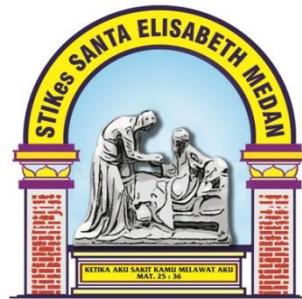


SKRIPSI

**GAMBARAN KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA
YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES
SANTA ELISABETH MEDAN
TAHUN 2023**



Oleh:

Yuni Sartika Sinaga

NIM. 032019056

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2023**



STIKes Santa Elisabeth Medan

SKRIPSI

GAMBARAN KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI STIKES SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2023



Untuk Memenuhi Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ners
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesdehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:
Yuni Sartika Sinaga
NIM. 032019056

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2023**



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Yuni Sartika Sinaga
NIM : 032019056
Program Studi : Ners Tahap Akademik
Judul : Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasiliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiblakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Penulis,

(Yuni Sartika Sinaga)



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Persetujuan

Nam : Yuni Sartika Sinaga
Nim : 032019056
Judul : Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang
Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Menyetujui untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Sarjana Keperawatan
Medan, 05 Juni 2023

Pembimbing II

(Samfriati Sinurat, Ns., MAN)

Pembimbing I

(Lili Suryani Tumanggor, Ns., M.Kep)

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep)



STIKes Santa Elisabeth Medan

PENETAPAN PANITIA PENGUJI

Telah Diuji

Pada 05 Juni 2023

PANITIA PENGUJI

Ketua : Lili Suryani Tumanggor, S.Kep., N.s., M.Kep

.....

Anggota : 1. Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN

.....

2. Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep

.....

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep)



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Pengesahan

Nam : Yuni Sartika Sinaga
Nim : 032019056
Judul : Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Dipertahankan Tim Penguji Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada 05 juni 2023 dan dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Penguji I : Lili Suryani Tumanggor, S.Kep., Ns., M.Kep _____

Penguji II : Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN _____

Penguji III : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep _____

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

Mengetahui
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep) (Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



STIKes Santa Elisabeth Medan

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIKA

Sebagai sivitas akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	:	Yuni Sartika Sinaga
NIM	:	032019056
Program Studi	:	Ners Tahap Akademik
Jenis Karya	:	Skripsi

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, menyetuji untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Hak Bebas *Loyalti Non-ekslusif* (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "**Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan**".

Dengan Hak Bebas *Loyalti Non-ekslusif* ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 5 Juni 2023

Yang menyatakan

(Yuni Sartika Sinaga)



STIKes Santa Elisabeth Medan

ABSTRAK

Yuni Sartika Sinaga 032019056.2023

Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Prodi S1 Keperawatan 2023

Kata kunci : Kesehatan mental

(xix + 55 + lampiran)

Mahasiswa merupakan kelompok yang baru saja memasuki usia dewasa. Kesehatan mental anak dan remaja dapat mempengaruhi masa depan dirinya sendiri sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan. Desain penelitian ini adalah desain deskriptif. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan sebanyak 80 dengan teknik *total sampling*. alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner Kesehatan mental. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 49 mahasiswa (61%) tidak mengalami gangguan Kesehatan mental, dan 31 mahasiswa (39%) mengalami gangguan Kesehatan mental. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan untuk mahasiswa agar dapat menyesuaikan dirinya dilingkungan yang baru.

Daftar Pustaka 2018-2023



STIKes Santa Elisabeth Medan

STIKes Santa Elisabeth Medan



ABSTRACT

Yuni Sartika Sinaga 032019056.2023

An overview of mental health in students who are compiling their thesis at STIKes Santa Elisabeth Medan

study program: S1 Nursing

Keywords: Mental health

College students are a group that has just entered adulthood. The mental health of children and adolescents can affect their own future as individuals, and have an impact on families and society. The purpose of this study is to find out the description of mental health in students who are writing their thesis at STIKes Santa Elisabeth Medan. The research design is a descriptive design. The sample of this study are 80 Bachelor of Nursing STIKes Santa Elisabeth Medan students with a total sampling technique. The measuring tool for this study uses mental health questionnaire. The results of the study find that 49 students (61%) do not experience mental health disorders, and 31 students (39%) experienced mental health disorders. It is hoped that this research can be input for students so that they can adapt to a new environment.

Bibliography 2018-2023



KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Adapun judul skripsi ini adalah **“Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan.** Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan tugas akhir semester VIII. Dalam penyusunan Skripsi ini, saya telah banyak mendapat bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mestiana Br. Karo M,Kep., DNSc selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah mengizinkan dan menyediakan fasilitas untuk mengikuti serta menyelesaikan pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Lindawati Tampubolon. S.Kep, Ns., M. Kep selaku Ketua Program Studi Ners, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk melakukan skripsi dalam upaya penyelesaian pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
3. Lili Suryani Tumanggor, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku dosen pembimbing pertama yang selalu sabar dalam yang membantu, membimbing, waktu, motivasi, dan masukan baik berupa pertanyaan, saran dan kritik yang bersifat membangun sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini
4. Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN. Selaku dosen pembimbing kedua yang selalu sabar dalam yang membantu, membimbing, dengan baik dan



STIKes Santa Elisabeth Medan

memberi saran dan kritik yang bersifat membangun memberi saran dan kritik yang bersifat membangun sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.

