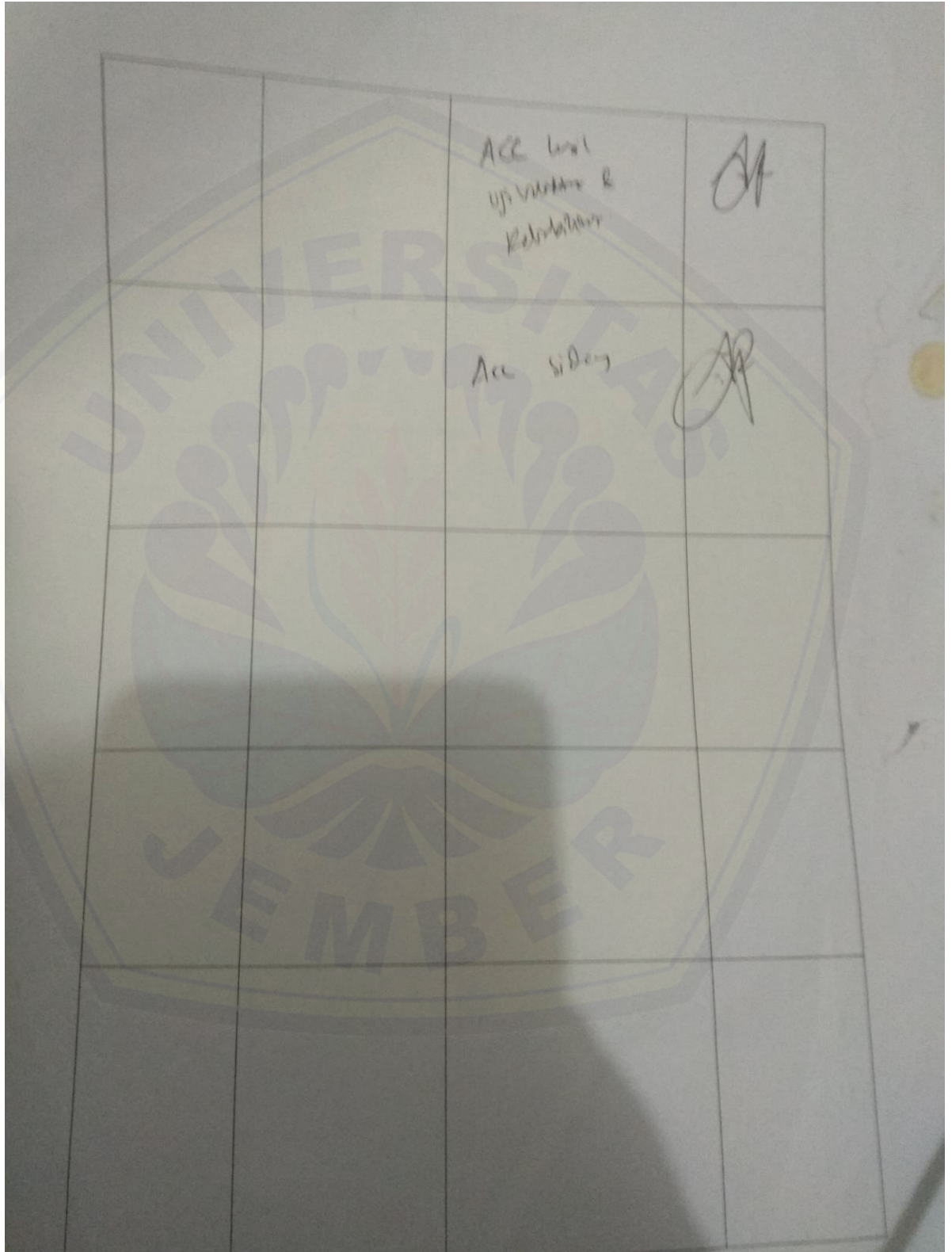
Lampiran L. Lembar Bimbingan DPA

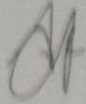
**KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER**

Nama mahasiswa : DITA OKTAVIANA MENTARI
 NIM : 112310101039
 Judul Skripsi :

DPA:

Tanggal	Aktivitas	Rekomendasi	TTD
Selasa, 28 Februari 2016		- Koreksi sub bab Judul skripsi	
Jumat, 10/3/2017		- Perbaiki Bab I, 3.9. - Periksa lagi permasalahan risiko yg akan diteliti	
Senin, 5/6/2017		- Perbaiki Bab A! samping, - kesimpulan,	
Selasa, 6/6/2017		- Perbaiki teknik sampling - Sebutkan kuesionernya	
Jumat 9/6/2017		- Perbaiki Sampel. - Periksa lagi uji statistik, analisis, & kesimpulan.	
Jumat 16/6/2017		- ACC sampul	



		ACC level Uji Mutu & Revisi	
		Acc sidang	