



UNIVERSITAS INDONESIA

**PERBANDINGAN TINGKAT STRES MAHASISWA
PROGRAM EKSTENSI 2010 FAKULTAS ILMU
KEPERAWATAN UNIVERSITAS INDONESIA ANTARA
YANG BEKERJA DENGAN YANG TIDAK BEKERJA**

RISET

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan**

DEWI LESTARI HANDAYANI	(0706270371)
FANNY YANUARISTA	(0706270541)
KARINA DESTANTI	(0706270781)
SUCI WIDYASTUTI	(0706271216)

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA STRATA 1
DEPOK
MEI 2011**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Riset ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.**

Peneliti 1

Nama : Dewi Lestari Handayani

NPM : 0706270371

Tanda Tangan : 

Tanggal : 25 Mei 2011

Peneliti 2

Nama : Fanny Yanuarista

NPM : 0706270541

Tanda Tangan : 

Tanggal : 25 Mei 2011

Peneliti 3

Nama : Karina Destanti

NPM : 0706270781

Tanda Tangan : 

Tanggal : 25 Mei 2011

Peneliti 4

Nama : Suci Widyastuti

NPM : 0706271216

Tanda Tangan : 

Tanggal : 25 Mei 2011

HALAMAN PENGESAHAN

Riset ini diajukan oleh :

Nama : 1. Dewi Lestari Handayani (0706270371)
2. Fanny Yanuarista (0706270541)
3. Karina Destanti (0706270781)
4. Suci Widyastuti (0706271216)

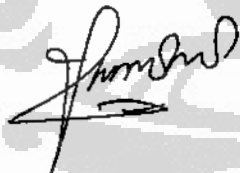
Fakultas : Ilmu Keperawatan

Judul Riset : Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi
2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
antara yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja

Telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.

Ditetapkan di : Depok
Tanggal : 25 Mei 2011


Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar



Rr. Tutik Sri Hariyati, SKp., MARS

NIP. 19711118 199903 2 001

Menyetujui,
Pembimbing Riset



Enie Novieastari Mukti, S.Kp., MSN

NIP. 196711201992032010

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah kami panjatkan kehadiran Allah swt. yang telah melimpahkan berkah, rahmat, dan karunia-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan laporan hasil penelitian ini. Penulisan laporan hasil penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Kami menyadari bahwa, tanpa bimbingan dan saran dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan laporan ini, sangatlah sulit bagi kami untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, kami mengucapkan terima kasih kepada:

- (1) Dewi Irawaty, MA, PhD., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia;
- (2) Rr. Tutik Sri Hariyati, SKp., MARS selaku koordinator Mata Ajar Riset Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia;
- (3) Enie Novieastari Mukti, S.Kp., MSN selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan kami dalam penyusunan laporan hasil penelitian ini;
- (4) mahasiswa Program Ekstensi 2009 sore dan Ekstensi 2010 FIK UI yang telah banyak membantu dan menjalin kerja sama yang baik;
- (5) orang tua, kakak dan adik tercinta yang senantiasa memberikan dukungan materiil dan moral;
- (6) sahabat-sahabat Program Reguler 2007 yang “beda” atas semangat, kasih sayang, keceriaan, pengertian dan bimbingan..

Kami menyadari bahwa laporan penelitian ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kami menerima berbagai kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penelitian ini. Kami berharap Allah SWT. berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga laporan hasil penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Depok, 25 Mei 2011

Peneliti

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : - Dewi Lestari Handayani (0706270371)

- Fanny Yanuarista (0706270541)

- Karina Destanti (0706270781)

- Suci Widyastuti (0706271216)

Fakultas : Ilmu Keperawatan

Jenis karya : Riset

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

"Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia antara yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja"

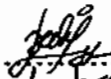
beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

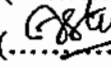
Pada tanggal : 25 Mei 2011

Yang menyatakan

Dewi Lestari Handayani ()

Karina Destanti ()

Fanny Yanuarista ()

Suci Widyastuti ()

ABSTRAK

Nama : Dewi Lestari Handayani, Fanny Yanuarista, Karina Destanti, Suci Widyastuti
Fakultas : Ilmu Keperawatan.
Judul : Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia antara yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat stres responden. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif komparatif yang diambil secara *cross sectional* kepada 41 mahasiswa program ekstensi FIK UI 2010 sebagai sampel. Metodologi yang digunakan adalah *fisher's exact test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres pada dua kelompok responden (nilai p 0,047; α 0,05). Penelitian ini merekomendasikan institusi pendidikan untuk menerapkan metode pembelajaran yang efektif dan kondusif sesuai dengan karakteristik mahasiswa demi menunjang mahasiswa dalam menjalani perannya.

Kata kunci:

Tingkat stres, mahasiswa ekstensi, bekerja.

ABSTRACT

Name : Dewi Lestari Handayani, Fanny Yanuarista, Karina Destanti,
Suci Widyastuti

Studi Program: Nursing, Faculty of Nursing

Title : *The comparison of stress levels in students of Extension program from Faculty of Nursing Universitas Indonesia (FIK UI) year 2010 that are working and aren't working*

The purpose of this research is to identify the different stress levels of the respondents. This research used descriptive comparative with quantitative research as a design that used 41 Student of Extension program of FIK UI 2010 as the sample. This research used fisher's exact test as the methodology. The results showed that there were significant differences in stress levels in two groups of respondents (p value 0,047; α 0,05). This research recommends educational institutions to provide the effective and conducive teaching methods according to the characteristics of students to support their role.

Keywords:

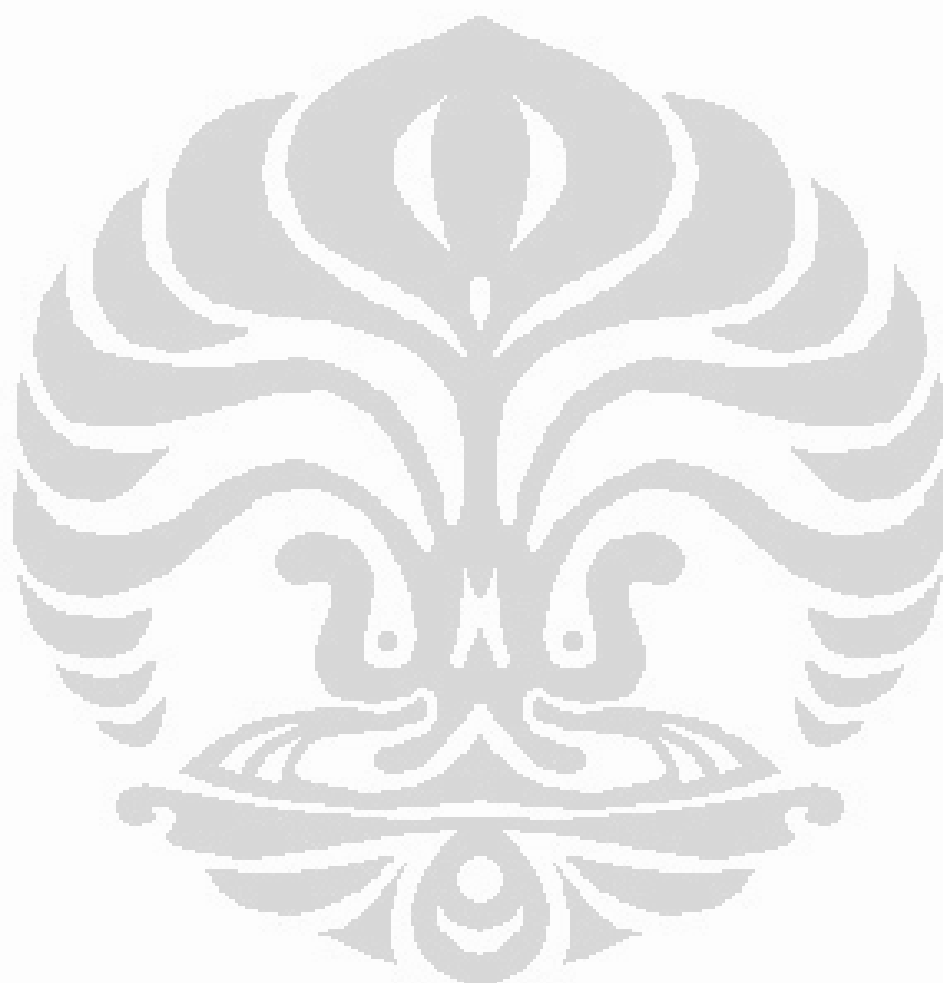
Stres level, students of extension program, working.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR DIAGRAM	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Stres	1
2.1.1. Pengertian Stres	1
2.1.2. Jenis-jenis Stres	7
2.1.3. Penyebab Terjadinya Stres	7
2.1.4. Gejala Stres	8
2.1.5. Tingkatan Stres	10
2.1.6. Respon Terhadap Stres	10
2.2. Stres Kerja	11
2.3. Pendidikan di Perguruan Tinggi	15

2.3.1. Pendidikan	15
2.3.2 Program Ekstensi	16
2.4. Stres pada Peserta Didik	17
 BAB 3 KERANGKA KONSEP PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konsep	20
3.2 Hipotesis	22
3.3 Variabel Penelitian	23
 BAB 4 METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN	
4.1. Desain Penelitian	27
4.2. Populasi dan Sampel Penelitian	27
4.3. Tempat dan Waktu Penelitian	28
4.4. Etika Penelitian	28
4.5. Alat Pengumpul Data	29
4.6. Prosedur Pengumpulan Data	29
4.7. Pengolahan dan Analisis Data	30
4.8. Sarana Penelitian	31
4.9. Jadwal Penelitian	32
 BAB 5 HASIL PENELITIAN	
5.1. Analisis Univariat	33
5.2. Analisis Bivariat	41
 BAB 6 PEMBAHASAN	
6.1. Interpretasi Hasil	43
6.2. Keterbatasan Penelitian	49
 BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	
7.1. Kesimpulan	51

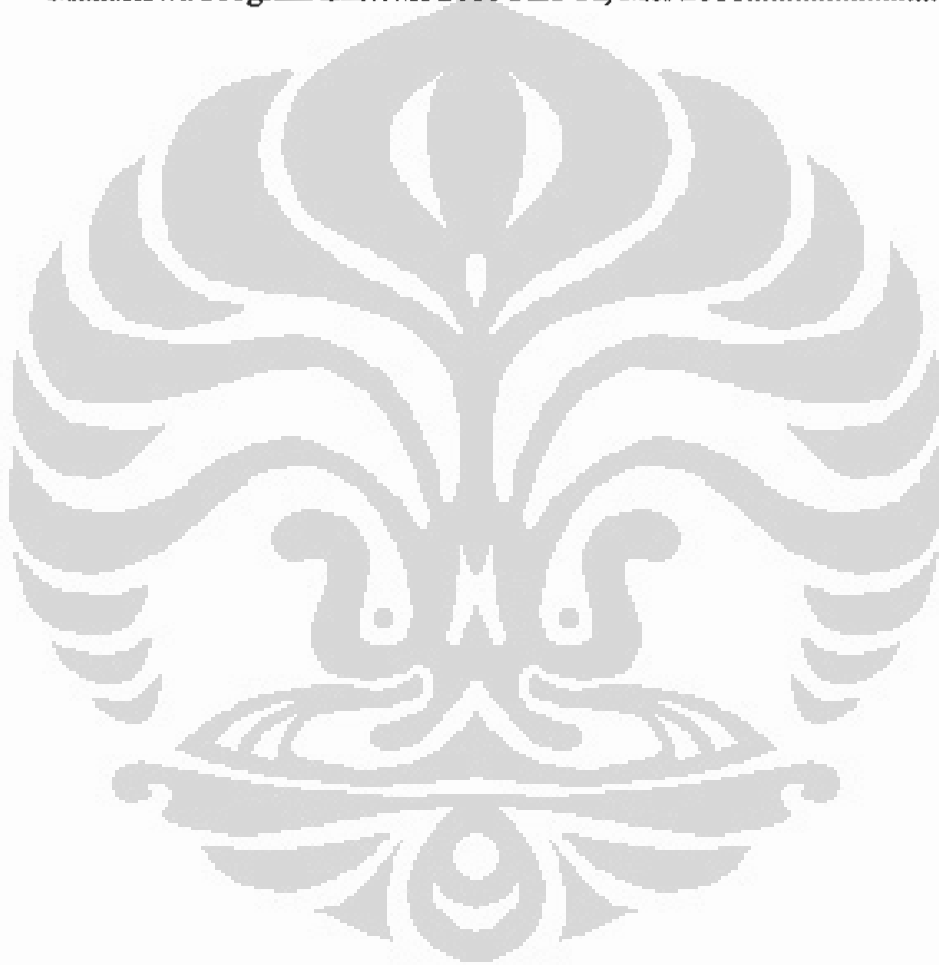
7.2. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel. 4.1. Jadwal Kegiatan Penelitian Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia antara yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja 32

Tabel 5.1. Distribusi Responden Menurut Status Pekerjaan dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, Mei 2011..... 42

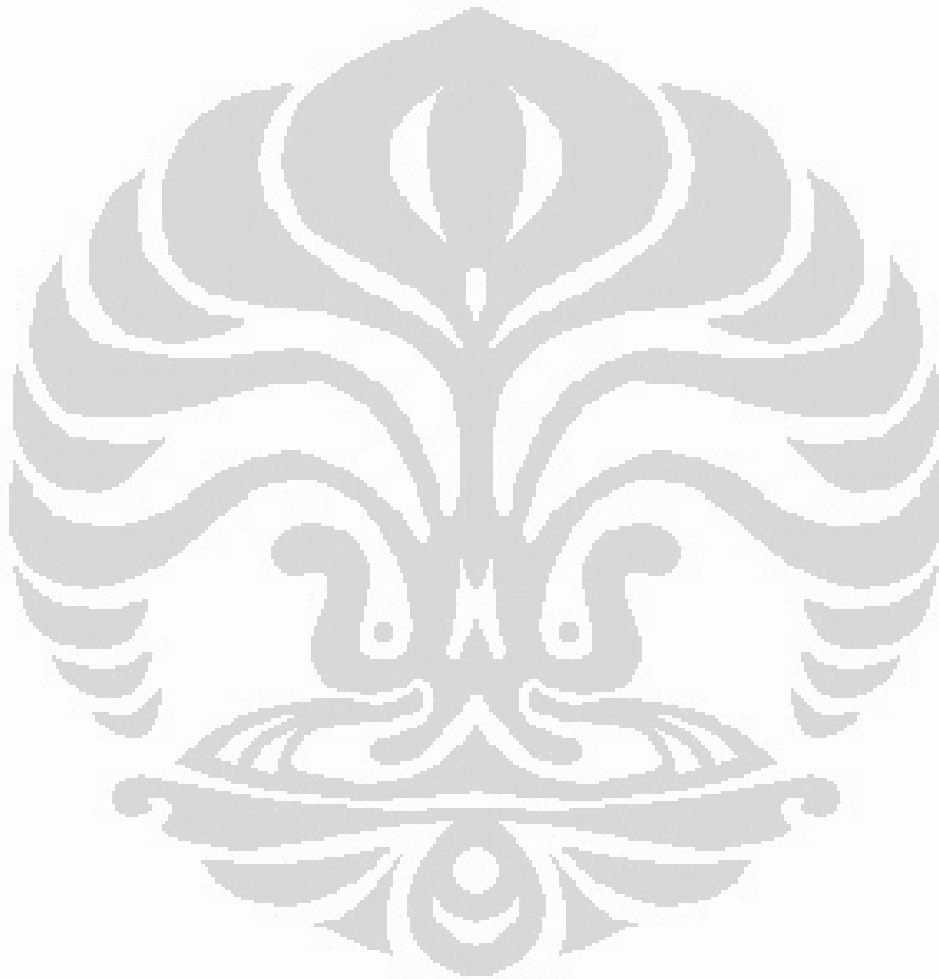


DAFTAR DIAGRAM

Diagram 5.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	34
Diagram 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	35
Diagram 5.3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Diagram 5.4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang Bekerja Berdasarkan Status Pernikahan	37
Diagram 5.5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang Bekerja Berdasarkan Lama Kerja dalam Satu Minggu	38
Diagram 5.6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jabatan Pekerjaan	39
Diagram 5.7. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang Bekerja dan yang Tidak Bekerja	40
Diagram 5.8. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI	41

