

**TINGKAT *STRESS* MAHASISWA DALAM MELAKSANAKAN
PROGRAM KAMPUS MENGAJAR**

KARYA TULIS ILMIAH

*diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar ahli madya
keperawatan pada jenjang pendidikan diploma III keperawatan*



Disusun Oleh

MILA SITI SYAMROTUL FU'ADAH

2007724

PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

KAMPUS UPI DI SUMEDANG

2023

***STRESS MAHASISWA UPI DALAM MELAKSANAKAN PROGRAM
KAMPUS MENGAJAR***

Oleh

Mila Siti Syamrotul Fuadah

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Ahli Madya D III Keperawatan Kampus Universitas
Pendidikan Indonesia Daerah Sumedang

© Mila Siti Syamrotul Fuadah 2023

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2023

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan
dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya

tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Mila Siti Syamrotul Fuadah dengan NIM 2007724 yang berjudul “Tingkat *Stress* Mahasiswa Dalam Melaksanakan Program Kampus Mengajar” , telah dipertahankan di depan dewan penguji Prodi D-III Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal 29 Mei 2023.

Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ir. Diding Kelana, S. MM. Kes

NIP 196606241995.31002

Penguji Anggota I



Reni Nuryani, M. Kep., Ns. Sp. Kep. J

NIP. 198012102008012008

Penguji Anggota II




Sri Wulan Lindasari, M. Kep., Ners

NIP. 920200119800831201

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Dewi Dolifah, M. Kep., Ners

NIP 19750120200032001

TINGKAT *STRESS* MAHASISWA DALAM MELAKSANAKAN PROGRAM KAMPUS MENGAJAR

Mila Siti Syamrotul Fuadah¹ , Reni Nuryani² , Sri Wulan Lindasari³

¹Mahasiswa Prodi Keperawatan, ²Universitas Pendidikan Indonesia, ³Dosen Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Program kampus mengajar memberikan kontribusi yang nyata dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran yakni berpusat pada mahasiswa yang sangat esensial, terdapat pembelajaran yang mengharuskan mahasiswa tersebut untuk melakukan riset yakni para mahasiswa dituntut untuk melaksanakan progres program kampus mengajar dalam jangka waktu cepat, tentunya dapat mengganggu kondisi psikologis para mahasiswa seperti kekhawatiran yang berlebih dapat menyebabkan terjadinya gejala stres, maka dari itu perlunya mengetahui *stressor* yang dapat mengakibatkan mahasiswa tersebut dikatakan mengalami stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa dalam melaksanakan program kampus mengajar. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan pada mahasiswa/i Prodi S1 PGSD Universitas Pendidikan Indonesia dengan teknik *simple random sampling* dan menghasilkan sampel sebanyak 122 orang. Pengumpulan data memakai instrumen kuesioner (PSS-10) untuk mengukur tingkat stres mahasiswa. Proses analisis data penelitian dengan Aplikasi Excel for windows versi 10. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh dari responden (79%) dalam kategori sedang. Kesimpulannya program kampus mengajar dapat menyebabkan stres pada para mahasiswa yang sedang melaksanakan program kampus mengajar pada tahun 2023.

Kata Kunci : tingkat stres, mahasiswa, kampus mengajar

STRESS LEVELS OF STUDENTS CONDUCTING CAMPUS TEACHING PROGRAMS

Mila Siti Syamrotul Fuadah¹ , Reni Nuryani² , Sri Wulan Lindsari³

*¹Student of Nurshing Study Program, ²Universitas Pendidikan Indonesia,
³Nurshing Lecturer of Indonesian University of Education*

ABSTRACT

The student conducting campus teaching programs makes a real contribution in implementation of learning activities that are student-centered which is very essential, there is learning that requires these students to conduct research, namely students are required to carry out the progress of the teaching campus program in a short period of time, of course it can disrupt psychological conditions of students such as excessive worry can cause symptoms of stress, therefore it is necessary to know the stressors that can cause these students to be said to experience stress. The purpose of this study was to determine the stress level of students in implementing campus teaching programs. The type of research used is quantitative descriptive research. The research was conducted on students of the Indonesian Education University PGSD S1 Study Program using a simple random sampling technique with the total sampling technique and after being analyzed using the slovin formula, it produces of of 122 people. Data collection used a questionnaire instrument (PSS-10) to measure student stress levels. The process of analyzing research data was using the Excel application for windows version 10. The results showed that almost all of the respondents, 79%, were in the medium category. In conclusion, the teaching campus program can cause stress for students who are implementing the teaching campus program in 2023.

