

NASKAH TESIS

**PENGARUH *PROBLEM FOCUSED COPING* TERHADAP KECEMASAN
DAN STRES MAHASISWA KEPERAWATAN SELAMA
PEMBELAJARAN ONLINE**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Magister
Keperawatan pada Program Magister Keperawatan Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Rian Maulana Yusup
20201050020**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rian Maulana Yusup

NIM : 20201050020

Program Studi : Magister Keperawatan

Fakultas : Program Pascasarjana

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tesis yang saya tulis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang dikutip dari karya yang diterbitkan atau tidak diterbitkan dari penulis lain telah ditulis dalam teks dan dicantumkan di dalam daftar pustaka pada bagian akhir tesis ini. Apabila dikemudian hari terbukti tesis ini hasil jiplakan, maka saya siap menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 04 Agustus 2023



Rian Maulana Yusup

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini saya persembahkan untuk Bapak dan Ibu yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terima kasih atas semua cinta yang telah Bapak dan Ibu berikan kepada saya. Segala perjuangan saya hingga titik ini saya persembahkan pada dua orang paling berharga dalam hidup saya. Terima kasih telah menjadi orang tua yang sempurna.

Istriku tercinta yang tidak kalah mendukungku dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Kamu telah melakukan banyak hal luar biasa bagi saya, saya ingin mengucapkan terima kasih atas kehadiranmu dalam hidupku. Dan Tesis ini adalah persembahanku untukmu.

Tesis ini saya persembahkan kepada semua dosen Magister Keperawatan yang telah memberikan ilmu kepada saya. Untuk Ibu Lisa, terimakasih sudah membimbing saya menyelesaikan tesis ini. Terimakasih atas arahan dan kesabarannya dalam membimbing saya. Sukses dan sehat selalu, Ibu.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Problem focused coping* terhadap Kecemasan dan Stres mahasiswa keperawatan selama pembelajaran online”. Sholawat serta salam penulis curahkan kepada Nabi Muhammad Shallallahu ‘Alaihi wa Sallam yang telah membimbing kita menuju jalan kebaikan.

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan penelitian ini, baik dalam proses bimbingan, motivasi serta do’a yang diberikan. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Sri Atmaja P. Rosyidi, ST., MSc.Eng., Ph.D., P. Eng, IPM selaku Direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Erna Rochmawati, S.KP., M.Med. Ed. Ph.D selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Lisa Musharyanti, S.Kep., Ns., M.Med.Ed selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan dukungan, dan motivasi bagi penulis sejak awal hingga penulis mampu menyusun penelitian ini.
4. Ibu Dr. Elsy Maria Rosa, M.Kep selaku Dosen Penguji yang telah

mengarahkan dan memberikan saran pada tugas akhir penulis sehingga penulis dapat menemukan kekurangan pada karya tulis ini untuk dilakukan perbaikan.

5. Seluruh dosen dan administrasi Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
6. Kedua Orang Tua yang senantiasa memberikan dukungan lahir batin, do'a, dan motivasi sehingga penulis berada pada tahap ini, yaitu Ibunda tercinta Ibu Ade Mustinah dan Bapak Dr. Wawan Sonjaya, M.Pd
7. Istri tercinta Popi Suci Hardianti, Amd.Keb dan kedua anak yang menjadi penyemangat dalam kondisi apapun, Raffasya Malik Maulana dan Asheeqa Shanum.
8. Teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat kepada saya terutama kepada Uswah, Radia, Hendra, dan Jeni.

Penulis menyadari ini belum mencapai penulisan yang sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan adanya saran dan kritikan yang membangun, sehingga penulis dapat memperbaiki dan mengembangkan kemampuan menulis. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi Institusi Pendidikan Keperawatan dalam meningkatkan kemampuan coping pada mahasiswa keperawatan untuk mencapai kondisi kesehatan mental dan performa akademik yang baik. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Wassalamualalaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Yogyakarta, Agustus 2023



Rian Maulana Yusup, S.Kep., Ners.

DAFTAR ISI

COVER	
HALAMAN PENGESAHAN TESIS.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
Abstrak.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Perumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Penelitian Terkait	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
A. Problem focused coping	15
B. Bimbingan Akademik	23
C. Kesehatan Mental	24
D. Gangguan Kesehatan Mental: Kecemasan	31
E. Gangguan Kesehatan Mental: Stres	42
F. Pembelajaran Online	53
G. Kerangka Teori.....	56
H. Kerangka Konsep	57
I. Hipotesis	58
BAB III METODE PENELITIAN	60
A. Desain Penelitian	60
B. Populasi dan Sampel Peneltian.....	60
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	62
D. Variabel Penelitian	62
E. Definisi Operasional Penelitian	63
F. Instrumen Penelitian	64
G. Cara Pengumpulan Data	64
H. Validitas dan Reliabilitas.....	69
I. Analisis Data	69
J. Etika Penelitian	70
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	72
A. Hasil Penelitian.....	72
B. Pembahasan	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	97
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	98

DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Penelitian Terkait	12
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	63
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	72
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Sebelum dan Sesudah Perlakuan Problem focused coping	73
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Stress Sebelum dan Sesudah Perlakuan Problem focused coping	74
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Kecemasan sebelum dan setelah perlakuan menggunakan bimbingan akademik	78
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Stres sebelum dan setelah perlakuan menggunakan bimbingan akademik.....	78
Tabel 4.6. Hasil Uji t-Berpasangan pada Kelompok Ekperimen	81
Tabel 4.7. Hasil Uji t-Berpasangan pada Kelompok Kontrol	82
Tabel 4.8. Hasil Uji Beda Tingkat Kecemasan dan Stress Kelompok Ekperimen dan Kontrol	83

DAFTAR GAMBAR

Skema 2.1.	Pengkajian Model Stres Adaptif.....	53
Gambar 2.2.	Kerangka Teori.....	57
Gambar 2.3.	Kerangka Konsep	58
Gambar 3.1.	Alur Penelitian.....	68
Grafik 4.1.	Gambaran Tingkat Kecemasan dan Stress Mahasiswa Kelas Eksperimen.....	75
Grafik 4.2.	Gambaran Kecemasan Mahasiswa Kelas Eksperimen Perindividu	76
Grafik 4.3.	Gambaran Stress Mahasiswa Kelas Eksperimen Perindividu	77
Grafik 4.4.	Penurunan Tingkat Kecemasan dan Stress Mahasiswa Kelas Kontrol.....	79
Grafik 4.5.	Penurunan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Kelas Kontrol Perindividu	80
Grafik 4.6.	Penurunan Tingkat Stress Mahasiswa Kelas Kontrol Perindividu	81
Grafik 4.7.	Perbandingan Penurunan Tingkat Kecemasan dan Stress Mahasiswa Kelas Eksperimen dan Kontrol.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	110
Lampiran 2 : Lembar Kesediaan Menjadi Responden	111
Lampiran 3 : Lembar Kuesioner DASS 21	112
Lampiran 4 : Hasil Tabulasi Data Penelitian.....	113
Lampiran 5 : Hasil Pengolahan SPSS	118
Lampiran 6 : Surat Pengantar Etik Penelitian	123
Lampiran 7 : Keterangan Layak Etik	124
Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian.....	125