

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN
DI STIKES PANTI WALUYA MALANG**

SKRIPSI



Ristofel Krisna Amadea

12220024

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG**

2026

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN
DI STIKES PANTI WALUYA MALANG**

SKRIPSI

Guna Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.)
pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang



Ristofel Krisna Amadea

12220024

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN DI STIKES PANTI WALUYA MALANG

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada
Program Studi Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Oleh:

Ristofel Krisna Amadea

NIM 12220024

Menyetujui.

Malang, 23 Juli 2026

Pembimbing 1



Anastasia Sri Sulartri, MAN

NUPTK. 9458741642230032

Pembimbing 2



Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes

NUPTK. 5561757658230183

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN DI STIKES PANTI WALUYA MALANG

Guna memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.)
pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Oleh:
RISTOFEL KRISNA AMADEA
NIM. 12220024

Telah diuji pada:
Hari : Selasa
Tanggal : 28 Juli 2026

Tim Penguji

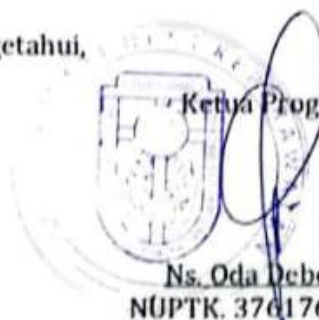
Ketua Penguji	:	Nama	:	Ns. Ellia Ariesti, M.Kep
	:	NUPTK	:	1742758659237112
Penguji 2	:	Nama	:	Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes
	:	NUPTK	:	9447743644230083
Penguji 3	:	Nama	:	Anastasia Sri Sulartri, MAN
	:	NUPTK	:	9458741642230032

Tanda Tangan



Ketua STIKes
Wibowo, S.Kep., Ns., M.Biomed
NUPTK. 9339745646130093

Mengetahui,



Ketua Program Studi
Ns. Oda Debora, M.Kep
NUPTK. 3761763664237012

Halaman Pernyataan Keaslian Tulisan

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ristofel Krisna Amadea
NIM : 12220024
Program Studi : S1 Keperawatan dan Profesi Ners
Tahun Akademik : 2022

Dengan ini saya menyatakan bahwa isi skripsi penelitian yang berjudul "Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan dan Profesi Ners di STIKes Panti Waluya Malang" ini adalah benar-benar hasil karya saya dan tidak melakukan plagiarisme atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam keilmuan.

Demikian pernyataan ini dan apabila di kemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur pelanggaran atas etika akademik, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Malang, 28 Juli 2026

Yang Menyatakan

(Ristofel Krisna Amadea)

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan di STIKes Panti Waluya Malang”.

Dalam penyusunan ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Wibowo, S.Kep., Ns., M.Biomed selaku Ketua STIKes Panti Waluya Malang yang telah memberikan izin penelitian dan penyusunan skripsi ini sebagai tugas akhir.
2. Ns. Oda Debora, M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners yang telah memberikan izin penelitian dan menyetujui dalam penulisan skripsi ini.
3. Anastasia Sri Sulartri,MAN selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orang tua penulis, yang telah memberikan motivasi dan dukungan moril dan materil dalam penyusunan skripsi ini.
6. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan dan Ners STIKes Panti Waluya Malang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki keterbatasan dan masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Penulis berharap semoga isi dari skripsi yang telah dirancang ini dapat bermanfaat bagi banyak orang

Malang, 28 Juli 2026

Penulis

ABSTRAK

Amadea., 2026. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan di STIKes Panti Waluya Malang. Skripsi, Prodi Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang. Pembimbing 1 : Anastasia Sri Sulartri, MAN. Pembimbing 2 : Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep.,Ns., M.Kes.

Latar Belakang: Stres merupakan masalah psikologis yang sering dialami mahasiswa keperawatan akibat tingginya tuntutan akademik maupun non-akademik. Apabila tidak dikelola dengan baik, stres dapat berdampak pada kesehatan fisik, psikologis, serta prestasi akademik mahasiswa. Salah satu faktor yang berperan dalam menurunkan tingkat stres adalah dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, teman, dan orang khusus. Dukungan sosial berfungsi sebagai stress buffer yang membantu individu menghadapi tekanan dan meningkatkan kemampuan coping. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Keperawatan di STIKES Panti Waluya Malang. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 96 responden yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling. Instrumen yang digunakan adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial dan *Perceived Stress Scale-10* (PSS-10) untuk mengukur tingkat stres. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial sedang sejumlah 66 orang (68,8%) pada kategori rendah 13 orang (13,5%) dan kategori tinggi 17 orang (17,7%). Lalu, pada variabel tingkat stres sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang sejumlah 66 orang (68,8%), stres ringan sejumlah 25 orang (26%), stres berat sejumlah 5 orang (5,2%). Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa ($p < 0,05$), dengan arah korelasi negatif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Keperawatan di STIKES Panti Waluya Malang. Dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif dalam menurunkan tingkat stres mahasiswa sehingga perlu ditingkatkan melalui dukungan keluarga, teman sebaya, serta orang khusus.