5. Murni Sari Dewi Simanullang S.kep., Ns., M.kep. selaku dosen penguji III yang telah membantu, menguji serta mengarahkan penelitian dengan penuh kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Seluruh staf pengajar dan tenaga kependidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing, mendidik, dan membantu penelitian selama menjalani pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.

7. Teristimewa kepada keluarga tercinta Ayahanda Lemron T.P Sinaga dan Ibunda Karya Nursani Hutagallung yang telah membesarkan saya, memberikan kasih sayang, nasehat, dukungan moral dan material, motivasi dan semangat selama mengikuti pendidikan. Kakak saya Anita Juliyanti Wanironija Sinaga, adik saya Agumar Dubels Putra sinaga, Widiya Naomi Angelina Sinaga, Adi Safrianto Sinaga yang selalu memberikan dukungan, semangat, doa, dan dorongan dalam penyelesaian skripsi ini.

8. Seluruh teman-teman Ners Tingkat IV mahasiswa STIKes tahap program akademik studi Ners Santa Elisabeth Medan stambuk 2019 angkatan XIII yang telah memberikan dukungan, motivasi dan saran membantu selama proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan baik isi maupun teknik dalam penelitian. Oleh karena itu, dengan



STIKes Santa Elisabeth Medan

segala kerendahan hati saya menerima kritikan dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa mencerahkan Berkat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah membantu peneliti. Harapan peneliti, semoga penelitian ini akan dapat bermanfaat nantinya dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bagi keperawatan.

Medan, 5 Juni 2023

Penulis

(Yuni Sartika Sinaga)

STIKes Santa Elisabeth Medan



DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERSYARATAN GELAR	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
TANDA PERSETUJUAN	v
PENETAPAN PANITIA PENGUJI	vi
TANDA PENGESAHAN	vii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR BAGAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	1
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS	6
2.1 Mahasiswa	6
2.1.1 definisi mahasiswa	6
2.2 Kesehatan mental	6
2.2.1 Definisi Kesehatan Mental	6
2.2.2 Indikator Kesehatan mental	7
2.2.3 Karakteristik Kesehatan Mental	15
2.2.4 Prinsip Prinsip Kesehatan Mental	17
2.2.5 Tujuan & Fungsi Kesehatan Mental bagi Kehidupan Individu	20
2.2.6 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan Mental	21
2.2.7 Cara menjaga Kesehatan mental	23
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	26
3.1 Kerangka Konsep	26
3.2 Hipotesis Penelitian	27
BAB 4 METODE PENELITIAN	28



STIKes Santa Elisabeth Medan

4.1 Rancangan Penelitian	28
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
4.2.1 Populasi.....	28
4.2.2 Sampel	28
4.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	29
4.3.1 Variabel penelitian	29
4.3.2 Definisi operasional	29
4.4 Instrument Penelitian	30
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
4.5.1 Lokasi penelitian.....	31
4.5.2 Waktu penelitian	31
4.6 Prosedur Pengambilan Data dan Teknik Pengumpulan Data	31
4.6.1 Pengambilan data.....	31
4.6.2 Teknik pengumpulan data.....	31
4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas	32
4.7 Kerangka Operasional.....	34
4.8 Pengolahan Data	34
4.9 Analisa Data	35
4.10 Etika Penelitian	36
 BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 39
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian	39
5.2 Hasil Penelitian.....	40
5.2.1 Data demografi	40
5.2.2 Kesehatan Mental pada mahasiswa yang sedang menyusun Skripsi di STIKes santa Elisabeth Medan	40
5.3 Pembahasan.....	44
5.3.1 Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes santa Elisabeth Medan Tahun 2023	44
 BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN.....	 52
6.1 Simpulan	52
6.2 Saran.....	52
 DAFTAR PUSTAKA	 53
 LAMPIRAN	
1. Permohonan Menjadi Responden	56
2. <i>Informed Consent</i>	57
3. Kuisioner.....	58
4. Pemberitahuan Selesai Penelitian	60
5. Persetujuan Pengambilan Data Awal	61
6. Keterangan Etik.....	62



STIKes Santa Elisabeth Medan

7. Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian	63
8. Persetujuan Pengambilan Data Awal	64
9. Daftar Absensi Mahasiswa.....	65
10. Daftar Konsultasi	69

STIKes Santa Elisabeth Medan



STIKes Santa Elisabeth Medan

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Definisi Operasional Penelitian	30
Tabel 5.2.	Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin dan usia pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan	39
Tabel 5.3	Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STUKes Santa Ellisabeth Medan	40
Tabel 5.4	Distribusu responden berdasarkan sub itemm pertanyaan gejala kognitif pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Santa Elisabeth Medan	41
Tabel 5.5	Distribusu responden berdasarkan sub itemm pertanyaan gejala cemas pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Santa Elisabeth Medan	41
Tabel 5.6	Distribusi responden berdasarkan sub itemm pertanyaan gejala depresi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Santa Elisabeth Medan	42
Tabel 5.7	Distribusu responden berdasarkan sub itemm pertanyaan gejala somatik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Santa Elisabeth Medan	43
Tabel 5.8	Distribusu responden berdasarkan sub itemm pertanyaan gejala penurunan energi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Santa Elisabeth Medan	43



STIKes Santa Elisabeth Medan

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka konseptual gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan	26
Bagan 4.1 Kerangka Operasional Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan	34

STIKes Santa Elisabeth Medan



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi individu karena berkontribusi terhadap kesehatan tubuh dan kesejahteraan secara menyeluruh. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa didapatkan data bahwa sebagian mahasiswa mengalami masalah kesehatan mental emosional. Masalah kesehatan mental di era modern saat ini dapat timbul karena berbagai tekanan di dalam kehidupan. Mahasiswa merupakan kelompok yang baru saja memasuki usia dewasa. Mereka sering menghadapi tekanan dan kebingungan dalam hal studi, keluarga, dan aspek lainnya (Sari & Susmiatin, 2023).

Mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi menemukan beberapa kendala antara lain: penggerjaan skripsi yang membosankan, proses pengumpulan data yang lama, kesulitan dalam menuliskan ide dalam bentuk tulisan, kesulitan dalam mengalokasikan waktu antara menulis skripsi dengan kegiatan lain misalnya bekerja dan kurangnya keterampilan berbahasa Inggris (Rahadiansyah & Chusairi, 2021).

Kesehatan mental anak dan remaja dapat mempengaruhi masa depan dirinya sendiri sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat. Untuk mengetahui kesehatan mental anak, penting untuk melihat faktor dalam diri anak, keluarga dan lingkungan. Faktor dalam diri anak seperti faktor genetik, temperamen, dan kesehatan fisik perlu diamati. Faktor dari keluarga meliputi pola asuh orang tua serta kelekatan anak terhadap orang tua.



STIKes Santa Elisabeth Medan

memperlihatkan bahwa anak-anak perlu membangun ikatan yang aman dengan pengasuh utama mereka di masa kecil. Ikatan yang aman ini penting untuk membangun kepercayaan dan rasa aman. Dengan adanya kedua hal tersebut, mereka dapat belajar dan melakukan eksplorasi terhadap dunia di sekitar mereka dengan percaya diri dan tanpa ketakutan yang berlebihan. (Alini & Meisyalla, 2022)

Mahasiswa merupakan suatu nama yang disandang oleh seseorang yang sedang menempuh pendidikan pada suatu program studi tertentu di suatu perguruan tinggi. Seorang mahasiswa memiliki peranan penting dalam memperdalam dan mengembangkan diri di dalam bidang keilmuan yang ditekuninya, sehingga nantinya memiliki kemampuan untuk memikul tanggung jawab intelektualnya. Seorang mahasiswa di dalam suatu perguruan tinggi dituntut untuk segera mungkin menyelesaikan masa studinya. Pada umumnya di akhir masa studi, seorang mahasiswa diberi tugas akhir atau bisa juga disebut dengan skripsi. Skripsi hendaknya dapat memberikan sumbangan nyata untuk menemukan kebenaran, artinya berusaha untuk mendapatkan sesuatu sebagai sumbangan nyata untuk menguji kebenaran ilmu pengetahuan. Pada kenyataan yang ada, justru umumnya perjalanan studi mahasiswa menjadi tersendat-sendat atau terhambat ketika menyusun skripsi (Kurniawan, 2021)

Penelitian yang dilakukan pada para remaja di Cina dalam kurun waktu 20 hingga 30 tahun terakhir didapatkan data bahwa terdapat peningkatan masalah kesehatan mental remaja dari hari ke hari. Laporan tersebut menyatakan bahwa terdapat 11 % remaja mengalami gangguan psikologis ringan hingga sedang,



STIKes Santa Elisabeth Medan

sedangkan 2-3% mengalami gangguan kesehatan mental yang buruk. disebutkan bahwa 35% mahasiswa di Sumatera Utara mengalami stres akibat tugas yang menumpuk atau tekanan dari sekitar Kesehatan mental pada kalangan remaja tergolong cukup tinggi di Indonesia. Hal ini dikarenakan pada fase ini, remaja masih memiliki emosi yang belum stabil dan belum memiliki kemampuan yang baik dalam memecahkan masalah. Prevalensi gangguan mental emosional seperti depresi dan cemas pada penduduk berusia lebih dari 15 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 6,0 menjadi 9,8 per 1000 penduduk (Sari & Susmiatin, 2023).

Berbagai fenomena kesehatan mental yang dialami mahasiswa akhir saat menyusun skripsi terbukti dapat berakhir pada akibat yang sangat fatal yaitu bunuh diri, hal ini disebabkan karena buruknya kesehatan mental yang mengakibatkan frustasi berlebihan dalam menyusun skripsi. menyatakan stress dapat menimbulkan depresi, cemas berlebihan, sulit tidur, prestasi akademik menurun, penggunaan obat-obatan terlarang, tidak percaya diri, beresiko terkena gangguan kejiwaan, serta memiliki ide dan upaya untuk bunuh diri. Dalam sebuah survei, kurang lebih 15.000 mahasiswa, dimana 18% mahasiswa mengatakan pernah memikirkan untuk mencoba bunuh diri dan 8% mengatakan pernah melakukan bunuh diri setidaknya sekali. Mahasiswa semester akhir sering mengalami berbagai masalah kesehatan mental, seperti mengalami depresi, timbul kecemasan, adanya rasa takut, dan lain sebagainya. Dimana masalah kesehatan mental ini sering kali dialami oleh seluruh mahasiswa di Perguruan Tinggi. Jika masalah tersebut tidak diatasi, maka akan menimbulkan berbagai permasalahan



STIKes Santa Elisabeth Medan

yang lebih berat dan membutuhkan waktu yang lama dalam proses penyembuhannya (Lestari, 2022).