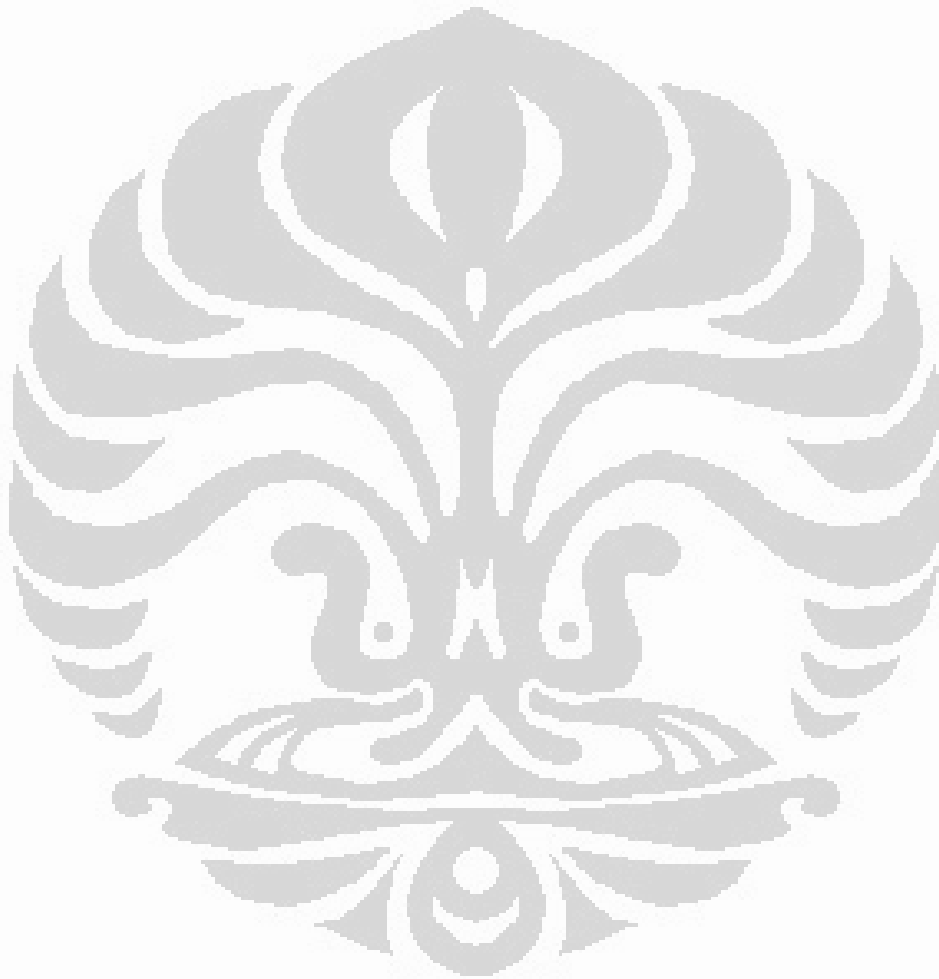
DAFTAR SKEMA

Skema 3.1. Kerangka Konsep Penelitian	21
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 3 Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Konsultasi Bimbingan Penelitian



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Secara umum seseorang dihadapkan pada situasi atau keadaan yang dapat memberikan tekanan dan ketidakpastian. Situasi ini memicu terjadinya stres. Stres merupakan respon fisiologis yang muncul sebagai penyesuaian diri terhadap situasi yang dianggap menantang atau mengancam kesejahteraan seseorang (Hristov *et al*, 2003). Respon ini selalu menjadi bagian dari kehidupan manusia, sejak masa sebelum kelahiran, hingga akhir kehidupannya. Pemicu yang menyebabkan munculnya stres pada seseorang disebut stresor. Stresor tersebut umumnya dipersepsikan secara beragam oleh setiap orang, sehingga akan menimbulkan respon dan tingkat stres yang berbeda-beda, tergantung pada karakteristik individu itu sendiri. Secara umum, stresor dapat diklasifikasikan menjadi stresor internal, seperti demam, kondisi seperti kehamilan, keadaan emosi, serta konflik peran; dan stresor eksternal, seperti perubahan dalam peran keluarga atau sosial, pekerjaan, serta pembelajaran (Selye, 1976 dalam Potter & Perry, 2005).

Pekerjaan merupakan bagian dari stresor eksternal yang memiliki karakteristik beragam. Lingkungan kerja yang bervariasi, rekan kerja yang unik, serta proses kerja yang berbeda-beda membuat faktor stres di lingkungan kerja tersebut berbeda-beda. Berdasarkan penelitian, pekerja di bidang kesehatan memiliki level stres yang paling tinggi dibanding dengan pekerjaan lain seperti pendidikan dan pemerintahan (Hristov *et al*, 2003). Para pekerja di bidang kesehatan itu diantaranya adalah dokter dan perawat.

Perawat memiliki ruang lingkup kerja yang unik terkait dengan lingkungan kerja yang dihadapinya, yaitu memberi perawatan pada manusia sebagai individu dengan karakteristik yang beragam. Kelelahan, ketidakpuasan akan kinerja pribadi, serta konflik dengan tenaga kesehatan lain dapat menjadi stresor tersendiri pada diri perawat saat berada di tempat kerja. Di samping itu, perawat juga dapat mengalami berbagai stres yang bersifat destruktif terkait dengan lingkungan sosial tempat mereka bekerja (Olofson *et al*, 2003). Berdasarkan penelitian yang

dilakukan kepada 1392 perawat di empat rumah sakit pendidikan Kroasia, ditemukan enam stresor utama di lingkungan kerja perawat, yaitu organisasi kerja dan keuangan, kerja shift, kritik masyarakat, tuntutan profesional, dan intelektual perawat (Golubic et al, 2009). Sementara itu, Mojinyinola (2008) dalam penelitiannya mengenai efek stres kerja terhadap kesehatan, perilaku personal dan kerja perawat rumah sakit umum yang ada di Ibadan Metropolis, Nigeria menemukan bahwa perawat yang memiliki tingkat stres tinggi, perilaku kerja perawat tersebut akan mengalami penurunan.

Stresor eksternal yang terdapat di lingkungan kerja dapat memberikan dampak terhadap kinerja perawat itu sendiri. Ditambah lagi, tuntutan terhadap peningkatan kompetensi perawat membuat perawat yang sebelumnya telah bekerja kemudian melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Hal tersebut juga dapat menjadi stresor baru yang akan mempengaruhi kondisi perawat yang juga berperan sebagai mahasiswa. Peran ganda tersebut membuat perawat berusaha untuk memaksimalkan kinerjanya sebagai seorang perawat, juga memaksimalkan tugasnya sebagai seorang mahasiswa. Beban pekerjaan dan beban pendidikan menjadi stresor tersendiri bagi perawat. Pada penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan perawat yang kembali melanjutkan pendidikan, ditemukan bahwa perawat yang bekerja sekaligus kuliah memiliki tingkat stres sedang sampai tinggi akibat stresor-stresor berupa keseimbangan antara aktivitas di tempat kerja dan di perkuliahan, ujian akhir, serta tugas perkuliahan sebagai stresor tertinggi (Timmins, 2005). Meskipun demikian, belum ditemukan penelitian terkait perbandingan tingkat stres antara perawat yang bekerja sekaligus kuliah dengan perawat yang kembali berkuliah tetapi tidak bekerja atau sedang tidak bekerja (cuti saat berkuliah).

Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI), yang menerapkan kurikulum berbasis kompetensi pada setiap program pendidikannya, memiliki 47 orang mahasiswa Program Ekstensi 2010 dengan 27 orang diantaranya masih berkuliah dan bekerja. Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap beberapa mahasiswa program ekstensi tersebut, tuntutan yang dialami oleh mahasiswa yang bekerja akan berbeda dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Selain itu, beberapa mahasiswa program ekstensi yang mengeluh mengalami stres

selama mendapatkan penugasan dan perkuliahan. Tuntutan pendidikan dan tuntutan kerja yang dialami oleh mahasiswa tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengetahui perbandingan tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

1.2. Rumusan Masalah

Setiap individu dapat mengalami stres. Perawat sebagai bagian dari individu pun dapat mengalami stres. Era globalisasi menuntut perawat untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan kesehatan, salah satu caranya dengan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Hal tersebut membuat banyak perawat melanjutkan pendidikan disamping juga harus bekerja. Bagi perawat tersebut, tuntutan yang harus dihadapi menjadi lebih besar, yaitu tuntutan dalam pekerjaan dan tuntutan akademis.

Kelelahan, ketidakpuasan akan kinerja pribadi, konflik dengan tenaga kesehatan lain, serta tuntutan akademik merupakan stresor yang dapat mempengaruhi tingkat stres dari perawat yang juga berperan sebagai mahasiswa. Perawat mengalami berbagai stres negatif terkait dengan lingkungan sosial tempat mereka bekerja (Olofson et al, 2003). Pada penelitian lain juga ditemukan bahwa perawat yang bekerja sekaligus kuliah memiliki tingkat stres sedang sampai tinggi akibat stresor-stresor berupa keseimbangan antara aktivitas di tempat kerja dan di perkuliahan, ujian akhir, serta tugas perkuliahan sebagai stresor tertinggi (Timmins, 2005). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui perbandingan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi angkatan 2010 di FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Teridentifikasinya karakteristik mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI
2. Teridentifikasinya tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja.
3. Teridentifikasinya tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang tidak bekerja
4. Teridentifikasi perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi pihak fakultas mengenai permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa sehingga institusi pendidikan dapat memodifikasi penerapan metode pembelajaran yang efektif dan kondusif. Keperawatan sebagai perpaduan yang seimbang antara ilmu dan seni dalam memberikan pelayanan holistik dan komprehensif berupa pemenuhan kebutuhan biologi, psikologi, sosial, spiritual, kultural yang memungkinkan penelitian ini dapat membantu meningkatkan kinerja perawat. Selain itu bagi mahasiswa keperawatan dapat mengetahui konsep terkait stres sehingga mahasiswa khususnya mahasiswa ekstensi dapat melakukan penyesuaian yang baik dalam menghadapi stres

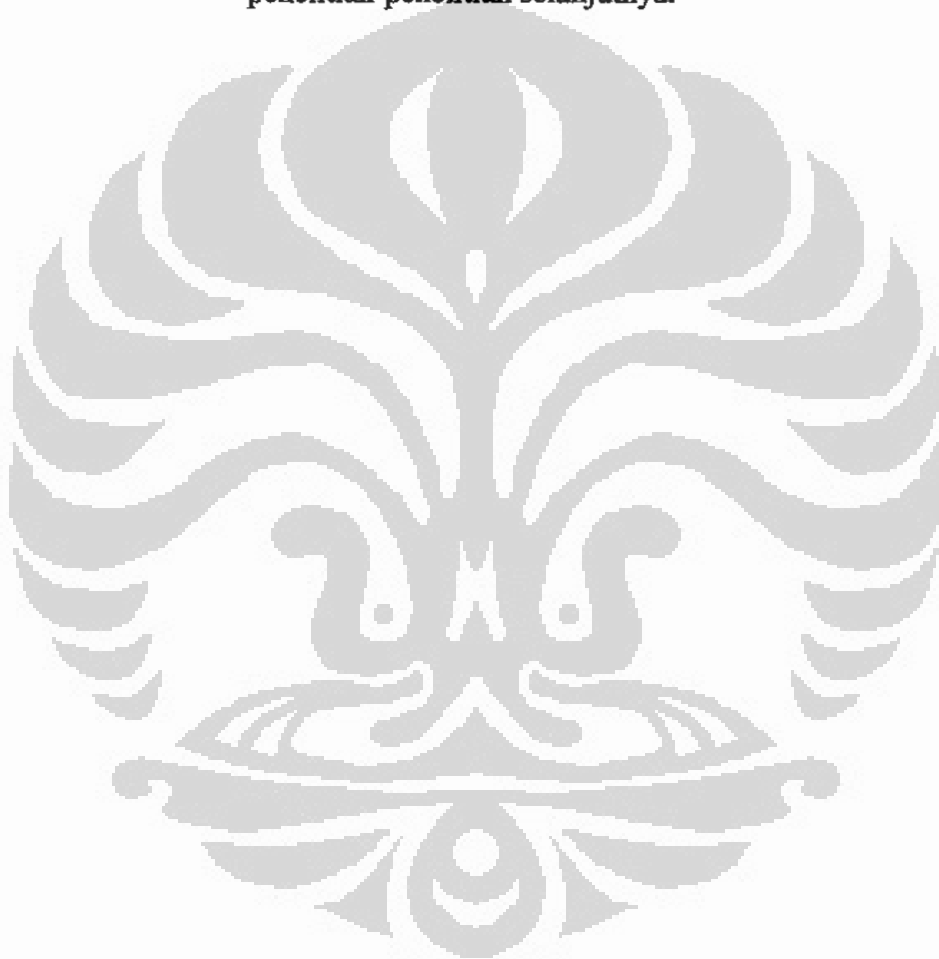
1.4.2 Manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam menentukan asuhan keperawatan yang dapat disesuaikan dengan tingkatan stres seseorang dan menilai respon yang tampak secara verbal atau non verbal. Penelitian ini merupakan suatu hal yang baru diteliti sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai

bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan asuhan keperawatan.

1.4.3 Manfaat bagi metodologi

Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian lain yang lebih spesifik terkait tingkatan stres khususnya pada mahasiswa keperawatan. Selain itu, dapat dijadikan informasi penguat untuk penelitian-penelitian selanjutnya.



BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

Teori dan konsep terkait yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu mengenai stres, stres kerja, pendidikan di perguruan tinggi, serta stres pada peserta didik.

2.1. Stres

2.1.1. Pengertian Stres

Berbagai fenomena kehidupan seseorang dipengaruhi oleh suatu kondisi yang disebut dengan stres. Stres dapat memberikan dampak positif atau dampak negatif. Menurut penelitian, dikatakan bahwa terdapat suatu hubungan antara kejadian yang penuh stres dengan berbagai gangguan fisik dan psikiatri (Yatkin & Labban, 1992 dalam Potter & Perry, 2005). Gangguan fisik dan psikiatri yang dapat terjadi, seperti penyakit jantung, hipertensi, gangguan reproduksi, gangguan gastrointestinal, gangguan pola makan, adaptasi yang abnormal, gangguan konsentrasi, serta ketidakmampuan dalam mengatasi masalah.

Stres didefinisikan secara berbeda oleh beberapa ahli. Menurut Dewe *et al* (2010), stres didefinisikan sebagai stimulus, respon, ataupun interaksi antara stimulus dan respon. Black (2009) mendefinisikan stres sebagai hubungan antara individu dengan lingkungan yang dipersepsikan sebagai ancaman akan kesejahteraan hidupnya. Sementara itu, menurut Hristov *et al* (2003), stres didefinisikan sebagai respon fisiologis yang muncul sebagai adaptasi terhadap situasi yang dianggap menantang atau mengancam kesejahteraan seseorang. Pendapat lain mengatakan bahwa stres merupakan situasi dimana tuntutan non-spesifik mengharuskan seorang individu berespon terhadap situasi tersebut (Selye, 1976 dalam Potter & Perry, 2005). Berdasarkan definisi dari ahli-ahli di atas dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu respon dari individu terhadap lingkungan terhadap sesuatu yang mengancam kesejahteraan hidup dan dapat memberikan dampak positif maupun negatif.

2.1.2. Jenis-Jenis Stres

Sumita Roy (2005) mengatakan bahwa terdapat dua jenis stres, yaitu:

2.1.2.1. *Eustress* atau *Positive Stress*

Eustress merupakan stres yang menyenangkan dan tidak merusak tubuh. *Eustress* berguna dalam stimulasi pertumbuhan dan perkembangan seseorang. *Eustress* juga dapat meningkatkan kesadaran individual, meningkatkan kewaspadaan mental, dan berperan terhadap peningkatan performa kognitif dan perilaku. Seseorang terkadang membutuhkan *eustress* dalam rangka mencari pencapaian diri yang lebih tinggi, seperti promosi dalam pekerjaan, mendapatkan penghargaan, atau bahkan untuk mencari tantangan yang baru. Beberapa kegiatan yang terkait dengan *eustress*, antara lain *roller-coasters*, seluncur air, arung jeram, serta *sky diving* (Leitner & Leitner, 2004).

2.1.2.2. *Distress* atau *Negative Stress*

Distress didefinisikan sebagai stres yang tidak menyenangkan dan berbahaya bagi kesehatan tubuh. *Distress* disebabkan karena pengalaman hidup yang tidak menyenangkan dan memiliki efek yang berbahaya. *Distress* biasanya diikuti dengan gejala seperti cemas, ketakutan, agitasi, ketegangan saraf, dan seringkali berujung pada gangguan fisiologis. Beberapa keadaan yang dapat menimbulkan *distress*, seperti konflik interpersonal yang berkelanjutan dan kekalahan dalam kompetisi (Leitner & Leitner, 2004).

2.1.3. Penyebab Terjadinya Stres

Setiap individu dapat mengalami stres, baik stres jangka panjang maupun stres jangka pendek. Setiap individu diharapkan mampu melewati fase stres tersebut agar tidak berlanjut ke fase stres yang abnormal. Stres dapat memberikan efek negatif berupa penyakit fisiologis atau psikologis. Stres menyebabkan perasaan negatif yang berlawanan dengan apa yang

diinginkan atau dengan kata lain mengancam kesejahteraan hidup individu tersebut. Stres dapat mengganggu cara seseorang dalam menghadapi realitas, menyelesaikan masalah, gangguan konsentrasi, serta mengganggu hubungan interpersonal. Selain itu, stres juga dapat mengganggu pandangan umum seseorang terhadap hidup, sikap yang ditujukan pada orang yang disayangi dan status kesehatan (McCubbin, 1993 dalam Potter & Perry, 2005).

Peninjauan terhadap dampak stres yang dialami seseorang, maka muncul konsep stresor, yaitu stresor internal dan stresor eksternal (Selye, 1976 dalam Potter & Perry, 2005). Stresor internal merupakan penyebab stres yang berasal dari dalam diri seseorang. Stresor internal berupa kondisi fisik, jenis kelamin, karakteristik individu tersebut, konflik peran, serta konflik intrapersonal. Dalam *The Handbook of Stress Science Biology, Psychology, and Health* (2011), beberapa penelitian bahwa laki-laki lebih berisiko untuk mengalami stres daripada perempuan. Menurut Richard & Andrew (2011), faktor yang terkait hal tersebut adalah komponen emosi, kognitif, tingkah laku, peran dalam lingkungan sosial keluarga, dan respon terhadap stres. Stresor eksternal merupakan stresor yang berasal dari luar diri seseorang. Stresor eksternal berupa perubahan bermakna dalam kondisi lingkungan sekitar, perubahan dalam peran keluarga atau sosial, proses pembelajaran, pekerjaan, serta hubungan interpersonal. Berdasarkan penjabaran singkat tentang stresor, setiap individu harus beradaptasi dengan stresor yang terjadi pada dirinya dalam rangka bertahan hidup terhadap stresor yang datang dari internal dan eksternal.

