

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN  
TINGKAT STRES PADA MAHASISWA STIKES HANG TUAH  
SURABAYA DI MASA PANDEMI COVID – 19**



**Oleh :**  
**ALIFA NUR AYNI**  
**NIM.171.0008**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN HANG TUAH  
SURABAYA  
2021**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN  
TINGKAT STRES PADA MAHASISWA STIKES HANG TUAH  
SURABAYA DI MASA PANDEMI COVID – 19**

**Diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya**



**Oleh :  
ALIFA NUR AYNI  
NIM.171.0008**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN HANG TUAH  
SURABAYA  
2021**

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Alifa Nur Ayni

Nim : 1710008

Tanggal Lahir : 30 Juni 1999

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19”. Saya susun tanpa melakukan plagiat sesuai dengan peraturan yang berlaku di STIKES Hang Tuah Surabaya.

Jika kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiat saya akan bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh STIKES Hang Tuah Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 05 Februari 2021

**Alifa Nur Ayni**

**NIM 1710008**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Setelah kami periksa dan amati, selaku pembimbing mahasiswa:

Nama : Alifa Nur Ayni

NIM : 1710008

Program Studi : S-1 Keperawatan

Judul : “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19”

Serta perbaikan – perbaikan sepenuhnya, maka kami menganggap dan dapat menyetujui bahwa Skripsi ini diajukan dalam sidang guna memenuhi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar:

**ALIFA NUR AYNI (S.Kep)**

Pembimbing I



Dedi Irawandi S. Kep.,Ns.,M.Kep.  
NIP. 03005

Ditetapkan di : STIKES Hang Tuah Surabaya

Tanggal : 12 April 2021

## HALAMAN PENGESAHAN

Proposal dari :

Nama : Alifa Nur Ayni

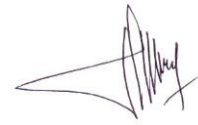
NIM : 1710008

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji Skripsi di STIKES Hang Tuah Surabaya, dan dinyatakan dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar “SARJANA KEPERAWATAN” pada Prodi S1 – Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya

**Penguji 1 : Imroatul F.,S.Kep.,Ns.M.Kep.,  
NIP. 03. 028**



---

**Penguji 2 : Dedi Irawandi S. Kep.,Ns.,M.Kep..  
NIP. 03. 050**



---

**Penguji 3 : Ari Susanti S. KM.,M.Kes.  
NIP. 03. 052**

Mengetahui,

**KAPRODI S1 KEPERAWATAN  
STIKES HANG TUAH SURABAYA**

**PUJI HASTUTI, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIP.03010**

Ditetapkan di : STIKES Hang Tuah Surabaya

Tanggal : 17 April 2021

Judul: Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID -19

### ABSTRAK

Pembelajaran jarak jauh adalah alternatif yang digunakan disaat pandemik COVID-19 oleh pemerintah atas surat edaran untuk tiap universitas dalam melakukan proses belajar mengajar. Proses pembelajaran daring ini dapat ditemui mahasiswa yang mengalami stres serta tidak bisa melakukan proses pembelajaran dengan baik dan benar. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah di masa pandemic COVID -19

Penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan teknik *non-probability sampling* dengan pendekatan *Quota Sampling* sebanyak 156 responden di STIKES Hang Tuah Surabaya.pembelajaran daring dan tingkat stres menggunakan kuisioner. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rho* dengan  $\rho < 0.05$ .

Berdasarkan hasil uji Spearman Rho menunjukkan  $r = 0,259$  dengan  $\rho$  value = 0,001, maka menunjukkan hubungan yang kuat dan secara statistic ada hubungan yang signifikan antara pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres yang dialami mahasiswa di STIKES Hang Tuah Surabaya pada masa pandemic COVID -19.

Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pembelajaran jarak jauh perjanjian dan saling mengerti antar dosen dan mahasiswa. Perjanjian yang dilakukan untuk pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dan tugas yang diberikan dengan waktu pengumpulan. Saling mengerti pada kendala yang dialami. Mahasiswa dapat meminimalisir dengan mengerjakan tugas setelah diberikan dan alternatif pada kuota atau tempat yang sinyalnya kuat .

**Kata kunci : Pembelajaran Jarak Jauh, Tingkat Stres, Mahasiswa**

Title: The Relationship Distance Learning With Stres Level in STIKES Hang Tuah Students Suarabaya During The COVID-19 Pandemic

## **ABSTARCT**

### **THE RELATIONSHIP DISTANCE LEARNING WITH STRESS LEVEL IN STIKES HANG TUAH STUDENTS SURABAYA DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

Distance learning is an alternative used during the COVID-19 pandemic by the government on a leaflet for each university in carrying out the teaching and learning process. This online learning process can be found by students who experience stress and cannot carry out the learning process properly and correctly. The purpose of this study was to analyze the relationship between distance learning and stress levels in STIKES Hang Tuah students during the COVID-19 pandemic

The study used a cross sectional approach with non-probability sampling technique with a Quota Sampling approach as many as 156 respondents at STIKES Hang Tuah Surabaya. Online lerning and stress levels used questionnaires. Data were analyzed using Rho Speraman test with  $< 0.05$ .

Based on the results of the Spearman Rho test showing  $r = 0.259$  with value = 0.001, it shows a strong relationship and statistically there is a significant relationship between online learning and the level of stress experienced by students at STIKES Hang Tuah Surabaya during the COVID-19 pandemic.

The implication of this research is that distance learning is an agreement and mutual understanding between lecturers and students. Agreements made for the implementation of remote learning and assigned tasks with collection times. Mutual understanding of the obstacles experienced. Students can minimize it by doing the given task after being given the task and alternatively at a quota or a place with a strong signal .

Keywords: Distance Learning, Stress Level, Students

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur saya panjatkan atas kehendak dan ridho Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan segala hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19” sesuai waktu yang telah ditentukan.

Penyusunan Skripsi ini digunakan sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bimbingan dan bantuan dari para pembimbing serta semua pihak yang ikut membantu dalam penyelesaiannya. Untuk itu dalam kesempatan ini perkenankan penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. A.V. Sri Suhardiningsih, S.Kp., M.Kes. selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada peneliti untuk mengikuti dan menyelesaikan Program Studi S1 – Keperawatan.
2. Puket 1, Puket 2, Puket 3 STIKES Hang Tuah Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada peneliti untuk mengikuti dan menyelesaikan program studi S1 – Keperawatan.
3. Ibu Puji Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Program Studi Pendidikan S1-Keperawatan yang telah memberikan kesempatan kepada



kami untuk mengikuti dan menyelesaikan Program Pendidikan S1 Keperawatan.

4. Ibu Imroatul Farida S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua penguji terima kasih atas segala arahnya dalam pembuatan skripsi ini.
5. Bapak Dedi Irawandi S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing I yang penuh keabaran dan penuh perhatian memberikan saran, kritik dan bimbingan demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Ari Susanti S.KM., M.Kes. selaku Penguji II terima kasih atas segala arahnya dalam pembuatan skripsi ini.
7. Ibu Nadia Okhtiary, A.md selaku kepala Perpustakaan di STIKES Hang Tuah Surabaya yang telah menyediakan sumber Pustaka dalam penyusunan penelitian ini
8. Ka BAU dan Staff Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah yang telah menyediakan fasilitas dalam penyusunan penelitian ini
9. Seluruh Dosen dan Staf STIKES Hang Tuah Surabaya yang telah memberikan bantuan dalam kelancaran proses penyusunan skripsi.
10. Teman – teman Mahasiswa Prodi S1 dari Tingkat 1 – Tingkat 3 dan Mahasiswa Prodi D3 dari Tingkat 1 – Tingkat 2 yang telah membantu menjadi responden dalam penyelesaian proposal skripsi ini
11. Ayah, Ibu, Kakak dan sepupu saya tercinta beserta keluarga besar yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat bagi saya.
12. Teman-teman angkatan 23 di STIKES Hang Tuah Surabaya yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik – baiknya, namun penulis menyadari skripsi ini jauh dari kata sempurna. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama masyarakat dan perkembangan ilmu keperawatan. Semoga budi baik yang telah diberikan kepada peneliti mendapatkan balasan pahala dari Tuhan Yang Maha Esa.

Surabaya 05 April , 2020

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, cursive letters that appear to be 'A' and 'A'.

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>SKRIPSI.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Pembelajaran Jarak Jauh.....	6
2.1.1 Pengertian Pembelajaran Jarak Jauh.....	6
2.1.2 Karakteristik Pembelajaran Jarak Jauh .....	6
2.1.3 Akibat Pembelajaran Jarak Jauh .....	6
2.1.4 Aspek yang Mempengaruhi Pembelajaran Jarak Jauh .....	7
2.1.5 Manfaat Pembelajaran Jarak Jauh .....	7
2.2 Konsep Mahasiswa .....	8
2.2.1 Pengertian Mahasiswa .....	8
2.2.2 Hak dan Kewajiban Mahasiswa .....	8
2.2.3 Tata Tertib Mahasiswa .....	9

2.3	konsep Stres Mahasiswa .....	13
2.3.1	Pengertian Stres .....	13
2.3.1.	Dampak Stres.....	13
2.3.2	Sumber Stres.....	14
2.3.3	Penyebab Stres.....	14
2.3.4	Tingkat Stres.....	14
2.3.5	Aspek yang mempengaruhi Tingkat Stres.....	15
2.3.6	Gejala Stres.....	18
2.3.7	Manajemen Stres .....	19
2.4	Konsep Teori Keperawatan Roy.....	20
2.4.1	Menurut Konsep Teori Keperawatan Roy.....	20
2.4.2	Konsep Menurut Roy.....	20
2.4.3	Paradigma Keperawatan Menurut Roy.....	22
2.5	Hubungan Antar Konsep .....	23
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....</b>		<b>26</b>
3.1	Kerangka Konsep.....	26
3.2	Hipotesis .....	27
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>		<b>28</b>
4.1	Desain Penelitian .....	28
4.2	Kerangka Kerja.....	29
4.3	Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
4.4	Populasi, Sampel dan Sampling Desain .....	30
4.4.1	Populasi Penelitian.....	30
4.4.2	Sampel Penelitian .....	30
4.4.3	Besar Sampel .....	30
4.4.3	Teknik Sampling.....	31
4.5	Identifikasi Variabel Definisi Operasional .....	31
4.5.1	Variabel Independen (Variabel Bebas).....	31
4.5.2	Variabel Dependen (Variabel Terikat) .....	31
4.6	Definisi Operasional .....	32
4.7	Pengumpulan data dan Analisa data .....	33
4.7.1	Pengumpulan Data.....	33
4.7.2	Analisa Data.....	37
4.8	Etika Penelitian.....	38

<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>40</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	40
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
5.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	41
5.1.3 Data Umum.....	41
5.1.4 Data Khusus.....	47
5.2 Pembahasan .....	50
5.2.1 Pembelajaran Jarak Jauh.....	50
5.2.2 Tingkat Stres.....	51
5.2.3 Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres .....	53
5.3 Keterbatasan .....	56
<b>BAB 6 PENUTUP</b> .....	<b>58</b>
6.1 Simpulan.....	58
6.2 saran.....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Table 4.1 Definisi Operasional .....	32
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	41
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.....	41
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	42
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Prodi dan Tingkat Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	42
Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Mengonsumsi Rokok Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	43
Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Stres karena Materi Padat Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	43
Tabel 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Iri dengan Prestasi Orang Lain Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	44
Tabel 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Orang Tua Membanding – banding dengan Orang Lain Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.....	44
Tabel 5.9 Karakteristik Responden Berdasarkan Kondisi Sosial Mempengaruhi Prestasi Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	45
Tabel 5.10 Karakteristik Responden Berdasarkan Tuntutan Orang Tua untuk Berprestasi Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	45
Tabel 5.11 Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi saat Pembelajaran Berlangsung Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	46
Tabel 5.12 Karakteristik Responden Berdasarkan Selama Pembelajaran Berlangsung Melakukan 2 Kegiatan Sekaligus Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.....	47
Tabel 5.13 Karakteristik Responden Berdasarkan Pembelajaran Jarak Jauh Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya .....	47
Tabel 5.14 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya .....	48
Tabel 5.15 Yabulasi Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID -19 .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Adaptasi Roy .....	20
Gambar 3.1. Kerangka konseptual Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19 .....	26
Gambar 4.1 Desain Penelitian Hubungan Penelitian Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. ....	28
Gambar 4.2. Kerangka Kerja Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19.....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Curriculum Vitae .....	62
Lampiran 2 Motto dan Persembahan .....	63
Lampiran 3 Surat pengajuan judul .....	65
Lampiran 4 Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data.....	66
Lampiran 5 Persetujuan Etik.....	67
Lampiran 6 hasil plagiarisme .....	68
Lampiran 7 Informed Consent .....	69
Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	70
Lampiran 9 Data Demografi .....	71
Lampiran 10 Kuisisioner Pembelajaran Jarak Jauh.....	73
Lampiran 8 Kuisisioner Tingkat Stres .....	75
Lampiran 9 Lembar Tabulasi Data Pembelajaran Jarak Jauh.....	78
Lampiran 10 Lembar Tabulasi Data Tingkat Stres .....	84
Lampiran 11 Distribusi Frekuensi Data Demografi.....	91
Lampiran 12 Distribusi Frekuensi Data Khusus .....	95
Lampiran 13 Analisa Data Spearman Rho.....	97
Lampiran 14 Uji Validitas dan Reabilitas Pembelajaran jarak jauh .....	98
Lampiran 15 Uji Validitas dan Reabilitas Tingkat stres .....	100



## DAFTAR SINGKATAN

### SINGKATAN

BAU	: Biro Administrasi Umum
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Dll	: Dan lain- lain
Dkk	: Dan kawan - kawan
MPK	: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan
YKY	: Yogyakarta
BAAK	: Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan
PRODI	: Program Studi
LCD	: <i>Liquid Crystal Display</i>
AC	: <i>Air Conditioning</i>
KTA	: Kartu Tanda Anggota
IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif
NAPZA	: Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kementrian Pembelajaran serta Kebudayaan (Kemendikbud) menghasilkan Pesan Edaran dari Menteri Pembelajaran serta Kebudayaan No 36962/ MPK. A/ HK/ 2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang Pembelajaran secara Daring serta Bekerja dari Rumah dalam rangka Penangkalan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID– 19). Pembelajaran jarak jauh ialah alternatif yang digunakan dikala pandemi COVID – 19 oleh tiap universitas buat melakukan proses belajar mengajar meski tidak dengan tatap muka (Argaheni, 2020; Mendikbud, 2020). Akademi besar di Indonesia sebagian memmiliki kasus ialah merasa belum siap memakai sistem pendidikan jarak jauh dengan aplikasi yang terdapat di mobile phone ataupun laptop semacam zoom, google meet dll. Sistem pendidikan jarak jauh ini bisa ditemui terdapat mahasiswa yang hadapi stress serta tidak bisa menjajaki proses pendidikan dengan baik serta benar. Sebagian kasus yang timbul yang berkaitan dengan sistem pendidikan via online, baik berbentuk kesiapan mahasiswa, kemampuan teknologi, hambatan – hambatan lain yang dirasakan sepanjang memakai sistem pembelajaran jarak jauh/ daring, sehingga penilaian dapat dicoba buat meminimalisir hambatan serta kasus yang dialami mahasiswa sepanjang memakai metode virtual serta tatap muka jadi tata cara online memperoleh bermacam respon dari mahasiswa. Program pendidikan jarak jauh/ daring ini bukan cuma mempunyai hambatan ataupun permasalahan tersebut namun pula memiliki kasus lain semacam keterbatasan buat mengakses sarana pendukung pada mahasiswa di sebagian wilayah (Kusnayat et al., 2020). Berdasarkan pada

wawancara yang dicoba di STIKES Hang Tuah membagikan kenyataan kalau kebanyakan mahasiswa hadapi kendala jaringan/akses internet serta minoritas beban tugas yang diberikan dosen. Menurut Hasanah et al., (2020) pemicu tekanan pikiran dalam pendidikan jarak jauh ialah tugas pendidikan yang diberikan dosen serta proses pendidikan jarak jauh yang dicoba mulai membosankan.

Berdasarkan pada Hasil wawancara dengan 11 mahasiswa akademik keperawatan YKY Yogyakarta didapatkan 10 mahasiswa yang meringik akibat agenda perkuliahan, praktek, laboratorium yang diiringi pemnugasan seta deadline tugas yang dialami sangat pendek, serta hasil riset mengatakan kalau stres akademik sebagian besar diakibatkan oleh banyaknya tugas yang telah terdapat apalagi di minggu dini kuliah (48,7%), sulitnya menguasai mata kuliah (9,2%), rencana riset yang bermasalah (7 9%), agenda kuliah yang padat (3,9%) serta nilai yang kurang baik (3,9%). Stres mempunyai akibat terhadap keadaan raga mahasiswa, ialah kelelahan serta lemas (21,1%), sakit kepala, pusing ataupun migraine (20,3%), kendala makan (8,1%), kendala tidur (8,1%) serta sakit perut (5,7%) (Rachmawati, 2020). Berdasarkan pada study pendahuluan yang dicoba pada bertepatan pada 14 maret 2021 di STIKES Hang Tuah Surabaya kepada 10 responden didapatkan hasil wawancara 6 mahasiswa (60%) hadapi kendala jaringan/akses internet serta 4 mahasiswa (40%) beban tugas yang diberikan dosen.

Akibat pendidikan jarak jauh ialah akses internet yang masih susah didapatkan yang dibeberapa wilayah di Indonesia susah mendapatkannya, bayaran buat beli kuota internet, pergantian jam perkuliahan yang berlangsung dari pagi sampai malam, beban tugas yang diberikan dosen serta jaringan yang lenyap pada dikala perkuliahan dari pergantian pendidikan jarak jauh ini, membuat mahasiswa

hadapi ketidakmampuan buat menyesuaikan diri dengan tuntutan, pola belajar, rentang waktu perkuliahan yang membuat mahasiswa hadapi stress (Fitriasari et al., 2020). Stres akademik merupakan kondisi ataupun tekanan dimana mahasiswa hadapi terdapatnya persaingan serta ketidakmampuan mengalami tuntutan akademik. Stres akademik diakibatkan oleh terdapatnya academic stressor yang bermula dari proses pendidikan semacam tekanan buat memperoleh nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai/ prestasi serta takut dalam mengalami tes (Harahap et al., 2020).

