

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN JEJARING SOSIAL
DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA ILMU KEPERAWATAN FKIK
UMY TINGKAT AKHIR**

Naskah Publikasi

Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat
Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Oleh :

**SYAHRUDIN TAUFIQ TAHER
20100320137**

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

2014

LEMBAR PENGESAHAN

Naskah Publikasi

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN JEJARING SOSIAL
DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA ILMU KEPERAWATAN
FKIK UMY TINGKAT AKHIR**

Telah diseminarkan dan diujiankan pada tanggal :

22 Juli 2014

Oleh :

SYAHRUDIN TAUFIQ TAHER-

20100320137

Penguji

Suharsono, MN.

(.....)

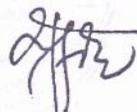
Arianti, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



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

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku pembimbing karya tulis ilmiah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta:

Nama : Syahrudin Taufiq Taher

Nomor Mahasiswa : 20100320137

Judul Penelitian : Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keperawatan FKIK UMY Tingkat Akhir

Setuju/~~tidak setuju~~*) naskah ringkasan penelitian yang disusun oleh yang bersangkutan dipublikasikan ~~dengan~~/tanpa*) mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta, 22 Juli 2014

Pembimbing



Suharsono, MN

Mahasiswa



Syahrudin Taufiq Taher

*) coret yang tidak perlu

Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keperawatan FKIK UMY Tingkat Akhir

Syahrudin Taufiq Taher¹, Suharsono², Arianti³.

Karya Tulis Ilmiah, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

INTISARI

Latar Belakang : Jejaring sosial merupakan salah satu media interaksi dan komunikasi melalui internet yang dapat mempengaruhi karakteristik seseorang. Selain itu, menggunakan jejaring sosial juga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu cara untuk mendapatkan dukungan sosial terhadap berbagai keadaan yang dapat menimbulkan keadaan stres. Stres yang terjadi juga sering dialami mahasiswa yang telah memasuki masa akhir perkuliahan.

Tujuan Penelitian : Diketuainya hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan metode penelitian *non-eksperimen* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian dikampus terpadu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Subyek penelitian adalah mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir. Sampel penelitian diambil dengan teknik *Purposive Sampling* berjumlah 98 orang. Data diambil dengan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan korelasi *Kendal Tau*.

Hasil Penelitian : Sebanyak 72 orang (73,5%) pada intensitas rendah, 25 orang (25,5%) pada intensitas sedang, intensitas tinggi berjumlah 1 orang (1%). 27 orang (27,6%) dalam keadaan normal, 25 orang (25,5%) mengalami stres ringan, stres sedang berjumlah 41 orang (41,8%), stres berat berjumlah 5 orang (5,1%) dan tidak ada yang mengalami stres yang sangat berat. Hasil analisis *Kendal Tau* untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres diperoleh nilai $p=0,749$ dengan taraf kesalahan 5 %, artinya tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres.

Kata Kunci : Jejaring Sosial, Tingkat Stres, Mahasiswa

¹*Mahasiswa PSIK UMY*

²*Dosen Pengajar Prodi Keperawatan Poltekkes Semarang*

³*Dosen Pengajar PSIK UMY*

The Relationship Between Intensity of Use Social Networking With Stress Levels of Nursing Students FKIK UMY Final Level

*Syahrudin Taufiq Taher¹, Suharsono², Arianti³,
Karya Tulis Ilmiah, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah
Yogyakarta*

ABSTRACT

Background: *Social network is a medium of interaction and communication via the internet that can affect a person's characteristics. In addition, the use of social networking can also be used as a way to gain social support to a variety of circumstances that can lead to a state of stress. Stress happens too often experienced by students who have entered the end of the course.*

Objective: *Knowing the relationship between the intensity of the use of social networking with nursing student stress levels FKIK UMY final level.*

Method: *This study used a non-experimental research methods using cross sectional approach. Integrated campus research locations Muhammadiyah University of Yogyakarta. Subjects were nursing students FKIK UMY final level. Samples were taken by purposive sampling technique amounts to 98 people. The data were taken using a questionnaire. Analysis of data using the correlation Kendal Tau.*

