



**Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah
Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online
Pada Siswa SMA N 1 Limbangan**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh :

DINI UNITA SARI

010117A019

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

TAHUN 2020

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah
Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online
Pada Siswa SMA N 1 Limbangan**

Disusun oleh:

DINI UNITA SARI

010117A019

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 9 Maret 2021

Pembimbing Utama



Ns. Puji Lestari, S.Kep., M.Kes

0022038101

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online Pada Siswa SMA N 1 Limbangan

Disusun oleh:
DINI UNITA SARI
010117A019

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1
Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin
Tanggal : 15 Maret 2021

Tim Penguji :
Pembimbing

Ns. Puji Lestari, S.Kep., M.Kes

Penguji I

Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Ns.SP.Kep.Jiwa
(0602027901)

Penguji II

Ns.Yunita Galih Yundari, S.Kep., M.Kes.
(0612067802)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

Ns.Umi Aniroh, S.Kep.,M.Kes
(0614087402)

Dekan Fakultas Kesehatan

Rosalina, S.Kep.,M.Kes
(0621127102)

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertandatangan dibawah ini saya,

Nama : DINI UNITA SARI
Nim : 010117A019
Program Studi/Fakultas : SI Keperawatan/Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **"Gambaran Coping Stress Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online Pada Siswa SIMA N 1 Limbangan"** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, Yang membuat pernyataan,



DINI UNITA SARI

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertandatangan dibawah ini, saya:

Nama : Dini Unita Sari

Nim : 010117A019

Prodi/Fakultas : S1 Keperawatan/Keperawatan

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format, merawat, mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online Pada Siswa SMA N 1 Limbangan”** untuk kepentingan akademik.

Boja, Maret 2021

Yang membuat pernyataan


(Dini Unita Sari)

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (OQ. Ar Ra’d : 11)

“Barangsiapa yang mempelajari ilmu pengetahuan yang seharusnya yang ditunjukkan untuk mencari ridho Allah bahkan hanya untuk mendapatkan kedudukan/kekayaan duniawi maka ia tidak akan mendapatkan baunya surga nanti pada hari kiamat” (Riwayat Abu Hurairah radhallahu anhu).

“Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya” (An Najm : 39)

PERSEMBAHAN :

- Untuk Bapak Ngadiman dan Ibu Purwati, terimakasih sudah menjadi motivasi agar tidak mudah menyerah, dan do'a yang terus mengalir agar dilancarkan dalam penyelesaian tugas akhir.
- Untuk kakak Marsha Ayun Aliffiani dan adik Reza Ardi Andeka, terimakasih atas segala bentuk dukungan dan motivasi yang diberikan.
- Untuk seluruh seluruh Dosen dan Civitas yang telah banyak membantu dalam penyusunan tugas akhir.
- Untuk teman-teman tercinta yang tidak berhenti memberikan semangat dan motivasi.
- Untuk semua SMA N 1 Limbangan dan seluruh instansi yang terlibat dalam penelitian tugas akhir .
- Untuk semua pihak yang telah terlibat dalam penyusunan tugas akhir

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Skripsi, Maret 2021
Dini Unita Sari
010117A019

**Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah
Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online
Pada Siswa SMA N 1 Limbangan**

ABSTRAK

Banyak factor yang mempengaruhi tingkat stres pada siswa SMA N 1 Limbangan. Salah satunya yaitu dengan meningkatnya tugas sekolah yang diakibatkan adanya pandemic covid-19. Peneliti merumuskan masalah bagaimana gambaran coping stress siswa SMA N 1 Limbangan dengan meningkatnya tugas yang diakibatkan oleh pandemic virus Covid-19. Kebijakan ini membuat tugas meningkat dan membuat para siswa merasa stres. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran coping stress siswa di SMA N 1 Limbangan akibat meningkatnya tugas yang diberikan selama pandemic covid-19.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survey. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Limbangan sebanyak 156 siswa. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan metode acak. Instrument yang digunakan google form sebagai angket. Analisis data dengan menggunakan kategorisasi tingkat coping stress.

Hasil penelitian ini diperoleh hasil coping stress siswa siswa SMA N 1 Limbangan akibat dari meningkatnya tugas sekolah selama pandemic covid-19 yang termasuk dalam kategori baik berjumlah 11 siswa (7%), kategori cukup baik dengan jumlah 136 siswa (87,2%) dan kategori tidak baik berjumlah 9 siswa (5,8%).

Berdasarkan analisis terhadap capaian skor butir-butir pengukuran coping stress siswa, diperoleh 1 butir item pertanyaan dengan persentase 78,7% yang mengarah ke strategi coping stress *problem focused coping*. Penulis menyampaikan saran kepada pihaksekolah untuk membuat program pembelajaran secara online yang tidak membosankan dan cenderung monoton.

Kata Kunci : coping stress, pandemic covid-19, belajar daring

ABSTRACT

Ngudi Waluyo University
Program Study of S1 Nursing
Faculty of Nursing
Final Project, March 2021
Dini Unita Sari
010117A019

Picture of *Coping Stress* Due to Increased School Work During the Covid-19 Pandemic Through Online Learning Media In High School Students N 1 Limbangan

Abstract

Many factors affect stress levels in high school students 1 Limbangan. One of them is with the increase in school duties caused by the covid-19 pandemic. Researchers formulated the problem of how the picture of coping stress of high school students 1 Limbangan with increasing tasks caused by the Covid-19 virus pandemic. This policy makes assignments increase and makes students feel stressed. This study aims to obtain an overview of the stress coping of students at high school students 1 Limbangan due to the increasing tasks given during the covid-19 pandemic.

This type of research is descriptive quantitative research using survey methods. The population in this study was 156 students of high school students N 1 Limbangan. Sampling techniques in this study used randomized methods. Instrument used google form as a questionnaire. Analyze the data using categorization of stress coping levels.

The results of this study obtained the results of coping stress of high school students 1 Limbangan due to increased school assignments during the pandemic covid-19 which belongs to the good category of 11 students (7%), the category is quite good with the number of 136 students (87.2%) and the bad category amounted to 9 students (5.8%).

Based on the analysis of the score achievement of student stress coping points, obtained 1 item of question with a percentage of 78.7% that leads to a strategy of coping stress *problem focused coping*. The author advises the school to create an online learning program that is not boring and tends to be monotonous.

Keywords: coping stress, pandemic covid-19, learning online

PRAKATA

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir ini dengan judul **“Gambaran Coping Stress Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online Pada Siswa SMA N 1 Limbangan”**.

Skripsi ini ditulis dalam rangka syarat untuk mengadakan penelitian. Merupakan salah satu kewajiban yang harus diselesaikan penulis sebagai mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subiyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Rosalina, S.Kep., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes, selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Puji Lestari, S.Kep., M.Kes, selaku dosen pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, motivasi, dan memberikan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen, Staf, dan Karyawan di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Kedua orang tua saya tercinta sekaligus semua keluarga tercinta yang telah senantiasa memberikan do'a, dukungan, motivasi, semangat dan material selama ini.
7. Kepada Bagus Sinulungga yang telah menemani serta memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan tugas akhir dengan baik.

8. Kepada rekan saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih untuk dukungan, semangat, dan motivasinya selama ini.
9. Kepada seluruh teman-teman PSIK angkatan 2017 yang telah memberikan dukungan dan motivasi.
10. Kepada seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
11. *Last but not least, I wanna thank me, for believing me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, for just being me at all times.*

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Amiin.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Boja, Maret 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	iv
KESEDIAAN PUBLIKASI	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
PRAKATA	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat teoritis	6
2. Manfaat praktis	6
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teoritis	8
1. Pengertian Covid 19	8
2. Akibat Covid- 19 di Bidang Pendidikan.....	8
3. Stres	11
4. Coping stress.....	13
B. Kerangka Teori.....	17

C. Keterangan Empiris	18
BAB III.....	21
METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel Penelitian	22
1. Kriteria Inklusi.....	23
2. Kriteria Eksklusi	23
D. Definisi Operasional.....	24
E. Pengumpulan Data	26
F. Analisis Data	29
BAB IV.....	30
HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil.....	30
1. Jenis kelamin	30
2. Kelas	30
3. Tingkat Stres.....	31
4. Coping stress.....	32
B. Pembahasan	33
C. Keterbatasan Penelitian	38
BAB V	39
PENUTUP	39
A. Simpulan.....	39
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Subjek Penelitian.....	23
Tabel 2. Definisi Tabel 2. Definisi Operasional.....	24
Tabel 3. skala likert	25
Tabel 4. kisi-kisi kuesioner coping stres	26
Tabel 5. skala kuesioner tingkat stres.....	26
Tabel 6. analisis univariat.....	29
Tabel 7. distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin	30
Tabel 8. distribusi frekuensi berdasarkan kelas.....	31
Tabel 9.distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres	31
Tabel 10. distribusi tingkat coping stres.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	17
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. kuesinoer coping stres	43
Lampiran 2. kuesioner tingkat stres.....	49
Lampiran 3. data mentah kuesioner tingkat stres	50
Lampiran 4. data mentah kuesioner coping stres	54
Lampiran 5. Surat Permohonan dan surat Telah melakukan penelitian	56