

Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019

Zaim Afifuddin Fasya¹, Podo Yuwono^{2*} Cahyu Septiwi³

^{1,2,3}Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
Email: Zaimfasya@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Mahasiswa., Tingkat Stres., Mekanisme Koping

Latar Belakang : Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi rentang mengalami stres karena disebabkan kendala-kendala yaitu internal dan eksternal. Cara mengatasi stres tersebut perlu adanya mekanisme koping untuk mengatasi dan menyelesaikan sebuah masalah. Tujuan penelitian : Mengetahui gambaran tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019. Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional, dengan jumlah populasi 132 mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Sampel yang digunakan dengan teknik total sampling, pengumpulan data dilakukan pada tanggal 22 April-16 Mei 2019, instrumen yang digunakan dengan kuesioner DASS 42 dan kuesioner mekanisme koping. Hasil uji validitas didapatkan rentang nilai r hitung 0,540–0,798, sedangkan nilai r tabel untuk N = 20 adalah 0,444. Uji reliabilitas didapatkan nilai Alpha Cronbach yaitu : $\alpha = 0,927$. Hasil penelitian : Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan, karakteristik jenis kelamin mayoritas adalah perempuan sebanyak (77,3%). Sebagian besar tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi mayoritas stres sedang sebanyak (48,5%), stres berat (9,1%), stres ringan (22,0%), dan normal (20,5%). Dan sebagian besar mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi mayoritas baik sebanyak (74,2), cukup (23,5) dan kurang (2,3). Kesimpulan : Sebagian besar mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori stres sedang. Dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi masuk dalam kategori mekanisme koping yang baik.

1. PENDAHULUAN

Belajar diperguruan tinggi merupakan suatu pekerjaan yang berat dan tidak mudah. Dalam menuntut ilmu, pembelajaran yang dimiliki oleh mahasiswa seperti pemilihan cara belajar yang tepat, pengetahuan dalam cara belajar, pengaturan cara belajar, mengikuti perkuliahan secara aktif, memilih mata kuliah yang cocok, mampu beradaptasi

dengan lingkungan baru, mengkaji beberapa penelitian, membuat laporan tugas tertulis maupun tidak tertulis dan belum lagi kesibukan mengikuti kegiatan-kegiatan lainnya (Rahmi, 2011).

Mahasiswa merupakan individu yang sedang berjuang menuntut ilmu di perguruan tinggi selama kurun waktu tertentu dan mahasiswa memiliki beban tugas untuk

berusaha keras dalam studinya. Tentunya tugas yang terberat dialami mahasiswa tingkat akhir yaitu skripsi. Salah satu syarat yang menjadi faktor penentu kelulusan mahasiswa di perguruan tinggi adalah penyelesaian penyusunan skripsi yang didalamnya akan dilakukan sebuah research atau penelitian (Rita, 2008).

Permasalahan yang terjadi pada mahasiswa disebabkan karena adanya kendala, kendala tersebut berupa kendala internal dan eksternal (dari dalam diri individu sendiri) dan eksternal (berasal dari dosen pembimbing) (Januarti, 2009).

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari (Rahmat, 2009). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh *National College Health Assesment* pada 2709 mahasiswa yang menyusun skripsi mengalami depresi dan kekhawatiran berlebih di pertengahan tahun 80-an berkisar antara 10-15%. Melonjak drastis di tahun 2010 di angka 33-40% dengan berbagai gejala yang mengikutinya seperti gangguan makan, perubahan pola tidur, menyakiti diri sendiri hingga keputusan untuk bunuh diri.

Beberapa penyebab gangguan stres pada mahasiswa selama masa kuliah seperti dalam memutuskan akademiknya mahasiswa dihadapkan pada kondisi ujian, kondisi adaptasi terhadap perubahan kehidupan perkuliahan, kondisi perbedaan bahasa yang digunakan, kondisi penilaian sosial, manajemen waktu, serta anggapan individu terhadap waktu penyelesaian tugas akhir mereka (Robotham, 2008).