Results: *A total of 72 people (73,5%) at low intensity, 25 people (25,5%) at moderate intensity, high intensity amounted to somebody (1%). 27 people (27.6%) in the normal stress, 25 people (25.5%) experienced mild stress, stress is numbered 41 persons (41.8%), severe stress amounted to 5 people (5.1%) and no one experienced a very heavy stress. Kendal Tau analysis results to determine the relationship between the intensity of the use of social networking stress levels obtained with $p = 0.749$ with standard error of 5%, meaning that there is no relationship between the intensity of the use of social networking with nursing student stress levels FKIK UMY final level.*

Conclusion: *There is no relationship between the intensity of the use of social networking with the level of stress.*

Keywords: *Social Networking, Stress Levels, Students*

¹ *Nursing Student, School of Nursing Faculty of Medicine and Health Science
Muhammadiyah University of Yogyakarta*

² *Lecturer at Nursing Science Health Polytechnic Semarang*

³ *Lecturer at Nursing, School of Nursing Muhammadiyah University of Yogyakarta*

PENDAHULUAN

Internet merupakan wujud perpaduan antara arus komunikasi dengan perkembangan teknologi. Salah satu media komunikasi melalui internet yang diminati oleh masyarakat adalah jejaring sosial. Jejaring sosial merupakan media sosial yang mempengaruhi karakteristik komunikasi seseorang karena dapat memfasilitasi komunikasi dan interaksi secara virtual tanpa batas ruang dan waktu, dapat berkomunikasi secara lebih efisien dari waktu, tenaga, dan biaya serta dapat digunakan untuk betukar pikiran dengan sangat mudah Sosiawan¹. Jejaring sosial memiliki berbagai bentuk dan jenis. Jejaring sosial yang saat ini sedang populer adalah *facebook* dan *twitter*.

Facebook dan *twitter* sudah menjadi sangat familiar digunakan oleh masyarakat dari yang tua hingga muda untuk berinteraksi dengan orang lain. *Facebook* dan *twitter* juga sering dilakukan oleh kebanyakan mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir untuk berinteraksi dengan orang lain dan untuk menyelesaikan tugas kuliah. Tugas kuliah tersebut berhubungan dengan tugas akhir akan membutuhkan informasi yang tepat dalam penyelesaiannya. Selain itu, penggunaan jejaring sosial juga dapat menghilangkan beban pikiran yang dapat menimbulkan stres. Penggunaan jejaring sosial seperti *facebook* dan *twitter* dikalangan mahasiswa, tentunya tidak hanya dilakukan untuk sekedar bersosialisasi dengan teman sebaya maupun orang-orang disekitarnya, tetapi bisa juga digunakan untuk mengatasi stres.

Namun terdapat dampak yang akan timbul dari penggunaan jejaring sosial seperti *facebook* dan *twitter*. Dampak yang ditimbulkan dari penggunaan jejaring sosial sangatlah beragam, ada yang positif dan negatif. Dampak positif yang dimaksud adalah ketika penggunaan jejaring sosial yang dilakukan mahasiswa dapat memberikan manfaat bagi dirinya. Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan biasanya terjadi pada seseorang yang penggunaan jejaring sosialnya tidak tepat, seperti terlalu sering sehingga terkadang mengabaikan tugas-tugasnya. Selain itu dapat menyebabkan proses sosialisasi dengan lingkungannya tidak berjalan dengan baik

karena seseorang yang senang menggunakan *facebook* akan terlalu asyik bergabung dalam dunianya Niranti².

Mahasiswa yang sering menggunakan jejaring sosial kebanyakan lebih fokus pada dunia *cyber*-nya tersebut, bahkan sampai mengabaikan tugasnya sebagai mahasiswa. Oleh karena situasi ini, kebanyakan mahasiswa akan menumpuk tugas-tugas yang diberikan kampus, hanya untuk sekedar menggunakan jejaring sosial. Sehingga pada akhirnya, ketika tugas yang diberikan harus dikumpulkan segera mungkin tetapi belum diselesaikannya, maka hal tersebut akan menjadi stressor tersendiri bagi mahasiswa. Stressor adalah dorongan yang mengganggu yang ada di dalam berbagai sistem Potter & Perry³.