Perawat idealnya mempunyai kedudukan serta guna yang kerap diterapkan. Kedudukan yang kerap diterapkan klien pada kliennya paling utama mahasiswa ialah educator. Kedudukan perawat selaku educator ialah membagikan data, pengajaran, pelatihan, arahan serta tutorial kepada mahasiswa dalam menanggulangi permasalahan Kesehatan. Kedudukan perawat selaku educator umumnya digunakan perawat dalam melakukan pelatihan ataupun mengajar pada mahasiwa tercantum dalam melakukan pendidikan jarak jauh. Menurut Argaheni (2020) pembelajaran daring bisa diupayakan diterima dengan baik oleh mahasiswa tanpa kurangi esensi pembelajaran itu sendiri. Mahasiswa yang lagi melakukan pendidikan jarak jauh bisa kurangi tekanan pikiran yang dirasakan dengan metode alihkan benak dengan melaksanakan kegiatan/ aktivitas yang positif semacam tidur serta berolahraga (Fitriasari et al., 2020). Fenomena yang ditemui diatas, peneliti tertarik buat melaksanakan penelitian menimpa Hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada Mahasiswa Stikes Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19”

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi Pembelajaran Jarak Jauh Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19
2. Mengidentifikasi Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19
3. Menganalisis Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19”

## **1.4.2 Manfaat Praktis**

### **1. Manfaat bagi mahasiswa**

- a. Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan tentang pembelajaran jarak jauh dan tingkat stres pada mahasiswa
- b. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan kepada mahasiswa dalam memahami dan mengendalikan tingkat stress yang dialami dalam sistem pembelajaran jarak jauh.
- c. Mahasiswa mampu menggali potensi dengan mengikuti sistem pembelajaran dengan baik dan setulus hati

### **2. Manfaat bagi peneliti**

Hasil penelitian ini, dapat memberikan informasi atau gambaran untuk perkembangan peneliti selanjutnya, yang terkait dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam pembelajaran jarak jauh

### **3. Manfaat bagi profesi keperawatan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi praktisi keperawatan dalam melakukan pelayanan keperawatan pada masyarakat tentang tingkat stress pada mahasiswa dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Bab ini membahas mengenai konsep landasan teori dan berbagai aspek yang berkaitan dengan topik penelitian yaitu 1. Konsep Pembelajaran Jarak Jauh, 2. Konsep mahasiswa, 3. Konsep Stres Mahasiswa 4. Konsep Teori, 5. Hubungan Antar Konsep

#### **2.1 Konsep Pembelajaran Jarak Jauh**

##### **2.1.1 Pengertian Pembelajaran Jarak Jauh**

Pembelajaran jarak jauh ialah pembelajaran yang dicoba secara jarak jauh lewat media komunikasi semacam zoom, google meet, serta lain – lain (Keperawatan & Manggala, 2020).

##### **2.1.2 Karakteristik Pembelajaran Jarak Jauh**

Ciri utama dari pembelajaran jarak jauh merupakan terdapatnya keterpisahan, baik keterpisahan secara fisik, psikologis serta komunikasi antara dosen serta mahasiswa. Keterpisahan ini terjadi dalam proses pendidikan sehingga dibutuhkan resep buat menjembatani batasan transaksi dalam proses pembelajaran jarak jauh sebab menyebabkan perbandingan anggapan menimpa konsep modul yang di informasikan (Keperawatan & Manggala, 2020).

##### **2.1.3 Akibat Pembelajaran Jarak Jauh**

Sistem Pembelajaran Jarak Jauh yang dikala ini dilaksanakan mahasiswa bisa menimbulkan selaku berikut:

1. Mahasiswa jadi pasif, kurang kreatif serta produktif dalam melakukan pendidikan jarak jauh

2. Mahasiswa yang hadapi tekanan serta tekanan pikiran dalam melaksanakan pendidikan jarak jauh
3. Mahasiswa hadapi minimnya uraian atas modul yang diberikan (Argaheni, 2020).

#### **2.1.4 Aspek yang Mempengaruhi Pembelajaran Jarak Jauh**

1. Memaksimalkan kemampuan dan menghasilkan serta memelihara area belajar yang positif
2. Membangun komunitas belajar
3. Membagikan umpan balik yang tidak berubah-ubah secara pas waktu dengan memakai teknologi yang benar buat mengirimkan serta menanggapi tugas yang diberikan (Kusnayat et al., 2020)

#### **2.1.5 Manfaat Pembelajaran Jarak Jauh**

1. Pembelajaran jarak jauh bisa berguna untuk dosen dengan menggunakan waktu luang buat melaksanakan riset serta penganbdian kepada warga. Minimnya para dosen dalam melaksanakan riset serta dedikasi warga sepanjang ini disinyalir sebab minimnya waktu.
2. Pembelajaran jarak jauh bisa berguna untuk mahasiswa dengan menggunakan buat kuiah sembari bekerja sangat menolong bayaran buat pendidikan jarak jauh, belajar jarak jauh/ daring dapat dicoba dimana saja, tingkatkan kandungan interaksi pendidikan antara mahasiswa dengan dosen, memudahkan mahasiswa buat bertambah akses belajar yang dapat dicakup lebih meluas (Iskandar et al., 2020).



## **2.2 Konsep Mahasiswa**

### **2.2.1 Pengertian Mahasiswa**

Mahasiswa adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jenjang dan jenis Pendidikan tertentu (Stikes Hang Tuah Surabaya, 2017).

### **2.2.2 Hak dan Kewajiban Mahasiswa**

1. Mahasiswa mempunyai hak:
  - a. Menggunakan kebebasan akademik secara bertanggung jawab untuk menuntut ilmu sesuai dengan norma dan Susila yang berlaku dalam lingkungan akademik.
  - b. Memperoleh pengajaran sebaik – baiknya dan layanan bidang akademik yang sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan.
  - c. Memanfaatkan fasilitas yang ada di perguruan tinggi dalam rangka kelancaran proses belajar.
  - d. Mendapat bimbingan dari dosen yang bertanggungjawab atas program studi yang diikutinya dalam penyelesaian studinya.
  - e. Memperoleh layanan informasi yang berkaitan dengan program studi yang diikutinya serta hasil belajar yang didapatnya.
  - f. Memperoleh layanan kesejahteraan yang sesuai dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku.
  - g. Memanfaatkan sumber daya yang ada di perguruan tinggi melalui perwakilan/organisasi kemahasiswaan untuk mengurus dan mengatur kesejahteraan minat dan tata kehidupan bermasyarakat.

- h. Pindahkan ke perguruan tinggi atau program studi lain, bila mana memenuhi persyaratan penerimaan mahasiswa dan perguruan tinggi atau program studi yang hendak dimasuki dan bilamana daya tampung perguruan tinggi atau program yang bersangkutan memungkinkan
- i. Mengikuti dalam kegiatan organisasi mahasiswa perguruan tinggi yang bersangkutan
- j. Memperoleh pelayanan khusus bilamana menyandang cacat
- 2. Mahasiswa mempunyai kewajiban
  - a. Mematuhi semua peraturan/ketentuan yang berlaku pada perguruan tinggi yang bersangkutan
  - b. Mengikuti dalam memelihara sarana dan prasarana serta kebersihan, ketertiban dan keamanan perguruan tinggi yang bersangkutan
  - c. Mengikuti tanggungan biaya penyelenggaraan Pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang dibebaskan kewajiban tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku
  - d. Menghargai ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian
  - e. Menjaga kewibawaan dan nama baik perguruan tinggi yang bersangkutan
  - f. Menjunjung tinggi kebudayaan nasional. (STIKES Hang Tuah Surabaya, 2017).

### **2.2.3 Tata Tertib Mahasiswa**

Tata tertib merupakan suatu ketentuan yang sudah disusun oleh suatu institusi dalam upaya untuk mengatur kelancaran suatu hal atau kegiatan Adapun tata tertibe yang sudah disusun STIKES Hang Tuah Surabaya bagi mahasiswa:

1. Tata Tertib Mengikuti Apel Pagi

Apel pagi wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya dan mahasiswa hadir selambat – lambatnya 5 menit sebelum pelaksanaan apel pagi. Apel pagi juga dapat membantu menambah IPK meskipun hanya 5% dan jika tidak menyeterakan surat ijin/surat sakit yang jelas, maka akan dianggap tidak hadir. Daftar kehadiran mahasiswa dari 0 – 80% ada konsekuensinya tersendiri dan hukuman yang diterima.

2. Tata Tertib Perkuliahan

Sesuaikan dengan peraturan dan ketentuan Program Studi (Prodi dan BAAK)

3. Tata Tertib Berpakaian (Kuliah dan Praktek)

- a. Pakaian

Waktu apel pagi pada hari senin memakai jas almamater lengkap dengan atributnya (baju niru muda, celana/rok biru muda sepatu & ikat pinggang hitam, muts, dasi, papan nama dan kaos kaki hitam khusus mahasiswa pria) dan setelah apel pagi melepas jas almamaater, dasi dan muts, atribut lain tetap dipakai. Pada hari selas di waktu apel pagi memakai baju olahraga (kaos poral, training biru, sepatu olahraga dan kaos kaki putih) dan selesai apel pagi memakai baju biru muda, celana/rok biru muda, papan nama, sepatu hitam, ikat pinggang hitam dan kaos kaki hitam khusus bagi mahasiswa pria. Pada hari rabu dan kemis, waktu dan selesai apel pagi pakaiannya seperti hari senin cuman tidak memakai jas almamaater, muts dan dasi. Untuk hari jum'at memakai bebeas sopan

- b. Aksesoris selama berpakaian seragam praktek/seragam kuliah seperti tidak diperkenankan memakai perhiasaan (cincin, gelang dan kalung) kecuali jam

tangan dan anting – anting bentuk mrica; tidak diperkenankan memakai make up yang tebal; kuku harus pendek tanpa kutek; apabila memakai pita atau jepit rambut harus berwarna hitam.

#### 4. Tata Tertib Di Ruang Kelas

Mahasiswa yang menjadi penanggung jawab mata kuliah harus memeriksa situasi ruangan seperti LCD, spidol, AC, laptop dan lain – lain. Mahasiswa diharuskan sudah siap 10 menit sebelum perkuliahan dan jika mahasiswa terlambat 10 menit saat perkuliahan berlangsung, maka tidak diperkenankan masuk untuk mengikuti perkuliahan.

#### 5. Tata Tertib Perijinan

Menyesuaikan dengan peraturan dan ketentuan BAU

#### 6. Tata tertib Masuk Ruang Staf

- a. Mengetuk pintu, mengucapkan salam (“Selamat pagi, Mohon ijin masuk”)
- b. Menyampaikan tujuan
- c. Dilarang memakai kaos, bahan jeans dan memakai jaket
- d. Menjaga ketenangan dan ketertiban ruang staf

#### 7. Tata Tertib Perpustakaan

- a. Mahasiswa tidak diperkannkan gaduh, merokok, membawa makanan dan minuman di dalam perpustakaan.
- b. Mahasiswa yang membawa tas atau jaket supaya ditaruh di loker yang disediakan dan wajib mengisi buku pengunjung
- c. Tata tertib di perpustakaan selain anggota mahasiswa, dosen dan staf STIKES Hang Tuah Surabaya tidak diperbolehkan meminjam buku perpustakaan/peminjam wajib memiliki kartu anggota perpustakaan

- d. Bagi pengguna di luar aktivitas STIKES Hang Tuah Surabaya/tidak memiliki KTA perpustakaan akan dikenakan biaya pelayanan dan perawatan sebesar Rp. 10.000/ semester dan wajib menyerahkan identitas diri
- e. Kegiatan peminjaman buku tidak diperbolehkan untuk diwakilkan orang lain
- f. Pelayanan Hari Senin – Kamis jam : 08.00 – 15.00 WIB  
Pelayanan Hari Jum'at jam : 08.00 – 15.30 WIB
8. Tata Tertib Praktik Klinik pada saat pandemic COVID - 19  
Sesuai dengan peraturan dan ketentuan praktek klinik yang sudah dibuat oleh Program Studi (Prodi)
  - a. Kontrak penggunaan laboratorium yang dilakukan h-2 sebelum menggunakan laboratorium melalui link yang sudah diberikan
  - b. Mengisi Formulir *self assessment* H-1 sebelum datang ke STIKES Hang Tuah Surabaya
  - c. Cek suhu yang dilakukan di lobby saat memasuki area STIKES Hang Tuah Surabaya
  - d. Absensi kunjungan laboratorium yang dilakukan secara offline di laboratorium dan online melalui link yang sudah diberikan
  - e. Mengupload persetujuan orang tua
9. Tata Tertib di masa pandemi COVID - 19
  - a. Mengisi Formulir *self assessment* H-1 sebelum datang ke STIKES Hang Tuah Surabaya
  - b. Melakukan protokol Kesehatan dengan mencuci tangan dan memakai masker sebelum memasuki lobby STIKES Hang Tuah Surabaya

c. Pengecekan suhu dan pengecekan untuk pengisian formulir *self assessment* pada saat memasuki lobby STIKES Hang Tuah Surabaya

10. Tata Tertib Pelaksanaan Intra dan Ekstra kurikuler

Sesuai dengan peraturan dan ketentuan kemahasiswaan. (STIKES Hang Tuah Surabaya, 2017).

## **2.3 konsep Stres Mahasiswa**

### **2.3.1 Pengertian Stres**

Stres merupakan respon non– khusus manusia terhadap rangasangan ataupun tekanan dalam sesuatu respon adaptif yang bertabiat sangat individual serta diakibatkan oleh pergantian serta tuntutan (Donsu, 2017).

Stres akademik ialah tekanan mental serta emosional, ataupun tension, yang terjaln akibat tuntutan kehidupan kampus (Hasanah et al., 2020)

### **2.3.1. Dampak Stres**

Stres ada akibat positif, negative ialah pada akibat positif stress bisa memotivasi serta membagikan semangat buat mengalami tantangan, serta mahasiswa bisa IPK yang memuaskan, dapat menuntaskan tugas dengan baik. Akibat negatifnya bisa menimbulkan tekanan mental, nafsu makan serta tidur tidak tertib (Donsu, 2017). Akibat negatif yang lain ialah merendahkan keahlian akademik yang mempengaruhi terhadap indeks prestasi merokok, alkohol, tawuran, seks leluasa apalagi penyalahgunaan NAPZA, sebaliknya akibat positif yang lain ialah kenaikan kreativitas serta merangsang pengembangan diri (Ambarwati et al., 2019).

### **2.3.2 Sumber Stres**

Sumber ada 3 aspek yaitu sebagai berikut:

1. Diri sendiri

Konflik stres kemauan serta realitas berbeda serta pada mahasiswa umumnya terjalin konflik bila IPK yang didapatkan tidak memuaskan dengan keinginannya.

2. Keluarga

Sumber tekanan pikiran dari keluarga bisa terjalin sebab terdapatnya perselisihan permasalahan keluarga, permasalahan keuangan, dan terdapatnya tujuan yang berbeda diantara anggota keluarga. Pada tekanan pikiran mahasiswa biasa bila telah sangat banyak tekanan di perkuliahan serta ada permasalahan keluarga yang belum terselesaikan, hingga hendak buatnya tekanan mental serta mengosik pekerjaan lain (Donsu, 2017).

### **2.3.3 Penyebab Stres**

Pemicu stres yang dialami oleh mahasiswa yaitu sebagai berikut:

1. Beban tugas pembelajaran yang menumpuk
2. Persaingan prestasi antar mahasiswa
3. Proses pendidikan yang membosankan
4. Ketidakmampuan mengaplikasikan pembelajaran praktek klinik karena ketidaksediaan alat (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020).

### **2.3.4 Tingkat Stres**

Stres dipecah jadi tiga tingkat yaitu:

1. Normal
2. Stres Ringan

Stres ringan merupakan stressor yang dialami tiap orang secara tertib, semacam sangat banyak tidur, kemacetan kemudian lintas, kritikan dari atasan. Tekanan pikiran ringan ini umumnya berlangsung sebagian menit ataupun sebagian jam walaupun cuma sebentar namun sangat bermanfaat sebab bisa memacu seorang buat berpikir dan berupaya lebih Tangguh mengalami tantangan hidup.

### 3. Stres Sedang

umumnya berlangsung lebih lama dari sebagian jam hingga sebagian hari. Tekanan pikiran lagi ini umumnya berlangsung disebabkan perselisihan yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, dan ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga ialah aspek pemicu stres.

### 4. Stres Berat

Stres berat ialah suasana yang lama dialami oleh seorang bisa berlangsung sebagian minggu hingga sebagian bulan, semacam perselisihan pernikahan secara terus – menerus, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal, memiliki penyakit kronis tercantum pergantian raga, psikologis, sosial pada umur lanjut. Pada stres berat bila Kian kerap serta kian lama terjalin, hingga kian besar efek kesehatan yang ditimbulkan. stres yang berkelanjutan bisa mempengaruhi keahlian buat menuntaskan tugas pertumbuhan (Syamsidar, 2017).

## **2.3.5 Aspek yang mempengaruhi Tingkat Stres**

### 1. Aspek internal

#### a. Pola pikir

Seorang yang berfikir kalau dirinya tidak sanggup buat mengatur suasana dalam kondisi apapun, hingga mereka cenderung hadapi tekanan pikiran berat.



Terus menjadi besar pola pikir mahasiswa buat mengatur suasana yang dialaminya, hingga terus menjadi kecil mungkin stres yang dirasakan siswa tersebut.

b. Kepribadian

Toleransi terhadap tekanan pikiran yang dirasakan seseorang siswa bisa ditentukan oleh jenis kepribadiannya. Mahasiswa yang mempunyai karakter yang optimis umumnya hadapi tingkatan stres yang kecil dari pada mahasiswa yang berkepribadian pesimis.

c. Keyakinan

Kepercayaan terhadap diri pula jadi aspek berarti dalam memastikan tingkatan tekanan pikiran. Aspek ini bisa menggambarkan suasana serta keadaan orang. Kepercayaan mahasiswa dalam memperhitungkan suatu bisa mengganti metode berfikirnya tentang sesuatu perihal yang apalagi dalam jangka panjang bisa menyebabkan terbentuknya stres.

2. Aspek eksternal

a. Mata kuliah/materi yang padat

Terdapatnya kurikulum yang berbeda dalam sistem pembelajaran jadi aspek pemicu munculnya stres akademik. Kurikulum sistem pembelajaran yang meningkatkan bobot dengan standar lebih besar menyebabkan terdapatnya persaingan terus menjadi ketat, bertambahnya beban serta waktu belajar mahasiswa terus menjadi berlipat. Perihal tersebut bisa menjadikan tingkatan stres mahasiswa terus menjadi bertambah.

b. Tekanan untuk berprestasi tinggi

Mahasiswa tentu hendak dituntut serta ditekan buat memiliki prestasi yang baik dalam masa studinya. Tekanan ini paling utama berasal dari orang tua, keluarga, guru/ dosen, sahabat sebaya, serta diri sendiri.

c. Dorongan status sosial

Perbandingan pembelajaran kerap dijadikan sesuatu simbol status sosial untuk sebagian golongan warga. Seorang yang mempunyai kualifikasi pembelajaran yang besar hendak dihormati, kebalikannya bila seseorang yang mempunyai kualifikasi pembelajaran rendah hendak diremehkan. Begitu pula dengan siswa yang memiliki tingkatan prestasi yang baik, mereka hendak dipuji serta didekati serta diketahui oleh warga. Mahasiswa yang memiliki prestasi yang kurang baik hendak ditatap rendah, dianggap malas, apalagi mereka diremehkan serta tidak diberi keyakinan.

d. Tuntutan orang tua untuk mencapai penghargaan

Persaingan orang tua buat menjadikan kanak- kanak mereka jadi seorang yang sukses serta berprestasi pula jadi salah satu aspek eksternal terbentuknya tekanan pikiran untuk mahasiswa. Digolongan orang tua yang kaya data serta memiliki tingkatan pembelajaran besar umumnya mau menjadikan kanak- kanak mereka unggul dalam bidang apapun. Bersamaan dengan menjamurnya pusatpusat pembelajaran informal, orang tua umumnya menginginkan putra- putri mereka buat menjajaki bermacam berbagai program bonus semacam, kursus seni rupa, music, berolahraga, serta lain sebagainya. Upaya ini dicoba orang tua demi keinginannya menjadikan kanak- kanak yang unggul, berprestasi, serta serba dapat (Nadirawati, 2018).

### 2.3.6 Gejala Stres

Gejala – gejala stres dapat dibagi menjadi 3 kategori, yakni fisik, emosi, dan perilaku yaitu:

#### 1. Gejala Fisik

Gejala fisik, bisa berbentuk semacam sakit kepala, rasa perih di muka ataupun rahang, mulut ataupun kerongkongan kering, susah menelan, sariawan di lidah, susah berdialog, berdialog dengan perkataan yang kurang jelas ataupun terbata-bata, berat tubuh meningkat ataupun menurun, nafsu makan lenyap ataupun senantiasa mau makan, kulit gatal-gatal serta merah, terkelupas, ataupun permasalahan kulit lain, tidak bisa tidur, tidur lama/ kelewatan, keletihan kronis, persendian bengkak, alergi yang terus menjadi sensitif, gerakan otot gemetar serta/ risau tanpa siuman, cenderung hadapi musibah, haid kelewatan ataupun kegelisahan pada dikala haid, serta nafas terengah-engah ataupun tersendat.

#### 2. Gejala Emosi

Gejala emosional bisa berbentuk semacam gampang tersinggung, atmosfer hati (mood) berganti-ganti, tekanan mental, kehabisan ingatan ataupun konsentrasi, risau terhadap hal-hal kecil, mimpi kurang baik, merasa tidak berdaya ataupun frustrasi, menarik diri dari orang lain, benak yang kacau ataupun kehabisan orientasi, amarah, ketidakmampuan membuat keputusan, takut, panik, kerap menangis, timbul benak buat bunuh diri, perasaan kehabisan kontrol, serta hadapi periode kebimbangan.

#### 3. Gejala Perilaku

Gejala perilaku, bisa berbentuk semacam suka menggemeretakkan gigi, dahi mengkerut, gelak tawa risau bernada besar, menggigit kuku, menarik ataupun

memutar rambut, merokok secara kelewatan, mengenakan obat– obatan secara kelewatan, konsumsi alkohol secara kelewatan, makan secara kelewatan, diet secara kelewatan, berjalan mondar- mandir, melaksanakan penundaan yang kronis, kehabisan ketertarikan pada penampilan raga, sikap sosial berubah secara seketika, serta kelambanan kronis (Syamsidar, 2017).

### **2.3.7 Manajemen Stres**

Solusi untuk mengatasi atau mengurangi dampak stres dengan cara berpikir positif. Ada cara lain selain itu yaitu sebagai berikut:

1. Tergantung serta berdialog Mengenai yang dirasakan kepada keluarga, sahabat serta pakar terapi
2. Stresor raga bisa diatasi dengan melaksanakan metode semacam Metode pelaksasi, biofeedback, Metode visualisasi serta olah raga dari pemecahan tersebut dinyatakan bisa menanggulangi dampak stres.
3. Stresor potensial bisa diatasi dengan melakukan metode seperti kamu wajib menjajaki petunjuk buat Latihan– Latihan relaksasi, bernapas serta visualitas secara ketat. Sehabis dicoba sebagian minggu, bisa membuat rileks serta yakin diri
4. Melakukan relaksasi progresif yang berfokus pada relaksasi otot bisa jadi pemecahan buat kurangi stres
5. Perilaku yang positif style hidup sehat tercantum dalam tidur lumayan, memakan buah – buahan serta sayur – mayur.
6. Aksi manajemen waktu yang lebih efektif buat mengerjakan sesuatu pekerjaan

7. *Set realistic goals* tentukan harapan yang mau dicapai serta tentukan batasan waktu buat mengerjakannya
8. *Make a priority list* menyiapkan aktivitas serta urutkan dari yang lebih diprioritaskan
9. *Protect your time* pekerjaan yang khusus ataupun sulit tentukan waktunya buat menuntaskan pekerjaan tersebut (Donsu, 2017).

## 2.4 Konsep Teori Keperawatan Roy

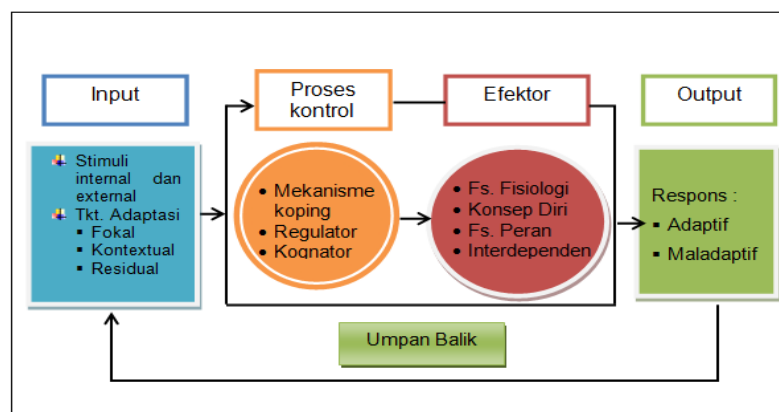
### 2.4.1 Menurut Konsep Teori Keperawatan Roy

Manusia sebagai individu dan organisme yang utuh memiliki sistem adaptif yang senantiasa beradaptasi secara utuh. Tujuan keperawatan menurut Roy adalah meningkatkan respon adaptif individu, menurunkan respon inefektif individu dalam kondisi sakit maupun sehat, dan juga mengantar individu meninggal dengan damai (Pardede, 2018).

### 2.4.2 Konsep Menurut Roy

Konsep teori menurut Roy meliputi input, proses, mode efektor adaptasi dan output. Stimulus dengan melakukan 4 mode ini, maka akan menimbulkan respon atau perilaku adaptasi.

Gambar 2.1 Model Adaptasi Roy



Sumber: (Pardede, 2018).

1. Input

Masukan atau rancangan berasal dari lingkungan atau dari dalam diri manusia dan informasi materi atau energi yang membutuhkan respon atau tanggapan.

2. Proses

Adalah tekanan yang disebabkan oleh faktor internal dan lingkungan. Manusia adalah sistem adaptif, jadi stress mengarah pada kebutuhan untuk beradaptasi. Digunakan sebagai mekanisme koping:

- a. Subsistem regulator, subsistem ini berupa mekanisme koping yang terjadi pada faktor biologis manusia melalui kimiawi, otonom, dan endokrin.
- b. Subsistem kognator, subsistem ini terdapat faktor internal maupun eksternal dan proses ini mengarah emosi, persepsi, penilaian dan evaluasi

3. Mode Efektor Adaptasi

Ini adalah proses internal yang terjadi sebagai sistem adaptasi pada individu, disebut juga model adaptif. Respon subsistem tersebut dapat dikatakan sebagai sistem adaptif dalam empat perubahan pada manusia yaitu:

- a. Mode Fungsional, ini berhubungan dengan kebutuhan berikut seperti oksigen, nutrisi, eliminasi, aktivitas dan istirahat, proteksi, perasaan, cairan dan elektrolit, fungsi syaraf, dan fungsi endokrin.
- b. Mode konsep diri, ini berhubungan dengan psikologis dengan penekanan spesifik. Menurut Roy, ada 2 komponen yaitu *The Physical Self* yang berhubungan dengan sensasi tubuhnya dan gambaran diri, sedangkan *The Personal Self* berhubungan dengan konsisten diri, ideal diri, moral, etik dan spiritual diri,

- c. Mode fungsi peran yaitu mengidentifikasi pola – pola interaksi sosial dalam berhubungan dengan orang lain. Fungsi ini terkait dengan peran primer seperti jenis kelamin dan usia, peran sekunder seperti orang tua dan anak sekolah, sedangkan peran tersier seperti pasien.
  - d. Mode Independen, yaitu untuk mengidentifikasi nilai – nilai pada orang melalui kehangatan, cinta, penerimaan, penolakan, kemandirian dan ketergantungan.
4. Output

Suatu bentuk perilaku yang berasal dari fungsi menerima rangsangan dan hasil adaptasi yang diterima akan memberikan respon balik untuk menunjukkan kemampuan seseorang dalam merespon apapun. Perilaku ini mengkategorikan respon menjadi dua yaitu respon adaptif yang bertujuan untuk kelangsungan hidup, perkembangan, reproduksi dan keunggulan sedangkan respon maladaptive sebaliknya tidak mendukung tujuan itu (Pardede, 2018).

### **2.4.3 Paradigma Keperawatan Menurut Roy**

Menurut Roy, manusia dapat berinteraksi dan memberikan umpan balik/merespon dengan baik pada lawan bicaranya. Roy memandang manusia sebagai biososial sebagai system kehidupannya yang akan selalu berinteraksi dengan lingkungannya.

Menurut Roy, Lingkungan adalah tempat dimana meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi dan meminimalkan resiko yang akan terjadi pada individu terhadap adanya perubahan

Sehat dan sakit, Roy memandang Kesehatan adalah integritas individu dapat ditunjukkan dengan kemampuan untuk mempertahankan diri, tumbuh. Roy melihat

rasa sakit sebagai salah satu aspek yang membentuk keseluruhan pengalaman seseorang.

Menurut Roy, tujuan keperawatan adalah kemampuan meningkatkan respon adaptif individu dan menurunkan respon inefektif individu, dalam kondisi sakit maupun sehat. Keperawatan adalah Ketika perawat memanipulasi rangsangan dengan cara yang memungkinkan pasien beradaptasi dengan semaksimal mungkin (Pardede, 2018).

## **2.5 Hubungan Antar Konsep**

Stres adalah respon non – khusus manusia terhadap rangsangan ataupun tekanan dalam sesuatu respon adaptif yang bertabiat sangat individual dan diakibatkan oleh pergantian serta tuntutan (Donsu, 2017). Pergantian yang diartikan ialah pergantian pendidikan yang awal mulanya tatap muka serta saat ini bergeser pada pembelajaran jarak jauh/daring yang bisa berakibat pada psikologis mahasiswa semacam jadi stress sepanjang menjajaki perkuliahan online (Fitriasari et al., 2020). Sebaliknya tuntutan yang diartikan semacam tugas kuliah, beban pelajaran, kompetensi Pembelajaran, keahlian mahasiswa dakam menjajaki aktivitas akademik, penyesuaian sosial di area kampus serta tuntutan orang tua supaya mahasiswa sukses secara akademik (Suarya, 2019).

Model keperawatan Roy, diketahui dengan model “menyesuaikan diri” yang dimana Roy memandang tiap manusia tentu memiliki kemampuan menyesuaikan diri terhadap stimulus baik, stimulus internal ataupun stimulus eksternal yang kemampuan menyesuaikan diri ini bisa dilihat dari kenaikan umur. Menurut Roy, menyesuaikan diri mengacu pada sesuatu proses serta luaran dimana manusia yang



berfikir serta merasa, selaku orang ataupun dalam kelompok yang memakai pemahaman serta opsi buat menghasilkan keterpaduan dantara manusia serta area (Pardede, 2018).

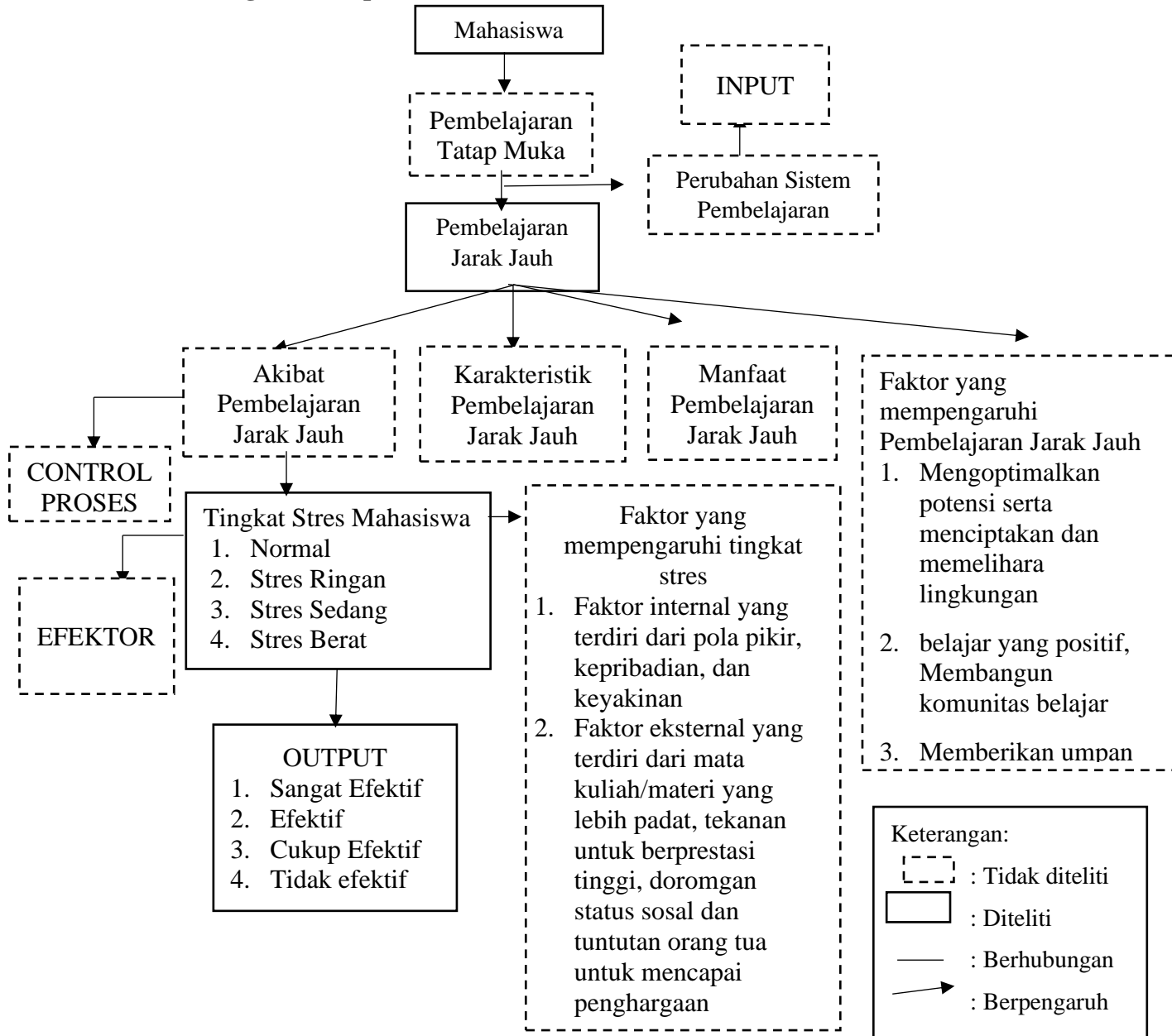
Model Roy berfokus pada konsep menyesuaikan diri manusia menimpa keperawatan manusia, Kesehatan serta area yang silih berhubungan dengan menyesuaikan diri. Misalnya manusia hadapi stimulus pada area Pembelajaran disebabkan sistem pendidikan jarak jauh yang mengganti pendidikan tatap muka. Respons serta menyesuaikan diri yang diberikan manusia bisa dibedakan jadi 2 reaksi positif yang bisa memotivasinya buat aktif serta tekun dalam sistem pendidikan. Sebaliknya reaksi negatifnya dapat berbentuk tekanan pikiran, bila tekanan pikiran kelewatan pula dapat tersendat kesehatnnya (Pardede, 2018).

penelitian ini menggambarkan tentang pendidikan jarak jauh buat memandang proses manusia menerima sistem yang diberikan dengan berbentuk regulator serta kognantor. Koping regulator dari mahasiswa berbentuk tekanan pikiran sebaliknya koping kognator dari mahasiswa yang dikala ini terserang akibat dari COVID-19 menimbulkan tugas menumpuk, kurang menguasai modul yang diberikan. Dengan perihal ini bisa merubah proses koping mahasiswa dapat jadi adaptif ataupun inefektif (Hasanah et al., 2020)

## BAB 3

### KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1. Kerangka konseptual Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya Masa Pandemi COVID – 19

### **3.2 Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah Pembelajaran Jarak Jauh berhubungan dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19

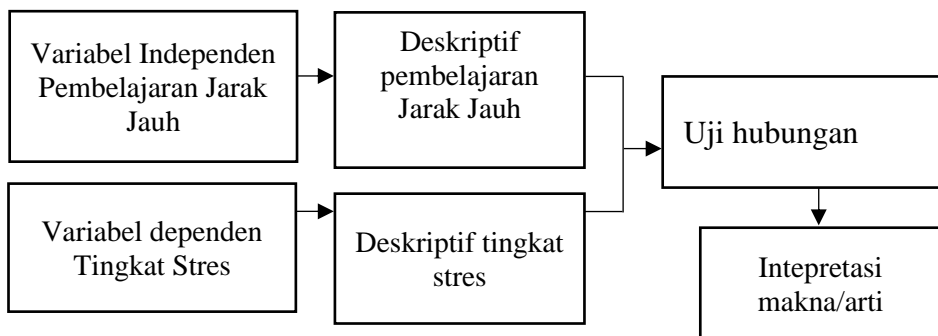
## BAB 4

### METODE PENELITIAN

Bab ini membahas metode yang digunakan dalam penelitian, meliputi: desain penelitian, identifikasi variable, definisi operasional, sampling desain, waktu dan tempat penelitian, pengumpulan data, Analisa dan etika penelitian.