Dalam memelihara kesehatan mental individu harus tampil sebagai pribadi bermoral dan religius serta kecakapan sosial, memerlukan integrasi dan pengendalian diri, meningkatkan pengetahuan diri, meningkatkan realisasi dan potensi diri, membutuhkan konsep diri dan harga diri yang sehat, memelihara stabilitas mental, menanamkan kebiasaan yang baik, kemampuan beradaptasi, mampu mengatasi konflik mental, dan kematangan pemikiran dan emosionalitas (K & Dewi Aisyah, 2021).

Berdasarkan survei yang saya lakukan pada bulan maret kepada 5 orang mahasiswa sarjana keperawatan yang sedang Menyusun skripsi dan mahasiswa yang mengalami sulit berkonsentrasi ada 4 orang mahasiswa, mahasiswa yang yang mengalami susah tidur ada 4 orang mahasiswa, mahasiswa yang menangis lebih sering ada 2 orang, mahasiswa yang mengalami kehilangan nafsu makan yaitu ada 5 orang mahasiswa, dan mahasiswa yang yang mengalami pekerjaan sehari hari terganggu ada 3 orang mahasiswa.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah Kesehatan mental Pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Peneliti ingin mencari tau gambaran Kesehatan mental yang di alami pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi.



STIKes Santa Elisabeth Medan

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Kesehatan mental

Pada mahasiswa yang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Untuk menambah pengetahuan dan informasi tentang gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

1.4.2 Manfaat praktis

1. Manfaat bagi mahasiswa

Hasil dari penelitian ini akan diharapkan sebagai salah satu sumber pengetahuan lebih dalam mengenai gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa

2. Manfaat bagi institusi

Hasil penelitian ini akan diharapkan sebagai salah satu menambah pengetahuan untuk informasi mengenai Kesehatan mental pada mahasiswa

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman dan referensi untuk penelitian selanjutnya terutama tentang gambaran kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.



BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Mahasiswa

2.1.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa adalah siswa yang berhasil menyelesaikan jenjang Pendidikan di sekolah menengah atas dan akan melanjutkan Pendidikan ke universitas sesuai minat dan bakat yang dimiliki oleh siswa tersebut. Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menempuh atau menjalani pendidikan tinggi di sebuah perguruan tinggi seperti sekolah tinggi, akademi, dan yang paling umum adalah universitas. (antariksawan wayan, 2021)

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi sebagai syarat kelulusan. Mahasiswa tingkat akhir diharapkan Menyusun karya ilmiah dari penelitian yang dilakukan. Proses penyusunan skripsi dilakukan secara dimaksudkan agar mahasiswa dapat mandiri dalam pemecaha masalah terhadap penelitian yang dilakukan, namun tidak sedikit mahasiswa dalam proses penyusunannya mengalami kesulitan. Adanya kesulitan saat melakukan penyusunan skripsi menimbulkan tekanan pada mahasiswa. (budiyanti,2022)

2.2 Kesehatan Mental

2.2.1 Definisi Kesehatan mental

Sehat menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu keadaan dimana tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan, tetapi juga adanya keseimbangan antara fungsi fisik, mental, dan sosial. (Jacob & Sandjaya, 2018).



STIKes Santa Elisabeth Medan

kesehatan menurut undang-undang kesehatan No. 36 tahun 2009 adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. (L. saparina titi, 2023)

Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu terbebas dari berbagai jenis gangguan jiwa serta dapat menjalankan aktivitas secara normal, khususnya dalam menghadapi permasalahan di dalam hidupnya. Dalam mewujudkan kesehatan menyeluruh, kesehatan mental merupakan aspek penting dan komponen dasar dari kesehatan. Sehatnya mental ditandai dengan adanya perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dan selaras dengan kehidupan sosial. Menyadari potensi, mampu mengatasi tekanan hidup, produktif, dan dapat berkontribusi dalam suatu komunitas merupakan perwujudan dari sehatnya mental. (Suwijk & A'yun, 2022)

2.2.2 Indikator Kesehatan Mental

a) Gejala Kognitif

Kemampuan kognitif adalah keterampilan berbasis otak yang diperlukan untuk melakukan tugas apapun dari yang sederhana hingga yang paling kompleks. Perkembangan kognitif berfokus pada keterampilan berpikir, termasuk belajar, pemecahan masalah, rasional, dan mengingat. Perkembangan keterampilan kognitif berhubungan secara langsung dengan perkembangan keterampilan lainnya, termasuk komunikasi, motorik, sosial, emosi, dan keterampilan adaptif. (Basri, 2018)

Kemampuan kognitif berkaitan dengan kemampuan menguasai suatu ilmu pengetahuan dan teknologi. Pada dasarnya kemampuan kognitif diperoleh karena



STIKes Santa Elisabeth Medan

adanya proses belajar. Faktor yang menonjol dalam membentuk kemampuan kognitif adalah faktor pembentukan lingkungan alamiah dan lingkungan yang dibuat.(Uno B. Hamzah, 2022)

Kemampuan kognitif merupakan karakteristik kemampuan psikologis yang menunjukkan kemampuan intelektual atau fungsi berpikir individu. Kemampuan kognitif dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

1. Kemampuan Potensial

Atribut potensial adalah potensi individu yang dibentuk oleh faktor lingkungan yang mandiri, tetapi berkembang dalam bentuk kinerja hanya jika diberikan stimulasi dari lingkungan dan pelatihan. Salah satu bentuk potensi kognitif adalah kapasitas intelektual dalam pemecahan masalah yang biasa disebut dengan Intelijen. Bentuk spesialisasi lain, seperti bakat verbal, bakat mekanik, bakat artistik, dll. Bakat potensial ini biasanya stabil.

