

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN STRATEGI KOPING DENGAN PRESTASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA KEPERAWATAN REGULER
DI SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN X
TAHUN 2017**

Rusita Ari Wibowo¹, Dewa Ayu Sri Saraswati²

ABSTRAK

Stres dan strategi koping merupakan hal yang dapat dirasakan oleh seluruh lapisan kalangan tidak terkecuali mahasiswa, yang berusaha mendapatkan nilai IPK yang baik. Prevalensi stres mahasiswa di Amerika 47%, Inggris 31.2%, Malaysia 61.4%. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan tingkat stres dan strategi koping dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan reguler di STIKes X tahun 2017. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel dipilih dengan metode total sampling sebanyak 85 responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen pengukuran tingkat stress dan strategi koping berupa kuesioner PSS-10 dan *Brief Cope*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil dari analisis univariat menunjukkan bahwa responden laki-laki berjumlah 8 (9.4%) dan perempuan 77 (90.6%). Berdasarkan usia remaja akhir sebanyak 27 (32.9%) dan dewasa awal 57 (67.1%). Hasil dari analisa bivariat uji *chi square* antara tingkat stres dan nilai IPK didapatkan *p value*=0.600, sedangkan bivariat antara strategi koping dan nilai IPK didapatkan *p value*=0.004 dengan OR= 6.359. Tidak ada hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik. Ada hubungan antara strategi koping dan prestasi akademik. Mahasiswa mampu mengenali stres dan menggunakan strategi koping yang tepat dalam proses mencapai prestasi

Kata kunci: Mahasiswa, stres, strategi koping, prestasi akademik

ABSTRACT

*Stress and coping strategies are things that can be perceived by all walks of life among college students, trying to get a good GPA score. The stressed students in the United States 47%, the UK 31.2%, Malaysia 61.4%. This study aims to determine the relationship between stress level and coping strategies with the regular academic achievement of nursing students in STIKes X 2017. This study used cross sectional design. The sample was chosen by total sampling method as many as 85 respondents. Data collection used stress measurement instruments and coping strategies in the form of PSS-10 and Brief Cope questionnaires. Data were analyzed by using chi square test. The result of univariate analysis showed that male respondents were 8 (9.4%) and female 77 (90.6%). Based on late adolescence age of 27 (32.9%) and early adult 57 (67.1%). The result of bivariate analysis of chi square test between stress level and GPA value got *p value* = 0.600, while bivariate between coping strategy and GPA value got *p value* = 0.004 with OR = 6,359. There is no relationship between stress level and academic achievement. There is a relationship between coping strategies and academic achievement. Students are able to recognize stress and use appropriate coping strategies in the process of achievement*

Keywords: Student, stress, coping strategy, academic achievement

PENDAHULUAN

Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Mahasiswa dalam perkuliahan memiliki tujuan utama yaitu berupa pencapaian prestasi akademik. Takaran dalam pencapaian prestasi akademik tersebut adalah system kredit semester (SKS) yang diperoleh melalui kegiatan terjadwal dengan tugas atau kegiatan terstruktur maupun mandiri selama satu semester (Kiram, 2011).

Setiap individu pasti pernah mengalami stres tidak terkecuali mahasiswa dapat mengalami stres, karena stres adalah merupakan fenomena universal yang dapat terjadi dalam kehidupan manusia sehari-hari. Menurut Courtney Knowles, direktur The JED Foundation yaitu sebuah organisasi amal yang bertujuan mengurangi bunuh diri dan memperbaiki kesehatan mental bagi mahasiswa usia rata-rata manusia rentang dengan kesehatan mental berada di usia 18- 24 tahun (Tartakovsky, 2017).

Perry (dalam Simbolon 2015) mengatakan bahwa “stres adalah suatu situasi yang menuntut atau menguras sumber yang dimiliki oleh seseorang melebihi sumber yang ada, dengan kata lain stres adalah suatu keyakinan di mana sumber yang dimiliki seseorang tidak cukup untuk merespon situasi yang ada.” Stres yang berkepanjangan berdampak kepada penyakit fisik seperti gangguan pencernaan, fungsi organ tubuh yang tidak optimal. Namun tidak hanya penyakit

fisik, penyakit mental pun akan berdampak akibat stres hingga menyebabkan depresi dan lebih lanjut menjadi gangguan mental.