Stres yang dialami seseorang merupakan reaksi tubuh berupa penolakan terhadap segala bentuk stimulus yang datang pada dirinya. Hal inilah yang juga sering dialami oleh kebanyakan mahasiswa. Mahasiswa akan mempunyai tingkatan yang berbeda tergantung dari individu masing-masing. Tingkatan stres yang dialami oleh mahasiswa dapat digolongkan menjadi stres ringan, sedang maupun berat.

Kejadian stres yang sering dialami seseorang, tentunya akan memberikan respon bagi tubuhnya. Respon stres yang terjadi pun bermacam-macam pada setiap individunya. Reaksi dari stres yang sering dialami oleh mahasiswa beragam mulai dari pusing, mual, keringat dingin, masuk angin, bahkan ada yang sampai dirawat di rumah sakit, emosinya juga menjadi tidak stabil hingga terkadang mudah marah, menangis dan mengurung diri dikamar terkadang juga menghindari tekanan atau masalah dengan jalan-jalan dan membuang waktu diluar yang pada akhirnya akan membuat malas untuk berada dikampus Damayanti⁴.

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 7 mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir melalui wawancara didapatkan hasil bahwa semua mahasiswa sering menggunakan *facebook* atau *twitter* dengan rata-rata 5 hari dalam 1 minggu. Rata-rata mahasiswa menggunakan jejaring sosial tersebut 4 kali dalam 1 hari, dan rata-rata waktu yang digunakan untuk 1 kali menggunakan adalah 6 menit.

Sehingga, dapat dikatakan bahwa kebanyakan mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY sering menggunakan jejaring sosial seperti *facebook* dan *twitter*.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif *non-experiment* dengan rancangan penelitian *korelasional* yaitu mengkaji hubungan antara variabel intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir jurusan ilmu keperawatan FKIK UMY yang memiliki *account facebook* dan *twitter*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu cara memilih sampel dalam populasi yang sesuai dengan kriteria yang ditetapkan berdasarkan karakteristik dari seluruh subjek dalam populasi Nursalam⁵.

Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas penggunaan jejaring sosial dan tingkat stres. Cara pengukuran untuk kedua variabel ini dengan menggunakan kuisioner yang dibagi kedalam tiga bagian. Bagian pertama merupakan identitas dan karakteristik responden, bagian kedua untuk instrumen penelitian variabel intensitas penggunaan jejaring sosial dan pada bagian ketiga untuk instrumen penelitian variabel tingkat stres. Pada bagian kedua instrumen penelitian yang digunakan merupakan adopsi dan modifikasi dari Chairunnisa⁶, yang diukur menggunakan skala *likert*. Pengukuran variabel intensitas penggunaan jejaring sosial jumlah pertanyaan terdiri dari empat pertanyaan yang semuanya berbentuk pertanyaan *favorable* dengan empat alternatif pilihan jawaban. Hasil pengukurannya dikategorikan dalam skala *ordinal*.

Hasil pengukuran tersebut kemudian digolongkan kedalam tiga golongan yaitu intensitas rendah, sedang dan tinggi. Kriteria yang digunakan untuk penggolongan tersebut didasarkan pada penelitian Azwar dalam Carlos, dkk⁷. Dari hasil perhitungan didapatkan kriteria hasil pengukuran yaitu untuk intensitas tinggi adalah skor 14-16, intensitas sedang dengan skor 10-13 dan untuk intensitas rendah dengan skor 4-9.

Pada bagian ketiga instrumen penelitian yang digunakan adalah adopsi dari *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42) pada Damanik⁸. DASS 42 ini disesuaikan dengan tujuan penelitian yang terkait dengan tingkat stres. Dalam mengukur tingkat stres ini terdapat 14 pertanyaan yang disesuaikan dari DASS 42 dengan empat alternatif jawaban. Hasil pengukurannya dikategorikan dalam skala *ordinal*. Kriteria yang digunakan untuk hasil pengukuran pada instrumen ini adalah skor 0-14 adalah normal (tidak stres), 15-18 stres ringan, 19-25 stres sedang, 26-33 stres berat dan lebih dari 34 merupakan stres sangat berat.