2. Kemampuan Aktual

Karakteristik aktual merupakan hasil realisasi keberhasilan perusahaan berupa kinerja aktual yang dapat ditunjukkan individu atau biasa disebut dengan prestasi individu. Properti aktual ini dapat berubah secara signifikan dari waktu ke waktu karena dipengaruhi oleh banyak faktor. Tes kognitif, juga dikenal sebagai tes kinerja, yaitu serangkaian tes yang ketika diterapkan pada orang yang diuji, merespons dengan sebaik mungkin. Jawaban peserta tes ini dinilai benar dan salah dan prosesnya selalu dibatasi oleh waktu, tidak seperti tes non-kognitif yang tidak pernah memiliki batas waktu. (wicaksono andri, 2022)



STIKes Santa Elisabeth Medan

Ranah kognitif berkaitan dengan kemampuan berfikir, mengetahui dan memecahkan masalah. Ranah kognitif menurut Bloom dalam Ratumanan, dibedakan dalam 6 (enam) tingkatan sederhana sampai dengan yang paling kompleks yaitu:

- a. Pengetahuan (*knowledge*), meliputi kemampuan ingatan tentang hal yang telah dipelajari dan tersimpan dalam ingatan. Pengetahuan ini meliputi fakta, peristiwa, pengertian, kaidah teori, prinsip dan metode yang diketahui. Pada saat dibutuhkan pengetahuan yang disimpan dalam ingatan dipanggil kembali (*recall*) atau mengenal kembali (*recognition*), merupakan proses mental membawa kembali pengetahuan dalam ingatan.
- b. Pemahaman (*comprehension*), yaitu meliputi kemampuan menangkap arti dan makna dari hal yang dipelajari. Ada tiga sub kategori dari pemahaman yaitu:
 - 1) Translasi, kemampuan mengubah data dalam satu bentuk kebentuk yang lain.
 - 2) Interpretasi, yaitu kemampuan untuk merumuskan pandangan baru
 - 3) Ekstrapolasi, yaitu kemampuan meluaskan trend diluar data yang diperoleh
- c. penerapan (*application*), meliputi kemampuan menerapkan metode dan kaidah untuk menghadapi masalah yang nyata dan baru, misalnya menggunakan rumus, teorema atau metode kerja dalam menyelenggarakan suatu masalah dan kemampuan untuk memilih dan menggunakannya dalam situasi yang sesuai.



STIKes Santa Elisabeth Medan

d. Analisis (*analysis*), merupakan kemampuan membagi struktur informasi menjadi komponen-komponennya sehingga menjadi jelas dan nyata. Analisis menekankan pada penguraian materi menjadi komponen-komponennya, penemuan relasi antar komponen dan pengamatan organisasi komponen komponen

e. Sintesis (*synthesis*), merupakan kemampuan mengkombinasikan elemen-elemen untuk membentuk struktur atau system tertentu. Dilihat dari segi produknya, dapat dibedakan menjadi:

- 1) Memproduksi komunikasi unik
- 2) Mengembangkan rencana dan sejumlah aktivitas
- 3) Menurunkan sekumpulan relasi-relasi abstrak

f. Evaluasi (*Evaluation*), meliputi kemampuan membentuk pendapat tentang sesuatu, merupakan aspek kognitif tingkat tertinggi yang melibatkan semua aspek ranah kognitif. (Akhir muhammad, 2022)

Adapun Gejala kognitif seperti, menghawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi, sulit berkonsentrasi atau mengambil keputusan, khawatir, kesulitan tidur atau insomnia, tidak fokus terhadap masalah yang akan diselesaikan dalam menghadapi ujian, kesulitan dalam membaca dan memahami pertanyaan ujian, kesulitan berpikir secara sistematis, kesulitan mengingat kata-kunci dan konsep saat menjawab pertanyaan, dan mental blocking atau tidak bisa berpikir dengan tenang. (Alficandra, 2021)



STIKes Santa Elisabeth Medan

b) Gejala Cemas

Menurut Kholil Lur Rochman mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain:

- a. Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidak beranian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- b. Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan exited (heboh) yang memuncak, sangat irritable, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
- c. Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan delusion of persecution (delusi yang dikejar-kejar).
- d. Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare.
- e. Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi (Irdasari, 2020).

c) Gejala Depresi

Gejala depresi adalah kumpulan dari perilaku dan perasaan yang secara spojfik dapat dikelompokkan sebagai depresi. Namun yang perlu diingat, setiap orang mempunyai perbedaan yang mendasar, yang memungkinkan suatu peristiwa atau perilaku dihadapi secara berbeda dan memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lain. Gejala-gejala depresi ini bisa kita lihat dari



STIKes Santa Elisabeth Medan

tiga segi, yaitu gejala dilihat dari segi fisik, psikis, dan sosial. Secara lebih jelasnya, kita lihat uraian tersebut.