2.1.4. Gejala Stres

Stres memberikan dampak langsung terhadap psikologis yang secara tidak langsung berdampak pula pada fisiologis. Hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Potter & Perry (2005) mengklasifikasikan gejala stres menjadi tiga bagian, antara lain:

1. Gejala fisiologis

Gejala fisiologi pada saat stres, antara lain kenaikan tekanan darah, peningkatan ketegangan otot di leher, peningkatan denyut nadi dan frekuensi pernapasan, gangguan pencernaan, mual, muntah dan diare, perubahan nafsu makan, perubahan berat badan, gangguan perkemihan, serta gangguan reproduksi. Selain itu, gejala fisiologis stres dapat ditemukan juga pada hasil pemeriksaan laboratorium yang abnormal, seperti peningkatan kadar hormon adrenokortikotropik, kortisol, dan ketokolamin dan hiperglikemia, gelisah, kesulitan untuk tidur atau sering terbangun saat tidur, dilatasi pupil, beberapa kanker, gangguan imunologis dan migrain.

2. Gejala psikologis,

Gejala psikologis berupa kecemasan, ketegangan, kebingungan dan mudah tersinggung, perasaan frustrasi, rasa marah dan dendam, sensitif, memendam perasaan, penarikan diri dan depresi, komunikasi yang tidak efektif, perasaan terkucil dan terasing, kebosanan dan ketidakpuasan kerja, kelelahan mental, penurunan fungsi intelektual, kehilangan konsentrasi, kehilangan spontanitas dan kreativitas, serta menurunnya rasa percaya diri.

3. Gejala perilaku

Gejala perilaku yang terlihat, antara lain menunda atau menghindari pekerjaan, menurunnya prestasi dan produktivitas kerja, meningkatnya penggunaan minuman keras dan obat-obatan, perilaku sabotase dalam pekerjaan, perilaku makan yang tidak normal, serta kemungkinan disertai tanda-tanda depresi. Selain itu, gejala perilaku lain yang dapat muncul terkait perilaku, seperti meningkatnya kecenderungan berperilaku dengan resiko tinggi seperti menyetir dengan tidak hati-hati, berjudi, meningkatnya agresivitas, kriminalitas, menurunnya kualitas hubungan interpersonal dengan keluarga dan teman, kecenderungan untuk melakukan bunuh diri, kelelahan mental, serta kehilangan motivasi.

2.1.5. Tingkatan Stres

Setiap individu mempunyai persepsi dan respon yang berbeda-beda terhadap stres. Persepsi seseorang didasarkan pada keyakinan dan norma, pengalaman dan pola hidup, faktor lingkungan, struktur dan fungsi keluarga, tahap perkembangan keluarga, pengalaman masa lalu dengan stres serta mekanisme koping. Potter & Perry (2005) membagi tingkatan dalam stress menjadi tiga bagian, antara lain:

1. Situasi Stres Ringan.

Stres ringan merupakan stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti terlalu banyak tidur, kemacetan lalu lintas, serta kritikan dari atasan. Kondisi ini berlangsung selama beberapa menit sampai jam. Stresor ini bukan risiko signifikan yang dapat menimbulkan gejala yang muncul akibat stres. Akan tetapi, stresor ringan yang banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan risiko penyakit (Holmes & Rahe, 1976 dalam Potter & Perry, 2005).

2. Situasi Stres Sedang.

Kondisi stres sedang berlangsung lebih lama, beberapa jam sampai beberapa hari. Jenis stresor yang dihadapi misalnya perselisihan dengan rekan kerja, anak yang sakit, serta ketidakhadiran dari anggota keluarga dalam waktu lama.

3. Situasi Stres Berat.

Kondisi stres berat merupakan kondisi kronis yang berlangsung lama, durasinya mulai beberapa minggu sampai beberapa tahun. Jenis stresor yang dihadapi, misalnya perselisihan perkawinan terus-menerus, kesulitan keuangan yang berkepanjangan, serta penyakit kronis. Semakin sering dan semakin lama situasi stres, makin tinggi resiko kesehatan yang ditimbulkan (Wiebi & Williams, 1992 dalam Potter & Perry, 2005).

2.1.6. Respon terhadap Stres

Stres menuntut seseorang untuk menggunakan energi fisiologis dan psikologis untuk merespon dan beradaptasi terhadap stresor. Respon stres adalah alamiah, adaptif dan protektif, dan karakteristik dari respon ini adalah hasil dari respon neuroendokrin yang terintegrasi serta terdapat perbedaan individual dalam berespon terhadap stresor yang sama (Potter & Perry, 2005). Suatu penelitian telah mengidentifikasi respon fisiologis terhadap stres yaitu *Local Adaptation Syndrome (LAS)* dan *General Adaptation Syndrome (GAS)* (Selye, 1946, 1976 dalam Potter & Perry, 2005).

1. *Local Adaptation Syndrome (LAS)*

LAS merupakan respon dari jaringan, organ, atau bagian tubuh terhadap stres karena trauma, penyakit, atau perubahan fisiologis lainnya. LAS dapat terlihat respon reflek nyeri dan respon inflamasi. Respon LAS mempunyai karakteristik berupa respon lokal yang adaptif, stresor diperlukan untuk stimulus, jangka pendek, serta restorative. Selain itu, LAS juga membantu dalam memulihkan homeostasis tubuh.

2. *General Adaptation Syndrome (GAS)*

GAS adalah salah satu efek berbahaya dari *distress* (Roy, 2005). GAS merupakan respon pertahanan dari keseluruhan tubuh terhadap stres. Respon ini melibatkan beberapa sistem tubuh, terutama sistem saraf otonom, sistem endokrin, dan neuroendokrin. GAS, seperti reaksi alarm, tahap resisten dan tahap kehabisan tenaga. GAS yang dalam jangka panjang tidak dapat ditangani akan berisiko terhadap kehidupan.

2.2. Stres Kerja

Stres kerja muncul ketika situasi lingkungan kerja tidak sesuai dengan kondisi atau kompetensi pekerja. Stres kerja merupakan respon individu yang dapat muncul ketika tuntutan kerja dan tekanan yang diberikan tidak sesuai dengan kemampuan dan ilmu pengetahuan individu tersebut (Leka, 2003). *United states National Institute of Occupational safety and health* (1999) dalam Hristov

et al (2003) menambahkan bahwa respon yang terjadi pada stres kerja dapat berupa respon emosional dan respon fisik yang berbahaya.

Devereux *et al* (2009) menyatakan bahwa terdapat beberapa teori yang berperan dalam munculnya stresor di dalam lingkungan kerja, beberapa diantaranya yaitu:

1. *Person-Environment Theory*

Teori ini merupakan interaksi seseorang dengan lingkungan di sekitarnya. Jika terjadi ketidakseimbangan diantaranya seperti ketika muncul situasi di saat lingkungan kerja tidak sesuai dengan kondisi, keinginan dan kemampuan pekerja, ambiguitas peran, beban kerja yang berlebihan, serta konflik peran dapat muncul.

2. *Demand-Control-Support*

Pekerjaan dipengaruhi oleh interaksi antara persepsi pekerja terhadap tuntutan kerja, kontrol kerja dan dukungan kerja yang diterima.

3. *Cognitive Behavioural Approach*

Pengalaman stres pada seseorang merupakan proses kognitif yang terjadi di sepanjang hidupnya. Stimulus hanya akan menjadi stresor jika seseorang menganggap itu sebagai stresor.

4. *Emotional Overload Theory*

Teori ini berupa tuntutan interpersonal yang dapat meningkatkan stress.

5. *Equity Theory*

Teori ini berupa hubungan interpersonal, antara sesama rekan kerja, atasan, serta bawahan di dalam lingkungan kerja tersebut.

Stranks (2005) membagi stresor yang ada di lingkungan kerja berdasarkan kondisi eksternal dan internal di lingkungan kerja, yaitu:

1. Lingkungan Fisik

Lingkungan fisik yang dapat menjadi stresor, antara lain lingkungan rumah sakit yang tidak aman, gangguan-gangguan dalam lingkungan kerja di rumah sakit seperti suhu ruangan kerja yang terlalu tinggi atau rendah, serta ventilasi yang tidak adekuat.

2. Lingkungan Kerja

Peraturan, *Standard Operating Procedure* (SOP), budaya dan gaya bekerja yang ada di dalam setiap lingkungan kerja khususnya rumah sakit berbeda-beda. Setiap unit ruangan di dalam suatu rumah sakit juga memiliki kondisi lingkungan yang berbeda. Sebagai contoh, gaya bekerja di ruang IGD berbeda dengan gaya bekerja di ruang perawatan anak.

3. Pengelolaan Organisasi

Pengelolaan di dalam lingkungan rumah sakit dapat menjadi stresor pada perawat. Gaya manajemen yang berbeda-beda tergantung pada manajer yang mengelola, krisis manajemen, SOP yang selalu berubah, filosofi lingkungan kerja, sistem kerja shift merupakan bagian dari pengelolaan di dalam lingkungan kerja yang memiliki pengaruh terhadap stres pada perawat.

4. Peran di Dalam Lingkungan Kerja

Stres dapat terjadi ketika adanya ambiguitas pada peran, konflik peran, rendahnya dukungan dari rekan kerja, serta rendahnya tanggung jawab yang diberikan oleh atasan.

5. Hubungan dengan Lingkungan Kerja

Pekerja memiliki karakteristik yang beragam di dalam suatu lingkungan kerja. Pada situasi tertentu, perbedaan tersebut dapat menimbulkan konflik di dalam lingkungan kerja. Konflik ini dapat berupa ketidakharmonisan hubungan dengan rekan kerja, atasan, atau bawahan sehingga dapat memicu terjadinya stres.

6. Pengembangan Karir

Promosi berlebih dan promosi yang kurang dapat menjadi stresor bagi perawat.

7. Hubungan Personal dan Sosial

Hubungan personal dan sosial yang dapat menyebabkan munculnya stres pada lingkungan kerja, yaitu sikap rasis terhadap pekerja, dan keterbatasan untuk berinteraksi dengan orang lain, baik di lingkungan kerja maupun di luar lingkungan kerja.

8. Fasilitas di Tempat Kerja

Kondisi rumah sakit yang kotor, peralatan yang sudah tua dan tidak lengkap dapat menjadi stresor bagi perawat.

9. Karakteristik Individu

Persepsi, sikap, perilaku, serta kemampuan setiap orang dalam melakukan koping terhadap stresor berbeda-beda, tergantung pada pengalaman seseorang dalam mengalami stres tersebut.

Profesionalisme dalam bekerja menuntut perawat untuk selalu meningkatkan keahlian yang telah dimilikinya baik secara klinis maupun teori. Hal ini didapatkan dengan tidak hanya praktek secara langsung tetapi juga pementapan pembelajaran teori. Dengan adanya standarisasi dan peningkatan mutu perawat, perawat mulai melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Beban pekerjaan ditambah dengan beban pendidikan menjadi stresor tersendiri bagi perawat sehingga perawat beresiko mengalami kepenatan. Kepenatan ditandai oleh penurunan perhatian terhadap orang-orang sekitar. Selama merasa penat klien merasakan kelelahan fisik dan emosional (Melamed, Kushnir & Shirom, 1992 dalam Potter & Perry, 2005). Stres dan kepenatan dapat membuat seorang perawat menjadi mudah marah dan apatis sehingga membawa dampak buruk baik bagi perawat, klien maupun institusi kerja. Mojoyinola (2008) meneliti efek stres kerja terhadap kesehatan, perilaku personal dan kerja perawat pada rumah sakit umum yang ada di Ibadan Metropolis, Nigeria. Penelitian tersebut dilakukan pada 154 perawat dari *State Hospital* dan *University College Hospital* dengan menggunakan *Stress Assessment Questionnaire for Hospital Nurses* (SAQFHN). Pada penelitian tersebut, ditemukan bahwa perawat yang memiliki tingkat stres tinggi akan mengalami penurunan dalam menjalani pekerjaannya sebagai perawat. Pada situasi ketika perawat di rumah sakit umum mengadopsi perilaku kerja dan personal yang negatif seperti absen, apatis, ketidakpuasan, lepas tanggung jawab, konflik dengan sesama staf, asuhan keperawatan tidak dapat diberikan kepada pasien.

2.3. Pendidikan di Perguruan Tinggi

2.3.2. Pendidikan

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UU SISDIKNAS) No.20 pasal 1 ayat 1 tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Simamora (2008) menambahkan bahwa pendidikan adalah suatu usaha dalam pengelolaan dan pengembangan potensi manusia yang dilakukan melalui proses pengajaran berdasarkan dua konsep pendidikan, yaitu belajar dan pembelajaran. Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah suatu proses belajar mengajar yang melibatkan peserta didik secara aktif dalam pengelolaan dan pengembangan potensinya.

Berdasarkan UU SISDIKNAS No.20 tahun 2003, pendidikan dikategorikan berdasarkan jenjang, jenis, dan jalur.

1. Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.
2. Jenis pendidikan adalah kelompok yang didasarkan pada kekhususan tujuan pendidikan suatu satuan pendidikan. Jenis pendidikan mencakup pendidikan umum, kejuruan, akademik, profesi, vokasi, keagamaan, dan khusus.
3. Jalur pendidikan dibagi menjadi beberapa jalur, salah satunya adalah yaitu pendidikan formal. Pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, merupakan jenjang pendidikan yang melandasi jenjang pendidikan menengah dan setiap individu yang berusia tujuh sampai dengan lima belas tahun wajib mengikuti pendidikan dasar ini; Pendidikan menengah, merupakan lanjutan pendidikan

dasar yang terdiri dari pendidikan menengah umum, dan menengah kejuruan; pendidikan tinggi, merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup Program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

2.3.3. Program Ekstensi

Perguruan tinggi dapat berbentuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, atau universitas. Perguruan tinggi tersebut dapat menyelenggarakan Program akademik, profesi, dan/atau vokasi. Universitas Indonesia merupakan salah satu perguruan tinggi yang memiliki jenjang pendidikan sarjana dengan Program reguler maupun ekstensi.

Program ekstensi merupakan suatu Program pendidikan pada jenjang sarjana, yang diikuti oleh mahasiswa dengan menggunakan metode tertentu dan pada pelaksanaannya menggunakan kurikulum dengan kompetensi yang sama dengan kurikulum reguler (Universitas Indonesia, 2009). Karakteristik mahasiswa yang berada pada Program ini sebelumnya merupakan lulusan D3 (vokasi) dari berbagai macam akademi. Hal tersebut menjadi salah satu prasyarat dalam mendaftarkan diri sebagai calon mahasiswa ekstensi. Seleksi masuk Program sarjana ekstensi pada FIK UI sama dengan seleksi masuk Program magister & magister spesialis, dan doktoral, yaitu melalui Seleksi Masuk Universitas Indonesia (SIMAK UI). Penggunaan sistem pendidikan yang sama, membuat lulusan Program ekstensi dapat disejajarkan dengan lulusan Program reguler.

Seperti halnya Program reguler, Program Ners pada ekstensi terbagi dalam 2 tahap, yaitu tahap akademik dan tahap profesi. Hanya saja, menurut Buku Panduan Akademik Program Pendidikan Ners 2007/2008 FIK UI, masa studi Program ekstensi pada tahap akademik adalah 4 semester. Masa studi maksimal pada tahap akademik adalah 6 semester, sedangkan untuk pendidikan tahap profesi adalah ± 48 minggu atau 2 semester.

Beban studi yang harus diambil oleh Program ekstensi pada tahap akademik sebesar 72 sks untuk mata kuliah wajib dan minimal 2 sks mata kuliah pilihan. Untuk tahap profesi, beban studi yang harus diambil oleh mahasiswa Program ekstensi sama dengan mahasiswa Program reguler, yaitu sebesar 25 sks selama ±42 minggu. Setelah menyelesaikan tahap akademik, mahasiswa dapat mengikuti wisuda dan berhak memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep). Setelah mahasiswa menyelesaikan tahap profesi, mahasiswa akan diwisuda dan wajib mengikuti Angkat Sumpah serta berhak memperoleh gelar Ners (Ns.) dan akan diakui sebagai perawat profesional (*Professional Nurse*).

Pada awalnya, kurikulum pada Program ekstensi sama dengan kurikulum pada Program reguler. Akan tetapi, sekarang kurikulum pada Program ekstensi sama dengan Program reguler, sedangkan desain Program pembelajarannya berbeda.

2.4. Stres pada peserta didik

Proses pembelajaran memiliki peran dalam respon stres seseorang. Beberapa penelitian terkait stres mengangkat proses pembelajaran dalam pengkajian, seperti dalam alat ukur stres *Student Nurse Stress Index* (SNSI) yang mencantumkan beberapa poin terkait sistem pembelajaran (Jones dan Johnston, 1999), serta pada penelitian lain tentang stress dan eustress dilakukan terhadap mahasiswa keperawatan di Inggris tahun 2007 (Gibbons; Dempster dan Moutray, 2009). Pada penelitian kualitatif yang dilakukan pada 16 mahasiswa keperawatan tingkat akhir tersebut, terdapat empat hal yang berperan dalam peningkatan stres, baik *eustress* maupun *distress*, yaitu:

1. Pengalaman klinik

Perbedaan antara teori dan kondisi di lapangan membuat mahasiswa bingung dan menimbulkan stres.