Menurut data WHO (2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena *skizofrenia*, serta 47,5 juta terkena dimensia. Faktanya, WHO pada tahun 1990 melaporkan dari 10 masalah kesehatan utama yang menyebabkan disabilitas, 5 diantaranya adalah masalah kesehatan jiwa yaitu: depresi, alkoholisme, gangguan bipolar, *skizofrenia*, dan obsesif kompulsif, bahkan WHO telah memprediksi di tahun 2020 yang akan datang, depresi akan menjadi penyakit urutan kedua dalam menimbulkan beban kesehatan (Depkes, 2016).

Tahun 2011 prevalensi mahasiswa kesehatan di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 25-75%. Survey yang dilakukan di Amerika Serikat terhadap sembilan universitas kesehatan menemukan bahwa 47% mahasiswa memiliki satu masalah utama yang berkaitan dengan kesehatan mental. Sedangkan di Inggris prevalensi stres sebesar 31,2 %, survey lain menunjukkan prevalensi stres mahasiswa kesehatan sebesar 41,9% di Malaysia, 61,4% di Thailand dan Arab Saudi 57% (Koochaki, 2011).

Data Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun keatas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat seperti *skizofrenia*, mencapai

sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000 penduduk. Dari Riskesdas 2013 angka tertinggi gangguan jiwa ada di Yogyakarta dan Aceh (masing-masing 2,7%) sementara Banten memiliki angka sebesar 1,1% (Rikesdas, 2013).

Dampak dari stres yang berkepanjangan ini bisa menyebabkan kasus bunuh diri. Pada tanggal 5 April 2017 seorang mahasiswa Perbanas ditemukan tewas melompat dari lantai 7 Gedung Unit III Kampus Perbanas, Karet, Setiabudi, Jakarta Selatan. Saksi yang melihat terkejut Fran melompat dan tersungkur ke halaman kampus. Sempat melakukan pertolongan pertama namun nyawanya sudah tidak bisa diselamatkan. Dugaan sementara korban mengalami depresi (Murti, 2017).

Stres terjadi pada berbagai tingkat usia, pekerjaan, termasuk mahasiswa. Sumber stres atau stresor adalah suatu keadaan situasi objek atau individu yang menimbulkan stres. Stresor pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademi berupa tuntutan eksternal dan internal (legiran, Azis & Bellinawati, 2015). Persyaratan akademik di Pendidikan tinggi bukan sekedar mengikuti perkuliahan, tetapi ada ketentuan lain seperti presentase kehadiran dalam perkuliahan, penyelesaian tugas, aktif dalam kegiatan akademik (diskusi, presentasi, kuis, ujian). Keberhasilan mahasiswa ditandai dengan prestasi akademik ditunjukkan melalui Indeks Prestasi (IP) dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) (Minhayati, 2014).

Tingkat stres pada seseorang mampu diturunkan atau dihilangkan melalui strategi koping. Strategi koping merupakan suatu proses

individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang meningkat akibat masalah yang sedang dihadapinya, dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Menurut Lazarus (dalam Nugroho, 2010) *koping* mempunyai dua konotasi, yaitu menunjukkan suatu cara menghadapi tekanan dan menunjukkan suatu cara untuk mengatasi kondisi yang menyakitkan, mengancam atau menantang ketika respon yang otomatis. Dalam koping juga terdiri dari dua macam *problem focused coping*, coping yang digunakan untuk mengurangi stresor dengan berfokus pada masalah yang ada, menciptakan pemecahan masalah dengan mengubah sesuatu pada diri sendiri bukan pada lingkungan. Yang kedua adalah *emotion focused coping*, mengatur respon emosi bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang stres dengan mencegah emosi negatif menguasainya.

Tahun 2015 terdapat laporan dari *Center for College Mental Health* mengumpulkan data dari 139 universitas pada tahun 2010-2015 bahwa 20% mahasiswa membutuhkan perawatan dan konsultasi jiwa terkait tekanan yang dialami terhadap tuntutan akademis (Kingkade, 2016). Pada penelitian sebelumnya oleh Rahmi (2013) mengenai stres dan prestasi akademik yang dilakukan pada mahasiswa kebidanan di Banda Aceh didapatkan hasil nilai *p value* = 0.005 yang berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar, dimana mahasiswa yang berada pada tingkat stres normal dengan prestasi baik berjumlah 15 orang (55.6%) dan yang cukup 12 orang (44.4%), sedangkan yang berada pada

