

PENGARUH PEMBERIAN
TERAPI GUIDED IMAGERY
TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DALAM MENYELESAIKAN
SKRIPSI

by Alexsius Riandi

Submission date: 22-Oct-2020 02:45AM (UTC-0400)

Submission ID: 1385069402

File name: ADA_MAHASISWA_TINGKAT_AKHIR_DALAM_MENYELESAIKAN_SKRIPSI.docx.pdf (131.68K)

Word count: 730

Character count: 4919

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *GUIDED IMAGERY*
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYELESAIKAN
SKRIPSI DI FAKULTAS TEKNIK SIPIL UNIVERSITAS
TRIBHUWANA TUNGGADDEWI MALANG**

SKRIPSI



**Oleh :
ALEXSIUS RIANDI LEFU LEFU
Nim: 2014610007**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI
MALANG
2018**

Ringkasan Skripsi

Setiap orang pasti akan mengalami stres terhadap tuntutan yang diterima. Bagi individu stimulus atau peristiwa dapat menimbulkan stres. Untuk mengurangi stress, imajinasi terarah adalah suatu teknik terapi *guidedimagery* menggunakan imajinasi individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa akhir dalam menyusun skripsi di Program Studi Teknik Sipil Universitas Tribhuwana Tungga Dewi Malang. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperiment design*, dengan pendekatan *two group pre test – post test*, jumlah populasi 90 orang, dan sampel 36 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner *depression*, *anxiety* dan *stress*, (DASS). Hasil analisis perbandingan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah diberikan terapi *guidedimagery* dengan menggunakan uji Independent T-Test diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 ($p \text{ value} \leq 0,05$) dan nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($3,857 \leq 2,701$), yang artinya tingkat stres sebelum dan sesudah terapi *guided imagery* pada kelompok kontrol dan perlakuan atau ada pengaruh terapi *guidedimagery* terhadap kelompok kontrol dan kelompok perlakuan untuk penurunan tingkat stres. Bagi penelitian dapat memahami karakteristik setiap responden. Agar terapi dapat berjalan dengan lebih baik lagi.

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap mahasiswa akan stress dalam menjalani studi agar dapat mendapat gelar sarjana. Untuk memperoleh gelar sarjana, mahasiswa diharuskan untuk menyusun tugas akhir dari hasil penelitian menjadi suatu karya ilmiah skripsi (Soemanto, 2009 dalam Rafikasari, 2015).

Mahasiswa seringkali mengalami kesulitan dalam sistematika tatatulis ilmiah. Optimism yang tinggi akan memiliki koping stres, semakin rendah koping stres mahasiswa, maka semakin rendah optimisme mahasiswa (Ningrum, 2011).

Masalah yang sering dialami dan mempengaruhi kehidupan seseorang. Bagi individu setiap kejadian atau stimulus itu dapat menimbulkan stres (Nursalam, 2013). Manusia selalu dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas yang memicu terjadinya stres. (smeltzer & Bare, 2008).

Dalam penyusunan skripsi, mahasiswa rentan sekali mengalami stress. Kurangnya pengetahuan yang dimiliki dalam mengerjakan skripsi memicu terjadi stress pada mahasiswa (Rozaq, 2014).

Maka dari itu dibutuhkan suatu terapi meningkatkan koping mahasiswa dalam menyusun skripsi. Terapi merupakan sesuatu yang dilakukan terprogram dengan tujuan menjadi lebih sehat dan stres bisa berkurang (Hakim, 2012). Koping dapat ditingkatkan dengan cara, melakukan terapi. Terapi yang dapat meningkatkan koping juga salah satunya *terapi guidedimagery*. Teknik imajinasi

adalah sebuah terapi dengan melibatkan panca indera agar stres berkurang (Patricia, 2005 dalam Kalsum, 2012). Untuk mengatasi stress, kecemasan dan nyeri, terapi *guidedimagery* sangat bermanfaat sebagai intervensi (Smeltzer & Bare, 2008 dalam Novarenta, 2013).

Peneliti melakukan pengumpulan di Fakultas Teknik Sipil Universitas TribhuwanaTunggadewi. Hasil yang didapatkan, hampir sebagian besar mahasiswa sering mengalami kesulitan mencari referensi, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing, kurangnya motivasi dan percaya diri membuat optimisme yang menurun dalam mengerjakan skripsi. Dari hasil pengamatan yang didapatkan mahasiswa merasa stres dalam menyelesaikan skripsi. Dari hasil data yang diperoleh Fakultas Teknik Sipil Universitas Tribhuwana Tunggadewi dari 90 mahasiswa semester delapan terdapat bahwa 70% mengalami stres tingkat sedang dalam mengerjakan skripsi. Gejala yang dialami sering merasa putus asa, mudah marah, dan sering tersinggung. Dan yang mengalami tingkat stres ringan dalam menyelesaikan skripsi sebanyak 30%.

Dari hasil pengumpulan data, mahasiswa harus diberikan sebuah terapi *guideimagery* penurunan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

1.2 Perumusan Masalah.

Apakah terdapat Pengaruh *GuidedImagery* terhadap tingkat stress pada mahasiswa Teknik Sipil Universitas Tribhuwana Malang?

1.3 Tujuan .Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *guidedimagery* terhadap tingkat stress pada mahasiswa Teknik Sipil Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengidentifikasi tingkat stress pada mahasiswa kontrol sebelum dan sesudah diberikan *guidedimagery*.
2. Untuk mengidentifikasi tingkat stress pada mahasiswa kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery* kelompok perlakuan.
3. Untuk menganalisis pengaruh *guidedimagery* terhadap kelompok perlakuan dan kelompok perlakuan tingkat stress sesudah diberikan,

1.4 Manfaat

1.4.1 Instansi..Pendidikan.

Untuk pedoman bagi instansi mengenai pengaruh *guidedimagery* terhadap tingkat stress terhadap mahasiwa.

1.4.2 Bagi Penelitian selanjutnya

Melakukan penelitian lanjut terhadap pengaruh *guided imagery* agar menjadi bahan kajian untuk mengatasi tingkat stress terhadap mahasiswa.

1.4.3 Mahasiswa.

Untuk memperluas wawasan dan pandangan mahasiswa tentang *guided imagery*

1.4.4 Bagi Masyarakat

Memberikan ilmu baru dan pemahaman yang tepat kepada masyarakat agar memahami *guided imagery*.

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI GUIDED IMAGERY TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRESPADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	id.123dok.com Internet Source	5%
2	garuda.ristekbrin.go.id Internet Source	4%
3	www.scribd.com Internet Source	3%
4	diajengdwi.blogspot.com Internet Source	2%
5	garuda.ristekdikti.go.id Internet Source	2%
6	id.scribd.com Internet Source	1%
7	repository.upnvj.ac.id Internet Source	1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI GUIDED IMAGERY TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6