2. Tingkat dan sumber dukungan

Setiap dukungan yang diberikan oleh pengajar dipersepsikan bermacam-macam oleh mahasiswa itu sendiri. Beberapa pengajar dengan dukungan yang bersifat kritisasi pada sebagian mahasiswa dapat menjadi eustress,

sementara pada mahasiswa lain dapat menjadi distress karena merasa terhakimi.

3. Pengalaman belajar-mengajar

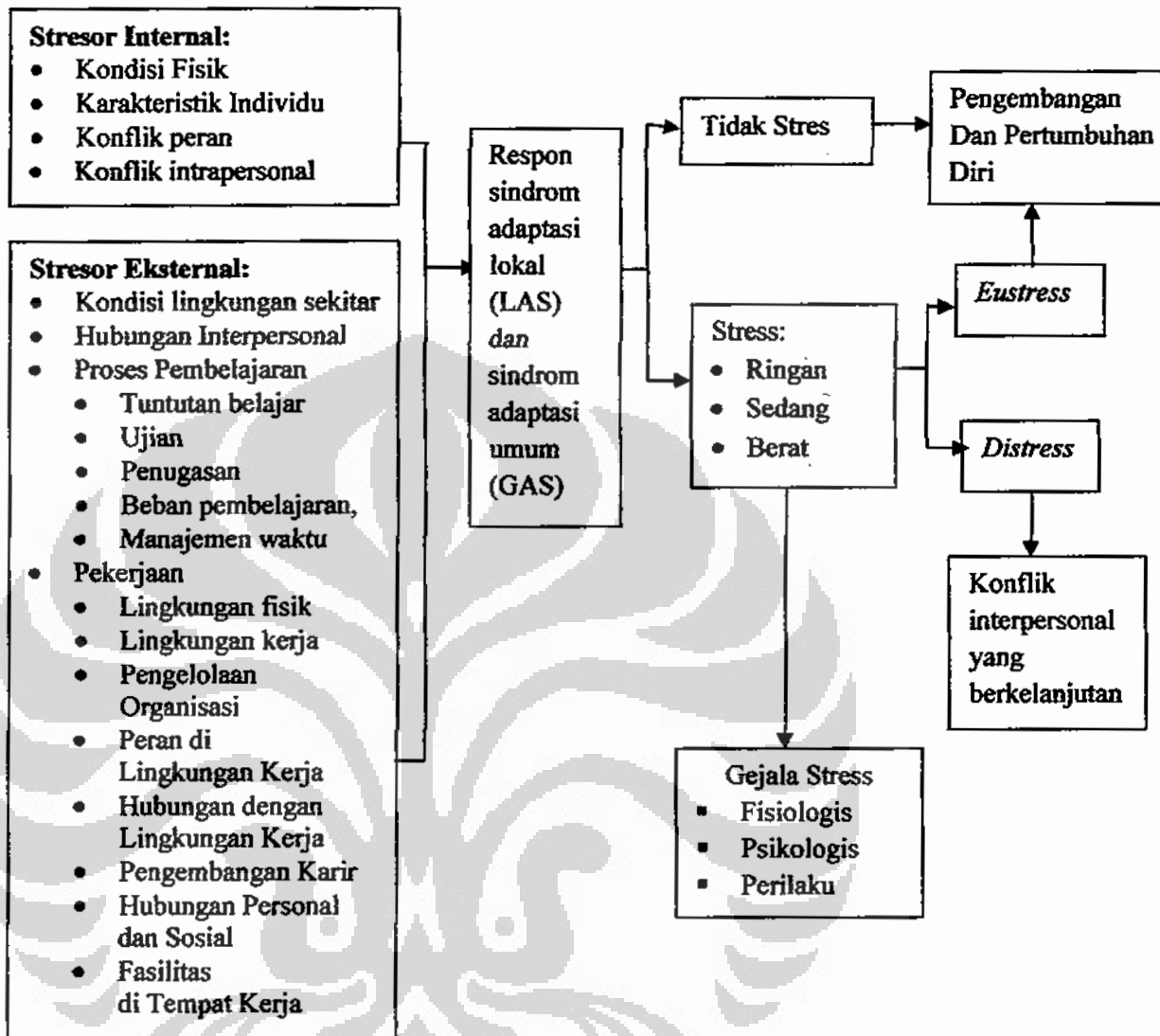
Kualitas mengajar setiap pengajar yang beragam. Pada penelitian ini, didapatkan dua standar pengajaran umum, Mahasiswa akan belajar lebih sedikit pada tipe pengajaran yang terlalu informatif, sedangkan belajar akan lebih banyak pada tipe pengajar yang lebih banyak mengajak mahasiswa untuk berinteraksi. Hal tersebut dapat memicu terjadinya stres pada mahasiswa.

4. Struktur perkuliahan

Struktur perkuliahan disini yaitu mengenai pengorganisasian perkuliahan seperti penjadwalan kuliah. Dalam penelitian tersebut, responden merasa jadwal dan rutinitas perkuliahan begitu berat dan menimbulkan *distress*.

Timmins (2005) melakukan sebuah penelitian deskriptif eksploratif tentang hubungan tingkat stres dengan perawat yang kembali melanjutkan pendidikan terhadap 70 mahasiswa dalam 1 kohort Program keperawatan di Irish University, Pada penelitian tersebut, ada beberapa hal yang menyebabkan mahasiswa keperawatan mengalami stres tingkat sedang sampai berat, diantaranya yaitu: Usaha untuk menyeimbangkan komitmen kerja dan tuntutan belajar sebagai stresor tertinggi, ujian akhir, penugasan kuliah, tuntutan dalam penyusunan tugas, beban pembelajaran, usaha untuk tetap mengikuti perkuliahan, usaha untuk menyeimbangkan komitmen di rumah dan kebutuhan belajar, manajemen waktu, belajar, serta pemenuhan kebutuhan pribadi ketika belajar.

Kerangka Teori



BAB 3

KERANGKA KONSEP PENELITIAN

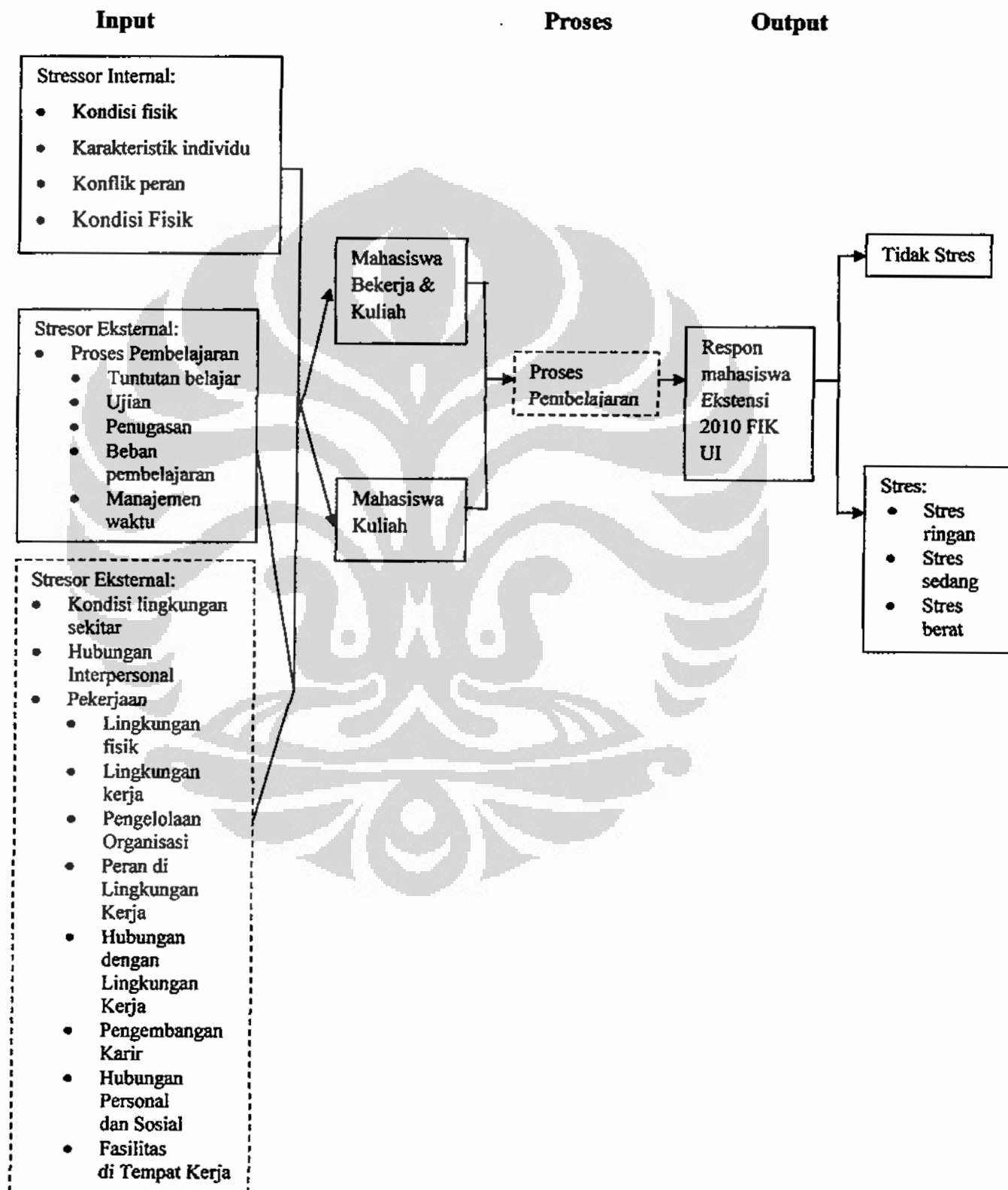
3.1. Kerangka Konsep

Berdasarkan konsep dan teori yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka bab ini akan menjelaskan tentang beberapa konsep yang dibuat dalam kerangka model skematik agar lebih mudah dipahami. Kerangka model skematik menjelaskan konsep dan fenomena terkait yang ditampilkan dalam bentuk diagram dengan menggunakan kotak, panah, atau simbol lain (Polit & Hungler, 1999).

Kerangka konsep penelitian ini menggambarkan tentang kejadian atau peristiwa, baik internal maupun eksternal, yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI. Peristiwa tersebut akan menghasilkan respon stres yang berbeda-beda pada masing-masing mahasiswa. Respon ini dapat dipersepsikan seseorang berupa stresor yang tidak menimbulkan stres, menimbulkan stres dalam tingkat ringan, sedang, atau bahkan berat.

Kerangka konsep penelitian ini dapat digambarkan dalam bentuk skema dengan menggunakan model sistem yang terdiri dari input, proses, dan output sebagai berikut:

Skema 3.1.
Kerangka Konsep Penelitian



Stresor internal dan stresor eksternal pada mahasiswa Program Ekstensi FIK UI yang bekerja dengan yang tidak bekerja digambarkan sebagai *input*. Stresor internal yang diteliti meliputi kondisi fisik, karakteristik individu, konflik peran, dan konflik intrapersonal. Pada stresor eksternal, area yang diteliti hanya stresor terkait proses pembelajaran mahasiswa, seperti tuntutan belajar, ujian, penugasan, beban pembelajaran, dan manajemen waktu. Stresor-stresor tersebut akan diteliti pengaruhnya terhadap tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi FIK UI selama proses pembelajaran pada tahun pertama. *Output* yang mungkin muncul dari stresor tersebut dapat berupa stres dan tidak stres. Stres dikategorikan menjadi tiga bagian, yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

3.2. Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini, yaitu:

- Hipotesis nol (H_0) : Tidak terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa program ekstensi FIK UI 2010 antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja
- Hipotesis alternatif (H_a) : Mahasiswa program ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program ekstensi 2010 FIK UI yang tidak bekerja.

3.3. Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Tingkat stres	Suatu tingkatan keadaan atau perasaan yang mengancam kesejahteraan individu yang dialami mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja, yang dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal, kemudian diklasifikasikan menjadi tidak stres, stres ringan, stres sedang, dan stres berat.	Alat ukur berupa kuesioner yang terdiri atas 30 pernyataan tertutup menggunakan skala likert dengan rentang pilihan jawaban 1= Tidak pernah 2= Jarang 3= Sering 4= Selalu	1. Tidak Stres : Jika nilai total 30-45 2. Stres Ringan : Jika nilai total 46-75 3. Stres Sedang : Jika nilai total 76-105 4. Stres Berat : Jika nilai total 106-120	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Mahasiswa Program Ekstensi FIK UI	<p>Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yaitu mahasiswa yang terdaftar untuk mengikuti perkuliahan di FIK UI yang dimulai pada tahun ajaran 2010.</p> <p>A. Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja yaitu mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang menjalankan pekerjaan di luar waktu perkuliahan, serta mendapatkan penghasilan dari pekerjaan tersebut.</p> <p>B. Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang tidak bekerja yaitu mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang menjalankan perkuliahan tanpa menjalankan aktivitas pekerjaan selama masa perkuliahan, yang dapat berupa tugas belajar, cuti atau tidak bekerja.</p>	<p>Alat ukur berupa kuesioner tentang status pekerjaan mahasiswa saat ini</p>	<p>a. Bekerja b. Tidak bekerja</p>	Nominal

Variabel lain

Variabel lain pada penelitian ini berupa data demografi.

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur & Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Usia	Usia mahasiswa dihitung sejak tahun kelahiran hingga ulang tahun terakhir pada saat mengisi kuesioner	Alat ukur berupa kuesioner tentang usia dalam tahun	Jumlah dalam tahun	Interval
Jenis Kelamin	Karakteristik mahasiswa tentang jenis kelamin yang terdiri dari "laki-laki" atau "perempuan"	Alat ukur berupa kuesioner tentang jenis kelamin	1. Laki-laki 2. Perempuan	Nominal
Status Pernikahan	Status perkawinan mahasiswa yang terdiri dari menikah, belum menikah, janda/duda	Alat ukur berupa kuesioner tentang status pernikahan	1. Belum menikah, 2. Menikah 3. Janda/duda	Nominal
Lama Bekerja	Lama kerja dihitung dalam jam per minggu.	Alat ukur berupa kuesioner tentang lama bekerja dihitung berdasarkan jam per minggu	Dalam jam/minggu	Rasio

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur & Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Jabatan pekerjaan	Tingkatan atau posisi dalam menjalankan tugas dan fungsi sebagai pekerja	Alat ukur berupa kuesioner tentang jabatan pekerjaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perawat pelaksana 2. KARU 3. Manajerial 4. Dosen 5. Peneliti 	Nominal

BAB 4

METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN

4.1. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah seluruh perencanaan dalam penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesa penelitian (Polit & Hungler, 1999). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif, karena penelitian ini bertujuan untuk melihat perbandingan tingkat stres antara dua kelompok, yaitu kelompok mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja dan mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang tidak bekerja.

4.2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI. Populasi penelitian ditentukan berdasarkan mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja pada tahun pertama perkuliahan. Jumlah total dari populasi yang akan diteliti sebanyak 47 mahasiswa.

Penghitungan jumlah sampel dalam penelitian dengan jumlah populasi terbatas (kurang dari 10.000 orang) menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

N = Jumlah populasi

n = Jumlah sampel

d = Tingkat kepercayaan yang diinginkan (0,1)

sehingga hasil yang diperoleh:

$$N_A = 27 \text{ orang}$$

$$\begin{aligned} n_A &= \frac{27}{1 + 27(0,1)^2} \\ &= 21,26 = 21 \text{ orang} + 10\% \\ &= 23 \text{ orang} \end{aligned}$$

$$N_B = 20 \text{ orang}$$

$$\begin{aligned} n_B &= \frac{20}{1 + 20(0,1)^2} \\ &= 16,67 + 10\% \\ &= 18,2 = 18 \text{ orang} \end{aligned}$$

Hasil penghitungan di atas menunjukkan dengan populasi 47 mahasiswa diperoleh jumlah sampel 37 mahasiswa. Peneliti melakukan penambahan jumlah sampel sebesar 10% sebagai antisipasi dalam menghindari data bias, sehingga diperoleh hasil penghitungan jumlah sampel sebanyak 41 orang.

Penelitian ini akan menggunakan teknik pengambilan sampling acak dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu pengambilan responden pertama dilakukan secara acak sederhana. Kriteria sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Depok, yang masih terdaftar aktif sebagai mahasiswa dan tidak sedang cuti kuliah.
2. Mahasiswa Program Sarjana Ekstensi angkatan 2010
3. Mahasiswa yang dapat membaca dan menulis
4. Mahasiswa yang sehat fisik dan mental
5. Bersedia menjadi responden penelitian

4.3. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di FIK UI. Hal ini karena FIK UI merupakan institusi keperawatan di Indonesia yang memiliki akreditasi A serta memiliki Program Ekstensi dengan karakteristik mahasiswa yang bervariasi. Penelitian akan dilakukan pada bulan April-Mei 2010.

4.4. Etika Penelitian

Penelitian dilakukan dengan memperhatikan aspek etika penelitian. Etika penelitian dimaksudkan untuk menjamin kerahasiaan identitas responden, melindungi dan menghormati hak responden berupa sekumpulan prinsip dan nilai peraturan yang tidak tertulis yang digunakan oleh peneliti. Acuan prinsip etika yang digunakan adalah *Belmont Report* yang menyebutkan tiga prinsip utama etika penelitian, yaitu *beneficence*, *respect for human dignity*, dan *justice* (Polit & Hungler, 1999).