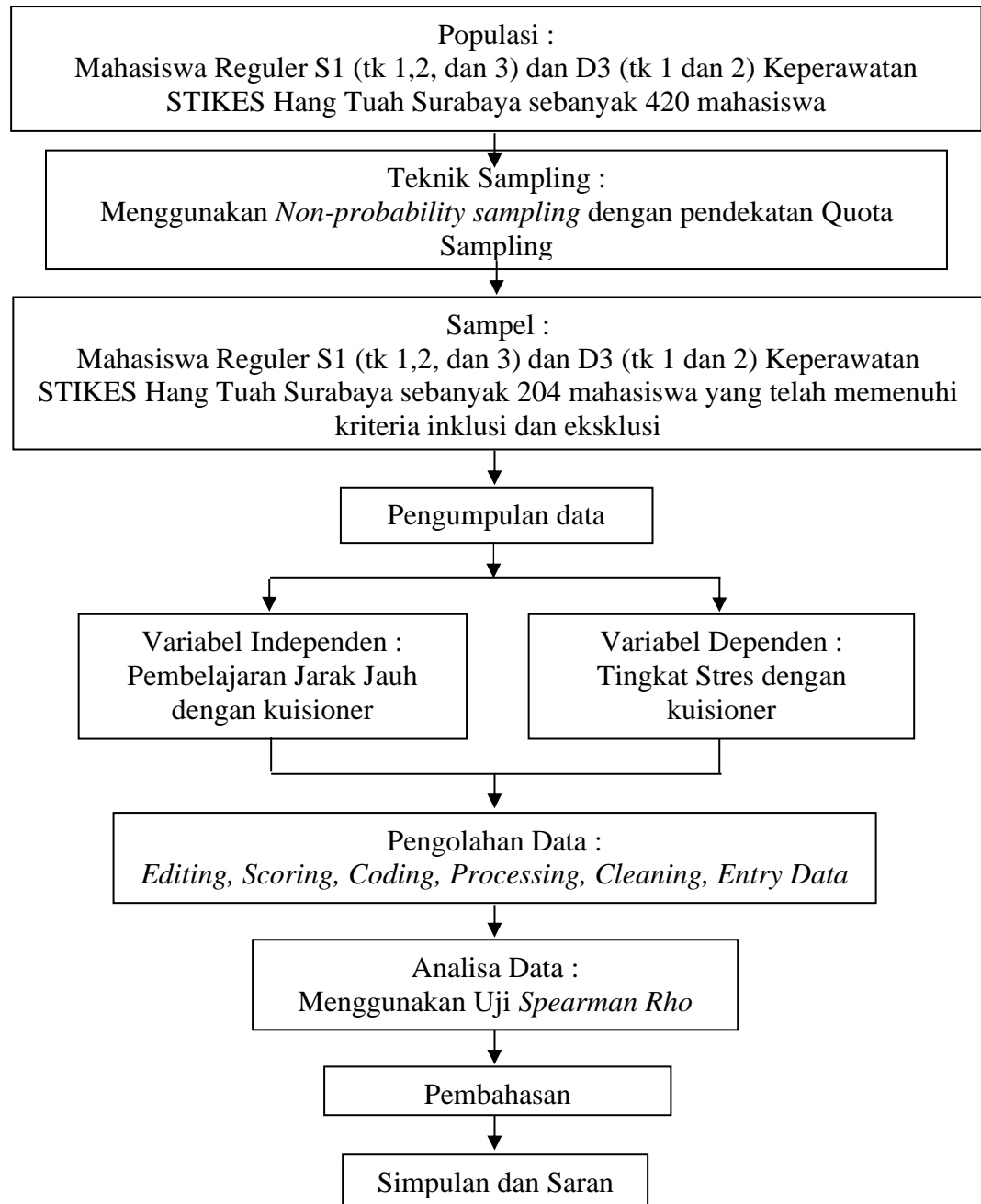
#### 4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian untuk menganalisa “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19” yang menggunakan jenis penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional* adalah dimana variabel independen (pembelajaran jarak jauh) dan variabel dependen (tingkat stres) melakukan pengukuran waktu dalam waktu bersamaan dan hanya satu kali.



Gambar 4.1 Desain Penelitian Hubungan Penelitian Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

## 4.2 Kerangka Kerja



Gambar 4.2. Kerangka Kerja Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19.

### **4.3 Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilakukan pada bulan April 2021 di STIKES Hang Tuah Surabaya.

### **4.4 Populasi, Sampel dan Sampling Desain**

#### **4.4.1 Populasi Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 tingkat 1 – tingkat 3 dan D3 tingkat 1 – tingkat 2 Reguler STIKES Hang Tuah Surabaya yang berjumlah 420 mahasiswa

#### **4.4.2 Sampel Penelitian**

Penelitian ini mengambil sampel mahasiswa reguler S1 dan D3 STIKES Hang Tuah Surabaya, dengan kriteria sampel penelitian :

- 1) Kriteria Inklusi
  - a. Berstatus aktif sebagai mahasiswa reguler keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya.
  - b. Mahasiswa bersedia menjadi responden dengan mengisi *link* pada *google form*.
- 2) Kriteria Eksklusi
  - a. Mahasiswa tidak menjawab kuisioner yang dibagikan melalui *link* pada *google form*.
  - b. Mahasiswa yang tidak setuju menjadi responden, sakit atau izin saat penelitian.

#### **4.4.3 Besar Sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa reguler S1 tingkat 1 – tingkat 3 dan D3 tingkat 1 – tingkat 2 keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya berdasarkan perhitungan besar sampel menggunakan rumus (Slovin) :

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

Keterangan :

n : besarnya sampel

N : besarnya populasi

d : tingkat kesalahan yang dipilih (d = 0,05)

Jadi, besar sampel adalah:

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2} = \frac{420}{1 + 420 (0,05)^2} = \frac{420}{2,05} \cong 204$$

Rumus diatas menghasilkan jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah sebanyak 204 mahasiswa.

#### **4.4. Teknik Sampling**

Penelitian ini menggunakan Teknik *Non-probability* sampling dengan pendekatan *Quota* sampling atau pemulihan sampel secara acak dari populasi yang berjumlah 420 mahasiswa menjadi 204 mahasiswa

#### **4.5 Identifikasi Variabel Definisi Operasional**

##### **4.5.1 Variabel Independen (Variabel Bebas)**

Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat, serta digunakan dalam penelitian korelasional (hubungan). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu Pembelajaran Jarak Jauh.

##### **4.5.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)**

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen. Variabel terikatnya yaitu Tingkat Stres.

## 4.6 Definisi Operasional

Table 4.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
<b>Variable independent</b>					
Pembelajaran Jarak Jauh	Pembelajaran jarak jauh adalah pembelajaran yang dilakukan melalui media komunikasi dan aplikasi online di STIKES Hang Tuah Surabaya melalui media Google Classroom/Google Meet	<ol style="list-style-type: none"> <li>Manfaat Pembelajaran Jarak Jauh</li> <li>Faktor yang mempengaruhi Pembelajaran Jarak Jauh</li> </ol>	Kuisisioner	Ordinal	Skala likert : Kriteria hasil: Sangat Tidak Setuju (STS): 1 Tidak Setuju (TS): 2 Setuju (S): 3 Sangat Setuju (SS): 4 Hasil ukur: <ol style="list-style-type: none"> <li>Tidak efektif (skor 1-23)</li> <li>Cukup efektif (skor 24-46)</li> <li>Efektif (skor 47-69)</li> <li>Sangat efektif (skor 70-92)</li> </ol>
<b>Variabel dependen</b>					
Tingkat Stres	Stres adalah reaksi non – spesifik mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya terhadap pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dalam suatu reaksi adaptif	<ol style="list-style-type: none"> <li>Penyebab stres</li> <li>Dampak Stres</li> <li>Gejala Stres</li> </ol>	Kuisisioner	Nominal	Skala likert : Kriteria hasil: Sangat Tidak Setuju (STS): 4 Tidak Setuju (TS): 3 Setuju (S): 2 Sangat Setuju (SS): 1 Hasil ukur :



- 
1. Normal (skor 0-23)
  2. Stres ringan (skor 24-48)
  3. Stres sedang (skor 49-72)
  4. Stres berat (skor 73-96)
- 

## **4.7 Pengumpulan data dan Analisa data**

### **4.7.1 Pengumpulan Data**

#### 1. Instrumen penelitian

Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Jenis pertanyaan yang diberikan dalam kuesioner ini menggunakan skala likert dan bersifat tertutup (*closed ended*). Sesuai dengan Protokol Covid 19 pengumpulan dan pengambilan data dilakukan secara daring melalui link *google form* (<https://forms.gle/RJLPVabo4LiVB4KV8>) Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner konsep diri yang pengisian kuesioner dengan menggunakan teknik *check list*. Lembar kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari 3 kuesioner, yaitu demografi mahasiswa pembelajaran jarak jauh dan tingkat stres mahasiswa

#### 1) Kuisisioner Demografi Mahasiswa

Kuisisioner pertama untuk mengetahui karakteristik responden berupa nama inisial, nim, umur, jenis kelamin, dalam kondisi (sehat / sakit), tinggal bersama

(orang tua, kos atau asrama), faktor yang mempengaruhi pembelajaran jarak jauh dan faktor yang mempengaruhi tingkat stres.

## 2) Kuesioner Pembelajaran Jarak jauh

Kuesioner kedua terdiri dari 23 pertanyaan yang diambil dari penelitian Wahyu Dwi Mulyono tahun 2020 dengan judul. Kuesioner Pembelajaran Jarak Jauh menggunakan skala likert dengan Sangat Tidak Setuju (STS): 1, Tidak Setuju (TS): 2, Setuju (S): 3, Sangat Setuju (SS): 4. Kriteria skornya yaitu Sangat Efektif (skor 73 – 96), Efektif (skor 49 – 72), Cukup Efektif (skor 25 – 48), Tidak Efektif (skor 1 – 24).

## 3) Kuesioner Tingkat Stres

Kuesioner kedua terdiri dari 24 pertanyaan yang diambil dari penelitian Andikawati Fitriasisai, dkk tahun 2020 dengan judul Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi COVID – 19. Kuesioner Tingkat Stres menggunakan skala likert dengan Sangat Tidak Setuju (STS): 4, Tidak Setuju (TS): 3, Setuju (S): 2, Sangat Setuju (SS): 1. Kriteria skornya yaitu Ringan (skor 25 – 50), Sedang (skor 51 – 72), Berat (skor 73 – 100).

## 2. Pengumpulan data dan pengolahan data

Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan ijin dari ketua STIKES Hang Tuah Surabaya selaku pihak yang berwenang dalam memberikan keputusan untuk dijadikan tempat penelitian.

### a. Jenis data

Kuantitatif mengenai Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Mahasiswa.

b. Sumber Data

Data yang didapatkan adalah data primer karena data tersebut didapatkan langsung dari responden melalui pengisian kuesioner tentang pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres

c. Cara Pengumpulan Data

1) Persiapan

a. Peneliti mengajukan Etik Penelitian dan mengajukan surat pengambilan data di STIKES Hang Tuah Surabaya untuk mendapatkan surat layak melakukan penelitian dan sebagai syarat administrasi penelitian.

b. Peneliti menyerahkan surat pengambilan data penelitian kepada STIKES Hang Tuah Surabaya melalui untuk meminta surat diperbolehkannya melakukan pengambilan data penelitian di STIKES Hang Tuah Surabaya

c. Peneliti mengambil data populasi Mahasiswa Reguler S1 (tk 1,2, dan 3) dan D3 (tk 1 dan 2) Keperawatan di STIKES Hang Tuah Surabaya

d. Peneliti melakukan sampling untuk menentukan sampel dan populasi dengan perhitungan rumus slovin dan juga menggunakan *non-probability* dengan metode *quota sampling*.

2) Pelaksanaan

a) Pre test

a. Peneliti memberikan informasi tentang tujuan dan sifat keikutsertaan dalam penelitian pada mahasiswa.

b. Peneliti mengirimkan lembar persetujuan atau *informed consent* dan lembar biodata kepada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya

melalui link google form (<https://forms.gle/RJLPVabo4LiVB4KV8>) yang telah disediakan.

c. Mahasiswa yang setuju dalam partisipasi penelitian akan menjadi responden peneliti.

b) Intervensi

Pada bulan April 2021 peneliti mengambil data menggunakan *google form* (<https://forms.gle/RJLPVabo4LiVB4KV8>) pada 204 mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

c) Post test

Terakhir peneliti akan memeriksa hasil jawaban mahasiswa, memberikan kode untuk menghindari kesalahan tulis dan mengurangi data kosong serta akan membantu mempermudah dalam pengelolaan data menggunakan SPSS.

3. Uji validitas dan reliabilitas

Uji validitas dilakukan untuk menguji Validitas dari setiap pertanyaan. Uji validitas dari pembelajaran jarak jauh dan tingkat stres di uji validitasnya dan di korelasikan dengan total skor dari seluruh pertanyaan. Uji validitas ini dilakukan pada 204 responden di STIKES Hang Tuah Surabaya. Validitas menunjukkan sejauh mana alat ukur digunakan untuk mengukur apa yang di ukur. Adapun cara mengukurnya yaitu dengan menghubungkan antara skor yang antara skor yang diperoleh pada masing-masing jawaban pertanyaan dari responden dengan menggunakan program SPSS for windows. Hasil uji validitas pada penelitian ini menggunakan *Teknik product moment* dari pearson, dan uji reabilitas menggunakan *Koefisien Alpha Cronbach*, Teknik alpha didasarkan pada pendekatan konsistensi

internal yang dilakukan menggunakan satu bentuk tes yang dikenalkan hanya sekali pada kelompok subjek.

#### **4.7.2 Analisa Data**

##### **1. Pengolahan data**

Rencana yang akan dilakukan untuk mengolah dan analisis data yaitu dilakukan dengan tahap sebagai berikut,:

##### **a. Pemeriksaan data/*editing***

Memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh responden.

##### **b. Memberi tanda kode/*coding***

Mengklasifikasi jawaban – jawaban dari para responden kedalam kategori yang ditentukan peneliti. Biasanya klasifikasi dilakukan dengan cara memberi tanda/kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban.

##### **c. *Sorting***

Mensortir dengan memilih atau mengelompokkan data menurut jenis yang dikehendaki (klasifikasi data).

##### **d. *Entry Data***

Jawaban yang sudah diberi kode kategori kemudian dimasukkan dalam tabel dengan cara menghitung frekuensi data. Memasukkan data, dapat dengan cara manual atau melalui pengolahan komputer.

##### **e. *Cleaning***

Data diteliti Kembali supaya pada pelaksanaan Analisa data bebas dari kesalahan sehingga menghasilkan hasil yang lebih akurat dan benar.

##### **2. Analisis Statistik**

Teknik analisa statistik data dilakukan dengan uji statistik dengan analisa *univariate* dan analisa *bivariate*. Analisa *univariate* dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian, sedangkan analisa *bivariate* dilakukan terhadap dua variabel yang diduga saling berhubungan atau berkorelasi.

a. Analisa *univariate*

Analisa *univariate* pada penelitian ini menggunakan uji deskriptif kategorik dengan 3 variabel yaitu data demografik, pembelajaran jarak jauh dan tingkat stres

b. Analisa *bivariate*

Analisa *bivariate* pada penelitian ini menghubungkan variable yang diuji apabila hubungan antara pembelajarn jarak jauh dan tingkat stres dengan menggunakan *Uji Spearman Rank* yang dilakukan pada tingakt 1,2, dan 3 pada prodi S1 dan D3. Hasil tingkat kemaknaan yang diharapkan adalah  $\alpha$  0,05 apabila  $\rho \leq 0,05$  artinya H1 diterima, yaitu terdapat hubungan Pembelajaran jarak jauh berhubungan dengan tingkat stres.