Uji statistik yang digunakan untuk mengkaji hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dan tingkat stres adalah uji korelasi *kendal tau* (τ). Untuk mengukur besarnya hubungan antara intensitas jejaring sosial dengan tingkat stres menggunakan koefisien korelasi *kendal tau* (τ).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1, sebanyak 73,5% responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya berada pada kategori rendah. *The Graphic, Visualization & Usability Center, the Georgia Institute of Technology* dalam Michell dalam Chairunnisa⁶ pengguna internet seperti jejaring sosial yang tergolong rendah atau *light users* adalah penggunaan yang hanya menghabiskan waktu kurang dari 10 jam perbulan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Responden

No.	Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Rendah	72	73,5
2.	Sedang	25	25,5
3.	Tinggi	1	1,0
	Total	98	100

Penggunaan jejaring sosial yang rendah, tentunya didasari oleh aktivitas-aktivitas dalam penggunaan jejaring sosial yang dilakukan responden. Menurut Novianto⁹, internet berupa jejaring sosial menjadi media yang banyak digunakan oleh mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan informasi guna menunjang kebutuhan studi maupun menunjang aktivitasnya.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, dan Tempat Tinggal

No.	Karakteristik	Frekuensi N=98	Persentase (%)
1.	Umur		
	20 – 22 th	90	91,8
	23 – 26 th	8	8,2
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	32	32,7
	Perempuan	66	67,3
3.	Tempat Tinggal		
	Rumah Pribadi	31	31,6
	Selain Rumah Pribadi	67	68,4

Pada Tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebagian besar umur responden berkisar antara 20-22 tahun dengan persentase sebesar 91,8%. Kategori umur tersebut merupakan fase dimana responden telah memasuki masa remaja akhir. Oleh karena itu, interaksi sosial yang berupa jejaring sosial maupun interaksi dengan teman sebayanya tidak lagi menjadi fokus utamanya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Krummel dkk dalam Ekasari dan Dharmawan¹⁰ menyatakan bahwa karakteristik remaja akhir umumnya merasa nyaman dengan nilai dirinya dan pengaruh teman sebaya sudah mulai berkurang.

Intensitas penggunaan jejaring sosial yang dilakukan oleh remaja khususnya mahasiswa, dapat dipengaruhi oleh kebutuhannya akan informasi-informasi baik itu informasi yang bersifat akademis maupun non-akademis. Informasi yang bersifat akademis antara lain jadwal kuliah, jadwal ujian, pengumpulan tugas-tugas mata kuliah, dan lain-lainnya, sedangkan untuk informasi yang bersifat non-akademis seperti informasi terkait dengan pergaulan maupun interaksi sosialnya. Kebutuhan-kebutuhan lain seperti kebutuhan komunikasi juga merupakan hal yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan jejaring sosial tersebut. Kepentingan seseorang dalam menggunakan internet seperti jejaring sosial dapat dipengaruhi oleh kepentingannya untuk sebuah informasi, kesenangan, maupun kepentingannya untuk berkomunikasi Buente dan Robbin dalam Sopiah¹¹.

Banyaknya jenis jejaring sosial yang tersedia memberikan kemudahan bagi remaja khususnya mahasiswa untuk dapat memanfaatkannya. Jenis jejaring sosial seperti *facebook* sosial sampai saat ini masih sering digunakan oleh mahasiswa untuk menunjang pergaulannya. Hal ini dibuktikan dengan hasil yang terdapat di tabel 3, yang menyatakan bahwa *facebok* sebanyak 84 orang (85,7%) menjadi urutan teratas dalam penggunaan jejaring sosial yang dilakukan oleh mahasiswa.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Puworini dan Sugiyanti¹², diketahui bahwa motif mahasiswa menggunakan *facebook* untuk personal branding atau mengekspresikan diri dapat dilihat dari empat motif yaitu *update* status, berbagi identitas, eksplorasi diri dan fasilitas sosial. Oleh karena itu, dari keempat motif tersebut dapat dijelaskan bahwa *personal branding* yang dilakukan mahasiswa melalui *facebook* merupakan salah satu upaya untuk menjadi bagian dari pergaulannya.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Jenis dan Alat Jejaring Sosial yang Digunakan Responden