Menurut Jimenez (2013) mengatakan bahwa, mahasiswa mempunyai koping yang berbeda-beda dalam penyusunan skripsi berupa pemikiran atau perilaku, yang bertujuan untuk mengatasi stres yang disebabkan oleh berbagai *stressor* diperlukan koping yang efektif.

Koping adalah cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam baik secara kognitif maupun perilaku. Koping sebagai proses seseorang dalam mengelola cara mereka menerima

ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan mereka dalam situasi stres (Nasir & Muhith, 2011).

Mekanisme koping merupakan cara yang digunakan seorang individu dalam mengatasi dan menyelesaikan sebuah masalah. Mekanisme koping dibagi menjadi dua yaitu koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan koping berfokus pada emosi (*emotional focused coping*). Mekanisme koping berfokus pada masalah adalah koping yang merujuk pada pemecahan masalah dan menghentikan stres. Sedangkan mekanisme koping berfokus pada emosi adalah koping yang digunakan untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan stres, tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung (Sarafino & Smith, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara yang dilaksanakan pada tanggal 19 Januari 2019 terhadap 10 mahasiswa tingkat akhir dimana 7 mahasiswa mengatakan mengalami kesulitan dan stres dalam mengerjakan skripsi seperti sulit berkonsentrasi, kurang tidur, perubahan pola makan, mudah lupa, mudah lelah, tidak bersemangat dan merasa putus asa. Sedangkan dari 3 mahasiswa mengatakan bahwa, mereka tidak mempunyai kendala dalam mengerjakan skripsi, hal ini karena mereka memiliki target dan tanggung jawab dalam penyusunan skripsi.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019”?

TUJUAN PENELITIAN

A. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019.

a. Tujuan Khusus

1) Untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019.

2) Untuk mengetahui gambaran mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun 2019.

Muhammadiyah Gombong tahun 2019 dengan jumlah sampel 132 mahasiswa. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan di STIKES Muhammadiyah Gombong pada bulan 22 April - 16 Mei tahun 2019. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner DASS 41 tentang 14 pernyataan tingkat stres dan 20 pernyataan mekanisme koping.

2. METODE

Metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

No	Usia	Jumlah	%
1.	21 tahun	24	18,2
2.	22 tahun	73	55,3
3.	23 tahun	27	20,5
4.	24 tahun	8	6,1
Total		132	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa usia pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terbanyak adalah usia 22 tahun dengan jumlah 73 responden (55,3%), kategori usia 21 tahun dengan jumlah 24 responden (18,2%), kategori usia 23 tahun dengan jumlah 27 responden dengan jumlah (20,5%), kategori usia 24 tahun yaitu sebanyak 8 responden (6,1%).

b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	%
1.	Laki-laki	30	22,7
2.	Perempuan	102	77,3
Total		132	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 102 responden (77,3%), sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 30 responden (22,7%).

2. Tingkat Stres

No	Tingkat Stres	Jumlah	%
1.	Normal	27	20,5
2.	Ringan	29	22,0
3.	Sedang	64	48,5
4.	Berat	12	9,1
5.	Sangat berat	0	0
Total		132	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terbanyak adalah stres sedang 64 responden (48,5%), normal 27 responden (20,5%), stres ringan 29 responden (22,0%), stres berat 12 responden (9,1%), dan stres sangat berat tidak ada (0%).

3. Mekanisme Koping

No.	Kategori Mekanisme Koping	Jumlah	%
1.	Baik	98	74,2
2.	Cukup	31	23,5
3.	Kurang	3	2,3
Total		132	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kategori mekanisme koping pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terbanyak adalah kategori baik sebanyak 98 responden (74,2%), cukup sebanyak 31 responden (23,5%), dan kurang sebanyak 3 responden (2,3%).

3.2. Pembahasan

a. Usia

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa kategori mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, mayoritas usia terbanyak yaitu berusia 22 tahun dengan jumlah 73 responden (55,3%). Tahap perkembangan mahasiswa dikategorikan usianya 18-25 tahun. Pada tahap ini digolongkan pada tahap remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan pada usia ini adalah pemantapan dalam pendirian hidup dan jati diri, sudah mengerti tentang apa saja hal baik yang harus dilakukan dan hal buruk yang tidak dilakukan (Yusuf, 2012).