tingkat stres ringan yang memiliki prestasi baik berjumlah 18 orang (25%) dan cukup 54 orang (75%), pada tingkat stres sedang berjumlah 1 orang (20%) pada prestasi baik dan 4 orang (80%) pada prestasi cukup, terakhir pada stres berat berjumlah 1 orang (7.1%) mendapat prestasi baik dan 13 orang (92.9%) mendapat prestasi baik. Sedangkan pada penelitian Simarmata (2015) mengenai strategi koping dengan prestasi belajar mahasiswa didapatkan hasil $p \text{ value} > r \text{ table}$ ($0.451 > 0.444$) yang berarti ada hubungan antara strategi koping dengan prestasi belajar mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan strategi koping semakin meningkat prestasi belajar individu.

Berdasarkan studi pendahuluan di STIKES X terhadap 30 mahasiswa, mereka mengatakan mengalami penurunan prestasi akademik pada semester baru dibandingkan semester sebelumnya. 10 mahasiswa yang telah diwawancarai 8 mahasiswa mengatakan merasakan stres. Mereka mengatakan tugas kuliah dengan *deadline* pengumpulan cepat, persiapan ujian tertulis dan praktek serta skripsi menjadi alasan penyebab mereka merasa stres. Kegiatan yang dilakukan mahasiswa saat mengalami stres adalah curhat dan berusaha mencari bantuan dari orang lain serta mencari aktivitas seperti belanja dan jalan-jalan. Curhat dan mencari bantuan orang lain merupakan strategi koping *problem focused*, sedangkan belanja dan jalan-jalan merupakan *emotion focused*. STIKES X sendiri belum memiliki program kegiatan untuk mengurangi stress.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* merupakan penelitian yang dilakukan melalui pengambilan data terhadap beberapa variabel penelitian yang dilakukan pada satu waktu. (Dharma, 2011)

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan STIKES X yang memiliki nilai IPK. Data yang dimiliki terdapat 85 mahasiswa keperawatan yang terdiri dari 8 orang laki-laki dan 77 orang perempuan. Sample yang digunakan adalah total sampling. Alat pengumpulan data dalam penelitian menggunakan angket atau kuesioner. Penelitian menggunakan 2 jenis kuesioner yaitu PSS-10 dan *Brief Cope*, kedua kuesioner tersebut sudah baku sehingga tidak perlu melakukan uji valid dan reliabilitas. Kuesioner PSS-10 digunakan untuk menghitung tingkat stress individu yang terdiri dari 10 pernyataan. Skor yang didapat setelah mengisi kuesioner akan dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu ringan, sedang, berat. Sedangkan kuesioner *Brief Cope* digunakan untuk menggolongkan strategi koping individu yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Kuesioner ini terdiri dari 28 pernyataan. Penelitian ini juga menggunakan data indeks prestasi mahasiswa sebagai tolak ukur prestasi akademik seseorang.

Proses perhitungan dan analisa data pada penelitian ini menggunakan SPSS 16 *for window* dengan uji *Chi Square*. Dalam melakukan penelitian, peneliti memperhatikan masalah-masalah etika penelitian yang meliputi: menghormati harkat dan martabat manusia

(*Respect for human dignity*), menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*), keadilan dan inklusivitas/ keterbukaan (*respect for justice and*

inclusiveness), memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Analisa Univariat

Tabel 5.1

Distribusi responden berdasarkan karakteristik jenis kelamin, usia, tingkat stres, strategi koping dan nilai IPK

No	Variabel	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Jenis Kelamin	Laki- laki	8	9.4%
		Perempuan	77	90.6%
2	Usia	Remaja Akhir (19 tahun)	28	32.9%
		Dewasa Awal (≥ 20 tahun)	57	67.1%
3	Tingkat stres	Ringan	27	31.8%
		Sedang	58	68.2%
4	Strategi koping	<i>Problem focused coping</i>	49	57.6%
		<i>Emotion focused coping</i>	36	42.4%
5	Nilai IPK	Kurang	17	20%
		Baik	68	80%

2. Analisa Bivariat

Tabel 5.2
Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Kategori	Nilai IPK						OR CI 95%	P Value
		Kurang		Baik		Total			
		N	%	N	%	N	%		
Tingkat Stres	Ringan	4	14.8	23	85.2	27	100	0.602	0.600
	Sedang	13	22.4	45	77.6	58	100	(0.176-2.056)	
	Total	17	20	68	80	85	100		
Strategi Koping	EFC	13	36.1	23	63.9	36	100	6.359	0.004
	PFC	4	8.2	45	91.8	49	100	(1.862-21.713)	
	Total	17	20	68	80	85	100		