No.	Kategori	Frekuensi N=98	Persentase (%)
1.	Jenis Jejaring Sosial		
	Facebook	84	85,7
	Twitter	55	56,1
	Path	20	20,4
	Instagram	22	22,4
	Whatsapp	18	18,4
2.	Alat yang Digunakan		
	Ponsel	79	80,6
	Tablet	17	17,3
	I-Pad	13	13,3
	Laptop	10	10,2
	Komputer	63	64,3

Sedangkan untuk tingkat stres yang dialami mahasiswa, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang, dengan persentase sebesar 41,8%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Kategori Tingkat Stres Responden

No.	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Normal	27	27,6
2.	Ringan	25	25,5
3.	Sedang	41	41,8
4.	Berat	5	5,1
	Total	98	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang dengan persentase sebesar 41,8%. Hasil ini menunjukkan bahwa kejadian stres pada responden tidak terlalu tinggi, yang mengindikasikan bahwa *stressor* yang tinggi kepada responden baik itu berupa kuliah ataupun praktikum yang padat sedikit mempengaruhi tingkat stresnya. Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon¹³ tentang gambaran stres mahasiswa keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara Tahun 2012 menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan sebanyak 62 orang (30,7%), stres sedang sebanyak 137 orang (60,8%), dan stres berat sebanyak 3 orang (1,5%). Hasil ini juga menjelaskan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa keperawatan didominasi oleh tingkat stres dalam kategori sedang.

Stres sedang yang dialami oleh sebagian besar responden dapat disebabkan oleh hal lain seperti skripsi. Skripsi dapat menjadi *stressor* yang dapat meningkatkan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir khususnya pada mahasiswa keperawatan. Hal ini dikarenakan, selain responden dituntut untuk penyelesaian skripsi, terdapat hal lain seperti praktek, kuliah lain, maupun kegiatan lain yang dilakukan yang menyita banyak waktu. Selain karena tuntutan waktu penyelesaian, materi yang dirasa sulit juga dapat menyebabkan *stressor*. Masalah dan tuntutan dapat menjadi *stressor* yang memicu timbulnya stres pada mahasiswa Dayfiventy¹⁴. Hal ini sesuai dengan teori-teori *stressor* yang telah peneliti sampaikan pada bab sebelumnya. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Agung dan Budiani¹⁵ juga dinyatakan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi dapat menimbulkan stres karena beban yang dialaminya.

Tabel 5. Crosstabulation Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Responden

Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial	Tingkat Stres								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Rendah	18	18,4	21	21,4	29	29,6	4	4,1	72	73,5
Sedang	8	8,2	4	4,1	12	12,2	1	1	25	25,5
Tinggi	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1
Total	27	27,6	25	25,5	41	41,8	5	5,1	98	100

Pada Tabel 5 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya rendah mengalami tingkat stres sedang dengan persentase sebesar 29,6%, responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya tinggi tidak mengalami stres/ normal dengan persentase sebesar 1%, responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya sedang sebagian besar mengalami tingkat stres sedang dengan persentase sebesar 12,2%.

Tabel 6. Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Responden

	Korelasi Kendal Tau (τ)	<i>p</i>
Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres	-0,030	0,749
	N	98

Berdasarkan hasil analisis uji statistik korelasi *Kendal Tau* pada Tabel 6 diperoleh, bahwa antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tidak ada hubungan atau dapat dikatakan bahwa intensitas penggunaan jejaring sosial tidak berpengaruh secara signifikan pada tingkat stres yang dialami mahasiswa keperawatan. Hal ini dikarenakan, nilai *p-value* = 0,749 yang berarti H_0 diterima. Sehingga, intensitas penggunaan jejaring sosial pada mahasiswa tersebut naik ataupun turun tidak akan mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa keperawatan. Hasil ini bertolak belakang dengan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putra, dkk¹⁶, yang menjelaskan bahwa ada pengaruh akses jejaring sosial secara kuantitas pada penurunan tingkat stres mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya Malang

