



**HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES
PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG
MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan

Oleh :

MAULANA WAHYU AJI

(011191120)

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG MENYELESAIKAN
SKRIPSI DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Oleh :

**MAULANA WAHYU AJI
(011191120)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenakan
untuk diujikan

Ungaran, 16 Januari 2023

Pembimbing Utama



Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep.
NIDN. 0628127901

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul
**HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES
PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG
MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO**

Oleh :
MAULANA WAHYU AJI
(011191120)

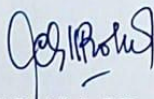
Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Rabu
Tanggal : 1 Februari 2023

Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Mona Saparwati, S.Kp., Ns., M.Kep.
NIDN. 0628127901

Anggota/Penguji 1



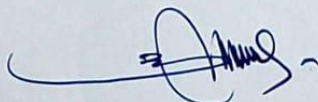
Zumrotul Chairijah, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0611067101

Anggota/Penguji 2



Umi Setyoningrum, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0612118002

Mengesahkan
Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Umi Aniroh, S. Kep., Ns., M. Kes
NIDN. 0614087402

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kesehatan




Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, 16 Januari 2023
Maulana Wahyu Aji
011191120

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

ABSTRAK

Latar belakang : Beban dan tanggung jawab mahasiswa akan lebih berat lagi karena ada tugas untuk menyelesaikan skripsi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana. Hal ini bisa mengakibatkan mahasiswa mengalami stres. Faktor predisposisi merupakan faktor resiko dan protektif yang mempengaruhi jenis dan jumlah sumber yang dapat digunakan seseorang untuk mengatasi stress. Faktor predisposisi tersebut terdiri dari aspek biologis, psikologis, dan sosial budaya. Predisposisi sosial budaya salah satunya meliputi keyakinan religi/spiritualitas.

Tujuan : Mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas kesehatan yang menyelesaikan skripsi di Universitas Ngudi Waluyo

Desain penelitian : penelitian ini menggunakan Studi Korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini 513 mahasiswa dengan jumlah sampel 225 mahasiswa menggunakan teknik random sampling. Instrumen yang digunakan adalah *Daily Spiritual Experience Scale* dan *Depression Anxiety Stress Scales*. Analisa bivariat menggunakan *Kendal Tau*.

Hasil: Spiritualitas mahasiswa sebagian besar dalam kategori tinggi sebanyak 186 responden (82,7%), sedangkan tingkat stress mahasiswa sebagian besar dalam kategori stress normal sebanyak 78 responden (34,7%). Ada hubungan antara spiritualitas dengan tingkat stres dengan *p-value* 0,0037 dan nilai *koefisien korelasi* -0.127 menunjukkan adanya korelasi negative yang berarti semakin tinggi spiritualitas maka semakin rendah tingkat stres yang dialami dengan tingkat kekuatan hubungan yang lemah.

Saran : Diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan spiritualitas untuk meminimalisir terjadinya stres/menurunkan tingkat stres yang terjadi.

Kata kunci : Spiritualitas, tingkat stres, mahasiswa

Ngudi Waluyo University
Faculty of Nursing
Final Assignment, January 2023
Maulana Wahyu Aji
011191120

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUALITY AND STRESS LEVEL
OF HEALTH FACULTY STUDENTS COMPLETING FINAL
ASSIGNMENT AT NGUDI WALUYO UNIVERSITY**

ABSTRACT

Background : The burden and responsibility of students will be even heavier because there is an assignment to complete a thesis as a requirement for obtaining a bachelor's degree. This can cause students to experience stress. Predisposing factors are risk and protective factors that influence the type and amount of resources a person can use to deal with stress. These predisposing factors consist of biological, psychological, and socio-cultural aspects. One of the socio-cultural predispositions includes religious/spirituality beliefs.

Objective : Knowing the relationship between spirituality and stress levels in students of the health faculty who completed their thesis at Ngudi Waluyo University

Research design : this study uses a Correlation Study approach *cross sectional*. Research population There were 513 students with a total sample of 225 students using a random sampling technique. The instruments used are *Daily Spiritual Experience Scale* and *Depression Anxiety Stress Scales*. Bivariate analysis using *Kendall tau*.

Results: Most of the students' spirituality was in the high category of 186 respondents (82.7%), while the stress level of students was mostly in the normal stress category of 78 respondents (34.7%). There is a relationship between spirituality and stress levels *p-value* 0.0037 and value *correlation coefficient* -0.127 indicates a negative correlation, which means that the higher the spirituality, the lower the level of stress experienced with a weak level of relationship strength.

Suggestion : It is hoped that students can increase their spirituality to minimize the occurrence of stress / reduce the level of stress that occurs.

Keywords : Spirituality, stress level, students

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Maulana Wahyu Aji

NIM : 011191120

Program Studi/ Fakultas : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul “ **HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**” 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.

Ungaran, 22 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Maulana Wahyu Aji

(011191120)

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maulana Wahyu Aji

NIM : 011191120

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan memberi wewenang kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format-kan, merawat, dan mempublikasikan skripsi saya dengan dengan judul “HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN YANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO ” untuk kepentingan akademi.

Ungaran, Januari 2023

Yang Membuat Pernyataan

Maulana Wahyu Aji

011191120

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Maulana Wahyu Aji
Tempat/tanggal lahir : Temanggung, 5 Oktober 2000
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Alamat : Padangan RT03/RW04, Kembangsari, Kandangan,
Temanggung
Email : ucilosd@gmail.com
Telepon : 087883229946

Riwayat Pendidikan

1. TK Dharmawanita 2 Kembangsari : Tahun 2005-2006
2. SDN 1 Kembangsari : Tahun 2006-2012
3. SMPN 2 Temanggung : Tahun 2012-2015
4. SMAN 3 Temanggung : Tahun 2015-2018
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2019-Sekarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi berjudul “Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan yang Menyelesaikan Skripsi di Universitas Ngudi Waluyo”. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Ngudi Waluyo. Penulis menyadari bahwa penyelesaian Skripsi ini melibatkan banyak pihak, untuk itu perkenankan penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S. Kep., M. Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Progam Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Mona Saparwati, S.Kep., M. Kep., selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan hingga Skripsi ini selesai
5. Seluruh dosen pengajar Progam Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam menyelesaikan seluruh kegiatan perkuliahan
6. Kedua orang tua penulis (bapak Muhtarom dan Ibu Partiti Priharti) yang selalu mendoakan yang terbaik untuk saya dan memberi support baik secara materi

maupun mental

7. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan semangat serta motivasi agar Skripsi ini segera selesai
8. Sahabat penulis, Tila Noer Chotifah, Fanni Saputro, Novi Anggraeni, Dewi Wulandari, Nina Widayati, Umi Rahmawati, Wahyu Ningtyas, Afia Malinda, Ahmad Riyo yang banyak membantu dalam proses penyelesaian Skripsi ini
9. Sahabat penulis SmartfrenGank dan Kemprus N Friend yang telah memberikan semangat serta bantuannya
10. Teman-teman PSIK angkatan 2019 yang telah memberikan doa, semangat dan bantuannya
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan Skripsi ini

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun guna kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Allah SWT mencurahkan berkat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu penulis. Besar harapan penulis semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, Aamiin Ya Robbal Aalamin.

Ungaran, Januari 2023

Maulana Wahyu Aji

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| ABSTRAK | iii |
| ABSTRACT | iv |
| PERNYATAAN ORISINILITAS | v |
| HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI | vi |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTARGAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 7 |
| C. Tujuan Penelitian | 7 |
| D. Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB II TINJAUAN TEORI | 9 |
| A. Tugas Akhir Mahasiswa | 9 |
| B. Stres | 10 |
| 1. Definisi Stres | 10 |
| 2. Faktor yang mempengaruhi Stres | 10 |
| 3. Jenis jenis Stres | 11 |
| 4. Tingkatan Stres | 12 |

| | |
|---|-----------|
| 5. Reaksi Tubuh terhadap Stres | 13 |
| 6. Alat ukur Tingkat Stres | 14 |
| C. Spiritualitas | 15 |
| 1. Definisi Spiritualitas | 15 |
| 2. Karakteristik Spiritualitas..... | 16 |
| 3. Faktor yang mempengaruhi Spiritual | 21 |
| 4. Tahapan Spiritual | 23 |
| 5. Alat ukur Spiritualitas | 27 |
| D. Kerangka Teori | 29 |
| E. Kerangka Konsep | 29 |
| F. Hipotesis..... | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 31 |
| A. Desain Penelitian | 31 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 31 |
| C. Populasi dan Sampel | 31 |
| D. Variabel Penelitian | 34 |
| E. Definisi Operasional | 35 |
| F. Alat Pengumpulan Data | 36 |
| G. Langkah atau Prosedur Pengambilan Data | 39 |
| H. Etika Penelitian | 41 |
| I. Pengolahan Data | 42 |
| J. Analisis Data | 45 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 47 |
| A. Hasil | 47 |
| B. Pembahasan | 50 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 42 |
| BAB V KESIMPULAN | 44 |
| A. Kesimpulan | 44 |
| B. Saran | 44 |
| DAFTAR PUSTAKA | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|-----------|--|----|
| Tabel 2.1 | Hasil pada DASS42 | 15 |
| Tabel 3.1 | Definisi Operasional | 35 |
| Tabel 3.2 | Kisi kisi Kuisisioner <i>Daily Spiritual Experience Scale (DSES)</i> | 37 |
| Tabel 3.3 | Kisi kisi <i>Depression Anxiety Stres Scales (DASS)</i> | 38 |
| Tabel 3.4 | Hasil Kuesioner DASS42 | 39 |
| Tabel 4.1 | Distribusi frekuensi berdasarkan spiritualitas mahasiswa fakultas kesehatan yang menyelesaikan skripsi di Universitas Ngudi Waluyo | 47 |
| Tabel 4.2 | Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres mahasiswa fakultas kesehatan yang menyelesaikan skripsi di Universitas Ngudi Waluyo | 48 |
| Tabel 4.3 | Hubungan antara spiritualitas dengan tingkat stres mahasiswa fakultas kesehatan yang menyelesaikan skripsi di Universitas Ngudi Waluyo | 49 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|----------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori | 29 |
| Gambar 2.2 Kerangka Konsep | 29 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan

Lampiran 2. Surat Etichal Clearance

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

Lampiran 4. Kuisisioner

Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 6. Hasil Penelitian

Lampiran 7. Lembar Konsultasi

Lampiran 8. Dokumentasi