

**GAMBARAN TINGKAT STRES
MAHASISWA PSIK YANG BERORGANISASI DI FKIK UMY**

Karya Tulis Ilmiah

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh
RIKO DASILFA
20110320078**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2015**

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN TINGKAT STRES
MAHASISWA PSIK YANG BERORGANISASI DI FKIK UMY

Disusun oleh :

RIKO DASILFA

20110320078

Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 22 Agustus 2015

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji


(.....)


(.....)

Azizah Khoiriyati, S.Kep., Ns., M.Kep

Novita Kurnia Sari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK : 19790904200410173063

NIK : 1981117200510173075

Mengetahui

Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Mat

NIK : 19770313200104173046

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Riko Dasilfa

Nim : 20110320078

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 22 Agustus 2015

Yang membuat pernyataan

Tanda tangan

Riko Dasilfa



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur *Alhamdulillah*, kita panjatkan kepada Allah *Subhana Wa Ta'ala* yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ini. Shalawat serta salam kepada junjungan kita Nabi Muhammad *Salallahu Alaihi Wassalam* yang telah membawa kita dari jaman kebodohan ke jaman yang penuh ilmu pengetahuan.

Karya tulis ilmiah ini diajukan untuk memenuhi syarat menyelesaikan studi di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Karya tulis ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa adanya bimbingan, bantuan, saran, dan doa dari semua pihak. Pada kesempatan ini maka peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. dr. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Sri Sumaryani, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Mat.,HNC., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu Azizah Khoiriyati, S.Kep., Ns., M.Kep., dan Ibu Novita Kurnia Sari, Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang tak kenal lelah dan selalu memberikan bimbingannya, motivasi, dan saran dalam penulisan karya tulis ilmiah.

4. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang selalu memberikan motivasi, arahan, dan sarannya dalam penyelesaian karya tulis ilmiah.
5. Kedua orang tua yang telah memberikan dukungan, nasihat, dan doa untuk kelancaran penulisan karya tulis ilmiah ini.
6. Teman-teman satu bimbingan yang selalu memberikan bantuan, motivasi, dan saran dalam pengerjaan karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh teman-teman Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2011.
8. Keluarga besar NCC *Emergency*, yang selalu memberikan ilmu, pengalaman, dan inspirasinya.
9. Keluarga besar Himpunan Mahasiswa Keperawatan PSIK UMY.
10. Keluarga besar BEM FKIK UMY.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam karya tulis ini, oleh karena itu peneliti menerima seluruh saran dan kritik yang membangun untuk kesempurnaan karya tulis ini. Semoga karya tulis ini kelak dapat membawa manfaat untuk ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, 22 Agustus 2015

Penulis

Riko Dasilfa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Penelitian Terkait.....	7
BAB II.....	11
A. Tinjauan Pustaka.....	11
1. Stres.....	11
a. Pengertian Stres.....	11
b. Respon Korteks Prefrontal terhadap Stres.....	12
c. Tanda Gejala Stres.....	14
d. Tahapan Stres.....	16
e. Jenis stres.....	19
f. Sumber Stres.....	19
g. Sumber Stres pada Organisasi.....	21
h. Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	21
i. Tingkat Stres.....	22
j. Dampak stres.....	24

a. Definisi organisasi	26
b. Manfaat organisasi	27
c. Struktur Organisasi	29
B. Kerangka Konsep	30
BAB III.....	31
A. Jenis dan Desain Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel	31
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional.....	33
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Cara Pengumpulan Data.....	34
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	35
I. Pengolahan dan Analisa Data.....	36
J. Etik Penelitian	37
BAB IV	39
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
B. Hasil Penelitian	40
1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin	40
2. Karakteristik Responden berdasarkan Jumlah organisasi dan Jabatan Organisasi	41
3. Persentase Tingkat Stres yang dialami Mahasiswa yang Berorganisasi	41
C. Pembahasan.....	43
1. Karakteristik Responden Usia dan Jenis Kelamin.....	43
2. Karakteristik Responden Jabatan dan Jumlah Organisasi	45
3. Persentase Tingkat Stres.....	46
D. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	52
1. Kekuatan Penelitian.....	52
2. Kelemahan Penelitian	52
BAB V.....	53
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional	33
Tabel 3.2. Kisi-kisi kuesioner penelitian	34
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin	40
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jumlah Organisasi dan Jabatan Organisasi	41
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres	41
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Karakteristik & Tingkat stres	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.0 Korteks prefrontal	12
-------------------------------------	----

DAFTAR SINGKATAN

BEM	: Badan Eksekutif Mahasiswa
DASS	: <i>Depression Anxiety and Stress Scale</i>
Dikti	: Direktorat Jendral Perguruan Tinggi
FKIK	: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
GAS	: <i>General Adaptation Syndrome</i>
HIMIKA	: Himpunan Mahasiswa Ilmu Keperawatan
HIMFA	: Himpunan Mahasiswa Farmasi
HIMAKAGI	: Himpunan Mahasiswa Kedokteran Gigi
HMJ	: Himpunan Mahasiswa Jurusan
HT	: <i>Healing Team (Health Consulting Team)</i>
IMM	: Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah
JM	: Jari Mulia (Jaringan Muda Peduli HIV AIDS)
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
NCC	: <i>Nursing Care Club</i>
PSIK	: Program Studi Ilmu Keperawatan
PSM	: Paduan Suara Mahasiswa
UKM	: Unit Kegiatan Mahasiswa
UMY	: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan menjadi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 4. Surat Ijin Validitas
- Lampiran 5. Surat Uji Etik Penelitian
- Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Hasil Uji Valid
- Lampiran 8. Hasil Olah Data

INTISARI

Stres terjadi karena munculnya stresor, seperti tekanan, tuntutan, ataupun beban kerja yang berlebihan. Kegiatan mahasiswa yang padat seperti berorganisasi memunculkan banyak stresor yang dapat mengakibatkan stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa PSIK yang berorganisasi di FKIK UMY.

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan subyek penelitian adalah mahasiswa PSIK yang berorganisasi di FKIK UMY, sebanyak 62 mahasiswa. Teknik *sampling* menggunakan *simple random sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang mengukur tanda gejala stres dari aspek kognitif, emosional, perilaku, dan fisiologis (r hitung = 0.357-0.861)

Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa pada tingkat stres normal sebanyak 22 mahasiswa (35,48%), tingkat stres ringan 28 mahasiswa (45,16%), tingkat stres sedang 12 mahasiswa (19,35%). Bagi mahasiswa diharapkan dapat mengenali tanda gejala stres akibat organisasi sedini mungkin dan menggunakan koping yang adaptif dalam menghadapi stresor yang muncul.

Kata kunci : Tingkat Stres, Organisasi, Mahasiswa

ABSTRACT

Stress happened because of stressor surfaced such as pressure, demand, or even excessive work burden. Packed students' activity such as participating on organization bring out a lot of stressor that could cause stress. The aim of this study was to know the description of PSIK students' stress level that participate on organization at FKIK UMY

Research design was descriptive. Sampling technique used was simple random sampling. Data analysing used univariate analysis. Instrument used was questionnaire based on sign and symptoms cognitive, emotional, behavior, and physiology ($r = 0.357-0.861$).

Result showed were experiencing stress level normal 22 students (35.48%), mild stress category 28 students (45.16%), and moderate stress category 12 student (19.35%). Students expected to be able to recognize the sign and symptoms of stress caused by organization using adaptive coping.

Key word : *Stress Level, Organization, Student*