Hal-hal diatas dapat dipengaruhi oleh terdapatnya variabel-variabel lain yang mempunyai hubungan yang lebih signifikan terhadap tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Hal tersebut bisa dilihat dari sumber-sumber stres yang biasa terjadi pada mahasiswa. Menurut Widuri, dkk dalam Kholidah dan Alsa¹⁷ mengungkapkan bahwa sumber stres yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa, yaitu: (1) Tingginya tuntutan akademik, (2) Perubahan tempat tinggal, (3) Pergantian teman sebagai akibat dari perpindahan tempat tinggal atau studi, (4) Perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal yang baru, (5) Penyesuaian dengan jurusan yang dipilih, (6) Mulai memikirkan dan mempersiapkan karier yang ingin ditempuh dan mencari pekerjaan setelah lulus nanti.

Sumber-sumber stres yang telah dikemukakan diatas tentunya merupakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa pada umumnya. Ini dikarenakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir lebih sering disebabkan oleh tuntutan menyelesaikan tugas akhir seperti skripsi harus tepat pada waktunya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syofia¹⁸, menunjukkan bahwa faktor eksternal lebih cenderung menyebabkan stres pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Faktor-faktor eksternal yang dapat menyebabkan stres saat menyelesaikan skripsi adalah

dosen pembimbing, beban SKS yang ada, proses penelitian serta fasilitas dan literatur.

Menurut Hendriyanto, dkk¹⁹ dalam kehidupan sehari-hari, mahasiswa tidak mungkin dapat terhindar dari banyaknya persoalan yang sering kali berujung pada stres. Banyaknya permasalahan dan tuntutan yang terjadi pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir, pada akhirnya akan menimbulkan stres. Oleh karena itu, untuk mengatasi berbagai masalah tersebut mahasiswa perlu melakukan upaya-upaya pencegahan yang tepat dengan cara melakukan *coping stres* yang baik. Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan jejaring sosial. Pemanfaatan jejaring sosial sebagai sarana untuk berbagi pikiran atau mencurahkan perasaan dapat di fungsikan sebagai dukungan bagi para penggunanya, ketika sedang mengalami stres Putra, dkk¹⁶.

Jejaring sosial yang dapat digunakan mahasiswa untuk menjalin komunikasi maupun interaksi dengan orang lain sehingga dapat terhindar dari banyaknya tuntutan yang dapat menimbulkan stres adalah *facebook* dan *twitter*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muffiddah²⁰, menyatakan bahwa situs jejaring sosial yang paling disukai mahasiswa adalah *facebook* dan *twitter*. Hal ini disebabkan karena *facebook* memiliki fitur yang kaya, sedangkan *twitter* dapat menyalurkan informasi dengan cepat dan ringkas. Selain itu, mahasiswa lebih menyukai *facebook* dan *twitter* karena teman-temannya lebih banyak yang menggunakan dua media sosial tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir.

B. Saran

Perlu dilakukan pengkajian ulang dengan penambahan sampel dan menambahkan variabel-variabel yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa, misalnya variabel tipe kepribadian: introvet maupun ekstrovet, serta