Penelitian ini memiliki hasil yang serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosiana (2018) terhadap 45 responden mahasiswa tingkat yang sedang skripsi, menunjukkan bahwa usia 22 tahun dengan jumlah 28 responden (62,2%). Semakin banyak beban, kegiatan dan tugas yang tidak terjadwal maupun tidak terselesaikan maka akan timbul stres pada mahasiswa.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah tahun 2019, mayoritas terbanyak berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 102 responden (77,3%). Jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dengan karakteristik yang berbeda-beda terhadap stres. Pada penelitian ini perempuan sangat mendominasi dibandingkan dengan laki-laki. Rata-rata mahasiswa STIKES

Muhammadiyah Gombong dengan program studi keperawatan banyak disukai oleh kaum perempuan.

Dari hal tersebut perempuan mempunyai respon yang berbeda dengan laki-laki. Perempuan lebih mudah merasa cemas, menangis, perasaan bersalah, dan sering menggunakan perasaannya dalam menghadapi suatu masalah. Dalam menghadapi sebuah masalah atupun konflik respon antara laki-laki dan perempuan sangat berbeda.

Penelitian ini memiliki hasil yang serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosiana (2018) terhadap 45 responden mahasiswa tingkat yang sedang skripsi, menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 31 responden (68,9%). Jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kewaspadaan yang negatif terhadap adanya sebuah konflik dan stres, perempuan juga sering menggunakan perasaannya yang mengakibatkan rasa yang tidak nyaman.

Konflik ini dapat memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah, stres dan rasa takut. Sedangkan laki-laki pada umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif untuk dapat menyelesaikan sebuah masalah (Sukadiyanto, 2010).

c. Tingkat Stres

Berdasarkan analisis diatas menunjukkan bahwa hasil mengenai tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, mayoritas terbanyak adalah stres sedang sebanyak 64 responden (48,5%), dengan jumlah usia terbanyak 22 tahun sebanyak 38

responden, dan berjenis kelamin terbanyak perempuan.

Hal itu ditandai dengan tanda dan gejala seperti perasaan tidak nyaman, merasa tegang, mudah marah dan gelisah. Penyebab mahasiswa mengalami stres disebabkan karena adanya tuntutan-tuntutan dan masalah yang dihadapinya. Kendala yang dialami mahasiswa berupa kendala internal (diri sendiri) maupun eksternal (dosen pembimbing). Kendala internal yang dialami mahasiswa disebabkan adanya perasaan malas, tidak adanya motivasi, tidak adanya semangat, takut dengan dosen pembimbing dan penguji, dan kurangnya terjadinya komunikasi antara pembimbing. Sedangkan kendala eksternal disebabkan karena mahasiswa sulit dalam mencari sebuah literatur atau referensi, jurnal-jurnal, judul penelitian, dosen yang terlalu sibuk, waktu bimbingan yang terlalu singkat, tidak adanya koordinasi antara pembimbing.

Penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan (Resti, 2012) dengan variabel yang sama menyebutkan bahwa tingkat stres mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi pada salah satu Fakultas Rumpun Science-Technology Universitas Indonesia tahun 2012 dengan 99 responden didapatkan hasil sebanyak 61 responden (61,6%) dikategorikan ke dalam stres sedang lebih banyak dari pada stres ringan yang berjumlah 38 responden (38,4%). Dengan di tandai tanda dan gejala seperti merasa lemas, seringkali mahasiswa merasa malas, tidak adanya semangat dan termotivasi untuk mengerjakan skripsi, dan merasa takut.

Selain stres sedang yang dialami mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong, ternyata terdapat stres berat. Stres berat yang dialami mahasiswa skripsi berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa tingkat stres berat sebanyak 12 responden (9,1%). Mayoritas stres berat ini didominasi jenis kelamin perempuan. Stres berat merupakan stres yang dialami mahasiswa yang berlangsung lama sampai beberapa minggu sampai berbulan-bulan. Penyebab stres berat tersebut dikarenakan adanya beban tugas yang berat dalam mengerjakan skripsi, berakibat keadaan fisik menjadi tidak stabil dan lemah,

perubahan emosional dikarenakan menstruasi, dan kurangnya waktu dalam beristirahat.

Penelitian ini serupa dengan penelitian Agasta (2018) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa program tranfer keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat 3 responden yang mengalami stres berat dari jumlah total responden 67 orang. Stres berat yang dihadapi seseorang berlangsung selama beberapa minggu dan berbulan-bulan. Terdapatnya stres berat ini disebabkan salah satunya faktor jenis kelamin. Jenis kelamin mahasiswa dalam mengerjakan skripsi mayoritas adalah perempuan. Faktor ini berpengaruh dikarenakan adanya perbedaan sifat dan respon yang berbeda antara laki-laki dan perempuan.

c. Mekanisme Koping

Berdasarkan analisis diatas menunjukkan bahwa kategori mekanisme koping terhadap mahasiswa yang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, menunjukkan hasil kategori terbanyak adalah kategori baik dengan jumlah 98 responden (74,2%), cukup sebanyak 31 responden (23,5%), dan kurang sebanyak 3 responden (2,3%).

Mekanisme koping adalah cara yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya untuk mempertahankan rasa terkendali terhadap situasi, mengurangi rasa tidak nyaman, dan menghadapi situasi yang dapat menimbulkan stres (Stuart & Laraira, 2011).

Pada saat observasi dilakukan, didapatkan hasil mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019 mayoritas menggunakan mekanisme koping baik sebanyak 98 responden (74,2%). Hal ini disebabkan karena mahasiswa pada saat mengatasi sebuah masalah yang datang pada dirinya, mahasiswa tidak langsung mengambil keputusan dengan cara emosional melainkan dengan bersabar. Mahasiswa yang ditekan dalam tugas dalam mengerjakan skripsi ternyata mempunyai cara tersendiri dalam menyelesaikannya. Dengan cara mencari dukungan dari orang lain dengan bercerita,

melakukan kegiatan-kegiatan yang positif, mencari informasi yang berfungsi untuk mempermudah dalam menyelesaikan masalahnya pada saat mengerjakan dan membuat rencana agar bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Oli (2013), tentang mekanisme koping dalam mengatasi stres pada mahasiswa Akper Dekpes RI tingkat satu Meulaboh. Didapatkan hasil masuk dalam kategori baik. Hal ini disebabkan dalam mengatasi masalah yang disebabkan tugas skripsi mahasiswa mampu dalam bertahan menghadapi masalah dengan kepala dingin tidak menggunakan kemarahan yang tinggi. Mahasiswa mempunyai tanggung jawab dan planning (rencana) agar bisa terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Selain itu mahasiswa bisa terbuka kepada orang lain dengan menceritakan masalahnya untuk mendapatkan dukungan dan informasi yang positif yang membantu dalam masalahnya, melakukan kegiatan-kegiatan yang sesuai dengan hobi mahasiswa untuk menghilangkan kejenuhan, dan dalam melakukan tindakan mengatasi masalah dengan mencari informasi.

Mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019 terdapat hasil yang menunjukkan hasil cukup sebanyak 31 responden (23,5%). Menunjukkan bahwa hasil observasi mekanisme koping mahasiswa masuk dalam kategori cukup. Hasil tersebut menyebutkan mahasiswa bisa dalam mengatasi masalahnya dengan baik, melakukan usaha sendiri meskipun mengalami kesulitan, dan memiliki sifat keterbukaan dengan orang lain.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Husaini (2012) tentang mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran Banda Aceh. Menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengerjakan masalah yang dihadapi dalam mengerjakan skripsi. Tentunya dengan melakukan usaha-usaha yang tujuannya untuk mengatasi kesulitan yang dihadapinya, usaha tersebut meliputi : mencari jalan keluar untuk mengatasi kesulitan yang dialaminya, membuat rencana-rencana dan melakukannya, timbulnya sikap tanggung jawab, dan selalu

berdo'a semoga selalu mendapatkan kemudahan didalam mengerjakan skripsinya. Selain terdapat mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi didapatkan hasil baik dan cukup di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, tetapi terdapat juga hasil kurang sebanyak 3 responden (2,3%).

