

**GAMBARAN MEKANISME KOPING DAN KECENDERUNGAN
STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TINGKAT 1 SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana S-1



Oleh :

**EKAWATI
NPM. 3208143**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI
YOGYAKARTA
2011**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**GAMBARAN MEKANISME KOPING DAN KECENDERUNGAN
STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TINGKAT I SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI YOGYAKARTA**

Yang dibuat untuk memenuhi persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Januari 2011

Ekawati
NPM 3208143

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN MEKANISME KOPING DAN KECENDERUNGAN STRES
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TINGKAT 1 SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI
YOGYAKARTA**

Yang diajukan oleh :

EKAWATI

NPM. 3208143

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Santi Wardaningsih, Ns, M. Kep, Sp. Kep. J
NIP : 173085

Fajriyati Nur Azizah, S. kep. Ns
NIP: 0514058301

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Alloh SWT karena berkat petunjuk dan hidayah-Nya penyusunan proposal penelitian “Gambaran Mekanisme Koping dan Kecenderungan Stres Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tingkat 1 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jeenderal Ahmad Yani Yogyakarta” adalah salah satu persyaratan untuk mencapai derajat sarjana S-I Keperawatan pada STIKES Jenderal A.Yani Yogyakarta ini dapat diselesaikan.

Penulis menyadari tanpa adanya bantuan, dukungan dan arahan dari berbagai pihak, prposal penelitian ini tidak akan terselesaikan dengan semestinya. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada **ibu Santi Wardaningsih, Ns.Mkep, Sp.Kep.J** dan **ibu Fajriyati Nur Azizah S.Kep Ns**, selaku pembimbing, atas segala arahan dan dukungan moril dalam penulisan proposal penelitian ini. Dalam kesempatan ini penulis juga ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ketua Program Studi /keperawatan STIKESJenderal Ahmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan pada S-I Keperawatan Non Reguler.
2. Seluruh dosen pengajar dan staf administrasi Prodo S-I Keperawatan STIKES Jenderal A.Yani Yogyakarta yang telah membantu penulis selama mengikuti pendidikan.
3. Rekan-rekan mahasiswa S-I Keperawatan Angkatan 2008 yang telah memberi bantuan dan dukungan selama menjalani pendidikan.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penyusunan proposal penelitian ini tentu masih jauh dari sempurna, sehingga semua saran dan masukan untuk perbaikan selanjutnya dapat diharapkan. Terima Kasih.

Yogyakarta, 29 Januari 2011

EKAWATI

**GAMBARAN MEKANISME KOPING DAN KECENDERUNGAN
STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TINGKAT I SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI YOGYAKARTA**

Ekawati¹, Santi Wardaningsih², Fajriyati Nur Azizah³

INTISARI

Latar belakang ini adalah setiap orang mengalami sesuatu yang disebut stres sepanjang kehidupannya. Stres dapat memberi stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan, dan dalam hal ini, suatu stres adalah positif dan bahkan diperlukan. Namun demikian, terlalu banyak stres dapat mengakibatkan penyesuaian yang buruk, penyakit fisik, dan ketidakmampuan untuk mengatasi atau koping terhadap masalah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kategori tingkat stres, mekanisme koping mahasiswa dan kecenderungan stres di STIKES Jenderal A.Yani Yogyakarta.

Metode penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian diskriptif yaitu penelitian yang bertujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara obyektif. Dan tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan sampel *random sampling* (acak sederhana).

Hasil penelitian kecenderungan stres yang dialami oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani tingkat I terbanyak berada pada kategori tingkat kecenderungan stres berat dengan jumlah responden sebanyak 39 orang (73,6%) dan mekanisme koping terbanyak yang digunakan oleh mahasiswa adalah mekanisme koping berfokus masalah dengan jumlah responden sebanyak 27 orang (50,9%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah stres yang dialami mahasiswa STIKES A.Yani Yogyakarta adalah stres berat, dan koping yang digunakan adalah koping yang berfokus pada masalah.

Kata kunci : *Mekanisme Koping, Kecenderungan Stres, Tingkat I, STIKES Jenderal A.Yani*

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta,

COPING MECHANISM AND TRENDS OVERVIEW
STRESS STUDY OF SCIENCE NURSING PROGRAM STUDENTS
HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCE
AHMAD YANI YOGYAKARTA GENERAL

Ekawati¹, Santi Wardaningsih², Fajriyati Nur Azizah³

ABSTRACT

The background is that every person has something called stress throughout life. Stress can provide a stimulus to change and growth, and in this case, the stress is positive and even necessary. However, too much stress can lead to poor adjustment, physical illness, and inability to cope or coping to the problem.

The purpose of this study was to determine the image categories stress levels, coping mechanisms and the tendency of student stress in STIKES General A. Yani Yogyakarta.

The research method used in this research using descriptive research method that is research that aims to create a picture or a description of a situation objectively. And sampling techniques using a sample random sampling (simple random).

The results stress experienced by the tendency of students STIKES General A. Yani highest level I was at the category level of stress propensity with the number of respondents were 39 men (73.6%) and coping mechanisms used by most students is a problem-focused coping mechanism with the number of respondents as many as 27 people (50.9%).

The conclusion of this research is the stress experienced mahasiswa STIKES A. Yani Yogyakarta is stress, and coping are using is coping that focuses on the problem.

Keywords: *Coping Mechanisms, Trends Stress, Level I, STIKES General A. Yani*

¹ Nursing Science Program, College of Health Sciences-General Ahmad Yani Yogyakarta,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
LEMBARAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Stres	10

1. Definisi.....	10
B. Koping	19
1. Definisi.....	19
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi.....	20
3. Jenis mekanisme koping	23
C. Kerangka Teori.....	34
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	35
F. Pertanyaan Penelitian	35
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
C. Variabel Penelitian	38
D. Definisi Operasional.....	38
E. Instrumen Penelitian.....	39
F. Jalannya penelitian	42
G. Tehnik Analisa Data.....	44
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	57
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	34
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	35

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kisi-kisi instrumen penelitian <i>Cope Scale</i>	37
Tabel 2 Kisi-kisi instrumen penelitian <i>Student Stres Scale</i>	38
Tabel 3 Karakteristik responden mahasiswa STIKES A.Yani Tingkat I	43
Tabel 4 Distribusi frekuensi g ambaran kecenderungan stres yang dialami oleh mahasiswa STIKES A.Yani tingkat I.....	44
Tabel 5 Distribusi frekuensi kejadian hidup yang dialami oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani	45
Tabel 6 Distribusi Frekuensi tingkat stres berat yang dialami mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani	46
Tabel 7 Distribusi frekuensi mekanisme koping yang digunakan mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani dalam menghadapi stres	47
Tabel 8 Distribusi frekuensi mekanisme koping yang digunakan oleh Mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani tingkat I dalam menghadapi stres berdasarkan umur dan jenis kelamin	48
Tabel 9 Distribusi frekuensi penggunaan mekanisme koping berfokus pada masalah oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani tingkat I	51
Tabel 10 Distribusi Frekuensi penggunaan mekanisme koping berfokus pada emosi oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani tingkat I.....	52
Tabel 11 Distribusi frekuensi jenis mekanisme koping yang digunakan Oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani berdasarkan tingkat stres yang dialami	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian

Lampiran 2. Lembar Informed Consent

Lampiran 3. Lembar Kuesioner

Lampiran 4. intisari

Lampiran 5. Surat keterangan / ijin

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA