

ABSTRAK

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia
Skripsi, 24 Februari 2023

Siti Nazra
14220190106

“Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia” dibimbing oleh Arman dan Brajakson Siokal (4 tabel + 2 gambar + 89 halaman + 11 Lampiran)

Stres akademik dapat di kurangi dengan afirmasi positif yang mampu mempengaruhi alam bawah sadar dan menstimulasi hormon endorfin dalam tubuh sehingga mengurangi terjadinya stres akademik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik pada mahasiswa.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan *two group pre-post test design*. Sampel diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi di prodi keperawatan fakultas kesehatan masyarakat universitas muslim indonesia Makassar pada bulan 4 November – 4 Desember, sebanyak 34 responden dengan *purposive sampling*. Variabel independen yaitu Afirmasi Positif sedangkan variabel dependen yaitu stres akademik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan afirmasi positif 17 orang mahasiswa sebagai kelompok intervensi dan 17 orang mahasiswa sebagai kelompok kontrol. hasil uji statistik Wilcoxon dengan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya ada pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik.

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh afirmasi positif terhadap penurunan stres akademik pada mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan masyarakat universitas muslim indonesia. Diharapkan agar mahasiswa menggunakan afirmasi positif sebagai pilihan mekanisme koping untuk mengatasi stres akademik.

Daftar Pustaka : 32 (2017-2022)

Kata kunci : Afirmasi Positif; Stres Akademik, Mahasiswa