Kata Kunci : dukungan sosial, mahasiswa keperawatan, stres

ABSTRACT

Amadea., 2026. The Relationship Between Social Support and Stress Levels Among Nursing Students at STIKes Panti Waluya Malang. Undergraduate Thesis, Bachelor of Nursing STIKes Panti Waluya Malang. Supervisor I: Anastasia Sri Sulartri, MAN. Supervisor II: Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes

Background: Stress is a common psychological problem experienced by nursing students due to high academic and non-academic demands. If not managed properly, stress may negatively affect students' physical health, psychological well-being, and academic performance. One of the factors that contributes to reducing stress levels is social support received from family, friends, and significant others. Social support functions as a stress buffer, helping individuals cope with stressful situations and enhancing their coping abilities. **Objective:** To determine the relationship between social support and stress levels among nursing students at STIKes Panti Waluya Malang. **Methods:** This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. A total of 96 respondents were selected using a stratified random sampling technique. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) was used to measure social support, while the Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) was used to assess stress levels. Data were analyzed using the Spearman correlation test. **Results:** The majority of respondents (n=66; 68.8%) reported a moderate level of social support, while 13 (13.5%) fell into the low category and 17 (17.7%) into the high category. Regarding the stress level variable, the majority of respondents (n=66; 68.8%) experienced moderate stress, followed by 25 (26%) with mild stress and 5 (5.2%) with severe stress. Spearman correlation analysis revealed a significant relationship between social support and students' stress levels ($p < 0.05$); the negative correlation indicates that higher levels of perceived social support are associated with lower levels of experienced stress. **Conclusion:** There was a significant relationship between social support and stress levels among nursing students at STIKes Panti Waluya Malang. Social support serves as a protective factor in reducing students' stress levels and should therefore be strengthened through support from family, friends, and significant others.

Keywords: social support, nursing students, stress

Daftar Isi

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
Halaman Pernyataan Keaslian Tulisan	iv
Kata Pengantar	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Akademik	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Stres	6
2.1.1 Definisi Stres	6
2.1.2 Tipe Stres	6
2.1.3 Sumber Stres	7
2.1.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres	8
2.1.5 Tingkatan Stres	9
2.1.6 Dampak Stres	10
2.1.7 Pengukuran Tingkat Stres	11
2.2 Konsep Dukungan Sosial	13
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial	13
2.2.2 Dimensi Dukungan Sosial	13
2.2.3 Sumber Dukungan Sosial	14
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	15
2.2.5 Manfaat Dukungan Sosial	16

2.2.6	Pengukuran Dukungan Sosial	17
2.3	Konsep Mahasiswa	18
2.3.1	Definisi Mahasiswa	18
2.3.2	Karakteristik Mahasiswa.....	18
2.3.3	Sumber Stres Pada Mahasiswa.....	19
2.3.4	Sumber Dukungan Sosial Pada Mahasiswa.....	20
2.3.5	Hubungan Tingkat Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Mahasiswa.....	21
2.4	Penelitian Terdahulu	23
BAB III KERANGKA KONSEP		24
3.1	Kerangka Konsep.....	24
3.2	Hipotesis Penelitian	25
BAB IV METODE PENELITIAN.....		26
4.1	Rancangan Penelitian.....	26
4.2	Populasi dan Sampel.....	26
4.2.1	Populasi	26
4.2.2	Sampel.....	26
4.3	Variabel Penelitian.....	29
4.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	29
4.5	Bahan Alat/Instrumen Penelitian	30
4.5.1	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	31
4.6	Definisi Operasional.....	32
4.7	Prosedur Penelitian/Pengumpulan Data.....	33
4.8	Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data	34
BAB V HASIL PENELITIAN.....		36
5.1	Deskripsi Lokasi Penelitian	36
5.2	Data Umum.....	36
5.2.1	Distribusi Karakteristik Responden	37
5.3	Data Khusus	38
5.3.1	Distribusi Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Keperawatan.....	38
5.3.2	Distribusi tingkat stres mahasiswa keperawatan.....	38
5.4	Hubungan Dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan	39
BAB VI PEMBAHASAN		40
6.1	Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Keperawatan.....	40
6.2	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan.....	42
6.3	Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan	43

6.4 Implikasi di Bidang Keperawatan	44
6.5 Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	47
7.1 Kesimpulan.....	47
7.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN	52

Daftar Tabel

Tabel 2.1 Kuesioner <i>Perceived Stress Scale 10</i> (PSS-10)	12
Tabel 2.2 Kuesioner <i>Multidimensional Scale Of Perceived Social Support</i>	18
Tabel 2.3 Penelitian Terdahulu	23
Tabel 4.4 Skala Dukungan Sosial	30
Tabel 4.5 Skala Stres	31
Tabel 4.6 Definisi Operasional.....	32
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia, Jenis Kelamin, dan Tingkat.....	37
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial.....	38
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Akademik	38
Tabel 5.4 Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan	39

Daftar Lampiran

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan	52
Lampiran 2 Lampiran Surat Permohonan Kesediaan Menjadi Responden.....	53
Lampiran 3 Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden.....	54
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian.....	55
Lampiran 5 Surat Layak Etik.....	57
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian.....	58
Lampiran 7 Surat Balasan Ijin Penelitian	59
Lampiran 8 Master Tabel	60
Lampiran 9 Hasil Uji Statistik.....	63
Lampiran 10 Hasil Uji Korelasi.....	67
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	68