variabel seringnya kegiatan *hangout*. . Selain itu, diharapkan dapat lebih meluas pada kualitas stres yang dirasakan dengan penggunaan jejaring sosial yang dilakukan serta informasi yang didapatkan melalui penggunaan jejaring sosial.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sosiawan, E. A. (2011). Penggunaan Situs Jejaring Sosial Sebagai Media Interaksi Dan Komunikasi Di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Volume 9, Nomor 1*, 60-75.
2. Niranti, D. F. (2013). *Pola Perilaku Pengguna Facebook (Studi Deskriptif Kualitatif tentang motivasi pengguna facebook dan dampaknya bagi kepribadian pengguna facebook dikalangan pelajar Sekolah Menengah Atas dalam Komunitas Facebook Tawangmangu Adem)*. Surakarta. Diakses 2 November 2013 pukul 21.00 Wib, dari <http://eprints.uns.ac.id/1157/>
3. Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). Stres Dan Koping. In *Fundamental Keperawatan* (7th Ed.) (Pp. 133-160). Jakarta: Salemba Medika. (Buku Asli Diterbitkan 2009).
4. Damayanti, Y. (2013). Perbedaan Tingkat Stres Sebelum Dan Setelah Pelatihan Manajemen Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Asrama Aceh. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi Vol.2, No.1*.
5. Nursalam, (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (3th ed.). Jakarta : Salemba Medika
6. Chairunnisa, (2010). Hubungan Intensitas Mengakses Facebook Dengan Motivasi Belajar Siswa MAN 13 Jakarta. *Skripsi*. Diakses 20 Desember 2013 pukul 21.00 Wib, dari <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/2448/1/CHAIRUNNIS A-FPS.PDF>
7. Carlos, Y., Sutanto, T., & Soebijono, T. (2013). Sistem Informasi Penilaian Kinerja Sopir Taksi Menggunakan Metode Scoring System Pada Pt Merpati Wahana Taksi. *Jurnal Sistem Informasi (JSIKA) Vol. 2 No. 2* (2013), ISSN: 2338-137X.
8. Damanik, E. D. (2011). *The Measurement of Reliability, Validity, Items Analysis and Normative Data of Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*. Thesis di Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Indonesia.

9. Novianto, I. (2013). Perilaku Penggunaan Internet Di Kalangan Mahasiswa (Studi Deskriptif Tentang Perilaku Penggunaan Internet Dikalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri (FISIP UNAIR) Dengan Perguruan Tinggi Swasta (FISIP UPN) Untuk Memenuhi Kebutuhan Informasinya). *Journal Universitas Erlangga*. [ABSTRAK]. Diakses 5 Januari 2014 pukul. 15.00 Wib, dari <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/Jurnal%20IIK%20Novianto.pdf>
10. Ekasari, P., & Dharmawan, A. H. (2012). Dampak Sosial-Ekonomi Masuknya Pengaruh Internet Dalam Kehidupan Remaja Di Pedesaan. *Jurnal Sosiologi Pedesaan*, 57 -71.
11. Sopiah, N. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Media Facebook. *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI) 2013 Yogyakarta*, ISSN: 1907 - 5022.
12. Puworini, D., & Sugiyanti, A. (2012). Motif Personal Branding Mahasiswa Ums Di Facebook. *Komuniti, Vol.IV No.2 Juli 2012*.
13. Simbolon, D. Y. (2013). Gambaran Stres Mahasiswa Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara Tahun 2012. Skripsi Strata Satu, Universitas Sumatera Utara, Sumatera Utara.
14. Dayfiventy, Y., & Nurhidayah, R.K. (2012). Stressor Dan Koping Mahasiswa Pembelajaran Kurikulum Berbasis Kompetensi Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara. *Jurnal Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara*. Diakses 8 Januari 2014 pukul 15.00 Wib, Dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=59045&val=4132>
15. Agung, G., & Budiani M. S. (2013). Hubungan Kecerdasan Emosi Dan *Self Efficacy* Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Universitas Negeri Surabaya*. Diakses 23 Februari 2014 pukul. 20.00 Wib, dari <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/1883/baca-artikel>
16. Putra, K. R., Lestari, R., & Martianingsih, D. E. (2012). Pengaruh Intensitas Akses Jejaring Sosial Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya Malang. Diakses 24 November 2013 pukul 23.00 Wib, dari http://old.fk.ub.ac.id/artikel/id/filedownload/keperawatan/MAJALAH_DIKI%20ELFIRA%20M_0910720027.pdf

17. Kholidah, E. N., & Alsa, A. (2012). Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *JURNAL PSIKOLOGI VOLUME 39, NO.1, 67 - 75*.
18. Syofia, E. (2009). Faktor - Faktor yang Menyebabkan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. Skripsi Strata Satu, Universitas Sumatra Utara, Sumatra Utara.
19. Hendriyanto, B., Sriati, A., & Fitria, N. (2010). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran Angkatan 2011. *Jurnal Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran*.
20. Muffiddah, A. A. (2013). Penggunaan Media Sosial Sebagai Media Komunikasi Di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya Malang*.