Penelitian ini tidak memberikan manfaat secara langsung ataupun bahaya kepada responden. Penelitian tidak akan menempatkan responden pada situasi yang merugikan

ataupun berisiko merugikan responden. Penelitian ini menjaga kerahasiaan data yang diberikan dapat terjamin karena identitas responden tidak dicantumkan pada format kuesioner hanya dicantumkan kode inisial. Calon responden akan mendapat penjelasan terkait penelitian sebelum menyatakan kesediaan menjadi responden. Penjelasan terkait penelitian akan disampaikan secara tertulis maupun lisan. Responden dipilih secara acak dan bukan berdasarkan pertimbangan personal peneliti. Seluruh responden akan mendapat perlakuan yang sama terkait penelitian. Tidak ada unsur pemaksaan di dalam penelitian ini sehingga responden memiliki hak untuk menolak mengisi kuesioner.

4.5. Alat Pengumpul Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk kuesioner yang dikembangkan oleh peneliti dengan mengacu kepada kerangka teori. Kuesioner yang akan dibagikan kepada responden terdiri dari dua bagian, yaitu data demografi dan kuesioner terkait tingkat stres. Data demografi, terdiri dari usia, jenis kelamin, status pekerjaan, status pernikahan, lama jam kerja dalam seminggu, serta jabatan pekerjaan. Pada kuesioner terkait tingkat stress, kuesioner ini berupa isian dengan skala likert dengan rentang 1-4 (terlampir) yang terdiri dari 30 pertanyaan. Pertanyaan tersebut dibagi menjadi dua bagian terkait stresor internal dan eksternal yang dapat menyebabkan stres pada responden.

4.6. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan mengacu pada prosedur yang telah ditetapkan sebagai berikut:

1. Setelah proposal disetujui oleh pembimbing dan koordinator mata ajar, peneliti mengajukan surat permohonan izin ke pihak Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Depok, untuk dapat mengambil data.
2. Peneliti menemui calon responden, dan mengadakan pendekatan serta memberikan penjelasan kepada calon responden mengenai penelitian yang akan dilakukan serta hak-hak responden. Calon responden yang bersedia menjadi responden penelitian membaca lembar persetujuan dan menandatangani lembar persetujuan tersebut.

3. Peneliti memberikan penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner pada responden dan memberikan kesempatan bagi responden untuk bertanya bila ada informasi yang kurang jelas.
4. Responden diberi waktu untuk mengisi kuesioner.
5. Kuesioner yang telah diisi dikembalikan kepada peneliti. Apabila ada kuesioner yang belum lengkap langsung dilengkapi saat itu juga.
6. Semua kuesioner yang telah diisi dikumpulkan oleh peneliti untuk kemudian diseleksi dan dilakukan pengolahan data.

4.7. Pengolahan dan Analisis Data

Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat.

4.7.1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan masing-masing variabel, yaitu tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi FIK UI 2010 yang bekerja, tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi FIK UI 2010 yang tidak bekerja, serta data demografi responden yang meliputi usia, jenis kelamin, nama instansi, pengalaman kerja, status perkawinan, jumlah anak, peran dalam keluarga dan tempat tinggal.

4.7.2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis perbedaan antara tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Data demografi dapat dihitung dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Presentase

f = Jumlah Frekuensi

n = Jumlah Responden

Selanjutnya dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square karena kedua variabel yang diteliti merupakan variabel kategorik.

$$X^2 = \frac{\sum (O-E)^2}{E}$$

Keterangan:

X^2 = Chi-Square

O = Nilai Observasi

E = Nilai yang diharapkan/Ekspektasi

Hasil statistik Chi-Square dibandingkan dengan X^2 pada tabel distribusi Chi-Square untuk tingkat signifikan tertentu sesuai derajat kebebasan atau *degree of freedom*. Derajat kebebasan tersebut didapatkan dengan menggunakan rumus:

$$Df = (B-1) (K-1)$$

Keterangan:

B = Jumlah Baris

K = Jumlah Kolom

Akan tetapi, jika ada satu atau lebih sel yang memiliki nilai *expected count* kurang dari lima, maka dilakukan *fisher's exact test*. Kemudian dengan cara probabilitas membandingkan nilai p dengan α untuk menentukan apakah H_0 ditolak atau diterima dengan ketentuan:

- a. bila p value $< \alpha$, H_0 ditolak, H_a diterima
- b. bila p value $> \alpha$, H_0 diterima, H_a ditolak

4.8. Sarana Penelitian

Sarana penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen penelitian berupa kuesioner, alat tulis, komputer, kalkulator, buku referensi, internet serta sarana lain yang dapat membantu pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

4.9. Jadwal Penelitian

Jadwal penelitian yang disusun oleh peneliti dalam kegiatan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel. 4.1.

Jadwal Kegiatan Penelitian “Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia antara yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja”

Kegiatan	Bulan															
	Februari				Maret				April				Mei			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identifikasi Masalah																
Studi Kepustakaan																
Penyusunan Proposal																
Persiapan Administrasi (Perizinan)																
Pengumpulan Data																
Pengolahan Data																
Penyusunan Laporan																
Penyerahan Laporan																
Penyerahan Manuskrip dan Penyajian Hasil Penelitian																

BAB 5

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan selama dua hari, yaitu pada tanggal 2 dan 3 Mei 2011. Sebelum pengumpulan data, peneliti telah melakukan uji validitas dan uji reliabilitas terhadap instrumen yang akan digunakan. Pengujian dilakukan terhadap 30 mahasiswa Program Ekstensi sore 2009. Hasil yang diperoleh adalah dari 40 pernyataan terdapat 15 pernyataan yang valid, sehingga 15 pernyataan direvisi kembali dan 10 pernyataan dihilangkan. Selain itu, dilakukan pula pengujian terhadap reliabilitas instrumen. Pada uji reliabilitas didapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,816. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian yang digunakan reliabel. Setelah instrumen diperbaiki peneliti mulai melakukan pengumpulan data. Responden yang ikut serta dalam penelitian ini berjumlah 41 orang yang terdiri dari 23 mahasiswa Program Ekstensi 2010 yang bekerja dan 18 mahasiswa Program Ekstensi 2010 yang tidak bekerja, sesuai dengan penghitungan jumlah sampel yang dilakukan.

Pada penelitian ini, peneliti membagi responden menjadi dua kategori, yaitu responden yang bekerja dan yang tidak bekerja. Karakteristik responden yang diteliti, meliputi status pekerjaan, usia, jenis kelamin, status pernikahan, lama bekerja, serta jabatan pekerjaan. Akan tetapi, pada responden yang tidak bekerja poin lama bekerja dan jabatan pekerjaan tidak diteliti. Setelah mendapatkan data dari tiap responden, dilakukan penghitungan proporsi dan persentase untuk setiap data tersebut.

Hasil analisis dapat dilihat di bawah ini:

5.1. Analisis Univariat

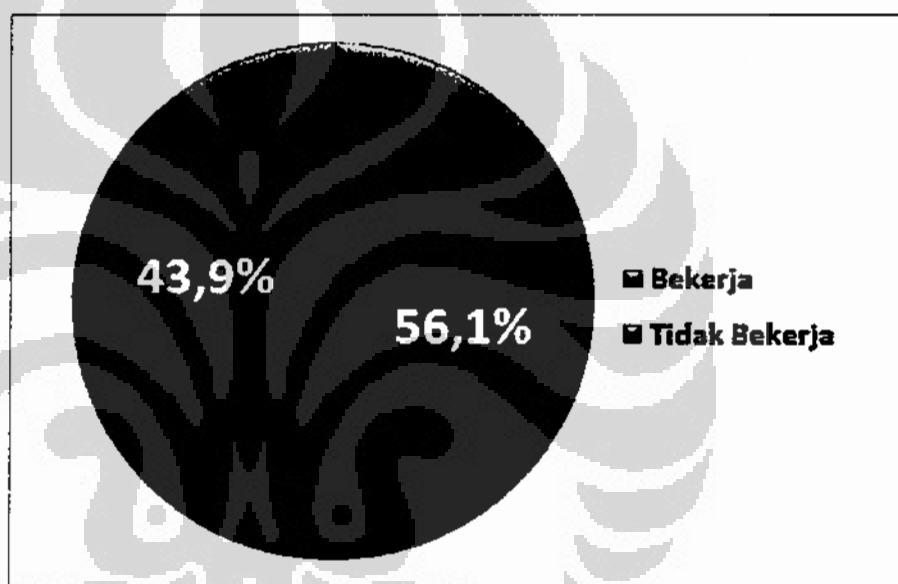
Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti beserta data demografi. Penelitian ini menggunakan distribusi frekuensi dengan ukuran presentase atau proporsi.

5.1.1. Data Demografi

Distribusi responden ditinjau dari status pekerjaan selama kuliah, yaitu 23 responden yang bekerja (56,1%) dan 18 responden yang tidak bekerja (43,9%). Proporsi responden untuk masing-masing kelas hampir seimbang.

Diagram 5.1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

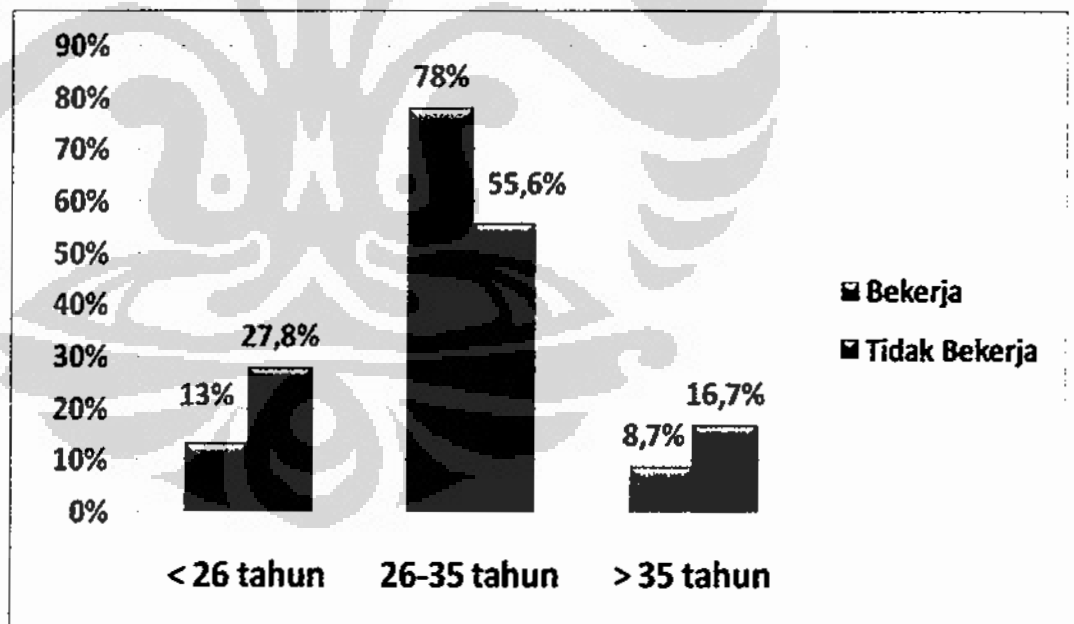


5.1.1.1. Usia Responden

Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia yang tampak pada diagram 5.2 menunjukkan bahwa 18 responden berusia 26 sampai 35 tahun (78%), 3 responden berusia kurang dari 26 tahun (13%), serta 2 responden berusia lebih dari 35 tahun (8,7%).

Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia untuk responden yang tidak bekerja menunjukkan bahwa 10 responden berusia 26 sampai 35 tahun (55,6%), 5 responden berusia kurang dari 26 tahun (27,8%), serta 3 responden berusia lebih dari 35 tahun (16,7%).

Diagram 5.2.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden
Berdasarkan Usia



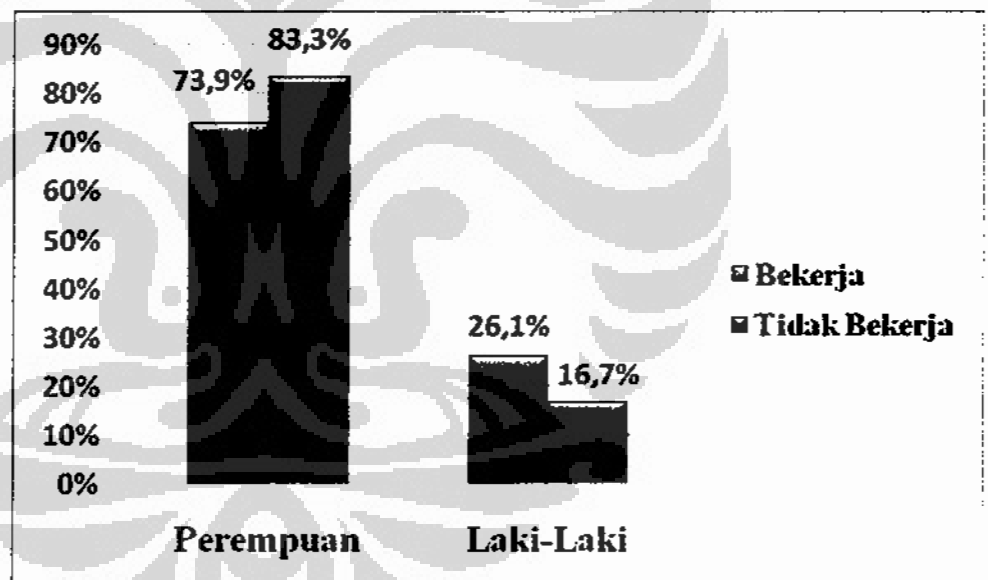
5.1.1.2. Jenis Kelamin

Distribusi karakteristik responden yang bekerja berdasarkan jenis kelamin yang tampak pada diagram 5.3. adalah 17 responden (73,9%) berjenis kelamin perempuan dan 6 responden (26,1%) berjenis kelamin laki-laki.

Distribusi karakteristik responden yang tidak bekerja berdasarkan jenis kelamin, yaitu 15 responden (83,3%) berjenis kelamin perempuan dan 3 responden (16,7%) berjenis kelamin laki-laki.

Diagram 5.3.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin



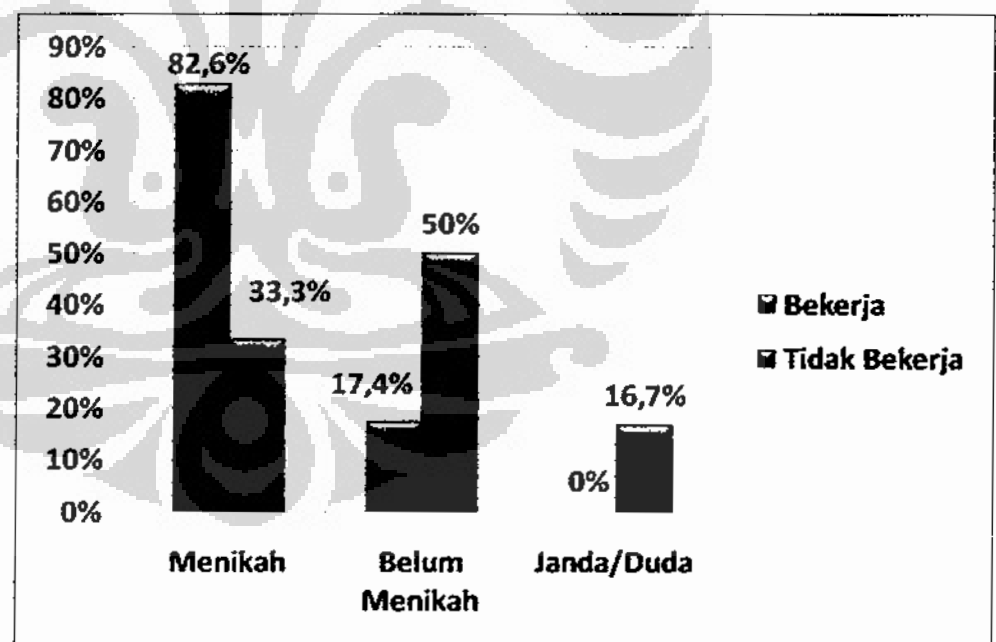
5.1.1.3. Status Pernikahan

Distribusi karakteristik responden yang bekerja berdasarkan status pernikahan yang tampak pada diagram 5.4., yaitu 19 responden (82,6%) berstatus menikah, 4 responden (17,4%) berstatus belum menikah serta tidak terdapat janda atau duda.

Distribusi karakteristik responden yang tidak bekerja berdasarkan diagram 5.4. menunjukkan bahwa terdapat 6 responden yang menikah (33,3%), 9 responden yang berstatus belum menikah (50%), serta 3 responden (16,7%) yang berstatus janda atau duda.

Diagram 5.4.