#### 4.8 Etika Penelitian

Peneliti mendapat ijin dari Ketua Stikes Hang Tuah Surabaya. Setelah mendapatkan ijin untuk melakukan penelitian dengan menekankan masalah etika yang meliputi :

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan sebagai sampel diberikan sebelum penelitian dilaksanakan kepada mahasiswa reguler keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya yang akan diteliti agar mahasiswa mengetahui maksud dan tujuan dari penelitian

serta dampak yang akan terjadi selama dalam pengumpulan data. Jika responden bersedia diteliti mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden menolak untuk diteliti maka peneliti harus menghargai hak-hak responden informed consent juga perlu dicantumkan bahwa data yang diperoleh hanya akan digunakan untuk pengembangan ilmu.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Responden tidak mencantumkan identitas yang mudah dikenali orang lain pada lembar pengumpulan tetapi cukup dengan menuliskan kode pada kuisisioner dan lembar observasi.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang dikumpulkan dari responden dilindungi kerahasiaannya oleh peneliti. Penyajian atau pelaporan hasil penelitian hanya terbatas pada kelompok yang terkait dengan penelitian.

4. Keadilan (*Justice*)

Penelitian dilakukan secara jujur, hati-hati, profesional, berperikemanusiaan serta memperhatikan faktor ketepatan, kecermatan, psikologis dan perasaan subjek penelitian. Pada prinsip ini penelitian dilakukan dengan cara tidak membedakan suku, bangsa serta pekerjaan sebagai rencana tindak lanjut dari penelitian ini.

5. Kemanfaatan (*Beneficiency*)

Peneliti mengetahui secara jelas manfaat dan resiko yang bisa terjadi pada responden. Manfaat dalam penelitian ini adalah diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan. Terutama dalam keperawatan jiwa.

## **BAB 5**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bab lima ini menguraikan hasil penelitian, pembahasan dan keterbatasan dari pengumpulan data mengenai pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19. Penyajian data terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, data umum (karakteristik responden), dan data khusus (variabel penelitian).

#### **5.1 Hasil Penelitian**

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 26 Mei – 12 Juni 2021 di STIKES Hang Tuah Surabaya, dengan jumlah sebanyak 156 responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Pada bagian hasil dijabarkan tentang gambaran umum tempat penelitian, data umum dan data khusus. Pengambilan data tersebut dilakukan dengan cara memberikan kuesioner dan data selanjutnya dibahas sesuai dengan tujuan penelitian.

##### **5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya sebuah organisasi pendidikan tenaga Kesehatan untuk mewujudkan lulusan keperawatan yang berbudi pekerti luhur, percaya diri, dan bermanfaat bagi masyarakat, bangsa serta negara yang berada di bawah naungan Yayasan Nala. Lokasi Stikes Hang Tuah berada di area (RSPAL) Dr. Ramelan Surabaya di Jl Gadung No.1, Jagir, Kecamatan Wonokromo, Kota Surabaya, Jawa Timur

Adapun batas wilayahnya yaitu :

Batas Utara : Perumahan dinas RSPAL

Batas Timur : TK Hang Tuah 11



Batas Selatan : Perumahan penduduk Bendul Merisi

Batas Barat : RSPAL Dr. Ramelan Surabaya

### 5.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa program studi S1 & D3 Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya dengan jumlah subjek penelitian 156 mahasiswa, Data demografi diperoleh melalui kuisioner yang diisi oleh responden.

### 5.1.3 Data Umum

#### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki – laki	25	16,0%
Perempuan	131	84,0%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden perempuan yaitu berjumlah 131 orang (82,9%), laki – laki berjumlah 25 orang (17,1%).

#### 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
18 tahun	6	3,8%
19 tahun	41	26,3%
20 tahun	71	45,5%
21 tahun	32	20,5%
22 tahun	6	3,8%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.2 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia, didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar

responden berusia 20 tahun yaitu berjumlah 71 orang (44,9%), berusia 19 tahun berjumlah 41 orang (25,9%), berusia 21 tahun berjumlah 32 orang (21,6%), berusia 18 tahun berjumlah 6 orang (3,8%), berusia 22 tahun berjumlah 6 orang (3,8%).

### 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama

Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Tinggal Bersama	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Orang Tua	126	80,8%
Kost	27	17,3%
Asrama	3	1,9%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.3 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan tinggal Bersama, didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden bertempat tinggal Bersama orang tua yaitu berjumlah 126 orang (79,7%), bertempat tinggal di kost 27 berjumlah 27 orang (17,1%), bertempat tinggal di asrama berjumlah 3 orang (1,9%).

### 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Prodi dan Tingkat

Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Prodi dan Tingkat Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Prodi dan Tingkat	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Prodi S1 tingkat 1	44	28,2%
Prodi D3 tingkat 1	14	9,0%
Prodi S1 tingkat 2	46	29,5%
Prodi D3 tingkat 2	14	9,0%
Prodi S1 tingkat 3	38	24,4%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.4 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan prodi dan tingkat, didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden prodi S1 tingkat 2 yaitu berjumlah 46 orang

(29,1%), prodi S1 tingkat 3 berjumlah 44 orang (27,8%), prodi S1 tingkat 3 berjumlah 38 orang (24,1%), prodi D3 tingkat 1 berjumlah 14 orang (8,9%), prodi D3 tingkat 2 berjumlah 14 orang (8,9%)..

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Mengkonsumsi Rokok

Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Mengkonsumsi Rokok Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Mengkonsumsi Rokok	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	6	3,8%
Tidak	150	96,2%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.5 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan mengkonsumsi rokok didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 150 orang (82,9%), iya berjumlah 6 orang (3,8%).

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Stres karena Materi Padat

Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Stres karena Materi Padat Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Stres karena Materi Padat	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	66	42,3%
Tidak	90	57,7%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.6 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan stress karena materi padat didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 90 orang (57%), iya berjumlah 66 orang (41,8%).

7. Karakteristik Responden Berdasarkan Iri dengan Prestasi Orang Lain  
Tabel 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Iri dengan Prestasi Orang Lain Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Iri dengan Prestasi Orang Lain	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	38	24,4%
Tidak	116	75,6%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.7 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan iri dengan prestasi orang tua didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 116 orang (74,7%), iya berjumlah 38 orang (24,4%).

8. Karakteristik Responden Berdasarkan Orang Tua Membanding – banding dengan Orang Lain  
Tabel 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Orang Tua Membanding – banding dengan Orang Lain Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Orang Tua Membanding – banding dengan Orang Lain	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	60	38,5%
Tidak	96	61,5%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer 2021)

Tabel 5.8 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan Orang Tua Membanding – banding dengan Orang Lain didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 96 orang (60,8%), iya berjumlah 60 orang (38%).

9. Karakteristik Responden Berdasarkan Kondisi Sosial Mempengaruhi Prestasi

Tabel 5.9 Karakteristik Responden Berdasarkan Kondisi Sosial Mempengaruhi Prestasi Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Kondisi Sosial Mempengaruhi Prestasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	71	45,5%
Tidak	85	54,5%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2022)

Tabel 5.9 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan Kondisi Sosial Mempengaruhi Prestasi didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 85 orang (53,8%), iya berjumlah 71 orang (44,9%).

10. Karakteristik Responden Berdasarkan Tuntutan Orang Tua untuk Berprestasi

Tabel 5.10 Karakteristik Responden Berdasarkan Tuntutan Orang Tua untuk Berprestasi Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Tuntutan Orang Tua untuk Berprestasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Iya	66	42,3%
Tidak	90	57,7%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.10 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan Tuntutan Orang Tua untuk Berprestasi didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden tidak yaitu berjumlah 90 orang (57%), iya berjumlah 66 orang (41,8%).

### 11. Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi saat Pembelajaran Berlangsung

Tabel 5.11 Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi saat Pembelajaran Berlangsung Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Posisi saat Pembelajaran Berlangsung	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Posisi tiduran pada saat pembelajaran berlangsung	35	22,4%
Posisi main handphone sambil mendengarkan dosen yang memberikan materi	44	28,2%
Posisi lagi makan pada saat pembelajaran berlangsung	35	22,4%
Posisi lagi dirumah/dijalan saat pembelajaran berlangsung	33	21,2%
Lainnya	9	5,8%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer,2021)

Tabel 5.11 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan posisi saat pembelajaran berlangsung didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden posisi main handphone sambil mendengarkan dosen yang memberi materi yaitu berjumlah 44 orang (27,8%), posisi tiduran pada saat pembelajaran berlangsung dan posisi lagi makan pada saat pembelajaran berlangsung berjumlah 35 orang (20,9%), posisi lagi dirumah/dijalan saat pembelajaran berlangsung berjumlah 33 orang (20,9%), lainnya berjumlah 9 orang (5,7%).

12. Karakteristik Responden Berdasarkan Selama Pembelajaran Berlangsung Melakukan 2 Kegiatan Sekaligus

Tabel 5.12 Karakteristik Responden Berdasarkan Selama Pembelajaran Berlangsung Melakukan 2 Kegiatan Sekaligus Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

Selama Pembelajaran Berlangsung Melakukan 2 Kegiatan Sekaligus	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Mendengarkan sambil melakukan kegiatan tersebut sekaligus	52	33,5%
Menyuruh temannya untuk memperhatikan dan posisi anda sedang melakukan kegiatan lain	11	7,1%
Mendengarkan dan mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain	90	5%
Lainnya	2	1,3%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer,2021)

Tabel 5.12 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan selama pembelajaran berlangsung melakukan 2 kegiatan sekaligus didapatkan hasil bahwa dari 156 responden didapatkan Sebagian besar responden mendengarkan dan mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain berjumlah 90 orang (57%), mendengarkan sambil melakukan kegiatan tersebut sekaligus berjumlah 52 orang (32,9%), menyuruh temannya untuk memperhatikan dan posisi anda sedang melakukan kegiatan lain berjumlah 11 orang (7%), lainnya berjumlah 2 orang (1,3%).

#### 5.1.4 Data Khusus

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Pembelajaran Jarak Jauh

Tabel 5.13 Karakteristik Responden Berdasarkan Pembelajaran Jarak Jauh Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya

Pembelajaran Jarak Jauh	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak Efektif	0	0%
Cukup efektif	9	5,8 %
Efektif	64	41 %
Sangat Eefektif	83	53,2 %
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Berdasarkan Tabel 5.13 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan Pembelajaran Jarak Jauh dari 156 responden mahasiswa di STIKES Hang Tuah Surabaya didapatkan bahwa pembelajaran jarak jauh sangat efektif sebanyak 83 orang (53,2%) responden, efektif sebanyak 64 orang (41%) responden dan cukup efektif sebanyak 5,8%. Responden.

## 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat stres

Tabel 5.14 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	0	0%
Stres ringan	15	9,6 %
Stres sedang	141	90,4 %
Stres Berat	0	0%
Total	156	100,0%

(Sumber: Data Primer, 2021)

Berdasarkan Tabel 5.14 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan Tingkat stres dari 156 responden mahasiswa di STIKES Hang Tuah Surabaya yang memiliki tingkat stres sedang sebanyak 141 orang (90,4%) responden dan mahasiswa yang memiliki stress ringan sebanyak 15 orang (9,6%) responden.



3. Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID -19

Tabel 5.15 Tabulasi Silang Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID -19

Pembelajaran Jarak Jauh	Tingkat Stres								Jumlah	
	Normal		Stress Ringan		Stress Sedang		Stres Berat		$\Sigma$	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Tidak Efektif	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Cukup Efektif	0	0	1	11,1	8	88,9	0	0	9	100
Efektif	0	0	6	9,4	58	90,6	0	0	64	100
Sangat Efektif	0	0	8	9,6	75	90,4	0	0	83	100
Jumlah	0	0	15	9,6%	141	90,4%	0	0	156	100

Nilai Uji Speraman Rho dengan nilai  $p = <0.001$  nilai  $r = -0.259$

(Sumber data primer, 2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 9 responden dengan pembelajaran jarak jauh cukup efektif sebanyak 1 (11,1%) mahasiswa memiliki tingkat stres ringan, 8 mahasiswa (88,9%) memiliki tingkat stres sedang, kemudian terdapat 64 responden dengan pembelajaran jarak jauh efektif sebanyak 6 (9,4%) memiliki tingkat stres ringan, 58 mahasiswa (90,6%) memiliki tingkat stres sedang, dan kemudian terdapat 83 responden dengan pembelajaran jarak jauh sangat efektif sebanyak 8 (9,6%) mahasiswa stress ringan, 75 mahasiswa (90,4) memiliki tingkat stres sedang.

Hasil uji statistik *Spearman Rho* dengan menggunakan computer SPSS diperoleh hasil  $p = 0.01$  dengan hasil korelasi sangat lemah yaitu ( $p$  value  $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19.

## 5.2 Pembahasan

### 5.2.1 Pembelajaran Jarak Jauh

Berdasarkan tabel 5.15 menunjukkan bahwa dari 9 responden dengan pembelajaran jarak jauh cukup efektif sebanyak 1 (11,1%) mahasiswa memiliki tingkat stres ringan, 8 mahasiswa (88,9%) memiliki tingkat stres sedang, kemudian terdapat 64 responden dengan pembelajaran jarak jauh efektif sebanyak 6 (9,4%) memiliki tingkat stres ringan, 58 mahasiswa (90,6%) memiliki tingkat stres sedang, dan kemudian terdapat 83 responden dengan pembelajaran jarak jauh sangat efektif sebanyak 8 (9,6%) mahasiswa stress ringan, 75 mahasiswa (90,4) memiliki tingkat stres sedang. Pada hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dalam proses belajar mengajar dengan cara pembelajaran jarak jauh sangat efektif. Pada tingkat stress hasil penelitian menunjukkan mayoritas mengalami tingkat stres sedang.

Berdasarkan tabel 5.13 hasil pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya menunjukkan bahwa pembelajaran jarak jauh yang dilakukan mahasiswa sangat efektif sebanyak 83 orang (53,2%), efektif sebanyak 64 orang (41%) dan cukup efektif sebanyak 5,8%. Responden. Mayoritas mahasiswa dalam melakukan proses belajar mengajar dengan pembelajaran jarak jauh sangat efektif dikarenakan kendala yang dihadapi mahasiswa seperti akses internet, Tabel 5.10 menunjukkan bahwa tidak adanya tuntutan dari orang tua mengenai prestasi yang diraih pada anak dan prestasi yang dimaksud itu seperti prestasi akademik pada anak, Tabel 5.12 menunjukkan bahwa pembelajaran jarak jauh bisa dilakukan dengan 2 kegiatan sekaligus seperti melakukan pembelajaran jarak jauh dengan dosen dan melakukan kegiatan ukm atau organisasi atau lagi

diperjalankan untuk acara keluarga dan itu yang bisa membuat mahasiswa merasakan pembelajaran jarak jauh sangat efektif.

Berdasarkan penelitian (Iskandar et al., 2020) menyatakan bahwa pembelajaran jarak jauh dapat bermanfaat bagi dosen dan mahasiswa untuk meluangkan waktunya sambil melakukan kegiatan lain seperti mahasiswa bisa meluangkan waktu sambil bekerja atau ada kegiatan ekstrakurikuler dan untuk dosen bisa meluangkan waktunya untuk melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, menurut (Kusnayat et al., 2020) menyatakan bahwa mengoptimalkan potensi serta menciptakan dan memelihara lingkungan yang positif.

Peneliti menyimpulkan bahwa proses belajar mengajar dengan metode pembelajaran jarak jauh sangat efektif bagi mahasiswa dikarenakan dapat meluangkan waktu sembari proses pembelajaran berlangsung atau setelah proses pembelajaran untuk kegiatan lainnya atau untuk mengerjakan tugas yang sudah diberikan dosen dan tidak ada tuntutan dari orang tua untuk berprestasi dalam proses belajar mengajar. Peneliti ini juga menunjukkan kategori cukup efektif, dan efektif dan kebanyakan mahasiswa menyatakan seperti itu.

### **5.2.2 Tingkat Stres**

Berdasarkan tabel 5.15 menunjukkan bahwa dari 9 responden dengan pembelajaran jarak jauh cukup efektif sebanyak 1 (11,1%) mahasiswa memiliki tingkat stres ringan, 8 mahasiswa (88,9%) memiliki tingkat stres sedang, kemudian terdapat 64 responden dengan pembelajaran jarak jauh efektif sebanyak 6 (9,4%) memiliki tingkat stres ringan, 58 mahasiswa (90,6%) memiliki tingkat stres sedang, dan kemudian terdapat 83 responden dengan pembelajaran jarak jauh sangat efektif

sebanyak 8 (9,6%) mahasiswa stress ringan, 75 mahasiswa (90,4) memiliki tingkat stres sedang.

Berdasarkan tabel 5.14 hasil tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya menunjukkan bahwa mahasiswa di STIKES Hang Tuah Surabaya yang memiliki tingkat stres sedang sebanyak 141 orang (90,4%) dan mahasiswa yang memiliki stress ringan sebanyak 15 orang (9,6%). mahasiswa mengalami dengan stres sedang dikarenakan dari instrument tingkat stres dalam pernyataan no. 1 yaitu “saya sering mengerjakan tugas kuliah di rumah pada malam hari” sebanyak 40% dan 6 yaitu “saya merasa bahwa ada terlalu banyak deadline dalam tugas dan kehidupan yang sulit untuk diselesaikan” 30%, Tabel 5.06 menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami stres karena materi padat seperti dalam hari 1 sudah ada beberapa materi yang diterima dengan jangka waktu singkat untuk mahasiswa mencerna materi yang diberikan, Tabel 5.8 menunjukkan bahwa salah satu faktor stres mahasiswa yaitu orang tua membanding – bandingkan dengan orang lain dalam hal prestasi dan di tabel ini menyatakan Sebagian saja.

Berdasarkan penelitian (Nadirawati, R. 2018) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi tingkat stres yaitu materi yang padat, tekanan untuk berprestasi. Peneliti juga menambahkan tekanan untuk prestasi yang dimaksud yaitu orang tua yang membanding – bandingkan dengan orang lain perihal prestasi dan itu yang menyebabkan mahasiswa merasa ada tekanan untuk berprestasi. Menurut (Livana, Mubin, & Basthomi, Y. 2020) menyatakan bahwa salah satu penyebab stress yaitu beban tugas yang menumpuk dan deadline yang menanti dan juga prestasi antar mahasiswa. Penelitian bermaksud dari persaingan prestasi antar mahasiswa juga ada terdapat dorongan atau tekanan dari orang tuanya.