1. Gejala Fisik

Menurut beberapa ahli, gejala depresi yang kelihatan ini mempunyai rentangan dan variasi yang luas sesuai dengan berat ringannya depresi yang dialami. Namun secara garis besar ada beberapa gejala fisik umum yang relatif mudah dideteksi. Gejala itu seperti:

- a. Gangguan pola tidur. Misalnya, sulit tidur, terlalu banyak atau terlalu sedikit tidur.
- b. Menurunnya tingkat aktivitas. Pada umumnya, orang yang mengalami depresi menunjukkan perilaku yang pasif, menyukai kegiatan yang tidak melibatkan orang lain seperti menonton TV, makan, dan tidur.
- c. Menurunnya efisiensi kerja. Penyebabnya jelas, orang yang terkena depresi akan sulit memfokuskan perhatian atau pikiran pada suatu hal, atau pekerjaan. Sehingga, mereka juga akan sulit memfokuskan energi pada hal-hal prioritas. Kebanyakan yang dilakukan justru hal-hal yang tidak efisien dan tidak berguna, seperti misalnya ngemil, melamun, merokok terus- menerus, sering menelepon yang tak perlu. Yang jelas, orang yang terkena depresi akan terlihat dari metode kerjanya yang menjadi kurang terstruktur, sistematis- tika kerjanya jadi kacau atau kerjanya jadi lamban.
- d. Menurunnya produktivitas kerja. Orang yang terkena depresi akan kehilangan sebagian atau seluruh motivasi kerjanya. Sebabnya, ia tidak lagi bisa menikmati dan merasakan kepuasan atas apa yang dilakukan



STIKes Santa Elisabeth Medan

2. Gejala Psikis

Perhatikan baik-baik gejala psikis di bawah ini, apakah Anda atau rekan Anda ada yang mempunyai tanda-tanda seperti di bawah ini:

- a. Kehilangan rasa percaya diri. Penyebabnya, orang yang mengalami depresi cenderung memandang segala sesuatu dari sisi negatif, termasuk menilai diri sendiri. Pasti mereka senang sekali membandingkan antara dirinya dengan orang lain. Orang lain dinilai lebih sukses, pandai, beruntung, kaya, lebih berpendidikan, lebih berpengalaman, lebih diperhatikan oleh atasan, dan pikiran negatif lainnya.
- b. Sensitif. Orang yang mengalami depresi senang sekali mengaitkan segala sesuatu dengan dirinya. Perasaannya sensitif sekali, sehingga sering peristiwa yang netral jadi dipandang dari sudut pandang yang berbeda oleh mereka, bahkan disalahartikan. Akibatnya, mereka mudah tersinggung, mudah marah, perasaan curiga akan maksud orang lain (yang sebenarnya tidak ada apa-apa), mudah sedih, murung, dan lebih suka menyendiri.
- c. Merasa diri tidak berguna. Perasaan tidak berguna ini muncul karena mereka merasa menjadi orang yang gagal terutama di bidang atau lingkungan yang seharusnya mereka kuasai. Misalnya, seorang manajer mengalami depresi karena ia dimutasiikan ke bagian lain. Dalam persepinya, pemutasiannya itu disebabkan ketidakmampuannya dalam bekerja dan pimpinan menilai dirinya tidak cukup memberikan kontribusi sesuai dengan yang diharapkan.



STIKes Santa Elisabeth Medan

d. Perasaan bersalah. Perasaan bersalah terkadang timbul dalam pemikiran orang yang mengalami depresi. Mereka memandang suatu kejadian yang menimpa dirinya sebagai suatu hukuman atau akibat dari kegagalan mereka melaksanakan tanggung jawab yang seharusnya dikerjakan. Banyak pula yang merasa dirinya menjadi beban bagi orang lain dan menyalahkan diri mereka atas situasi tersebut.

e. Perasaan terbebani. Banyak orang yang menyalahkan orang lain atas kesusahan yang dialaminya. Mereka merasa terbebani berat karena merasa terlalu dibebani tanggung jawab yang berat.

3. Gejala sosial

Jangan heran jika masalah depresi yang berawal dari diri sendiri pada akhirnya memengaruhi lingkungan dan pekerjaan (atau aktivitas rutin lainnya). Bagaimana tidak, lingkungan tentu akan bereaksi terhadap perilaku orang yang depresi tersebut yang pada umumnya negatif (mudah marah, tersinggung, menyendiri, sensitif, mudah letih, mudah sakit). Problem sosial yang terjadi biasanya berkisar pada masalah interaksi dengan rekan kerja, atasan, atau bawahan. Masalah ini tidak hanya berbentuk konflik, namun masalah lainnya juga seperti perasaan minder, malu, cemas jika berada di antara kelompok dan merasa tidak nyaman untuk berkomunikasi secara normal. Mereka merasa tidak mampu untuk bersikap terbuka dan secara aktif menjalin hubungan dengan lingkungan sekalipun ada kesempatan.(Lumonggalubis Namora, 2016)