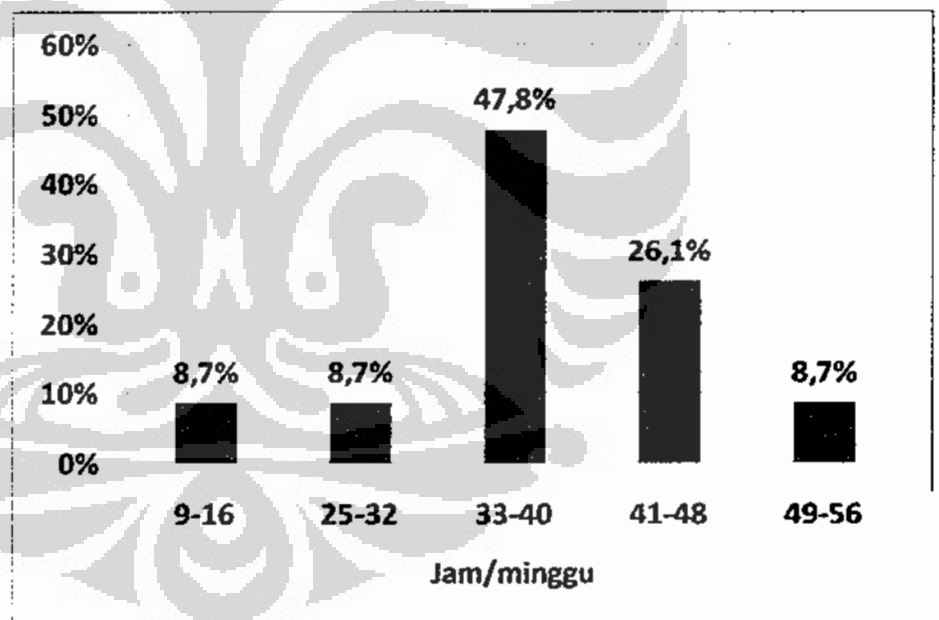
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang Bekerja Berdasarkan Status Pernikahan



5.1.1.4. Lama Kerja

Deskripsi karakteristik responden berdasarkan lama bekerja dalam satu minggu berdasarkan diagram 5.5. diperoleh hasil bahwa sebanyak 2 orang (8,7%) bekerja selama 9-16 jam perminggu, 2 orang (8,7%) bekerja selama 25-32 jam perminggu, 11 orang (47,8%) bekerja selama 33-40 jam perminggu, 6 orang (26,1%) bekerja selama 41-48 jam perminggu, serta 2 orang (8,7%) bekerja selama 49-56 jam perminggu.

Diagram 5.5.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang Bekerja Berdasarkan Lama Kerja dalam Satu Minggu

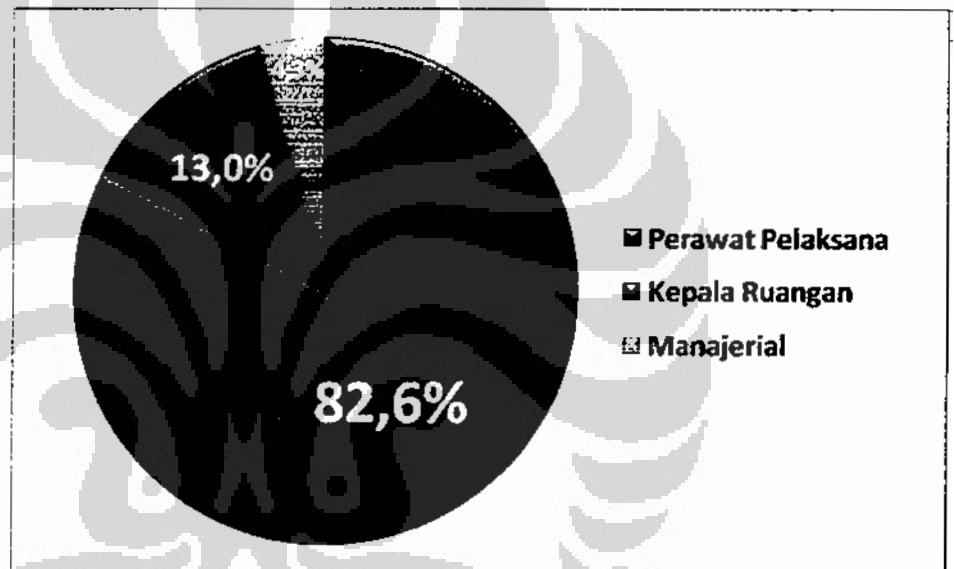


5.1.1.5. Jabatan Pekerjaan

Diagram 5.6. menunjukkan bahwa 19 responden (82,6%) bekerja sebagai perawat pelaksana, 3 responden (13%) bekerja sebagai kepala ruangan, dan 1 responden (4,3%) bekerja sebagai manajerial.

Diagram 5.6.

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden
Berdasarkan Jabatan Pekerjaan**



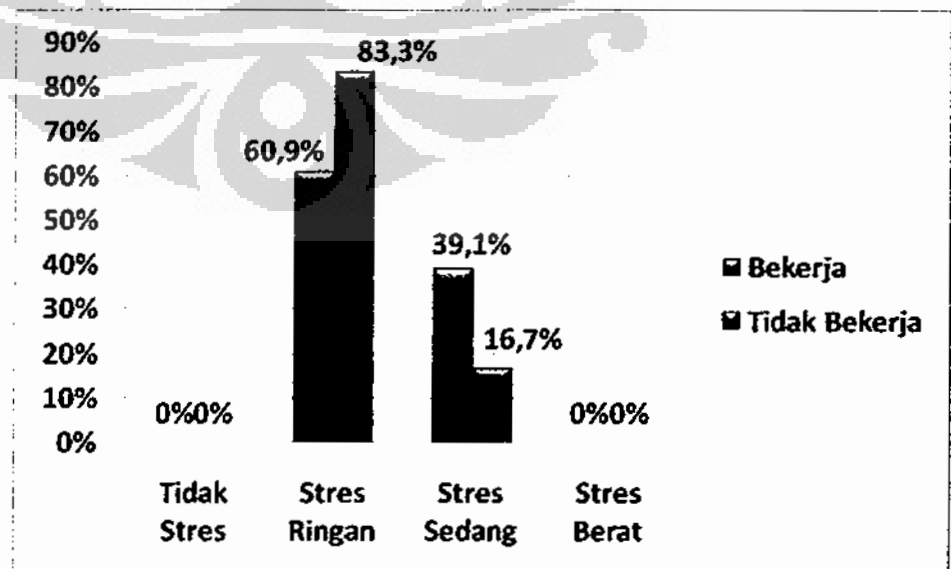
5.1.2. Variabel: Tingkat Stres

Hasil penelitian yang tampak pada diagram 5.7. memperlihatkan bahwa mahasiswa Program Ekstensi 2010, baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja lebih banyak yang mengalami stres ringan. Pada mahasiswa yang bekerja, diagram 5.7. memperlihatkan bahwa mahasiswa Program Ekstensi 2010 yang bekerja tidak ada yang tidak stres atau bahkan mengalami stres berat. Akan tetapi pada mahasiswa yang bekerja diperoleh hasil bahwa yang mengalami stres ringan sebanyak 14 orang atau sebesar 60,9 %, sedangkan mahasiswa yang mengalami stres sedang sebanyak 9 orang atau sebesar 39,1 %.

Pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 yang tidak bekerja diperoleh hasil bahwa tidak ada mahasiswa yang tidak stres dan yang mengalami stres berat. Akan tetapi, diperoleh hasil bahwa sebanyak 15 orang mengalami stres ringan atau sebesar 83,3%, sedangkan mahasiswa yang mengalami stres sedang sebanyak 3 orang atau sebesar 16,7%.

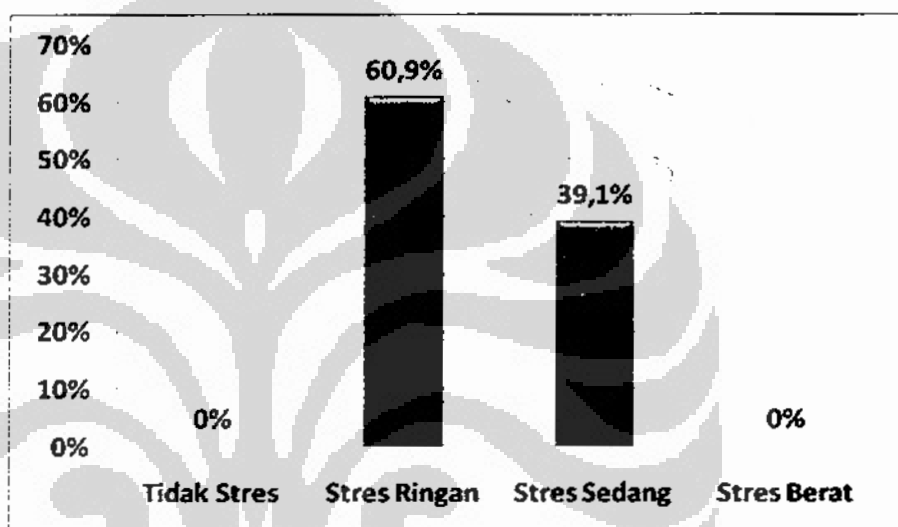
Diagram 5.7.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang Bekerja dan yang Tidak Bekerja, Mei 2011



Berdasarkan Diagram 5.8., diketahui bahwa seluruh responden berjumlah 41 orang. Diagram 5.8. menunjukkan bahwa 30 orang (73,2%) mengalami stres ringan, sedangkan 11 orang (26,8%) mengalami stres sedang.

Diagram 5.8.
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, Mei 2011



5.2. Analisis Bivariat

Uji statistik ini digunakan untuk melihat adanya perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *fisher's exact test*. Hal ini dilakukan karena terdapat satu sel (sel d), yang memiliki *expected count* kurang dari 5, yaitu 4,83. Tabel 5.1. menunjukkan hasil analisis perbandingan antara tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh hasil 9 mahasiswa yang bekerja (39,1%) mengalami stres sedang, sedangkan mahasiswa yang tidak bekerja sebanyak 2 orang (11,1%) mengalami stres sedang. Hasil uji statistik dengan menggunakan *fisher's exact test* diperoleh nilai p sebesar 0,047 ($\alpha = 0,05$). Dengan demikian, berdasarkan pada nilai p yang lebih kecil dari α ($0,047 < 0,05$),

disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

Tabel 5.1.
Distribusi Responden Menurut Status Pekerjaan dan Tingkat Stres pada
Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, Mei 2011
Status Pekerjaan * Tingkatan Stres Responden Crosstabulation

		Tingkatan Stres Responden			Total
		Stres Ringan	Stres Sedang		
Status Pekerjaan	Bekerja	Count	14	9	23
		Expected Count	16.8	6.2	23.0
	Tidak Bekerja	Count	16	2	18
		Expected Count	13.2	4.8	18.0
Total		Count	30	11	41
		Expected Count	30.0	11.0	41.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4.038 ^a	1	.044		
Continuity Correction ^b	2.737	1	.098		
Likelihood Ratio	4.340	1	.037		
Fisher's Exact Test				.075	.047
Linear-by-Linear Association	3.940	1	.047		
N of Valid Cases	41				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.83.

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1. Interpretasi Hasil

Pada bagian ini akan disajikan mengenai pembahasan penelitian tentang perbandingan tingkat stres mahasiswa program Ekstensi FIK UI 2010 yang bekerja dan yang tidak bekerja. Keragaman karakteristik responden seperti keragaman usia, status pernikahan, status pekerjaan yang tidak hanya dilihat dari apakah responden tersebut bekerja atau tidak, akan tetapi juga dilihat dari durasi kerja responden yang bekerja, serta jabatan pekerjaan responden seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Berdasarkan hal-hal tersebut, tampak bahwa ada perbedaan tingkat stres yang dialami oleh responden jika dilihat dari status pekerjaan responden. Meskipun kedua kelas responden memiliki tingkat stres dengan rentang ringan dan sedang, mayoritas mahasiswa yang bekerja mengalami stres dengan tingkat sedang, sedangkan mayoritas mahasiswa yang tidak bekerja mengalami stres dengan tingkat stres ringan.

Usia secara tidak langsung memberikan pengaruh terhadap timbulnya stres pada seseorang. Stres yang berasal dari dalam pribadi seseorang atau *stres internal* berupa kondisi fisik dapat dilihat dari usia. Perry & Potter (2005) menjelaskan bahwa setiap tahap perkembangan akan mengalami stresnya masing-masing. Stres yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kemampuan untuk menyelesaikan tugas perkembangan. Usia responden berada pada rentang usia dewasa muda, yaitu awal 20 tahunan sampai pertengahan 40 tahunan (Potter & Perry, 2005). Pada penelitian ini, baik responden yang bekerja maupun yang tidak bekerja memiliki usia paling banyak pada rentang 26-35 tahun.

Masa dewasa awal dan tengah merupakan periode yang penuh tantangan, penghargaan, dan krisis (Potter & Perry, 2005). Tantangan ini

meliputi tuntutan kerja dan membentuk keluarga, dapat diberi penghargaan karena kesuksesan karir maupun kehidupan pribadi, serta menghadapi krisis berupa kehilangan orang tua atau pekerjaan. Pada masa ini individu mengalami stres yang disebabkan pembentukan karakteristik diri dan keteraturan hidup.

Jenis kelamin juga dapat mempengaruhi tingkatan stres. Dalam *The Handbook of Stress Science Biologi, Psychology, and Health*, penelitian mengatakan bahwa laki-laki lebih beresiko untuk mengalami stres daripada perempuan (Davis, Matthe, & Twamley, 1999; Lawlor Ebrahim, & Davey Smith, 2001). Menurut Contrada & Baum (2011), faktor yang terkait dengan hal tersebut adalah komponen emosi, kognitif, dan tingkah laku. Selain itu, faktor lainnya adalah peran dalam lingkungan sosial keluarga dan respon terhadap stres.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa distribusi jenis kelamin pada responden yang tidak bekerja paling banyak adalah perempuan, yaitu berjumlah 15 orang, sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 3 orang. Pada responden yang bekerja juga dijumpai hasil yang sama dengan responden yang tidak bekerja, yaitu lebih banyak mahasiswa perempuan (15 orang) dibandingkan mahasiswa laki-laki (3 orang). Dalam penelitian ini tidak dijelaskan tentang hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat stres, sehingga jenis kelamin tidak dapat dikaitkan penuh terhadap tingkatan stres seseorang.

Pada jumlah total responden, mayoritas responden, baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja, berstatus menikah. Status pernikahan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perubahan terhadap peran suatu individu. Status pernikahan juga memiliki pengaruh terhadap peran individu tersebut dalam beradaptasi terhadap perubahan yang ada. Seperti yang telah dijelaskan oleh Potter & Perry (2005), konflik peran dapat terjadi pada individu, khususnya jika individu tersebut memiliki peran ganda dalam suatu situasi, yang dalam hal ini adalah peran sebagai mahasiswa dan peran sebagai suami atau istri. Jika individu tersebut tidak mampu beradaptasi terhadap peran yang dijalankannya, maka

konflik peran dapat memicu terjadinya stres, baik berupa *eustress* maupun *distress*. Meskipun demikian, status pernikahan bukanlah faktor tunggal yang memicu munculnya konflik peran tersebut, sehingga status pernikahan tidak dapat dikaitkan secara penuh terhadap tingkat stres seseorang.

Berdasarkan hasil penelitian terkait status pekerjaan, didapatkan bahwa responden yang tidak bekerja lebih banyak mengalami stres ringan daripada stres sedang. Begitu pun pada responden yang bekerja. Responden yang bekerja pun lebih banyak mengalami stres ringan daripada stres sedang. Meskipun ternyata responden yang tidak bekerja juga mengalami stres, tetapi stres yang dialami lebih banyak ke arah stres ringan daripada stres sedang, sedangkan stres sedang lebih banyak didominasi oleh responden yang bekerja. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja mengalami tingkat stres yang setingkat lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak bekerja.

Tingkat stres pada mahasiswa program Ekstensi 2010 yang bekerja terkait dengan status pekerjaan dapat dilihat dari lama bekerja dan jabatan yang ditempati oleh responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 23 orang yang bekerja, mayoritas mahasiswa memiliki lama bekerja selama 11-40 jam dalam seminggu. Sisanya beberapa bekerja kurang dari 11 jam dan lebih dari 40 jam dalam satu minggu. Hal ini akan membuktikan bahwa waktu interaksi perawat dengan lingkungan kerja cukup berarti. Seperti yang diungkapkan oleh Devereux *et al* (2009) terkait *person-environment theory* bahwa selama interaksi tersebut bisa saja terjadi ketidakseimbangan antara kondisi di lingkungan kerja dengan harapan dan kemampuan kerja, sehingga berpotensi timbul ambiguitas peran, beban kerja yang berlebih, serta konflik peran.

Jabatan atau peran seseorang dalam pekerjaan juga dapat menjadi salah satu faktor internal timbulnya stres (Stranks, 2005). Dalam sebuah organisasi atau institusi, setiap jabatan atau peran memiliki beban pekerjaan yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut dapat berpengaruh terhadap persepsi dan tingkat stres pada individu itu sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa jabatan atau peran pada responden yang bekerja sebagian besar adalah sebagai perawat pelaksana. Ada juga beberapa dari responden yang menduduki jabatan sebagai kepala ruangan dan manajer keperawatan. Pengembangan karir dapat menjadi stresor pada perawat sesuai dengan yang disampaikan oleh Stranks (2005) bahwa promosi berlebih dan promosi yang kurang dapat menjadi stresor bagi perawat. Peran atau jabatan di dalam suatu institusi mempengaruhi rentang tanggung jawab seseorang terhadap pekerjaannya. Menurut Devereux *et al* (2009), terdapat beberapa teori yang berperan dalam munculnya stressor di dalam lingkungan kerja, salah satunya adalah teori *Demand-Control-Support* dimana pekerjaan dipengaruhi oleh interaksi antara persepsi pekerja terhadap tuntutan kerja, kontrol kerja dan dukungan kerja yang diterima. Beban pekerjaan tersebut dapat menjadi stresor tersendiri pada perawat, sehingga akan berpengaruh terhadap tingkat stres yang akan dialami oleh individu tersebut.