PEMBAHASAN

Prestasi akademik merupakan hasil pembelajaran yang diperoleh dari kegiatan belajar di sekolah atau perguruan tinggi yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian (KBBI, 2009). Sedangkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) adalah hasil penilaian capaian pembelajaran lulusan pada akhir program studi (permendikbud, 2014). Menurut Standar Mutu Pendidikan Stikes X No 06.01.04 penilaian akhir proses pembelajaran dilihat dari penilaian kehadiran, kuis, tugas, seminar, UTS, UAS, praktek laboratorium dan praktek lapangan. Mahasiswa program sarjana dikatakan lulus apabila memiliki nilai IPK diatas 2.75 (Standar Mutu Pendidikan STIKes X,2015).

Berdasarkan hasil penelitian nilai IPK di STIKES X tahun 2017, yaitu dari 85 responden sebanyak 17 responden (20%) responden memiliki nilai IPK kurang dari 2.75 dan 68 responden (80%) mendapatkan nilai baik diatas 2.75. Jumlah tersebut menunjukkan bahwa responden yang mendapat nilai baik lebih banyak dibandingkan nilai kurang. Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan reguler STIKes X memiliki prestasi yang baik karena jumlah mahasiswa yang mendapatkan nilai IPK baik diatas 50%. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Rahmi (2013) dimana responden dengan prestasi belajar baik berjumlah 35 atau 29.7% reponden, sedangkan prestasi belajar cukup berjumlah 83 atau 70.3% responden. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik lingkungan serta stresor

yang dimiliki setiap individu berbeda. Peneliti berasumsi nilai IPK baik dipengaruhi dari keadaan lingkungan yang mendukung mulai fasilitas pembelajaran memadai, proses belajar mengajar yang optimal, hingga hubungan baik sesama teman dan dosen pengajar yang baik pula.

Stres adalah keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang dianggap menantang, mengancam atau merusak keseimbangan dinamis seseorang. Orang tersebut mungkin merasa tidak mampu memenuhi tuntutan situasi baru (Smeltzer dan Bare, 2010). Stres sebagai suatu respon adaptif, yang merupakan konsekuensi dari setiap tindakan, situasi, atau peristiwa yang memberikan tuntutan khusus terhadap seseorang (Hidayat, 2008). Sehingga disimpulkan stres adalah ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dimana ada kesenjangan antara tuntutan lingkungan yang melebihi kemampuan individu.

Stres sendiri memiliki 2 tipe stres yang mengarah pada perbuatan negatif dikenal dengan distres, sedangkan stres yang memberikan sifat positif adalah eutres (Fortinash, 2012). Stres memiliki tingkatan yang berbeda bagi penderitanya yaitu ada stres ringan yaitu stres yang dialami hanya dalam beberapa menit sampai beberapa jam dengan gejala sulit menelan, berkeringat berlebihan, dan merasa lega saat situasi berakhir. Tipe kedua adalah stres sedang yang berlangsung lebih lama hingga beberapa hari dengan gejala mudah marah, sulit istirahat. Tipe terakhir yaitu stres berat dengan jangka waktu sampai bertahun-tahun dengan gejala sulit merasakan hal positif, tertekan dan mudah putus asa (Susane, 2017).

Berdasarkan hasil analisis univariat yang didapatkan, dari 85 responden di STIKES X sebanyak 27 responden (31.8%) mengalami stres ringan dan 58 responden (68.2%) mengalami stres sedang. Jumlah ini menunjukkan lebih banyak responden yang mengalami stres sedang dibandingkan yang stres ringan. Hasil analisis bivariat diperoleh nilai p value 0.600 lebih besar dari nilai α (0.05), bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan nilai IPK.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Rizki yang berjudul *Hubungan Tingkat Stres Kecemasan dan depresi Dengan Tingkat Prestasi Akademik Pada Santri Aliyah di Pondok Pesantren Darul Ihsan* pada tahun 2017 di Aceh yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi akademik dengan nilai p value = 1,000.