Pada saat observasi mekanisme koping dengan hasil kurang tersebut, disebabkan karena mahasiswa kurang adanya dorongan dalam mengerjakan skripsinya. Mahasiswa merasakan kesulitan pada saat mencari referensi dan takut pada saat bertemu dengan dosen pembimbing maupun penguji. Sering melupakan kesulitan yang sedang dihadapi tanpa ada usaha untuk menyelesaikannya. Timbulnya permasalahan dalam mengerjakan skripsi terhadap mahasiswa diawali dengan rasa malas yang berakibat mengalami stres, jika permasalahan ini diabaikan begitu saja sangat berdampak buruk yaitu timbul kecemasan dan depresi.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rosiana (2016) tentang hubungan optimisme dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di STIKES Muhammadiyah Kudus dalam menghadapi skripsi. Menunjukkan hasil bahwa terdapat mekanisme koping dengan hasil kurang. Hal ini disebabkan karena adanya hambatan fungsi integrasi pada mahasiswa, menurunnya otonomi dan cenderung menguasai lingkungan. Disaat mahasiswa mendapatkan sebuah masalah respon yang dilakukan dengan cara menghindar dan pengelakan terhadap situasi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, maka disimpulkan sebagai berikut :

- a. Sebagian besar tingkat stres mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, masuk dalam kategori stres sedang.
- b. Sebagian besar mekanisme koping mahasiswa tingkat akhir yang sedang

mengerjakan skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong tahun 2019, masuk dalam kategori mekanisme coping yang baik.

5. SARAN

a. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti memberikan edukasi terkait dengan tingkat stres terhadap mekanisme coping yang efektif untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi setiap individu.

b. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa tidak melupakan dan menghindari atau melarikan diri pada saat menghadapi sebuah masalah ketika sedang mengerjakan skripsi dan selain itu mahasiswa dapat mengaplikasikan mekanisme coping yang tepat dalam kehidupan nyata.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Khususnya para dosen agar dapat membantu mahasiswa dalam mengerjakan skripsi dengan memberikan dukungan seperti bimbingan, motivasi, dan semangat. Sehingga mahasiswa dapat terbantu dalam mengerjakan skripsinya dengan baik dan selesai tepat waktu.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya menggunakan desain penelitian yang berbeda yaitu tentang faktor-faktor stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, menghubungkan tingkat stres dan mekanisme coping dan melakukan wawancara (kualitatif) tentang mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Jimenez, C, Jet al. (2013). Coping and Health in Novice and Experienced Nursing Students During Clinical Practice. *Jurnal of Nursing Education and Practice.*

Nasir & Muhith, (2011). *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori.* Jakarta: Salemba Medika.

Oli. (2013). *Mekanisme Moping dalam Mengatasi Stres pada Mahasiswa Akper Dekpes RI tingkat satu Meulaboh.*

Rahmi, (2011). *Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan. Poltekkes Kemenkes NAD.*

Resti P. W. (2012). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Rumpun Science-Tecnology UI : Jakarta*

Rita, E. (2008). *Perkembangan Peserta Didik.* Yogyakarta : UNY Prees.

Rosiana, M,A., (2016). *Hubungan optimisme dengan mekanisme coping pada mahasiswa tingkatakhir di STIKES Muhammadiyah Kudus dalam menghadapi skripsi.* STIKES Muhammadiyah Kudus.

Sarafino, E. P., (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions.* Canada: John Willey & Son.

Stuart, G.W & Laraia, M.T. 2011. Principles and Practice of Psyciatric Nursing (7th Editions). St. Louis : Mosby

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Bandung : Edisi Ketujuh, Penerbit CV. ALFABETA.

DAFTAR PUSTAKA

Agasta. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Program Tranfer Keperawatan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.*

Januarti, R. (2009). *Hubungan Antara Persepsi terhadap Dosen Pembimbing dengan Tingkat Stres dalam Menulis*

- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kombinasi (mixed Methods)*. Bandung : Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2010). Stres dan cara menanganinya. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Remaja dan Dewasa*. Bandung : PT. Remaja Rosda.