Penguraian hasil penelitian di atas tentang jabatan, sesuai dengan konsep teori yang disampaikan oleh Stranks (2005) terkait dengan stresor berdasarkan kondisi internal, yaitu peran di dalam lingkungan kerja. Stranks mengatakan bahwa stres dapat terjadi ketika terjadi ambiguitas pada peran, konflik peran, rendahnya dukungan dari rekan kerja, serta rendahnya tanggung jawab yang diberikan oleh atasan. Responden yang bekerja berpotensi lebih banyak terjadi kondisi-kondisi tersebut dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian di atas, yaitu mahasiswa yang bekerja lebih banyak mengalami stres sedang daripada mahasiswa yang tidak bekerja. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa status pekerjaan dan jabatan dalam lingkungan kerja menjadi stresor tersendiri pada responden yang bekerja, sehingga berperan dalam meningkatnya tingkat stres.

Berdasarkan diagram 5.8. tentang distribusi frekuensi tingkat stres pada mahasiswa program Ekstensi 2010 FIK UI, diketahui bahwa keseluruhan responden berjumlah 41 orang. Diagram tersebut memperlihatkan klasifikasi tingkatan stres pada keseluruhan sampel. Pada

mahasiswa program Ekstensi 2010, lebih dari 73%-nya mengalami stres ringan dan hanya sedikit yang mengalami stres sedang. Dapat dikatakan bahwa mayoritas responden mempersepsikan stressor yang dialami sebagai suatu stressor yang berat.

Hasil analisis mengenai perbandingan tingkat stres menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa ekstensi FIK UI 2010 yang bekerja mengalami stres sedang dibandingkan dengan yang tidak bekerja yaitu 39,1% : 11,1%. Kondisi ini dipengaruhi oleh stressor internal dan eksternal. Stressor internal meliputi kondisi fisik, karakteristik individu, konflik peran dan konflik intrapersonal sedangkan stressor eksternal yaitu pembelajaran.

Kondisi fisik dapat menjadi stressor tersendiri bagi individu tertentu. Kondisi fisik yang menurun dapat memberikan dampak terhadap kinerja seseorang, baik itu dalam pekerjaan maupun dalam pendidikan. Hal ini yang menyebabkan responden yang bekerja lebih banyak mengalami stres sedang daripada responden yang tidak bekerja terkait dengan kondisi fisik. Hal tersebut dikarenakan responden yang bekerja diharuskan untuk mencurahkan energinya pada dua hal sekaligus, yaitu pekerjaan dan pendidikan.

Strank (2005) mengatakan bahwa karakteristik setiap orang berbeda-beda dalam menghadapi stressor, tergantung pada pengalaman seseorang dalam mengalami stressor tersebut. Dalam hal ini mungkin saja persepsi, sikap, perilaku, dan kemampuan responden yang bekerja akan suatu stressor dipandang sama bagi responden yang tidak bekerja. Responden yang bekerja menganggap hal tertentu merupakan suatu stressor, begitu pun bagi responden yang tidak bekerja.

Konflik peran adalah tidak adanya kesesuaian harapan peran (Broadweel, 1983 dalam Potter & Perry, 2005). Konflik dapat berkembang ketika individu memiliki tanggungjawab ganda pada pekerjaan dan keluarga. Stressor dapat mencakup konflik antara harapan dan realitas.

Stressor eksternal dapat memberikan dampak terhadap produktivitas perawat. Berdasarkan kuisisioner yang disebar, mayoritas

responden yang bekerja menyatakan bahwa jadwal dan rutinitas perkuliahan yang selama ini mereka jalani begitu padat. Responden yang bekerja pun sebagian besar setuju bahwa penugasan yang terlalu banyak membuat mereka tertekan. Belum lagi ditambah dengan banyaknya materi perkuliahan yang harus dipelajari dalam memenuhi tuntutan kompetensi kurikulum dengan metode pembelajaran interaktif yang mengharuskan mahasiswa untuk mandiri dalam menggali materi. Tuntutan pekerjaan ditambah dengan tuntutan pendidikan tentunya akan menjadi stresor tersendiri bagi perawat, sehingga perawat beresiko mengalami kepenatan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mojoyinola (2008) terkait efek stres kerja terhadap kesehatan, perilaku personal dan kerja perawat, *perawat yang mengalami stres tinggi akan mengalami penurunan produktivitas di tempat kerjanya*. Hal ini tampak pada responden yang bekerja, terutama pada kuisisioner tentang penurunan produktivitas sejak berkuliah, mayoritas responden setuju akan hal tersebut dibandingkan dengan responden yang tidak bekerja. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa perkuliahan dianggap dapat menurunkan produktivitas pada responden yang bekerja.

Beberapa poin kuisisioner yang digunakan pada penelitian ini sama dengan instrumen yang digunakan oleh Timmins (2005) dalam meneliti tingkat stres mahasiswa keperawatan, tetapi tampak pada hasil bahwa tidak ada mahasiswa yang mengalami stres berat, baik pada mahasiswa yang bekerja maupun yang tidak bekerja. Hal ini dapat disebabkan karena responden yang diteliti merupakan responden dari program ekstensi, yang sebelumnya juga telah berkuliah. Di samping itu, banyak faktor lain yang dapat memicu terjadinya peningkatan stres terhadap individu, diantaranya adalah persepsi individu tersebut dalam menganggap sesuatu sebagai stresor atau tidak, serta faktor lain seperti karakteristik individu tersebut sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 23 mahasiswa yang bekerja mengalami stres ringan sebesar 60,9 %, sedangkan mahasiswa

yang mengalami stres sedang sebesar 39,1 %. Pada 18 mahasiswa yang tidak bekerja didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan sebesar 83,3%, sedangkan mahasiswa yang mengalami stres sedang sebesar 16,7%. Berdasarkan hasil uji statistik, diperoleh nilai p sebesar 0,047 ($\alpha = 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa nilai p lebih kecil dari α ($0,047 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa program Ekstensi FIK UI 2010 antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Timmins (2005) tentang hubungan tingkat stres dengan perawat yang kembali melanjutkan pendidikan. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa usaha untuk menyeimbangkan antara komitmen kerja dengan tuntutan belajar merupakan stresor tertinggi.

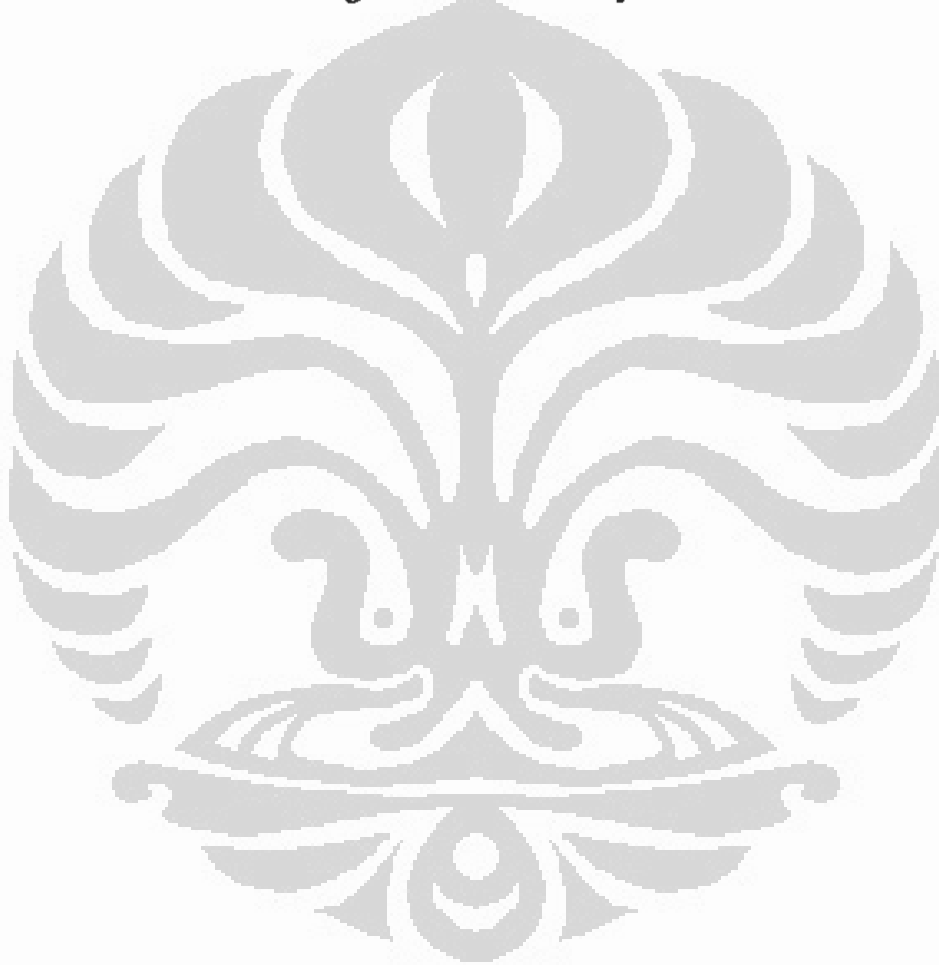
Perbedaan tingkat stres mahasiswa program Ekstensi FIK UI 2010 dapat memicu institusi pendidikan dalam menerapkan metode pembelajaran yang efektif dan kondusif. Metode pembelajaran yang sesuai ditujukan untuk menunjang mahasiswa dalam menjalani peran sebagai mahasiswa dan perawat. Hal ini dapat membantu mahasiswa menyesuaikan diri terhadap stresor yang ada.

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam mengenali tingkatan stres pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja. Penilaian akan tingkatan stres tersebut dapat membantu perawat dan mahasiswa keperawatan dalam mengambil keputusan asuhan keperawatan yang tepat. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan acuan dan informasi penguat untuk penelitian lain yang terkait dengan stres.

6.2. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa keterbatasan. Keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen hanya dilakukan satu kali dan tidak dilakukan pengujian kembali setelah instrumen diperbaiki.
2. Instrumen penelitian dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan pada konsep yang ada, walaupun telah dilakukan uji validitas, tidak menutup kemungkinan instrumen penelitian ini kurang memenuhi standar sehingga tidak representatif dengan kondisi sebenarnya.



BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN

7.1. Kesimpulan

Tingkat stres dipengaruhi oleh stresor internal dan eksternal. Pekerjaan merupakan bagian dari stresor eksternal yang memiliki karakteristik beragam. Beban pekerjaan dan beban pendidikan menjadi stresor tersendiri bagi perawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik, tingkat stres pada mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja dan yang tidak bekerja, serta perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dan yang tidak bekerja.

Mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, terdiri dari mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja. Karakteristik mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI mayoritas adalah perempuan. Karakteristik lain dari mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI, diantaranya mayoritas berada pada rentang usia dewasa awal dan menikah. Pada mahasiswa yang bekerja, mayoritas bekerja dengan lama kerja sebanyak sebelas sampai empat puluh jam per minggu dan mayoritas bekerja sebagai perawat pelaksana.

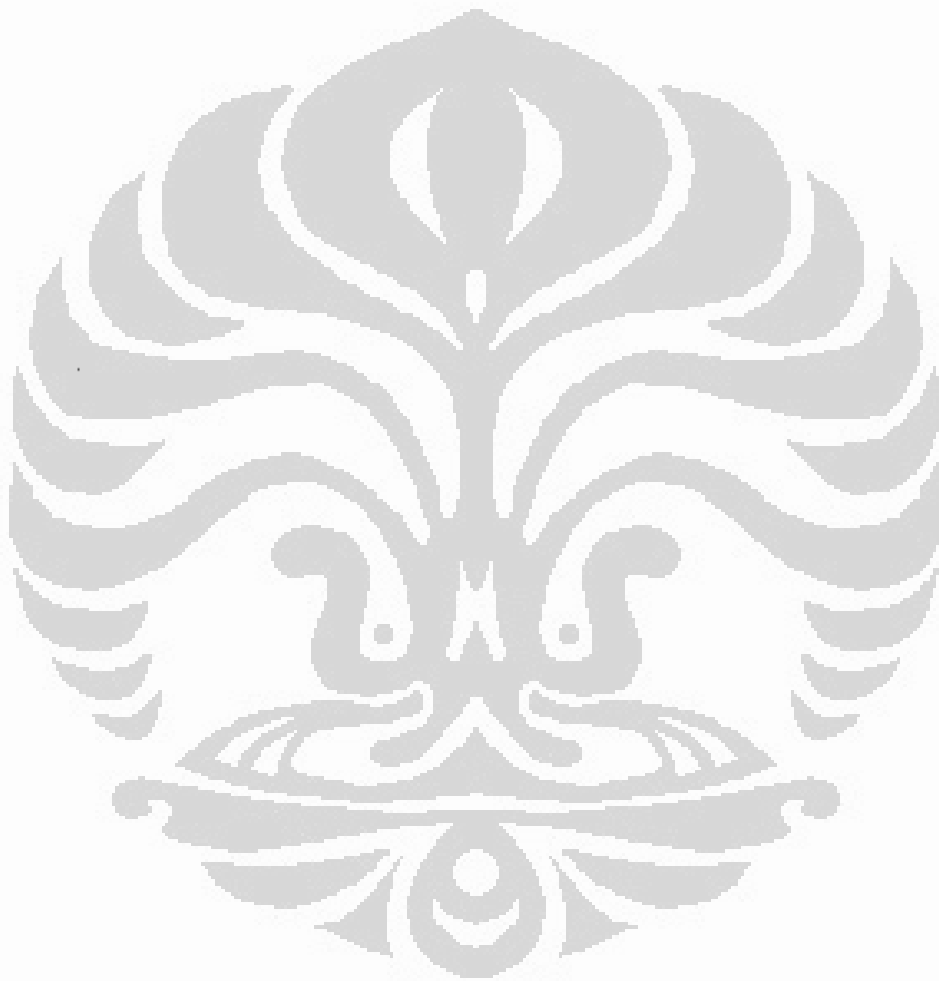
Berdasarkan analisis penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, didapatkan bahwa mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja mengalami stres ringan dan stres sedang dengan perbandingan 60,9%:39,1%. Sedangkan, mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang tidak bekerja mengalami stres ringan dan stres sedang dengan perbandingan 83,3%:17,7%. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI yang bekerja lebih banyak mengalami stres sedang daripada yang tidak bekerja. Selain itu, nilai p yang lebih kecil dari α menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

7.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan, antara lain:

1. Institusi pendidikan diharapkan dapat mengetahui karakteristik mahasiswa Program Ekstensi.
2. Institusi pendidikan diharapkan dapat menyesuaikan metode pembelajaran dengan karakteristik mahasiswa Program Ekstensi.

3. Staf pengajar dapat memberikan konseling untuk mengurangi tingkat stres mahasiswa, sehingga mahasiswa dapat mengoptimalkan kemampuan belajar.
4. Uji validitas sebaiknya dilakukan lebih dari satu kali agar kuesioner dapat lebih valid.



DAFTAR PUSTAKA

- Black, Joyce M., Jane Hokanson Hawks. (2009). *Medical-surgical nursing: Clinical management for positive outcomes* 8th Edition. Missouri: Saunders Elsevier.
- Contrada, Richard, & Baum, Andrew. (2011). *The handbook of stress science biologi, psychology, and health*. New York: Springer Publishing Company.
- Devereux J, Hastings R, Noone S. (2009). Staff stress and burnout in intellectual disability services: Work stress theory and its application. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* 22(6), 561-573.
- Divisi Pendidikan & Mahalum Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. (2007). *Panduan akademik mahasiswa: Program pendidikan ners*. Jakarta: FIK UI
- Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. (2009). *Program studi: Sarjana I & profesi* diunduh pada 10 Maret 2011 dari http://fik.ui.ac.id/index.php?m=berita&s=list&id_kategori=4&id_sub_kategori=3
- Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. (2009). *Seleksi masuk program di fik ui melalui simak ui*. Diunduh pada 10 Maret 2011 dari http://www.fik.ui.ac.id/index.php?m=berita&s=detail&id_kategori=3&id_sub_kategori=18&id_berita=33
- Gibbons C, Dempster M, Moutray M. (2008). Stress and eustress in nursing students. *Journal of Advanced Nursing* 61(3), 282-290.
- Golubic R, Milosevic M, Knezevic B, Mustajbegovic J. (2009). Work-related stress, education and work ability among hospital nurses. *Journal of Advanced Nursing* 65(10), 2056-2066.
- Hawari, Dadang. (2006). *Manajemen stres, cemas, dan depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI.
- Hristov, Z., Tomev, L., Kircheva, D., Daskalova, N., Mihailova, T., Ivanova, V., & Naidenova, Z. (2003). *Work stress in the context of transition: a case study of education, health and public administration in Bulgaria*. London: International Labour Organization.
- Jones MC & Johnston DW. (1999). The derivation of a brief student nurse stress index. *Work and Stress* 13(2), 162-168.
- Kessler, R.C., Andrews, G., Colpe, et al (2002) Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine* 32, 959-956.

- Leka, Stavroula. (2003). *Work organization and stress: systematic problem approaches for employers, managers and trade union representatives*. Geneva: World Health Organization.
- Mojoyinola, J.K. (2008). Effects of job stress on health, personal and work behaviour of nurses in public hospitals in ibadan metropolis, Nigeria. *Ethno-Med* 2(2), 143-148.
- Nicholl, H., & Timmins, F. (2005). Program-related stressors among part-time undergraduate nursing students. *Journal of Advanced Nursing* 50(1), 93-100.
- Polit, Denise F. & Hungler, Bernadette P. (1999). *Nursing research: Principles and methods* (6th ed). Philadelphia: Lippincott.
- Potter, Patricia A. & Perry, Anne Griffin. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik* Ed.4. Jakarta: EGC.
- Simamora, Roymond H. (2008). *Buku ajar pendidikan dalam keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Sikdiknas. (2003). *Undang-undang sistem pendidikan nasional no.20 tahun 2003*. Diunduh pada hari Jumat, 04 Maret 2011 dari <http://www.inherent-dikti.net/files/sisdiknas.pdf>
- Stranks, Jeremy. (2005). *Stress at work: management and prevention*. Oxford: Elsevier.
- Universitas Indonesia. (2009). *Keputusan rektor Universitas Indonesia no: 496/SK/R/UI/2009*. Diunduh pada 21 Februari 2011 dari <http://kerjasama.ui.ac.id/keputusan/dokumen/keputusan/02d0147b934c30f9efe04d6fb929baa4.pdf>

PENJELASAN PENELITIAN

Judul : Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi
2010
Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia antara
yang
Bekerja dengan yang Tidak Bekerja

Peneliti : - Dewi Lestari Handayani (0706270371)
- Fanny Yanuarista (0706270541)
- Karina Destanti (0706270781)
- Suci Widyastuti (0706271216)

Pembimbing : Enie Novieastari Mukti, S.Kp., MSN

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/i,

Kami adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) yang saat ini sedang melaksanakan riset tentang perbedaan tingkat stres mahasiswa program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Penelitian ini telah mendapatkan izin dari pembimbing riset, serta pihak FIK UI. Kami berharap Bapak/Ibu/Saudara/i membantu kami dengan berpartisipasi dalam penelitian ini yang bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat stres mahasiswa program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dan yang tidak bekerja. Jika Bapak/Ibu/Saudara/i tertarik untuk berpartisipasi, kami akan memberikan kuesioner terkait dengan penelitian ini. Semua data penelitian yang Bapak/Ibu/Saudara/i isi akan kami jamin kerahasiaannya dan hanya akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.

Penelitian ini bersifat sukarela dan jika Bapak/Ibu/Saudara/i tidak ingin berpartisipasi pada penelitian ini, tidak akan dikenakan sanksi apapun. Sebagai tanda terimakasih, kami akan memberikan souvenir sebagai kenang-kenangan untuk Bapak/Ibu/Saudara/i yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Apabila ada hal-hal yang kurang jelas, Bapak/Ibu/Saudara/i dapat mengajukan pertanyaan

UNIVERSITAS INDONESIA

pada kami, atau apabila Bapak/Ibu/Saudara/i membutuhkan penjelasan, Bapak/Ibu/Saudara/i dapat menghubungi kami di telepon: 081345331754 (atas nama: Karina Destanti).

Terimakasih atas kerjasama Bapak/Ibu/Saudara/i.

Dewi Lestari Handayani, Fanny Yanuarista, Karina Destanti, Suci Widyastuti

PERSETUJUAN BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Setelah membaca penjelasan penelitian dan memperoleh jawab atas pertanyaan, saya telah mengetahui manfaat dan tujuan. Saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Ekstensi 2010 FIK UI antara yang bekerja dan yang tidak bekerja. Saya bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, dan dalam pengisian kuesioner yang diberikan, saya melakukannya dengan sukarela, tidak dipaksa dan data yang saya isi akan dijaga kerahasiaannya. Saya menyatakan bahwa data yang diberikan benar dan apa adanya. Penelitian ini tidak membahayakan kesehatan saya, dan akan berguna untuk pengembangan kualitas pendidikan keperawatan.

Depok,.....2011

Saksi

Responden

.....
(Tanda tangan dan nama)

.....
(Tanda tangan dan Inisial)

UNIVERSITAS INDONESIA

Kuesioner Penelitian

Petunjuk Umum Pengisian:

1. Responden diharapkan mengisi seluruh pertanyaan sesuai petunjuk pengisian dengan keadaan yang sebenar-benarnya.
2. Bacalah tiap pernyataan dengan teliti
3. Beri tanda *check list* (√) pada kolom yang paling sesuai dengan kondisi kondisi Bapak/Ibu/Saudara/i.
4. Apabila ingin mengganti jawaban, maka cukup dengan memberi tanda silang (X) pada jawaban sebelumnya, kemudian beri tanda *check list* (√) pada jawaban yang Bapak/Ibu/Saudara/i pilih.
5. Responden diperkenankan untuk bertanya langsung kepada peneliti apabila menemui kesulitan dalam mengisi kuesioner.
6. Sebelum menyerahkan kuesioner, periksa kembali kelengkapan jawaban Bapak/Ibu/Saudara/i.
7. Setelah kuesioner terisi lengkap, kembalikan kepada peneliti

Jawablah pernyataan dibawah ini dengan menandai *check list* (✓) pada jawaban yang Anda pilih.

A. Data demografi

1. Nama (inisial):
2. Usia: (tahun)
3. Jenis kelamin: laki-laki perempuan
4. Status pernikahan: belum menikah menikah janda/duda
5. Apakah saat ini Anda: bekerja tidak bekerja (belum, sedang tidak, cuti, tugas belajar)

Bila jawaban nomor 5 bekerja, maka isilah pernyataan no.6

6. Lama bekerja : Jam/minggu
7. Bagi yang bekerja, saat ini Anda bekerja sebagai: Perawat pelaksana
 KARU Manajerial Dosen Peneliti

B. Jawablah pernyataan dibawah ini dengan menandai *check list* (√) pada jawaban yang Anda pilih.

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
1	Saya mudah sekali lelah ketika ada masalah				
2	Saya merasa rasa lelah saya hilang setelah bangun tidur				
3	Nafsu makan saya berubah ketika saya sedang ada masalah				
4	Saya cemas ketika saya sedang sakit				
5	Saya dapat menenangkan diri setiap ada masalah				
6	Saya sulit mengambil keputusan saat menghadapi masalah				
7	Saya mudah emosi (marah) jika menghadapi dua/lebih masalah dalam satu waktu				
8	Saya menyendiri ketika mendapatkan masalah				
9	Saya mudah sekali khawatir yang diikuti dengan rasa takut/cemas				
10	Saya mudah panik ketika ada masalah				
11	Saya sulit berkonsentrasi bila ada masalah yang belum terselesaikan				
12	Saya kelelahan saat menghadapi beberapa kegiatan sekaligus/dalam satu waktu				
13	Saya cemas jika ada anggota keluarga yang sedang sakit/dirawat di rumah sakit.				

Jawablah pernyataan dibawah ini dengan menandai *check list* (√) pada jawaban yang Anda pilih.

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
14	Saya sulit berkonsentrasi jika ada ujian sedangkan pekerjaan lain belum selesai				
15	Saya sulit berkonsentrasi dalam pekerjaan atau perkuliahan saat ada anggota keluarga yang sedang sakit/dirawat di rumah sakit				
16	Saya tidak tertekan dengan banyaknya tugas perkuliahan yang diberikan				
17	Saya merasa terbebani oleh banyaknya materi perkuliahan yang harus saya pelajari				
18	Saya takut gagal di mata kuliah tertentu				
19	Situasi di kelas membuat saya tertekan				
20	Saya tidak merasa terganggu meski tidak ada waktu untuk bersenang-senang, menghibur diri, beristirahat, serta rekreasi				
21	Saya gelisah ketika ada jadwal perkuliahan yang berubah-ubah				
22	Bagi saya, pekerjaan tidak dapat mempengaruhi perkuliahan saya				
23	Saya tidak kesulitan menjalani kewajiban saya dalam berkuliah dan aktivitas di luar perkuliahan				

Jawablah pernyataan dibawah ini dengan menandai *check list* (✓) pada jawaban yang Anda pilih.

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Selalu
24	Produktivitas saya menurun sejak saya berkuliah				
25	Saya cemas jika saya terlambat dalam mengerjakan tugas				
26	Saya merasa cemas ketika presentasi di depan kelas				
27	Saya mengalami penurunan prestasi di tempat kuliah				
28	Dosen mengerti dengan masalah yang sedang saya hadapi				
29	Saya merasa jadwal perkuliahan saya padat				
30	Saya cemas ketika tidak ada waktu untuk berkumpul bersama keluarga				



UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

Kampus UI Depok Telp. (021)78849120, 78849121 Faks. 7864124
Email : humasfik.ui.edu Web Site : www.fikui.ac.id

Nomor : 1261 /H2.F12.D/PDP.04.00/2011
Perihal : Izin penelitian

15 April 2011

Kepada Yth.
Ketua Program Studi S1 & Profesi
Jl. Bahdar Johan
Fakultas Ilmu Keperawatan UI
Depok

65
↪

Merujuk pada surat nomor 789/H2.F12.D9/PDP.04.00/2011, tanggal 11 April 2011 perihal Permohonan izin Penelitian, maka bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami mengizinkan mahasiswa FIK-UI untuk melakukan penelitian tersebut.

Kami berharap agar mahasiswa juga dapat membawa nama baik citra FIK-UI.

Demikianlah yang dapat kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama yang baik disampaikan terima kasih.



Dekan,

Dewi Irawaty, MA., PhD.
NIP. 195206011974112001

- Tembusan Yth:
1. Wakil Dekan FIK-UI
 2. Sekretaris FIK-UI
 3. Manajer Pendidikan dan Riset FIK-UI
 4. Peringgal



UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

Kampus UI Depok Telp. (021)78849120, 78849121 Faks. 7864124
Email : humasfik.ui.edu Web Site : www.fikui.ac.id

Nomor : **789** /H2.F12.D9/PDP.04.00./2011
Perihal : Permohonan Izin Penelitian
Lamp : 1 berkas

9 April 2010

Kepada Yth.
Dekan
Fakultas Ilmu Keperawatan-UI
Di Tempat

Dalam rangka mengimplementasikan mata ajar "Riset Keperawatan" bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan-Universitas Indonesia (FIK-UI) :

Nama Mahasiswa	NPM	Judul Penelitian
Arima Eky Septi CD	0706270270	Gambaran Pengalaman Pelecehan Seksual Di KRL Ekonomi Jurusan Jakarta-Depok Pada Mahasiswa Reguler 2008 FIK-UI dan FKM-UI Depok
Dinni Irawaty	0706270402	
Eka Diah Kristanti	0706270472	
Fitrianita Nur Utami	0706270610	
Dwi Rahayu	0706270440	Perbandingan Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Membaca Label Produk Pangan Pada Mahasiswa Reguler 2007 Dan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan-UI
Fitria Annisa	0706270592	
Linda	0706270812	
Naela Mustika K	0706270926	
Dewi Lestari H	0706270371	Perbandingan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Program Ekstensi FIK-UI 2010 Antara Yang Bekerja Dan Yang Tidak Bekerja
Fanny Yanuarista	0706270541	
Karina Destanti	0706270781	
Suci Widyastuti	0706271216	

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Bapak/Ibu mengizinkan mahasiswa FIK-UI untuk melakukan penelitian di FIK-UI pada bulan April-Mei 2011.

Atas perhatian Bapak/Ibu dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih

Ketua Program Studi S1 & Profesi,

Astuti Yuni Nursasi, SKp,MN
NIP. 19700609 199403 2 002

Tembusan :
1 Wakil Dekan FIK-UI
2. Sekretaris FIK-UI
3. Manajer Pendidikan dan Riset FIK-UI

Hal : Permohonan Surat Izin Penelitian
Lampiran : -

Depok, 1 April 2011

Kepada:

Ketua Program Studi Pendidikan Ners.

Ibu Astuti Yuni Nursasi, SKp., MN

Sehubungan dengan Tugas Mata Ajar Riset Keperawatan yang dilaksanakan sebagai salah satu syarat kelulusan oleh Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, dengan hormat kami mohon kesediaan Ibu untuk memberikan izin kepada kami untuk melakukan penelitian pada program ekstensi 2010 di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.

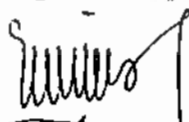
Hal tersebut berkaitan dengan judul riset kami yaitu "**Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Ekstensi FIK UI 2010 antara yang Bekerja dan yang Tidak Bekerja**". Riset ini dilakukan oleh 4 (empat) mahasiswa. Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan riset tersebut adalah sebagai berikut:

NAMA MAHASISWA	NPM
1. Dewi Lestari H	0706270371
2. Fanny Yanuarista	0706270541
3. Karina Destanti	0706270781
4. Suci Widyastuti	0706271216

Atas kesediaan Ibu memberikan hal tersebut demi kelancaran kegiatan yang akan kami laksanakan, kami ucapkan terimakasih.

Hormat kami,

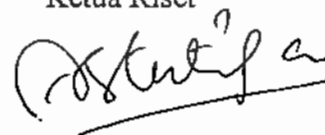
Mengetahui,
Pembimbing Riset Keperawatan



Enie Novieastari S.Kp., MSN

NIP. 196711201992032010

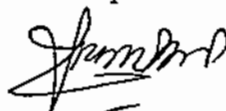
Ketua Riset



Suci Widyastuti

0706271216




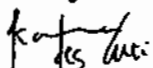
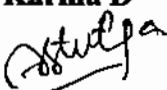

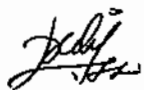
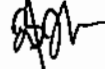
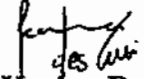
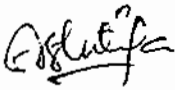
Koordinator Matr Ajar
Riset Keperawatan





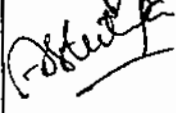




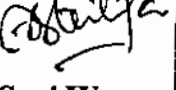

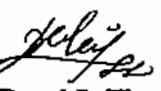
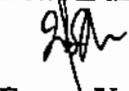
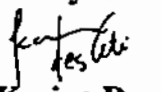






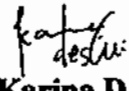
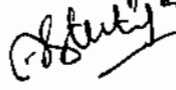



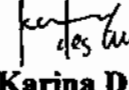
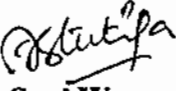
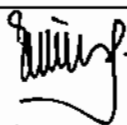

Rr. Tutik Sri Hariyati, SKp., MARS

DAFTAR HADIR KONSUL RISET

Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Program Ekstensi 2010 Fakultas Ilmu
Keperawatan Universitas Indonesia antara yang Bekerja dengan yang Tidak
Bekerja

No	Tanggal	Materi	Hasil	Tanda Tangan Pembimbing	Tanda Tangan Anggota Kelompok
1.	28 Februari 2011	Judul, BAB 1-3	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki Judul karena tidak homogen karakteristik respondennya - Latar Belakang merupakan alasan peneliti memilih tema riset - Cari penelitian-penelitian terkait tema riset 	 Enie Novieastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W
2.	9 Maret 2011	BAB 1 dan 2	<ul style="list-style-type: none"> - Bab 1 dan 2 perlu dilengkapi dan diperbaiki, lanjutkan - Pertajam masalah yang ada di Bab 1, terutama Latar Belakang dan Rumusan Masalah - Referensi harus jelas - Sebaiknya dimasukkan juga tentang karakteristik responden - Setiap implikasi harus konkrit 	 Enie Novieastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W

No	Tanggal	Materi	Hasil	Tanda Tangan Pembimbing	Tanda Tangan Anggota Kelompok
3.	16 Maret 2011	BAB 1-3	BAB 1: perbaiki tujuan BAB 2: lengkapi dan perbaiki BAB 3: lengkapi dan perbaiki	 Enie Novicastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W
4.	17 Maret 2011	BAB III: perbaiki Kembangkan instrument	BAB III: sesuaikan definisi operasional, variabel dengan peneliti butuhkan Kembangkan Instrumen dari Kerangka teori	 Enie Novicastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W
5.	1 April 2011	BAB III, IV, instrument perbaiki sesuai masukan dalam naskah dan diskusi	Perbaiki BAB III dan VI Instrumen dikelompokkan berdasarkan kerangka teori, jumlah pertanyaan positif negatif,	 Enie Novicastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W

6.	5 April 2011	Lanjutkan, penyesuaian sumber.	Penyesuaian kosa kata dan daftar pustaka Penyusunan riset dengan pedoman tugas akhir	 Enie Novieastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W
7.	18 Mei 2011	BAB V dan VI hasil penelitian dan pembahasan	- Hasil penelitian d disesuaikan dengan tujuan penelitian - Perbedaan uji chi- square dan Fishers -Keterbatasan diperbaiki, nomor 1 tidak perlu dimasukkan - Pembahasan penelitian dikaitkan dengan teori pada BAB II - Implikasi keperawatan pada BAB VI pembahasan d disesuaikan dengan manfaat penelitian pada BAB I	 Enie Novieastari	 Dewi L H  Fanny Y  Karina D  Suci W
8.	23 Mei 2011	BAB V dan VI	- Keterpaduan penyusunan terhadap kesatuan paragraf - Mengubah dan	 Enie Novieastari	 Dewi L H

			<p>menyatukan table pada BAB V</p> <p>-Merubah chi-square pada analisis bivariat menjadi fishers exact</p> <p>- Judul sub bab langsung disebutkan variabelnya</p> <p>BAB IV disesuaikan dengan yang telah dilakukan</p> <p>BAB VII sudah baik</p> <p>ABSTRAK penjelasan isi dan cara pembuatan</p>	<p>Fanny Y <i>Handayani</i></p> <p><i>Karina D</i></p> <p><i>Esther</i></p> <p>Suci W</p>
--	--	--	--	---