

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Persepsi Stres Pada Mahasiswa Santri Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Faqih Mandiri Tahun 2020

Fadhilla, Maulida Rohmatul

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=134065&lokasi=lokal>

Abstrak

Masalah kesehatan mental adalah salah satu masalah dunia yang harus diselesaikan. Salahsatu penyumbang tingginya kasus kesehatan mental adalah stres yang terjadi padamahasiswa santri. Persepsi stres dapat dipengaruhi oleh karakteristik mahasiswa santri(usia, jenis kelamin, tahun kuliah) dan stresor (frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, danpemaksaan diri). Penelitian ini dilakukan dari Juni hingga Juli 2020 dengan menggunakandata primer. Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan desainpenelitian cross-sectional dan total sampling. Pengumpulan data dilakukan denganmenggunakan kuesioner yang diisi secara mandiri oleh mahasiswa santri. Hasil penelitianmenunjukkan bahwa dari 91 mahasiswa santri, ditemukan tingkat persepsi stres padamahasiswa santri di Pondok Pesantren Al-Faqih Mandiri pada tahun 2020 adalah 51,6% ringan dan 48,4% tinggi. Tidak ada hubungan yang signifikan antara karakteristikmahasiswa santri meliputi usia, jenis kelamin, tahun kuliah, dan stresor pemaksaan diridengan tingkat persepsi stres mahasiswa santri di Pondok Pesantren Al-Faqih Mandiripada tahun 2020. Ada hubungan yang signifikan antara stresor frustrasi, konflik, tekanan,dan perubahan dengan tingkat persepsi stres pada mahasiswa santri di Pondok PesantrenAl-Faqih Mandiri tahun 2020. Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa santrimemiliki tingkat persepsi stres yang cukup rendah dibandingkan dengan mahasiswa non-santri. Meskipun begitu, masalah kesehatan mental tidak boleh diabaikan karena tingkatstresor yang tinggi dapat mengganggu kesehatan mental mahasiswa santri. Penelitimenyarankan Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Faqih Mandiri untuk melakukan sesuatuyang dapat meningkatkan kesehatan mental mahasiswa santri, seperti merumuskankebijakan yang dapat mencegah mahasiswa santri memiliki pengalaman gangguan mentalakibat stres yang dialami.Kata kunci:stres, mahasiswa santri, pondok pesantren mahasiswa

Mental health problem is one of the world issues that must be resolved. One of the contributors to high cases of mental health is the stress that occurs in santri collegestudents. Perceived stress can be influenced by the characteristics of students (age, sex, years study in college) and stressors (frustration, conflict, pressure, change, and self-imposed). This study was conducted from June to July 2020 by using primary data. Thisresearch is a quantitative type of research that used a cross-sectional study design andtotal sampling. Data collection was carried out by using self-report questionnaires. Therresults show that from 91 santri college students, there are found that the level ofperceived stress in santri college students at Al-Faqih Mandiri Islamic Boarding Schoolin 2020 is 51.6% mild and 48.4% high. There is no significant relationship between thecharacteristics of santri college students including age, sex, years study in college, andstressors of self-imposed with the level of perceived stress of santri college students atAl-Faqih Mandiri Islamic Boarding Schools in 2020. There is a significant relationshipbetween stressors frustration, conflict, pressure, and self-imposed with the level ofperceived stress in santri college students of Al-Faqih Mandiri Islamic Boarding Schools in 2020. This research show that santri college students have low level of perceived stresscompared to non-santri college students. However, mental health issues should not be ignored because there are high levels of stressors that can disturb the mental health stateof santri college

students. Researcher suggests Al-Faqih Mandiri Islamic Boarding School to do something that can improve the mental health state of santri college students, such as do formulate a policy that can prevent students from experiencing mental disorders due to stress experienced. Key words: stress, santri college students, boarding school.