Menurut Slameto ada faktor lain yang mempengaruhi prestasi akademik antara lain intelegensi yaitu kemampuan seseorang dalam berpikir dan bertindak secara rasional, terarah dan menghadapi lingkungan secara efektif, bakat merupakan kemampuan dasar seseorang untuk belajar dalam tempo yang relatif pendek namun hasil yang lebih baik yang dimiliki seseorang sebagai bawaan sejak lahir, minat kesiapan seseorang dalam kegiatan belajar meraih prestasi. Menurut peneliti tingkat stres tidak mempengaruhi nilai IPK disebabkan stres yang dimiliki mahasiswa dapat diolah dan dikontrol dengan adanya strategi koping. Banyaknya kegiatan diluar akademis seperti futsal, paduan suara, tari, taekwondo sebagai pilihan mahasiswa untuk menghilangkan stres. Penggunaan strategi koping itu mampu membuat stres yang dialami oleh mahasiswa tidak mengganggu proses dalam mencapai nilai IPK yang baik. Namun stres itu sendiri harus ditangani dengan baik, karena stres yang berkembang dan berkepanjangan akan menyebabkan seseorang menderita penyakit mental seperti depresi bahkan merenggut jiwa. Mahasiswa harus mempertahankan strategi koping yang efektif dalam menangani stres.

Strategi koping adalah sesuatu yang bersifat disengaja, direncanakan dan upaya psikologis dalam mengelola pengaruh dari stresor yang muncul (Boyd, 2012). Carver, dkk membagi strategi koping menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Problem focused coping merupakan suatu usaha untuk mengurangi stres dengan berfokus pada penyelesaian masalah dan menghentikan stresor. Sementara itu *emotion focused coping* merupakan usaha mengurangi stres dengan

berfokus pada menghilangkan emosi yang berhubungan dengan stres (Sembiring, 2016). Berdasarkan hasil penelitian univariat, diketahui dari 85 responden di STIKES X sebanyak 68 responden (80%) lebih dominan menggunakan *problem focused coping*, sedangkan sebanyak 17 responden (20%) menggunakan *emotion focused coping*. Jumlah tersebut menunjukkan bahwa responden di STIKES X lebih banyak menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi koping yang digunakan dibanding *emotion focused coping*.

Hasil analisis bivariat diperoleh nilai *p value* 0.004 lebih kecil dari nilai *alpha* (0.05), bahwa ada hubungan bermakna antara strategi koping dan nilai IPK pada responden. Dari hasil analisis didapatkan nilai OR = 6.359 yang artinya responden yang menggunakan strategi koping *problem focused* berpeluang 6.359 kali lebih tinggi mendapatkan nilai IPK baik dibanding strategi koping *emotion focused*. Hal ini sesuai dengan penelitian Grace dkk, bahwa *p value* = 0.451, dengan nilai *p value* > *r* tabel (0.451 > 0.444) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi koping dengan prestasi belajar mahasiswa di Universitas Lambung Mangkurat.

Peneliti berasumsi Strategi koping dapat mempengaruhi nilai IPK disebabkan koping yang dimiliki memiliki sisi positif yang lebih banyak dibanding sisi negatif. Penggunaan strategi koping *problem focused* dianggap lebih baik dibanding *emotion focused* dikarenakan individu dengan strategi koping yang berfokus pada masalah akan fokus pada hal yang menggangukannya, sehingga akan mencari segala sesuatu cara untuk segera menyelesaikan masalah yang menggangukannya. Strategi koping berfokus masalah antara lain berusaha bekerja keras menyelesaikan masalahnya, meminta bantuan solusi kepada orang tua, teman, ahli, selalu berpikir positif terhadap semua masalah.

Namun lain hal dengan strategi koping yang berfokus pada emosi, individu akan lebih mengendalikan emosi yang dialami karena

masalah yang mengganggu. Pengendalian emosi biasanya dilakukan dengan cara melarikan diri dari masalah yang dialami dan lebih mementingkan perasaannya sehingga individu akan mencari cara agar emosi yang dimilikinya kembali baik dibanding menyelesaikan masalah. Strategi koping berfokus emosi yaitu menangis, tidur, berkhayal, merokok, membuat keputusan dan mengatur kehidupan sendiri. Hal ini lah yang membuat strategi koping berfokus pada masalah akan lebih memberikan dampak yang positif dibanding fokus pada emosi.