Keywords: stress level, student, teaching campus.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN HAK CIPTA	ii
HALAMAN PENYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Khusus.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
2.1 Konsep Program Kampus Mengajar	7
2.2.1 Definisi Program Kampus Mengajar.....	7
2.2 Program Kerja Kampus Mengajar	7
2.3 Konsep <i>Stress</i>.....	10
2.3.1 Definisi <i>Stress</i>	10
2.3.2 Penyebab <i>Stress</i>	10
2.3.3 Jenis-Jenis <i>Stress</i>	10
2.3.4 Tahapan <i>Stress</i>	14
2.3.5 Efek <i>Stress</i>	15
2.3.6 Faktor-Faktor Penyebab <i>Stress</i>	17
2.3.7 Fisiologis <i>Stress</i>	19
2.3.8 Tingkatan <i>Stres</i>	20
2.4 Mahasiswa	21
2.4.1 Definisi Mahasiswa	21

2.4.2 Ciri-Ciri Mahasiswa	22
2.4.3 Peranan Mahasiswa	22
2.5 Kerangka Teori	24
2.6 Kerangka Konsep.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Metode Penelitian	26
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.3 Subyek Penelitian	26
3.3.1 Populasi Penelitian	26
3.3.2 Sampel Penelitian	26
3.4 Definisi Operasional.....	28
3.5 Instrumen Penelitian	28
3.6 Prosedur Penelitian	29
3.6.1 Pengolahan Data	30
3.6.2 Penyajian Data	31
3.7 Analisa Univariat	31
3.8 Etika Penelitian.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
4.1 Hasil Penelitian.....	34
4.2 Pembahasan	35
4.3 Keterbatasan Penelitian	37
BAB V PENUTUP.....	38
5.1 Kesimpulan	38
5.2 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.4 Definisi Operasional	28
Tabel 3.7 Skor Berdasarkan <i>kuesioner</i> (PSS-10)	31
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia	34
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	34
Tabel 4.3 Tingkat Stres Mahasiswa.....	35
Tabel 4.4 Jadwal Penelitian.	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.4 Kerangka Teori	24
Gambar 2.5 Kerangka Konsep.....	25
Gambar 2.6 Hasil Cek Plagiasi Turnitin.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Persetujuan	ii
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i>	45
Lampiran 3. Instrumen Quesioner PSS-10	46
Lampiran 4. Lembar Konsultasi Bimbingan	48
Lampiran 5. Surat Izin Studi Pendahuluan	51
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian	52
Lampiran 7. Dokumentasi Via Whatsapps	53
Lampiran 8. Dokumentasi Kuesioer Via <i>Google Form</i>	54
Lampiran 9. Dokumentasi Data Excel versi 10	56
Lampiran 10. Hasil Cek Plagisi Turnitin	57

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi Hasan, DKK. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta:Departemen Pendidikan Nasional Balai Pustaka.
- Amir, Tufik. 2010. *Inovasi Pendidikan melalui problema Based Learning: Bagaimana Pendidik Memberdayakan Pemelajar di Era Pengetahuan*. Jakarta: Kencana
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Artinawati, S. 2014. *Asuhan Keperawatan*. Bogor : IN MEDIA
- Asrial, H., Ernawati, D. W., Syahri & Sanova, A. (2019). *E-Worksheet Using Kvisoft Flipbook: Science Process Skills And Student Attitudes, International Journal Of Scientific & Technology Research*.
- Atkinson, Rita L. Richard C. Atkinson dan Ernest R. Hilgard. 1997. *Pengantar Psikologi* Jakarta: Erlangga.
- Berseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep *Stress* Akademik Mahasiswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Bhat RM, Sameer MK, Ganaraja B. 2011. *Eustress* in Education: Analysis of the Perceived *Stress* Score (PSS)
- Bulo and Sanchez, (2014). Sources of Stres Among Colleges Students. *CVCITC Research Journal*, 1 (1), 16-25
- Cohen, S., Kamarach, T., & Mermelstein, R. (1983). Ukuran global dari stres yang dirasakan. *Jurnal Kesehatan dan Perilaku Sosial*, 24, 385
- Carolin. (2010). *Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Medan: FK USU
- Djarmarah & Zain. (2006). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta; Rineka Cipta
- Donsu, J.D. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Pustaka Baru.
- Fitriasari, A., Septianingrum, Y., Budury, S., & Khamida, K. (2020). *Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19*. 12(4), 985–992.
- Gadzella, B.M (1994). *Student-Life stress inventory*. Commerce, TX: Author.

- Goff, A.M. (2010). *Stressor Academic Performance and Learned Resourcefulness in Baccalaureate Nursing Student. International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8, 923-1548.
- Hanif.2010.Fungsi dan Peran Mahasiswa.(Online).(http://www.hanifmuslim.co.cc/2010/12/fungsi-dan-peran-mahasiswa-dalam.html,diakses 15 Desember2017).
- Habeeb, Kholoud Abdulrahman. (2010). *Prevalence of Stressors among Female Medical Students. Journal of Taibah University Medical Sciences* 2010; 5(2): 110 – 119.
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., Harahap, S. R., & . (2020). *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19*. 3(1), 10–14.
- Hary. (2017). *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 2 (7), 1008-1016,2017
- Haryanto, mellani. (2019). *Hello stress (kenali dan atasi stressmu)*. PT. Elex media Komputindo.
- Hasan, H. (2020). *Corelation Between Stress Level and Learning Motivation of Pre-Clinical Medical Studnet in Faculty of Medicine Universitas Airlangga*.
- Hawari, D. (2011) *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Second Edi. Jakarta:Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Jamaluddin, D., Ratnasih, T., Gunawan, H., & Paujiah, E. (2020). *Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Pada Calon Guru : Hambatan, Solusi Dan Proyeksi. Karya Tulis Ilmiah Uin Sunan Gunung Djati Bandung*, 1–10. Http://Digilib.Uinsgd.Ac.Id/30518/
- Kaur, G., Sharma, V dan Singh, A. (2015). *Association of Sleep Quality with General Health*, Vol. 4, issue 12.

- Kartono, K. (2006). *Pemimpin dan Kepemimpinan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Kassymova, G. (2018). *Stress Management Techniques Recommended For Students*. 198, 1–7. <https://doi.org/10.31643/2018.008>
- Kemendikbud. (2020). *Buku panduan merdeka belajar – kampus merdeka. Direktorat jendral pendidikan tinggi kementerian pendidikan dan kebudayaan*.
- Livana, Mubin Mohammad Fatkhul & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnsl Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Mahmud, R., & Uyun, Z., (2016). Studi Deskriptif Mengenai Pola *Stress* Pada Mahasiswa Praktikum. *Indigenous Ilmiah Psikologi*, 1(2), 52–61.
- Manktelow, J. (2007). *Worklife: Manage Stress*. Alih bahasa : Marina Sofyan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- McIntosh Diane and Horowitz, J. (2017). *Stress The Psychology of Managing Pressure by Diane McIntosh, Jonathan Horowitz, Megan Kaye (z-lib)*.
- M. S. Mutia, G. Virgo, S. (2020). *Hubungan Minat Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Motivasi Calon Sarjana Keperawatan Untuk Melanjutkan Profesi Ners Di Universitas Pahlawan*. 4(23), 47–55.
- MacGeorge, E. L., Samter, W., & Gillihan, S. J. (2005). Academic Stress, Supportive Communication, And Health. *Communication Education*, 54(4), 365–372. <https://doi.org/10.1080/03634520500442236>
- Potter, P. A., & A. G. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (Konsep, proses, dan praktik)*. Jakarta : ECG
- Patton, M. Q. (1990). Qualitative evaluation and research methods. In *The Modern Language Journal* (Vol. 76, Issue 4). Sage. <https://doi.org/10.2307/330063>

- Setiade. (2017). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan* (2nd ed). Graha Ilmu:Yogyakarta
- Siallagan, D.F. (2011). *Fungsi dan peranan mahasiswa*. Bengkulu:UNIB
- Sheu, S.,Lin, H. S. And Hwang, S. L (2002) ‘*Perceived stress and physio-psycho-social status of nurshing student during their initial period of clinical practice. The effecct of coping behaviors*’, *International Journal of Nurshing Studies*, 39 (2),pp. 165-175.[doi:10.1016/S0020-7489\(01\)00016-5](https://doi.org/10.1016/S0020-7489(01)00016-5).
- Sukoco, A. S. (2014). Hubungan Sense of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa BaruFakultas Psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1-10
- Sukadiyanto. *Stress dan cara menguranginya*. Cakrawala Pendidikan. Februari 2010; (1): 55-66.
- Resti Putri Wulandari. Hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu Fakultas Rumpun Science-Technology UI. Depok: Universitas Indonesia; Juli 2012.
- Silverman MN, Heim CM, Nater UM, Marques AH, Sternberg EM. Neuroendocrine and immune contributors to fatigue. *PM & R*. 2010; 2: 338-246
- Suleman, F. (2018). The employability skills of higher education graduates: insights into conceptual frameworks and methodological options. *Higher Education*, 76(2), 263–278. <https://doi.org/10.1007/s10734-017-0207-0>
- Tan SY, Yip A. Hans Selye (1907-1982):Founder of The *Stress* Theory. Singapore Med J.2018
- Ulrich-Lai, Y . M., Fulton, S., Wilson, M., Petrovich, G., Rinaman, L.(2015). *Stress Exposure, Food Intake, and Emotional State*. *Journal of Health andHuman Service USA*, 18(4):381-399.

- Widianarko, B. (2020). *Kampus Merdeka, Tampan dan Terobosan Dunia Pendidikan Tinggi Kita*.
- Wijono, Sutarto. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Fajar Interpratama Offset
- Yusuf, Ahmad Dkk. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.