Peneliti menyimpulkan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa yaitu tingkat stres sedang yang dikarenakan salah satu faktornya yaitu materi kuliah yang padat/beban tugas pembelajaran yang menumpuk dan persaingan prestasi antar mahasiswa yang terdapat dorongan atau tekanan dari orang tua seperti membandingkan – bandingkan dirinya dengan orang lain.

### **5.2.3 Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres**

Berdasarkan hasil uji statistik korelasi penelitian, diperoleh bahwa hipotesis yang berbunyi “Pembelajaran Jarak Jauh berhubungan dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19”, diterima. Hal ini menunjukkan bahwa proses belajar mengajar dengan metode pembelajaran jarak jauh dapat menyebabkan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya. Dibuktikan berdasarkan hasil tabel 5.15 menunjukkan bahwa nilai uji statistik *Spearman Rho* dengan menggunakan komputer SPSS diperoleh hasil  $\rho = 0.001$  dengan hasil korelasi 0,259 yang mana hasil tersebut lebih kecil dari  $\rho = 0.005$  sehingga dapat dikatakan adanya hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi covid -19. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 156 responden menunjukkan bahwa dari 9 responden dengan pembelajaran jarak jauh cukup efektif sebanyak 1 (11,1%) mahasiswa memiliki tingkat stres ringan, 8 mahasiswa (88,9%) memiliki tingkat stres sedang, kemudian terdapat 64 responden dengan pembelajaran jarak jauh efektif sebanyak 6 (9,4%) memiliki tingkat stres ringan, 58 mahasiswa (90,6%) memiliki tingkat stres sedang, dan kemudian terdapat 83 responden dengan pembelajaran jarak jauh sangat efektif sebanyak 8 (9,6%) mahasiswa stress ringan, 75 mahasiswa (90,4) memiliki tingkat stres sedang.

Pembelajaran jarak jauh adalah metode untuk proses belajar mengajar di masa pandemi COVID -19 dengan segala manfaat, akibat, karakteristik dan faktornya. Pembelajaran jarak jauh ini dilakukan via online dengan teknologi yang sekarang semakin canggih, maka dari itu pembelajaran jarak jauh ini membuat mahasiswa mampu menguasai teknologi yang ada untuk terlaksananya proses belajar mengajar ini. Pembelajaran jarak jauh juga berdampak pada mahasiswa seperti mengalami kurangnya kreatif dan produktif, mengalami stres yang dialami (Fitriasari et al., 2020).

Hasil penelitian pada tabel 5.15 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dengan proses pembelajaran jarak jauh yang dilakukan dengan kategori sangat efektif dan mengalami stres sedang dan hasil kolerasi juga membuktikan bahwa pembelajaran jarak jauh berhubungan dengan tingkat stres dikarenakan instrumen pembelajaran jarak jauh pada nomor 18 – 23 yang berisi pernyataan “saya mendapatkan kendala sinyal selama pembelajaran jarak jauh, saya mendapatkan kendala sinyal selama pembelajaran jarak jauh/daring, saya kesulitan akses aplikasi google meet, zoom dan google classroom selama pembelajaran daring, pembelajaran daring membutuhkan banyak biaya, sarana (laptop dan handphone) tidak support dalam pembelajaran daring, proses evaluasi pembelajaran daring rawan kecurangan” menunjukkan bahwa mahasiswa setuju dengan pernyataan tersebut dan membuat pembelajaran jarak jauh yang dialami sangat efektif dengan kendala yang dialami bisa ditoleransi. Kendala yang dialami mahasiswa meskipun banyak tetapi mahasiswa sendiri dapat mentoleransi kendala tersebut meskipun ada sedikit kendala yang berantakan seperti tugas yang diberikan menjadi menumpuk tetapi mahasiswa bisa membuat tugas tersebut tidak menumpuk banyak. Tingkat

stres instrument tingkat stres dalam pernyataan no. 1 yaitu “saya sering mengerjakan tugas kuliah di rumah pada malam hari” dan 6 yaitu “saya merasa bahwa ada terlalu banyak deadline dalam tugas dan kehidupan yang sulit untuk diselesaikan”, Tabel 5.06 menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami stres karena materi padat seperti dalam hari 1 sudah ada beberapa materi yang diterima dengan jangka waktu singkat untuk mahasiswa mencerna materi yang diberikan, Tabel 5.8 menunjukkan bahwa salah satu faktor stres mahasiswa yaitu orang tua membanding – bandingkan dengan orang lain dalam hal prestasi dan di tabel ini menyatakan sebagian saja. Pembelajaran jarak jauh yang menunjukkan hasil sangat efektif tetapi juga mahasiswa mengalami tingkat stres dari penjelasan tersebut.

Hasil penelitian yang menunjukkan seperti itu, sebagai perawat kita dapat menerapkan peran sebagai edukator pada mahasiswa untuk memberikan informasi, pengajaran tentang menurunkan tingkat stres yang dialami dengan cara mengoptimalkan untuk mengelola waktu dengan benar agar bisa mengerjakan tugas kuliah sesuai waktu yang sudah diberikan dan tidak menunda – nunda agar tidak melewati deadline yang dialami dan juga mempelajari materi kembali yang padat dan mencatat materi yang diberikan. Membantu mahasiswa untuk menjelaskan pada orang tua kemampuan prestasi dan proses belajar setiap mahasiswa sangatlah beda. STIKES Hang Tuah juga melakukan evaluasi yang berkala pada setiap semester untuk memastikan bahwa pembelajaran jarak jauh dilakukan sangat efektif dan mahasiswa tidak merasa terbebani dengan materi yang diberikan.

Hasil dari kolerasi antara pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di masa pandemic COVID -19 menunjukkan bahwa ada hubungan antara keduanya adalah positif yang signifikan karena  $\rho < 0,005$ . Dapat dikatakan positif karena hubungan antar variable adalah linier atau searah. Hal tersebut diartikan jika variable X tinggi maka variable Y akan tinggi, dalam hal tersebut jika tingkat pembelajaran jarak jauh sangat efektif maka tingkat stres yang dialami sedang

Sesuai hasil yang didapatkan, menurut peneliti terdapat hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID -19. Pada penelitian ini dinyatakan bahwa terbanyak pada pembelajarann jarak jauh sangat efektif dan tingkat stres sedang. Dimana pada hasil jawaban demografi sebagai faktor pendukung dan jawaban kuesioner, faktor penyebabnya yaitu gangguan akses internet dan beban tugas pada mahasiswa sehingga perlu untuk melakukan edukasi dengan cara menyibukkan diri atau tidak usah terlalu memikirkan beban tugas dan juga bisa menyelesaikan tugas satu per satu daripada hanya dipikirkan, sedangkan pada gangguan akses internet bisa mencari tempat untuk mengakses internet yang baik saat pembelajaran berlangsung.

### **5.3 Keterbatasan**

Keterbatasan merupakan kelemahan dan hambatan yang dialami oleh peneliti dalam penelitian berlangsung. Keterbatasan pada penelitian ini adalah :

1. Pengambilan data sedang terjadi pandemi Covid-19 di Indonesia khususnya dimana lokasi penelitian yang diambil oleh peneliti yaitu kota Surabaya



sehingga peneliti tidak bisa berjumpa secara langsung dengan responden, sehingga peneliti mengambil data secara *Online* menggunakan *Google-form*.

2. Pengambilan data, responden juga sibuk dengan aktivitasnya masing-masing dimana terdapat ujian tengah semester (UTS) dan seminar secara langsung sehingga memakan waktu cukup lama yaitu selama 6 hari untuk hasil data yang diperoleh peneliti.

## **BAB 6**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di STIKES Hang Tuah Surabaya pada tanggal 26 Mei – 12 Juni 2021 bisa ditarik sebagian simpulan sebagai berikut :

1. Pembelajaran jarak jauh mayoritas sangat efektif bagi mahasiswa
2. Tingkat stres mahasiswa mayoritas mengalami tingkat stres sedang
3. Pembelajaran jarak jauh berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya
4. Hubungan antara pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya.

#### **6.2 saran**

1. Bagi Lahan Penelitian

peneliti dapat mengaplikasikan proses asuhan keperawatan terutama untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa yang diakibatkan oleh pembelajaran jarak jauh

2. Bagi Responden

Pengetahuan kepada mahasiswa terkait pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti dapat mengambil judul “Hubungan Pembelajaran daring dengan motivasi belajar dan tingkat stres [ada mahasiswa]”

4. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan serta informasi khususnya dibidang ilmu keperawatan mengenai tingkat stres

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Donsu, J. D. T. (2017). *PSIKOLOGI KEPERAWATAN*. PUSTAKA BARU PRESS.
- Fitriasari, A., Septianingrum, Y., Budury, S., & Khamida, K. (2020). Stress pembelajaran online berhubungan dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 985–992.
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5941>
- Iskandar, Masthura, S., & Oktabiyana, C. (2020). Penerapan Sistem Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Abulyatama. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 4(2), 323–332.
- Keperawatan, A., & Manggala, H. (2020). *Pendahuluan Tinjauan Teori*. 3(2), 10–16.
- Kusnaty, A., Sumarni, N., Mansyur, A. S., Zaqiah, Q. Y., & Bandung, U. T. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach : Jurnal Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran*, 1(2), 153–165.
- Livana, Mubin, & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnsl Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Nadirawati, R. (2018). *Hubungan Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Baru Fakultas Keperawatan Universitas Jember*. Jember.
- Pardede, J. A. (2018). *Teori Dan Model Adaptasi Sister Calista Roy : Pendekatan Keperawatan*.
- Pembelajaran, B. (2020). *MASA PANDEMI COVID-19*. 2, 23–30.
- Rachmawati, N. (2020). Penggunaan aplikasi mobile mindfulness GFR bermanfaat untuk mengelola stress mahasiswa di akademi keperawatan YKY Yogyakarta. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(2), 161–172.

<https://doi.org/10.36990/hijp.v12i2.205>

- Suarya, I. M. R. A. S. dan L. M. K. S. (2019). Peran stres akademik dan hardiness terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama I Made Riantama Adi Saputra dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 1036–1048.
- Syamsidar. (2017). *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara*. Universitas Sumatra Utara.

**LAMPIRAN****Lampiran 1 Curriculum Vitae*****CURRICULUM VITAE***

Nama : Alifa Nur Ayni

NIM : 1710008

Program Studi : S-1 Keperawatan

Tempat, Tanggal Lahir : Surabaya, 30 Juni 1999

Alamat : Ketapang 2C RT 19 RW 02 Suko, Kec. Sukodono  
Sidoarjo

Agama : Islam

Email : [alifanurayni@gmail.com](mailto:alifanurayni@gmail.com)

Riwayat Pendidikan :

1. TK Nita Sari Surabaya Lulus Tahun 2006
2. SD Suko Sidoarjo Lulus Tahun 2011
3. SMP Jati Agung Sidoarjo Lulus Tahun 2014
4. SMA Negeri 19 Surabaya Lulus Tahun 2017

## Lampiran 2 Motto dan Persembahan

### MOTTO dan PERSEMBAHAN

#### Motto :

“Setiap ada kesulitan pasti ada kemudahan, setiap masalah pasti ada solusi”

#### Persembahan :

Alhamdulillah puji syukur yang tidak henti-hentinya saya panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, kelancaran, petunjuk serta pertolongan terhadap saya karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga mampu menyelesaikan kewajiban dan bisa mendapatkan hasil yang sesuai dengan usaha serta kerja keras saya selama ini, saya persembahkan karya ini kepada:

1. Terima kasih kepada Allah SWT atas nikmat dan rahmat – Nya untuk penyelesaian proposal dengan baik
2. Terima kasih Atas ridho Ayah (Suyanto) dan ibu (Siti Ulfah), atas usaha yang tidak pernah lelah untuk membiayai hidup saya terutama dalam hal pendidikan, do'a, semangat, motivasi, support untuk saya selama ini. Sehingga dapat menjalankan tugas akhir kuliah. Semoga Allah SWT selalu mengabulkan hajatnya, memberi (petunjuk, kesehatan, kelancaran rejeki, panjang umur) dan kebahagiaan kepada beliau berdua.
3. Terima kasih kepada Dosen Pembimbing Bapak Dedi Irawan yang telah membimbing saya, memberikan semangat, kritik dan saran dengan penuh kesabaran dalam penyelesaian proposal ini.
4. Terima kasih Kakak (Ilham Pebrianto) dan Sepupu saya (Ridha Okta) yang tercinta & tersayang, terimakasih menyemangati saya selama menuntut ilmu.

5. Terima kasih Teman dan sahabatku (Evi, Ifti, Andyo, Teman SMA dan Fira Veronika), terima kasih sudah membantu saya dengan menyemangati saya dan tidak pernah lengah untuk mengingatkan hal baik.
6. Terima kasih kepada teman satu kelompok proposal Salamah dan vene yang saling bertukar pendapat dan saling mengingatkan dalam penyusunan proposal ini.
7. Terima kasih teman-teman terbaik di prodi S1-4B angkatan 23, terimakasih atas dukungan, motivasi dan saling supportnya.

Dan semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu per-satu, terimakasih selalu mendoakan yang terbaik untuk saya, membantu dalam setiap langkah perjalanan hidup saya. Peneliti berharap bahwa proposal ini bermanfaat bagi yang membacanya dan semoga budi baik yang telah diberikan terhadap peneliti mendapatkan balasan rahmat dari Allah SWT serta selalu melindungi dan meridhoi kalian. Aamiin Ya Robbal'Alaamiin.

Surabaya, 05 April 2021

Penulis



### Lampiran 3 Surat pengajuan judul

**LEMBAR PENGAJUAN JUDUL PENELITIAN DAN PENGAJUAN SURAT IJIN  
STUDI PENDAHULUAN/ PENGAMBILAN DATA PENELITIAN coret salah satu  
MAHASISWA PRODI S1 KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH SURABAYA  
TA 2020/2021**

Berikut dibawah ini saya, mahasiswa Prodi S1 Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya  
Surabaya :

Nama : Alifa Nur Ayni

NIM : 1710008

Mengajukan Judul Penelitian

Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa STIKES Hang  
Tuah Surabaya Di Masa Pandemi COVID – 19

Selanjutnya mohon koreksi bahwa judul yang saya ajukan BELUM/ ~~PERNAH~~ coret salah satu  
(diteliti oleh Ka Perpustakaan) diteliti sebelumnya dan selanjutnya berkenan dikeluarkan surat ijin  
pengambilan data :

Kepada : .....

Alamat : .....

Tembusan : 1. ....

2. ....

Waktu/ Tanggal : .....

Demikian permohonan saya.

Surabaya, 10 Maret 2021  
Mahasiswa

Pembimbing 1



Dedi Irawandi S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIP. 03.050



Alifa Nur Ayni  
NIM 1710008

Pembimbing 2

.....  
NIP. ....

Ka Perpustakaan




Nadia C. A. Md  
NIP. 03038

Ka Prodi S1 Keperawatan

Puji Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 03010

## Lampiran 4 Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data



**YAYASAN NALA**  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya**  
**RUMAH SAKIT TNI-AL Dr. RAMELAN**  
 Jl. Gadung No. 1 Telp. (031) 8411721, 8404248, 8404200 Fax. 8411721 Surabaya  
 Website : [www.stikeshangtuah-sby.ac.id](http://www.stikeshangtuah-sby.ac.id)

---

**SURAT IJIN**  
**Nomor : SIJ/ 39 / III / 2021 / SHT**

Pertimbangan : Bahwa dalam rangka penyusunan proposal skripsi bagi mahasiswa Prodi S-1 Keperawatan STIKES Hang Hang Tuah Surabaya TA. 2020/2021 perlu dikeluarkan Surat Ijin pengambilan data pendahuluan.

Dasar : Permohonan yang bersangkutan.

**DI IJINKAN**

Kepada : **Alifa Nur Ayni** NIM. 171.1008  
**Mahasiswa Prodi S-1 Kep. STIKES Hang Tuah Surabaya**

Untuk : 1. Melaksanakan pengambilan data pendahuluan di STIKES Hang Tuah Surabaya dengan judul penelitian "**Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa pandemi Covid-19**".


2. Dalam melaksanakan pengambilan data agar memperhatikan protocol pencegahan Covid-19 (antara lain : tidak melakukan kontak fisik dengan responden). Pengambilan data dapat dilakukan melalui media daring antara lain : Whatsapp, Google form, dan lain-lain.

3. Demikian Surat Ijin ini dikeluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Selesai.

Dikeluarkan di : Surabaya  
 Pada tanggal : 30 Maret 2021.

A.n. Ketua STIKES Hang Tuah Surabaya  
 Puket I



**Diyah Arini, S.Kep., Ns., M.Kes.**  
 NIP. 03003

**Tembusan :**

1. Ketua Pengurus Yayasan Nala
2. Ketua STIKES Hang Tuah Sby (Sbg Lamp.)
3. Puket II, III STIKES Hang Tuah Surabaya
4. Ka Prodi S-1 Kep. STIKES Hang Tuah Sby
5. Dosen pembimbing ybs.