Mahasiswa sekiranya mampu menggunakan strategi koping berfokus masalah dalam menghadapi perkuliahan. Menggunakan strategi koping berfokus masalah akan membantu mahasiswa lebih optimal dan efektif dalam pembelajaran mencapai nilai IPK yang baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan maka kesimpulan yang dapat ditarik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut Gambaran umum karakteristik responden berdasarkan usia yaitu remaja akhir dengan usia tidak lebih dari 19 tahun sebanyak 28 atau 32.9% responden dan dewasa awal usia 19 tahun ke atas sebanyak 57 atau 67.1% responden. Berdasarkan jenis kelamin 77 atau 90.6% responden berjenis kelamin perempuan, 8 atau 9.4% berjenis kelamin laki-laki. Sedangkan karakteristik berdasarkan Prestasi Akademik responden dengan Prestasi Akademik kurang berjumlah 17 atau 20% responden dan 68 atau 80% responden mendapat nilai baik.

Hasil penelitian uji *chi square* tingkat stres dan Prestasi Akademik menunjukkan ($P = 0.600 > 0.05$) yang berarti tidak ada hubungan tingkat stres dan Prestasi Akademik. Hasil penelitian uji *chi square* strategi koping dan Prestasi Akademik menunjukkan ($P = 0.004 < 0.05$), dengan nilai OR = 6.359 yang berarti ada hubungan bermakna strategi koping yang dimiliki responden dengan Prestasi Akademik, dimana strategi koping *problem focused* mempunyai peluang 6.359 kali

mendapat Prestasi Akademik baik dibandingkan *emotion focused*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakhtiar, M. I & Asriani. (2015) *Efektivitas Strategi Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping* dalam Meningkatkan Pengelolaan Stres Siswa di SMA Negeri 1 Barru. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* Vol. 5 No. 2 ISSN: 2088-9623.
- Balitbang Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar: RISKESDAS*. Diakses pada 25 September 2017. Dari <http://labdata.litbang.depkes.go.id/riset-badan-litbangkes/menu-riskenas/menu-riskesdas/374-rkd-2013>.
- Boyd, Ann. (2012). *Psychiatric Nursing: Contemporary practice*. (5th ed). USA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Calaguas, G.M. (2011). *College Academic Stres: Differences along gender lines*. *Journal of Social and Development Sciences* vol.1 No.5 ISSN: 2221-1152. Diakses pada tanggal 30 Oktober 2017. Dari <http://www.ifrnd.org>.
- Carolin. (2010). *Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Departemen Kesehatan.(2016, Oktober). *Peran Keluarga Dukung Kesehatan Jiwa Masyarakat*. Diakses pada tanggal 25 September 2017. Dari <http://depkes.go.id/article/print/16100700005/peran-keluarga-dukung-kesehatan-jiwa-masyarakat.html>.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2009). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 4*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Dharma, Kelana. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Fortinash, Katherine & Holoday Worret. (2012). *Psychiatric Mental Health Nursing- Text and Simulation*. (5th ed). USA: Elsevier Science Health Science.
- _____. (2014). *Psychiatric Mental Health Nursing E- book*. (5th ed). USA: Elsevier Science Health Science.
- Handayani, Lestari. (2010). *Perbedaan Prestasi Akademik dan Non- Akademik Kelas XI Program Reguler dan Akselerasi si SMA Negeri 4 Malang*. Skripsi. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Malang.
- Hastuti, Fidia. (2013). *Strategi Koping Pada Siswa Dengan Perilaku Agresif di SMP Negeri 9 Depok Tahun 2013*. Skripsi. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hawadi. (2009). *Akselerasi A-Z informasi program percepatan belajar dan anak berbakat intelektual*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat, Aziz. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia; Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan Cetakan Kelima*. Jakarta: Salemba Medika.
- Khan, Mehjabeen. (2013). *Academic Self-Efficacy, Coping, and Academic Performance in College*. *International Journal of Undergraduate Research and Creative Activities*: Vol. 5, No. 4. DOI: <http://dx.doi.org/10.7710/2168-0620.1006>
- Kingkade, Tyler. (2016). *The Number Of College Students Seeking Mental Health Treatment Is Growing Rapidly*. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2017. Dari https://www.huffingtonpost.com/entry/college-students-mental-health-treatment_us_5696a1dde4b0ce496422e8f1.
- Koochaki, G.M, dkk. (2011). *Prevalence of Stres Among Iranian Medical Students: a Questionnaire survey*. *Eastern Mediterranean Health Journal* Vol 17 No 7. Diakses pada tanggal 29 Oktober 2017. Dari <https://www.researchgate.net/publication/51>

[697576 Prevalence of stres among Iranian medical students A questionnaire survey](#)

- Legiran, Azis, M. Z & Bellinawati. (2015). *Faktor Resiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas dan Muhammadiyah Palembang*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Vol 2 No 2.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia No 49 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi*. Diakses pada tanggal 29 November 2017. Dari <http://peraturan.go.id/>.
- Minhayati, Saleh. (2014). *Pengaruh Motivasi, Faktor Keluarga, Lingkungan Kampus dan Aktif berorganisasi Terhadap Prestasi Akademik*. Jurnal Phenomenon Vol. 4 No. 2 ISSN 2088-7868. Diakses pada tanggal 29 November 2017. Dari : <http://id.portalgaruda.org/index.php?ref=browse&mod=viewarticle&article=296544>
- Murti, Ari. (2017). *Diduga Depresi, Mahasiswa Terjun Bebas dari Lantai 7 Kampus Perbanas*. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2017. Dari <https://metro.sindonews.com/read/1194717/170/diduga-depresi-mahasiswa-terjun-bebas-dari-lantai-7-kampus-perbanas-1491451230>.
- Nasir, A & Abdul Muhith. (2011). *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, Tri. (2010). *Perilaku Coping Mahasiswa dalam Mengatasi Stres Mengikuti Kuliah MPK Kuantitatif*. Jurnal *Acta Diurna* Vol 6 No 2. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2017. Dari <http://komunikasi.unsoed.ac.id/>.
- Oktarisa, Fidia, Zulmi Yusra. (2015). *Perbedaan Prestasi Akademik Ditinjau Dari Coping Stres dan Jenis Kelamin Pada Pers Mahasiswa*. Jurnal RAP UNP Vol.6 No.2 ISSN: 2087-8699.
- Papilia, Diane, Sally Olds & Ruth Feldman. (2009). *Human Development International Student Edition*. (11th ed). New
- Prayitno, Panji. (2017). *Mahasiswi Keperawatan Gantung Diri Usai Video Call Kekasih*. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2017. Dari <http://regional.liputan6.com/read/3065410/mahasiswi-keperawatan-gantung-diri-usai-video-call-kekasih>.
- Rahmi, Nuzulul. (2013). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Pooltekkes Kemenkes NAD*. Jurnal Ilmiah STIKes U' Budiyah Vol.2 No 1.
- Ramadhan, Kautsar. (2016). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Frekuensi Merokok Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi. Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Rizki, Ayu. (2017). *Hubungan Tingkat Stres, Kecemasan dan Depresi Dengan Tingkat Prestasi Akademik Pada Santri Aliyah di Pondok Pesantren Darul Ihsan Tgk. H. Hasan Krueng Kalee, Darussalam, Aceh Besar, Aceh*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. (6th ed). New York: John Wiley & Sons.
- Sembiring, Rahmayani. (2016). *Strategi Coping Anak Didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak Kelas II B Pekanbaru*. Skripsi. Pekanbaru: Fakultas Psikologi Universitas

- Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan*. (2nd ed). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Simarmata, Grace, dkk. (2015). *Mekanisme Koping Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Sistem Pembelajaran Blok Angkatan 2013*. Jurnal DK Vol.3 No.1.
- Simbolon, Idauli.(2015). *Gejala Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung*. Jurnal Skolastik Keperawatan Vol 1, No 1 ISSN:2443-0935.
- Silalahi, N. (2010). *Gambaran Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Siswoyo, Dwi. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Smeltzer, C. & Bare, B.G. (2010). *Brunner & Sudarth's Textbook of Medicalsurgical Nursing*. Volume 1. (12th ed). Philladepia:Lippicontt.
- Sudaryono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Banten: Dinas Pendidikan Provinsi Banten.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: CV Alfa Beta.
- Susane, I M. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi. Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Tartakovsky, Margarita. (2017, Mei 17). *Depresion And Anxiety Among College Students*. Diakses pada tanggal 30 September 2017. Dari <https://psychcentral.com/lib/depression-and-anxiety-among-college-students/>.
- TIM. (2015) *Standar Pendidikan STIKes IMC Bintaro*. Tangerang Selatan: STIKES IMC Bintaro.
- Wade, Carole, Carol Travis & Maryane Garry. (2016). *Psikologi*. (2nd ed). (Padang Mursalin, Dinastuti & Novi, Penerjemah). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Yusuf, Syamsu. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.