## Lampiran 5 Persetujuan Etik



# **PERSETUJUAN ETIK**

## *(Ethical Approval)*

**Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK)**  
*Stikes Hang Tuah Surabaya*

Jl. Gedung No. 1 Telp. (031) 8411721, Fax. (031) 8411721 Surabaya

---

**Surat Pernyataan Laik Etik Penelitian Kesehatan**

**Nomor : PE/71/VII/2021/KEPK/SHT**

---

Protokol penelitian yang diusulkan oleh : Alifa Nur Ayni

dengan judul :

Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa  
STIKES Hang Tuah Surabaya

dinyatakan laik etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan *Privacy*, dan 7) Persetujuan Sebelum Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator masing-masing Standar sebagaimana terlampir.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 9 Juli 2021 sampai dengan tanggal 9 Juli 2022





**Ketua KEPK**  
Lili Priyanti, S.Kep., Ns., M.Sc  
NIP. 03006

## Lampiran 6 hasil plagiarisme

1710008\_ALIFA NUR AYNI\_untuk turnitin

### ORIGINALITY REPORT

<b>39%</b>	<b>37%</b>	<b>10%</b>	<b>14%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>repository.stikeshangtuahsby-library.ac.id</b> Internet Source	<b>14%</b>
<b>2</b>	<b>www.scribd.com</b> Internet Source	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>text-id.123dok.com</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>repositori.usu.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>kabarkampus.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>pjm.ppns.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>es.scribd.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>www.researchgate.net</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>123dok.com</b> Internet Source	<b>1%</b>

**Lampiran 7 Informed Consent*****INFORMATION FOR CONSENT***

Kepada Yth.

Mahasiswa Calon Responden Penelitian

Di STIKES Hang Tuah Surabaya

Saya adalah mahasiswa Prodi S1 Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya akan mengadakan penelitian sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID – 19”.

Saya mengharapkan ketersediaan adek-adek mahasiswa untuk mengisi kuesioner dengan jujur tanpa ada paksaan dari orang lain. Dalam penelitian ini partisipasi adek-adek bersifat bebas, artinya ikut atau tidak ikut tidak ada sanksi apapun. Jika bersedia menjadi responden silahkan untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disediakan.

Informasi atau keterangan yang adek-adek berikan akan dijamin kerahasiaannya dan akan digunakan untuk kepentingan ini saja. Apabila penelitian ini telah selesai, pernyataan adek-adek akan saya hanguskan.

Yang menjelaskan,

Yang dijelaskan



**Alifa Nur Ayni.**

**NIM 171.0008**

---

## Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini bersedia untuk ikut berpartisipasi sebagai responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi S1

Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya atas nama :

Nama : Alifa Nur Ayni

NIM : 1710008

Yang berjudul “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya di Masa Pandemi COVID - 19”.

Tanda tangan saya menunjukkan bahwa :

1. Saya telah diberi informasi atau penjelasan tentang penelitian ini dan informasi peran saya.
2. Saya mengerti bahwa catatan tentang penelitian ini dijamin kerahasiaannya. Semua berkas yang mencantumkan identitas dan jawaban yang saya berikan hanya diperlukan untuk pengolahan data.
3. Saya mengerti bahwa penelitian ini akan mendorong pengembangan tentang “Hubungan antara Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat stres Mahasiswa STIKES Hang Tuah Surabaya”

Peneliti



**Alifa Nur Ayni**  
**NIM. 1710008**

Surabaya, 05 April 2020  
Tanda Tangan Responden

.....

## Lampiran 9 Data Demografi

### JUDUL PENELITIAN

### HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA STIKES HANG TUAH SURABAYA DI MASA PANDEMI COVID – 19

---

Tanggal Pengisian :

Petunjuk Pengisian :

1. Lembar diisi oleh responden.
2. Pilih jawaban yang sesuai dengan memberi tanda (√) untuk soal essay. Isilah pada titik – titik yang di sediakan.
3. Apabila ada yang kurang jelas, bisa bertanya kepada peneliti.

### Data Demografi

#### Identitas Responden

1. Inisial Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Usia :
4. Tingkat :
5. NIM :
6. Bertempat tinggal dengan
  - a. Bersama orang tua
  - b. Kost
  - c. Asrama
  - d. Lain – lain, sebutkan .....
7. Apakah anda mengkonsumsi rokok
  - a. Iya
  - b. tidak
8. Fasilitas yang disediakan oleh orang tua anda (bisa pilih lebih dari 1)
  - a. Handphone
  - b. laptop
  - c. wifi
  - d. paketan data
9. Apakah materi perkuliahan yang disampaikan menjadi lebih padat dan membuat anda mengalami stres
  - a. Iya
  - b. tidak
10. Apakah anda merasa iri atau tertekan dengan prestasi orang lain
  - a. iya
  - b. tidak
11. apakah orang tua anda membanding – bandingkan dengan orang disekitar anda
  - a. iya
  - b. tidak
12. Apakah kondisi status sosial berpengaruh dalam berprestasi anda
  - a. Iya
  - b. tidak
13. Apakah ada tuntutan dari orang tua yang membuat anda harus berprestasi

- a. Iya
  - b. tidak
14. Bagaimanakah posisi anda saat perkuliahan berlangsung (bisa pilih lebih dari 1)
- a. Posisi tiduran pada saat pembelajaran berlangsung
  - b. Posisi main *handphone* sambil mendengarkan dosen yang memberikan materi
  - c. Posisi lagi makan pada saat pembelajaran berlangsung
  - d. Posisi lagi dirumah/dijalan saat pembelajaran berlangsung
  - e. Lainnya ....
15. Selama pembelajaran jarak jauh/daring berlangsung melaukukan 2 kegiatan sekaligus
- a. Mendengarkan sambil melakukan kegiatan tersebut sekaligus
  - b. Menyuruh temannya untuk memperhatikan dan posisi anda sedang melakukan kegiatan lain
  - c. Mendengarkan dan mengeerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain
  - d. Tidak ikut bergabung *google meet* dan melakukan kegiatan lain
  - e. Lainnya ....



## Lampiran 10 Kuisisioner Pembelajaran Jarak Jauh

### Kuisisioner Pembelajaran Jarak Jauh

#### Petunjuk Pengisian :

1. Kuisisioner ini terdiri dari 23 pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman anda. Selanjutnya, silahkan anda beri tanda centang (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan yang anda alami. Tidak ada jawaban yang salah, jadi dimohon kejujurannya dan abaikan kolom total skor.
2. Keterangan:
  - a. **STS** : Sangat Tidak Setuju
  - b. **TS** : Tidak Setuju
  - c. **S** : Setuju
  - d. **SS** : Sangat Setuju

#### Score :

<b>Sangat Tidak Setuju</b>	<b>: 1</b>
<b>Tidak Setuju</b>	<b>: 2</b>
<b>Setuju</b>	<b>: 3</b>
<b>Sangat setuju</b>	<b>: 4</b>

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya tertarik mengikuti proses pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19				
2.	Saya tidak merasa bosan selama mengikuti proses pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19				
3.	Saya merasa pembelajaran daring lebih fleksibel dari pada pembelajaran di kelas				
4.	Saya mengikuti semua pembelajaran daring pada masa pandemic COVID-19				
5.	Pembelajaran daring membuat saya dapat belajar kapanpun dan dimanapun				
6.	Bahan ajar yang digunakan dalam pembelajaran daring lebih menarik				
7.	Bahan ajar yang diberikan memudahkan saya dalam belajar mandiri				
8.	Bahan ajar yang diberikan relevan dan memiliki sumber yang jelas				
9.	Bahan ajar yang diberikan memudahkan saya dalam memahami materi				
10.	Pembelajaran daring membuat saya lebih mudah dalam mengakses materi				
11.	Pembelajaran daring membuat saya lebih mudah dalam memahami materi				

12.	Pembelajaran daring membuat saya lebih mandiri dalam belajar				
13.	Menurut saya pengelolaan kelas pembelajaran daring sudah baik				
14.	Metode yang digunakan dalam pembelajaran daring oleh dosen sudah sesuai dan tepat				
15.	Saya merasa lebih mudah dalam mengerjakan tugas dengan pembelajaran daring				
16.	Teknik penilaian pembelajaran daring sudah sesuai dengan materi				
17.	Hasil belajar saya meningkat setelah melakukan pembelajaran daring				
18.	Saya mendapatkan umpan balik dari penugasan pembelajaran daring				
19.	Saya mendapatkan kendala sinyal selama pembelajaran daring				
20.	Saya kesulitan akses aplikasi <i>Google Meet</i> , <i>Zoom</i> dan <i>Google Classroom</i> selama pembelajaran daring				
21.	Pembelajaran daring membutuhkan banyak biaya				
22.	Sarana (laptop, komputer, hp, dll) tidak support dalam pembelajaran daring				
23.	Proses evaluasi pembelajaran daring rawan kecurangan				

Sumber: (Pembelajaran, 2020)

## Lampiran 8 Kuisiioner Tingkat Stres

### Kuisiioner Tingkat Stres

#### Petunjuk Pengisian :

1. Kuisiioner ini terdiri dari pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman anda. Selanjutnya, silahkan anda beri tanda centang (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan yang anda alami. Tidak ada jawaban yang salah, jadi dimohon kejujurannya dan abaikan kolom total skor.
2. Keterangan:
  - a. **STS : Sangat Tidak Setuju**
  - b. **TS : Tidak Setuju**
  - c. **S : Setuju**
  - d. **SS : Sangat Setuju**

#### Score :

<b>Sangat Tidak Setuju</b>	<b>: 4</b>
<b>Tidak Setuju</b>	<b>: 3</b>
<b>Setuju</b>	<b>: 2</b>
<b>Sangat setuju</b>	<b>: 1</b>

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering mengerjakan tugas kuliah di rumah pada malam hari				
2.	Rasanya 24 jam dalam sehari tidak cukup untuk mengerjakan segala hal yang seharusnya saya kerjakan				
3.	Saya mengingkari atau mengabaikan masalah yang dapat dilalui				
4.	Saya mengerjakan pekerjaan sendiri untuk memastikan tugas terselesaikan dengan baik				
5.	Saya meremehkan seberapa lama waktu yang dibutuhkan dalam melakukan segala hal				
6.	Saya merasa bahwa ada terlalu banyak deadline dalam tugas dan kehidupan yang sulit untuk diselesaikan				

7.	Rasa percaya diri atau penghargaan diri saya lebih rendah dari yang saya inginkan				
8.	Saya sering memiliki rasa bersalah jika saya bersantai dan tidak melakukan apapun				
9.	Saya menemukan diri saya berpikir tentang suatu masalah, bahkan Ketika saya berharap untuk bersantai				
10.	Saya merasa letih dan lelah ketika saya bangun dari tidur yang adekuat				
11.	Saya sering menetujui atau menyelesaikan kalimat orang lain ketika orang tersebut berbicara dengan pelan				
12.	Saya memiliki kecenderungan untuk makan, berbicara, berjalan, dan menyetir dengan cepat				
13.	Nafsu makan saya berubah, hilang atau saya memilih tidak makan				
14.	Saya merasa terganggu atau marah jika mobil atau kendaraan di depan saya terlihat bergerak dengan pelan atau saya menjadi sangat frustrasi dalam menunggu antrian				
15.	Jika sesuatu atau seseorang benar-benar mengganggu saya, saya akan menyimpan perasaan saya				
16.	Ketika saya memainkan olahraga atau pertandingan, saya sangat berusaha untuk memenangkannya				
17.	Saya mengalami mood yang gampang terbuai, sulit membuat keputusan dan lemah konsentrasi dan memori				
18.	Saya lebih suka mencari kesalahan dan mengkritik daripada memuji orang lain				

19.	Saya suka mendengarkan meskipun saya sedang asyik dengan pikiran saya sendiri				
20.	Saya suka menggilas -gilaskan gigi saya				
21.	Saya menderita sakit otot dan nyeri, terutama di leher, kepala, punggung bawah, dan bahu selama seminggu				
22.	Saya tidak dapat menunjukkan tugas sebaik saya dulu, keputusan saya buruk dan suram				
23.	Saya memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap rokok, kafein, atau obat-obatan				
24.	Saya tidak memiliki waktu untuk mengembangkan minat atau hobi diluar kegiatan kuliah				

Sumber : (Fitriasari et al., 2020)

### Lampiran 9 Lembar Tabulasi Data Pembelajaran Jarak Jauh

No. Res	x1p1	x1p2	x1p3	x1p4	x1p5	x1p6	x1p7	x1p8	x1p9	x1p10	x1p11	x1p12	x1p13	x1p14	x1p15	x1p16	x1p17	x1p18	x1p19	x1p20	x1p21	x1p22	x1p23	total X1	kriteria
R.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	67	3
R.2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	1	1	82	4
R.3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	66	3
R.4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	64	3
R.5	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	4	63	3
R.6	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	71	3
R.7	3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	4	2	3	65	3
R.8	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	4	2	4	63	3
R.9	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	61	3
R.10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	68	3
R.11	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	3	64	3
R.12	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	44	2
R.13	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	1	1	1	41	2
R.14	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	1	1	45	2
R.15	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	1	1	1	1	45	2
R.16	2	3	2	4	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	61	3
R.17	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	64	3
R.18	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	47	2
R.19	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	44	2
R.20	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	62	3
R.21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	62	3
R.22	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	64	3
R.23	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	3	1	4	2	3	66	3
R.24	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	57	3

R.25	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	58	3	
R.26	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	61	3	
R.27	3	2	1	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	2	2	3	2	3	56	3	
R.28	3	2	1	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	67	3	
R.29	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	4	3	59	3	
R.30	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	65	3	
R.31	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	65	3	
R.32	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	56	3	
R.33	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	65	3	
R.34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	64	3	
R.35	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	61	3	
R.36	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	60	3	
R.37	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	3	60	3	
R.38	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	64	3	
R.39	1	1	1	3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	43	2	
R.40	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	65	3	
R.41	3	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	1	4	69	3	
R.42	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	45	2
R.43	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	65	3	
R.44	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	72	4	
R.45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	67	3	
R.46	3	3	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	76	4	
R.47	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	63	3		
R.48	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	67	3	
R.49	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	59	3	
R.50	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	61	3	
R.51	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	2	3	69	3	
R.52	2	4	1	4	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	4	68	3	

R.53	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	60	3
R.54	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	62	3
R.55	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	4	1	1	1	71	4
R.56	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	69	3
R.57	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	69	3
R.58	3	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	2	59	3
R.59	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	3	84	3
R.60	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	70	3
R.61	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	62	3
R.62	3	2	1	4	1	2	2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	3	4	4	4	4	4	62	3
R.63	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	69	3
R.64	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	68	3
R.65	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	44	2
R.66	2	1	1	2	3	3	2	3	2	4	2	2	2	3	1	3	1	3	4	3	4	3	4	58	3
R.67	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	69	3
R.68	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67	3
R.69	3	1	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	4	67	3
R.70	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	2	67	3
R.71	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	2	4	61	3
R.72	2	1	1	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	54	3
R.73	3	1	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	57	3
R.74	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	4	3	4	4	3	60	3
R.75	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	80	4
R.76	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	2	3	80	4
R.77	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	2	3	76	4
R.78	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	79	4
R.79	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	75	4
R.80	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	82	4



R.81	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	82	4
R.82	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	79	4
R.83	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	78	4
R.84	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	74	4
R.85	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	77	4
R.86	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	85	4
R.87	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	81	4
R.88	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	80	4
R.89	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	81	4
R.90	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	80	4
R.91	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	79	3
R.92	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	77	4
R.93	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	2	2	76	4
R.94	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	73	4
R.95	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	76	4
R.96	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	83	4
R.97	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	85	4
R.98	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	80	4
R.99	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	81	4
R.100	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	78	4
R.101	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	80	4
R.102	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	79	4
R.103	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	76	4
R.104	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	81	4
R.105	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	78	4
R.106	4	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	75	4
R.107	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	2	76	4
R.108	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	77	4

R.109	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	80	4
R.110	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	79	4
R.111	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	79	4
R.112	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	80	4
R.113	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	80	4
R.114	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	82	4
R.115	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	79	4
R.116	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	83	4
R.117	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	82	4
R.118	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	77	4
R.119	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	2	2	76	4
R.120	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	77	4
R.121	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	79	4
R.122	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	81	4
R.123	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	80	4
R.124	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	80	4
R.125	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	79	4
R.126	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	74	4
R.127	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	77	4
R.128	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	80	4
R.129	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	79	4
R.130	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	80	4
R.131	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	80	4
R.132	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	81	4
R.133	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	77	4
R.134	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	83	4
R.135	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	80	4
R.136	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	81	4

R.137	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	82	4
R.138	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	79	4
R.139	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	79	4
R.140	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	79	4
R.141	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	81	4
R.142	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	79	4
R.143	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	80	4
R.144	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	74	4
R.145	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	2	75	4
R.146	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	2	76	4
R.147	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	2	4	78	4
R.148	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	77	4
R.149	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	77	4
R.150	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	75	4
R.151	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	78	4
R.152	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	80	4
R.153	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	82	4
R.154	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	81	4
R.155	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	1	2	1	2	69	3
R.156	4	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	68	3

### Lampiran 10 Lembar Tabulasi Data Tingkat Stres

No. Res	ylp 1	ylp 2	ylp 3	ylp 4	ylp 5	ylp 6	ylp 7	ylp 8	ylp 9	ylp1 0	ylp1 1	ylp1 2	ylp1 3	ylp1 4	ylp1 5	ylp1 6	ylp1 7	ylp1 8	ylp1 9	ylp2 0	ylp2 1	ylp2 2	ylp2 3	ylp2 4	total Y1	kriteria
R.1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	55	3
R.2	1	1	4	1	4	2	4	4	4	4	4	1	1	2	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	68	3
R.3	1	1	3	1	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	2	3	1	3	4	3	56	3
R.4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	4	3	4	3	68	3
R.5	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	1	2	2	2	4	3	4	4	3	4	2	61	3
R.6	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	61	3
R.7	1	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	4	3	57	3
R.8	2	3	3	1	3	3	3	1	1	2	1	3	3	3	3	1	3	4	1	3	3	3	4	4	61	3
R.9	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	56	3
R.10	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	4	62	3
R.11	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67	3
R.12	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	57	3
R.13	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	4	2	58	3
R.14	3	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	3	1	1	3	1	3	3	2	4	3	48	2
R.15	1	1	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	63	3
R.16	2	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	1	3	4	3	4	4	4	4	3	67	3
R.17	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	63	3
R.18	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64	3
R.19	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	57	3
R.20	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	59	3
R.21	1	3	3	1	2	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	1	60	3
R.22	1	4	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	4	2	1	2	3	2	3	3	2	4	1	55	3
R.23	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	2	58	3
R.24	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67	3
R.25	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	59	3

R.26	2	1	3	2	4	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	4	4	4	65	3
R.27	2	2	3	2	3	3	3	1	2	1	3	1	3	1	1	2	3	4	1	2	1	4	4	1	53	3
R.28	2	1	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	55	3
R.29	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	60	3
R.30	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	63	3
R.31	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	63	3
R.32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	53	3
R.33	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	64	3
R.34	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	67	3
R.35	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	58	3
R.36	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	59	3
R.37	4	2	3	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	1	1	4	3	3	4	3	4	4	59	3
R.38	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	4	3	3	2	3	4	3	58	3
R.39	1	4	3	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	1	4	3	4	4	3	70	3
R.40	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	65	3
R.41	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	2
R.42	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	63	3
R.43	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	64	3
R.44	1	2	3	2	2	2	3	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	47	2
R.45	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	64	3
R.46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	2
R.47	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	2	57	3
R.48	3	2	3	2	4	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	1	2	3	3	4	4	61	3
R.49	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	62	3
R.50	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	60	3
R.51	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	61	3
R.52	1	1	3	1	2	1	3	2	2	1	3	1	3	3	4	1	3	3	2	4	2	4	4	3	57	3
R.53	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	4	3	56	3

R.54	2	2	3	2	3	1	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	4	2	56	3
R.55	2	1	3	2	1	4	2	2	2	1	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	45	2
R.56	2	3	3	1	4	3	3	1	2	4	1	1	4	4	1	2	2	4	2	4	1	4	4	4	64	3
R.57	2	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	1	3	2	2	2	4	2	3	3	3	4	2	54	3
R.58	4	4	4	2	1	4	2	1	1	4	3	4	4	4	1	1	2	4	2	2	3	4	4	3	68	3
R.59	1	1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	4	3	54	3
R.60	2	1	2	3	3	1	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	57	3
R.61	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	60	3
R.62	1	2	3	2	3	1	4	1	4	4	3	1	3	4	2	1	1	4	1	4	3	4	4	3	63	3
R.63	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	4	2	54	3
R.64	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	70	3
R.65	4	2	1	3	3	4	2	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	3	1	3	2	4	4	3	67	3
R.66	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	4	2	41	2
R.67	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	3	1	2	3	2	1	1	3	1	3	2	3	3	1	47	2
R.68	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	58	3
R.69	1	1	3	1	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	2	1	1	4	3	4	2	3	4	1	55	3
R.70	2	1	1	2	2	1	2	2	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	3	4	2	3	2	44	2
R.71	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	62	3
R.72	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	54	3
R.73	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	33	3
R.74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	26	2
R.75	3	2	3	1	3	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	59	3
R.76	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	4	2	1	3	3	2	4	3	4	3	3	65	3
R.77	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	4	2	3	3	3	2	3	62	3
R.78	4	3	4	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	68	3
R.79	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	63	3
R.80	2	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	57	3
R.81	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	3	3	2	3	58	3

R.82	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	56	3
R.83	1	1	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	63	3
R.84	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	61	3
R.85	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	57	3
R.86	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	61	3
R.87	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	60	3
R.88	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	61	3
R.89	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	61	3
R.90	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	60	3
R.91	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	64	3
R.92	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	64	3
R.93	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	62	3
R.94	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	65	3
R.95	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	63	3
R.96	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	57	3
R.97	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	63	3
R.98	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	64	3
R.99	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	67	3
R.100	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	65	3
R.101	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	66	3
R.102	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	65	3
R.103	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	63	3
R.104	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	64	3
R.105	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	63	3
R.106	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	64	3

R.10 7	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	64	3
R.10 8	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	62	3
R.10 9	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	1	61	3
R.11 0	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	61	3
R.11 1	2	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	57	3
R.11 2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	60	3
R.11 3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	59	3
R.11 4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	60	3
R.11 5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	59	3
R.11 6	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	61	3
R.11 7	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	60	3
R.11 8	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	60	3
R.11 9	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	62	3
R.12 0	2	1	2	3	3	1	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	57	3
R.12 1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	60	3
R.12 2	1	2	3	2	3	1	4	1	4	4	3	1	3	4	2	1	1	4	1	4	3	4	4	3	63	3
R.12 3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	4	2	54	3
R.12 4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	67	3
R.12 5	4	2	1	3	3	4	2	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	3	1	3	2	4	4	3	67	3
R.12 6	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	39	2



R.12 7	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	3	1	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	42	2
R.12 8	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	58	3
R.12 9	1	1	3	1	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	2	1	1	4	3	4	2	3	4	1	55	3
R.13 0	2	1	1	2	2	1	2	2	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	3	4	2	3	2	44	2
R.13 1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	62	3
R.13 2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	54	3
R.13 3	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	3	1	4	1	1	3	2	41	2
R.13 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	26	2
R.13 5	3	2	3	1	3	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	59	3
R.13 6	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	4	2	1	3	3	2	4	3	4	3	3	65	3
R.13 7	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	4	2	3	3	3	2	3	62	3
R.13 8	4	3	4	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	68	3
R.13 9	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	63	3
R.14 0	2	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	57	3
R.14 1	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	3	3	2	3	58	3
R.14 2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	56	3
R.14 3	1	1	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	63	3
R.14 4	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	61	3
R.14 5	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	57	3
R.14 6	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	61	3

R.14 7	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	60	3
R.14 8	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	61	3
R.14 9	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	61	3
R.15 0	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	60	3
R.15 1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	64	3
R.15 2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	64	3
R.15 3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	62	3
R.15 4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	65	3
R.15 5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	63	3
R.15 6	2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	45	2

## Lampiran 11 Distribusi Frekuensi Data Demografi

### jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	25	15.8	16.0	16.0
	perempuan	131	82.9	84.0	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18	6	3.8	3.8	3.8
	19	41	25.9	26.3	30.1
	20	71	44.9	45.5	75.6
	21	32	20.3	20.5	96.2
	22	6	3.8	3.8	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

### tinggal bersama

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	orang tua	126	79.7	80.8	80.8
	kost	27	17.1	17.3	98.1
	asrama	3	1.9	1.9	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**peodi dan tingkat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	prodi S1 tingkat 1	44	27.8	28.2	28.2
	prodi D3 tingkat 1	14	8.9	9.0	37.2
	prodi S1 tingkat 2	46	29.1	29.5	66.7
	prodi D3 tingkat 2	14	8.9	9.0	75.6
	prodi S1 tingkat 3	38	24.1	24.4	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**mengonsumsi merokok**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	6	3.8	3.8	3.8
	tidak	150	94.9	96.2	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**stress karena metari padat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	66	41.8	42.3	42.3
	tidak	90	57.0	57.7	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**iri dengan prestasi orang lain**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	38	24.1	24.4	24.4
	tidak	118	74.7	75.6	100.0
	Total	156	98.7	100.0	

Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

### orang tua membanding-banding dengan orang lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	60	38.0	38.5	38.5
	iya	96	60.8	61.5	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

### kondisi sosial mempengaruhi prestasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	71	44.9	45.5	45.5
	tidak	85	53.8	54.5	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

### tuntutan orang tua untuk berprestasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	iya	66	41.8	42.3	42.3
	tidak	90	57.0	57.7	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**posisi saat pembelajaran berlangsung**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Posisi tiduran pada saat pembelajaran berlangsung	35	22.2	22.4	22.4
	Posisi main handphone sambil mendengarkan dosen yang memberikan materi	44	27.8	28.2	50.6
	Posisi lagi makan pada saat pembelajaran berlangsung	35	22.2	22.4	73.1
	Posisi lagi dirumah/dijalan saat pembelajaran berlangsung	33	20.9	21.2	94.2
	lainnya	9	5.7	5.8	100.0
	Total	156	98.7	100.0	
Missing	System	2	1.3		
Total		158	100.0		

**selama pembelajaran berlangsung melakukan 2 kegiatan sekaligus**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mendengarkan sambil melakukan kegiatan tersebut sekaligus	52	32.9	33.5	33.5
	Menyuruh temannya untuk memperhatikan dan posisi anda sedang melakukan kegiatan lain	11	7.0	7.1	40.6
	Mendengarkan dan mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain	90	57.0	58.1	98.7
	lainnya	2	1.3	1.3	100.0
	Total	155	98.1	100.0	
Missing	System	3	1.9		
Total		158	100.0		

## Lampiran 12 Distribusi Frekuensi Data Khusus

### pembelajaran jarak jauh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup efektif	9	5.8	5.8	5.8
	efektif	64	41.0	41.0	46.8
	sangat efektif	83	53.2	53.2	100.0
	Total	156	100.0	100.0	

### tingkat stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stress ringan	15	9.6	9.6	9.6
	stress sedang	141	90.4	90.4	100.0
	Total	156	100.0	100.0	

### pembelajaran jarak jauh \* tingkat stres Crosstabulation

		tingkat stres		Total	
		stress ringan	stress sedang		
pembelajaran jarak jauh	cukup efektif	Count	1	8	9
		Expected Count	.9	8.1	9.0
		% within pembelajaran jarak jauh	11.1%	88.9%	100.0%
		% within tingkat stres	6.7%	5.7%	5.8%
		% of Total	0.6%	5.1%	5.8%
	efektif	Count	6	58	64
		Expected Count	6.2	57.8	64.0
		% within pembelajaran jarak jauh	9.4%	90.6%	100.0%
		% within tingkat stres	40.0%	41.1%	41.0%
		% of Total	3.8%	37.2%	41.0%
sangat efektif	Count	8	75	83	
	Expected Count	8.0	75.0	83.0	

	% within pembelajaran jarak jauh	9.6%	90.4%	100.0%
	% within tingkat stres	53.3%	53.2%	53.2%
	% of Total	5.1%	48.1%	53.2%
Total	Count	15	141	156
	Expected Count	15.0	141.0	156.0
	% within pembelajaran jarak jauh	9.6%	90.4%	100.0%
	% within tingkat stres	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	9.6%	90.4%	100.0%



### Lampiran 13 Analisa Data Spearman Rho

#### Correlations

		X1	Y1
X1	Pearson Correlation	1	.259**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	156	156
Y1	Pearson Correlation	.259**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	156	156

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampuran 14 Uji Validitas dan Reabilitas Pembelajaran jarak jauh

### A. Validitas Pembelajaran Jarak Jauh

30			X		
31	X1	Pearson Correlation	0.820		
32		Sig. (2-tailed)	0.089		
33		N	5		
34	X2	Pearson Correlation	.900*		
35		Sig. (2-tailed)	0.037		
36		N	5		
37	X3	Pearson Correlation	0.639		
38		Sig. (2-tailed)	0.246		
39		N	5		
40	X4	Pearson Correlation	0.341		
41		Sig. (2-tailed)	0.574		
42		N	5		
43	X5	Pearson Correlation	0.658		
44		Sig. (2-tailed)	0.227		
45		N	5		
46	X6	Pearson Correlation	0.865		
47		Sig. (2-tailed)	0.058		
48		N	5		
49	X7	Pearson Correlation	0.820		
50		Sig. (2-tailed)	0.089		
51		N	5		
52	X8	Pearson Correlation	.979**		
53		Sig. (2-tailed)	0.004		
54		N	5		
55	X9	Pearson Correlation	.979**		
56		Sig. (2-tailed)	0.004		
57		N	5		
58	X10	Pearson Correlation	0.482		
59		Sig. (2-tailed)	0.411		
60		N	5		
61	X11	Pearson Correlation	.929*		
62		Sig. (2-tailed)	0.023		
63		N	5		
64	X12	Pearson Correlation	0.728		
65		Sig. (2-tailed)	0.163		
66		N	5		
67	X13	Pearson Correlation	.979**		
68		Sig. (2-tailed)	0.004		
69		N	5		
70	X14	Pearson Correlation	0.865		
71		Sig. (2-tailed)	0.058		
72		N	5		
73	X15	Pearson Correlation	0.728		
74		Sig. (2-tailed)	0.163		
75		N	5		
76	X16	Pearson Correlation	.979**		
77		Sig. (2-tailed)	0.004		
78		N	5		
79	X17	Pearson Correlation	.929*		
80		Sig. (2-tailed)	0.023		
81		N	5		
82	X18	Pearson Correlation	0.865		
83		Sig. (2-tailed)	0.058		
84		N	5		
85	X19	Pearson Correlation	0.823		
86		Sig. (2-tailed)	0.087		
87		N	5		
88	X20	Pearson Correlation	0.400		
89		Sig. (2-tailed)	0.505		
90		N	5		
91	X21	Pearson Correlation	-.958*		
92		Sig. (2-tailed)	0.010		
93		N	5		
94	X22	Pearson Correlation	-0.820		
95		Sig. (2-tailed)	0.089		
96		N	5		
97	X23	Pearson Correlation	-.958*		
98		Sig. (2-tailed)	0.010		
99		N	5		
100	X	Pearson Correlation	1		
101		Sig. (2-tailed)			
102		N	5		
103				**.	Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
104				*.	Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### B. Reabilitas Pembelajaran Jarak Jauh

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.835	23

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	60.00	38.105	.537	.823
X2	60.45	34.471	.685	.812
X3	60.35	35.818	.653	.815
X4	59.55	39.313	.477	.826
X5	59.75	37.776	.628	.820
X6	60.30	36.853	.698	.816
X7	60.40	36.358	.771	.812
X8	59.95	38.155	.722	.819
X9	60.15	37.292	.677	.817
X10	60.05	38.471	.458	.826
X11	60.60	37.516	.672	.818
X12	60.10	38.621	.500	.824
X13	60.25	37.250	.649	.818
X14	60.05	39.208	.437	.827
X15	60.15	38.976	.427	.827
X16	59.85	40.345	.460	.829
X17	60.30	38.432	.473	.825
X18	60.20	36.695	.746	.814
X19	59.70	40.853	.122	.840
X20	60.40	38.989	.396	.828
X21	59.60	46.042	-.433	.865
X22	60.65	44.976	-.365	.858
X23	59.90	47.253	-.525	.871

## Lampiran 15 Uji Validitas dan Reabilitas Tingkat stres

### A. validitas Tingkat Stres

25			Y		
26	Y1	Pearson Correlation	-0.754		
27		Sig. (2-tailed)	0.141		
28		N	5		
29	Y2	Pearson Correlation	-0.468		
30		Sig. (2-tailed)	0.426		
31		N	5		
32	Y3	Pearson Correlation	.898*		
33		Sig. (2-tailed)	0.038		
34		N	5		
35	Y4	Pearson Correlation	-0.754		
36		Sig. (2-tailed)	0.141		
37		N	5		
38	Y5	Pearson Correlation	.987**		
39		Sig. (2-tailed)	0.002		
40		N	5		
41	Y6	Pearson Correlation	0.000		
42		Sig. (2-tailed)	1.000		
43		N	5		
44	Y7	Pearson Correlation	.987**		
45		Sig. (2-tailed)	0.002		
46		N	5		
47	Y8	Pearson Correlation	0.876		
48		Sig. (2-tailed)	0.051		
49		N	5		
50	Y9	Pearson Correlation	0.734		
51		Sig. (2-tailed)	0.158		
52		N	5		
53	Y10	Pearson Correlation	.900*		
54		Sig. (2-tailed)	0.038		
55		N	5		
56	Y11	Pearson Correlation	.987**		
57		Sig. (2-tailed)	0.002		
58		N	5		
59	Y12	Pearson Correlation	-0.418		
60		Sig. (2-tailed)	0.484		
61		N	5		
62	Y13	Pearson Correlation	-0.641		
63		Sig. (2-tailed)	0.244		
64		N	5		
65	Y14	Pearson Correlation	-0.075		
66		Sig. (2-tailed)	0.905		
67		N	5		
68	Y15	Pearson Correlation	0.876		
69		Sig. (2-tailed)	0.051		
70		N	5		
71	Y16	Pearson Correlation	###		
72		Sig. (2-tailed)	0.051		
73		N	5		
74	Y17	Pearson Correlation	.900*		
75		Sig. (2-tailed)	0.038		
76		N	5		
77	Y18	Pearson Correlation	0.406		
78		Sig. (2-tailed)	0.498		
79		N	5		
80	Y19	Pearson Correlation	-0.824		
81		Sig. (2-tailed)	0.087		
82		N	5		
83	Y20	Pearson Correlation	0.406		
84		Sig. (2-tailed)	0.498		
85		N	5		
86	Y21	Pearson Correlation	0.138		
87		Sig. (2-tailed)	0.825		
88		N	5		
89	Y22	Pearson Correlation	.898*		
90		Sig. (2-tailed)	0.038		
91		N	5		

92	Y23	Pearson Correlation	-0.876		
93		Sig. (2-tailed)	0.051		
94		N	5		
95	Y24	Pearson Correlation	0.824		
96		Sig. (2-tailed)	0.087		
97		N	5		
98	Y	Pearson Correlation	1		
99		Sig. (2-tailed)			
100		N	5		
101	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				
102	*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).				

## B. realibitas Tingkat Stres

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.659	24

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	58.45	27.208	-.226	.689
Y2	58.40	25.937	-.018	.670
Y3	57.60	24.147	.268	.645
Y4	58.70	25.800	.026	.664
Y5	57.65	24.029	.337	.639
Y6	58.25	23.882	.335	.639
Y7	57.80	24.379	.239	.648
Y8	58.05	21.839	.539	.611
Y9	58.10	22.411	.461	.621
Y10	58.05	21.945	.522	.613
Y11	57.90	23.147	.381	.632
Y12	57.95	25.208	.094	.661
Y13	57.90	25.042	.092	.663
Y14	58.10	24.726	.151	.656
Y15	58.00	25.684	.017	.668
Y16	58.40	26.463	-.110	.681
Y17	58.00	20.947	.671	.593

Y18	57.20	24.800	.206	.651
Y19	58.30	24.011	.275	.644
Y20	57.15	23.713	.517	.629
Y21	57.40	22.779	.410	.627
Y22	57.45	22.682	.659	.613
Y23	56.95	29.629	-.491	.726
Y24	57.45	24.471	.219	.649