**d) Gejala Somatik**

Gejala somatik merupakan gangguan pernafasan atau gangguan anggota tubuh seperti jantung berdebar, berkeringat, tekanan darah meningkat, dan gangguan pencernaan, bahkan terjadi kelelahan dan sampai pingsan Ditandai dengan pasien merasa lemah, ketegangan otot, sensasi panas dingin, keringat buntat, serta tangan gemetar(Purba Deasy Handayani, 2021)

e) Gejala Penurunan Energi

Penurunan energi biasanya ditandai dengan merasa mudah Lelah, tidak bergairah, dan susah untuk berfikir dan berkonsentrasi. (deasy handayani purba,2021)

2.2.3 Karakteristik Kesehatan Mental

Karakteristik kesehatan mental dapat dilihat dari ciri-ciri mental yang sehat. Berikut ini merupakan ciri-ciri mental yang sehat yakni:

1. Terhindar dari gangguan jiwa.

Terdapat 2 Kondisi kejiwaan yang terganggu yang berbeda satu sama lain, menurut Daradjat (Daradjat 1975) yaitu gangguan jiwa (neurose) dan penyakit jiwa (psikose). Ada perbedaan diantara dua istilah tersebut. Pertama, neurose masih mengetahui dan merasakan kesukarannya, sementara psikose tidak, individu dengan psikose tidak mengetahui masalah/kesulitan yang tengah dihadapinya.

Kedua, kepribadian neurose tidak jauh dari realitas dan masih mampu hidup dalam realitas dan alam nyata pada umumnya, sedangkan kepribadian psikose terganggu baik dari segi tanggapan, perasaan/emosi, serta dorongan-dorongannya, sehingga individu dengan psikose ini tidak memiliki integritas sedikitpun dan



STIKes Santa Elisabeth Medan

hidup jauh dari alam nyata. Mental yang sehat adalah mental yang terhindar baik dari gangguan mental, maupun penyakit mental. Dalam hal ini, individu dengan mental yang sehat, mampu hidup di alam nyata dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya.

2. Mampu menyesuaikan diri (self adjustment)

Adalah proses dalam memperoleh/pemenuhan kebutuhan (needs satisfaction), sehingga individu mampu mengatasi stres, konflik, frustasi, serta masalah-masalah tertentu melalui alternatif cara-cara tertentu. menyesuaikan diri. Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila ia mampu mengatasi kesulitan dan permasalahan yang dihadapinya, secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, dan sesuai dengan norma sosial dan agama.

3. Mampu memanfaatkan potensi secara maksimal

Selain mampu menghadapi permasalahan yang dihadapi dengan berbagai alternatif solusi pemecahannya, hal penting lainnya yang merupakan indikasi sehat secara mental adalah secara aktif individu mampu memanfaatkan kelebihannya. Yaitu dengan cara mengeksplor potensi semaksimal mungkin. Memanfaatkan potensi secara maksimal dapat dilakukan dengan keikutsertaan secara aktif oleh individu dalam berbagai macam kegiatan yang positif serta konstruktif bagi pengembangan kualitas dirinya. Misalnya dengan kegiatan belajar di rumah, sekolah, atau lingkungan masyarakat, bekerja, berorganisasi, olahraga, pengembangan hobi serta kegiatan-kegiatan positif lainnya yang mampu eksplorasi potensi masing-masing individu.



STIKes Santa Elisabeth Medan

4. Mampu mencapai kebahagian pribadi dan orang lain

Poin ini dimaksudkan pada segala aktifitas individu yang mencerminkan untuk mencapai kebahagiaan bersama. Individu dengan mental yang sehat menunjukkan perilaku atau respon terhadap situasi dalam memenuhi kebutuhannya, dengan perilaku atau respon positif. Respon positif tersebut berdampak positif pula baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain. lagian pribadi dan orang lain Tidak mengorbankan hak orang lain demi kepentingan diri sendiri, serta tidak mencari kesempatan/keuntungan diatas kerugian orang lain, merupakan bagian dari pencapaian kebahagiaan pribadi dan orang lain. Individu dengan gambaran diatas selalu berupaya untuk mencapai kebahagiaan bersama tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain. (shintania debby, 2022)

2.2.4 Prinsip-prinsip Kesehatan Mental

Prinsip-prinsip dalam memahami Kesehatan Mental, meliputi tiga hal diantaranya:

1. Prinsip-prinsip berdasarkan sifat manusia
2. Prinsip yang berdasarkan hubungan manusia dengan lingkungan
3. Prinsip yang berlandaskan hubungan individu dengan Tuhan
 1. Prinsip-prinsip berdasarkan sifat manusia

Prinsip dalam memahami kesehatan mental berdasarkan sifat manusia terdapat 11 prinsip, yaitu:

1. Kesehatan dan penyesuaian mental merupakan bagian yang tidak terlepas dari kesehatan fisik dan kesatuan organisme.



STIKes Santa Elisabeth Medan

2. Perilaku manusia harus sesuai dengan sifat manusia sebagai individu yang memiliki moral, intelektual, sosial, emosional dan religius dalam rangka memelihara kesehatan mental dan penyesuaian yang baik.
3. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan integrasi dan pengendalian diri berupa pengendalian pemikiran, imajinasi, perilaku, hasrat, dan emosi.
4. Individu harus memperluas pengetahuan tentang pribadi masing-masing untuk mencapai dan memelihara kesehatan serta penyesuaian mental.
5. Kesehatan mental memerlukan konsep diri yang sehat yaitu penerimaan diri dan usaha yang realistik terhadap status atau harga diri.
6. Individu harus meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri secara terus menerus dan memperjuangkan peningkatan serta realisasi diri untuk mencapai kesehatan dan penyesuaian mental.
7. Stabilitas mental dan penyesuaian yang baik memerlukan pengembangan diri seseorang secara berkelanjutan terkait kebaikan moral yang paling tinggi, meliputi: hukum, moral, kebijaksanaan, ketabahan, kerendahan hati, keteguhan hati, dan penolakan diri.
8. Seseorang harus menanam dan mengembangkan kebiasaan yang baik untuk mencapai dan memelihara kesehatan serta penyesuaian mental.
9. Stabilitas dan penyesuaian mental menuntut kemampuan adaptasi dalam perubahan situasi maupun perubahan kepribadian.



STIKes Santa Elisabeth Medan

10. Perjuangan untuk mencapai kematangan dalam pemikiran, keputusan, emosionalitas dan perilaku dibutuhkan dalam kesehatan dan penyesuaian mental.

11. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan pembelajaran seseorang dalam mengatasi konflik mental, kegagalan dan ketegangan yang muncul secara efektif dan sehat.

2. Prinsip yang berdasarkan hubungan manusia dengan lingkungan

Prinsip dalam memahami kesehatan mental berdasarkan hubungan manusia dengan lingkungan ada 3 yaitu:

1. Kesehatan dan penyesuaian mental tergantung pada hubungan interpersonal yang sehat, terutama dalam kehidupan keluarga.
2. Penyesuaian yang baik dan kedamaian fikiran tergantung pada kecukupan dalam kepuasan bekerja.
3. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan sikap yang realistik dalam menghadapi kenyataan tanpa distorsi dan obyektif.

3. Prinsip yang berlandaskan hubungan individu dengan Tuhan

prinsip dalam memahami kesehatan mental berdasarkan hubungan individu dengan Tuhan ada 2, yaitu:

1. Seseorang perlu mengembangkan kesadaran atas kenyataan bahwa dirinya yang menentukan setiap tindakan yang mendasar untuk mencapai stabilitas mental.
2. Kesehatan mental dan ketenangan hati membutuhkan hubungan yang kontinu antara manusia dengan Tuhan. (kartikasari M.nur dewi, 2022)

**2.2.5 Tujuan & Fungsi Kesehatan Mental bagi Kehidupan Individu**

Manusia diciptakan dengan fitrahnya, yakni menginginkan kehidupan yang bahagia, nyaman, sejahtera dan sesuai keinginannya, baik secara pribadi maupun dalam kelompoknya. Dalam upaya mencapai keinginan-keinginan tersebut, kesehatan mental memegang peranan penting dalam kehidupan individu. Berikut akan di paparkan mengenai tujuan dan fungsi kesehatan mental bagi kehidupan individu.

1. Tujuan Kesehatan Mental Menurut Sudari, tujuan kesehatan mental adalah:
 - a) Mengusahakan agar manusia memiliki kemampuan yang sehat
 - b) Mengusahakan pencegahan terhadap timbulnya sebab-sebab gangguan mental dan penyakit mental.
 - c) Mengusahakan pencegahan berkembangnya gangguan mental dan penyakit bermacam-macam mental.
 - d) Mengurangi atau mengadakan penyembuhan terhadap gangguan dan penyakit mental.

Dari uraian tujuan kesehatan mental diatas, bahwasanya kesehatan mental dapat tercapai apabila masing-masing individu berkemauan dalam mencegah timbulnya gangguan jiwa maupun penyakit jiwa. Agar tercapai tujuan kesehatan mental, maka diperlukan berbagai upaya yang hendaknya dilakukan oleh masing-masing individu, diantaranya adalah usaha preservatif (pemeliharaan); prefentif (pencegahan); suportif (development / improvement, yakni pengembangan / peningkatan), dan ameliorative / korektif (perbaikan). Upaya- upaya tersebut juga



STIKes Santa Elisabeth Medan

merupakan fungsi dari kesehatan mental yang akan dipaparkan dalam pembahasan berikutnya.

2. Fungsi Kesehatan Mental

Kesehatan mental berfungsi dalam memelihara dan mengembangkan kondisi mental individu agar sehat, serta terhindar dari mental illness (sakit mental). (Diana vidya Fakhriyani,2019)

2.2.6 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan Mental

faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Kesehatan mental dipengaruhi oleh beberapa faktor baik eksternal maupun internal. Yang termasuk faktor internal adalah faktor biologis dan psikologis. Beberapa faktor biologis yang secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental, di antaranya: otak, sistem endokrin, genetika, sensori, dan kondisi ibu selama kehamilan. Faktor psikologi yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, yaitu: pengalaman awal, proses pembelajaran, dan kebutuhan. Faktor eksternal yang memengaruhi kesehatan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Sertifikasi sosial

Perbedaan stratifikasi sosial di dalam kelompok masyarakat yang berada pada strata sosial tinggi dan rendah bisa mempengaruhi kondisi mentalnya. Seseorang yang memiliki strata sosial tinggi belum tentu memiliki kondisi mental yang sehat begitu juga sebaliknya.

Stres bukan saja dapat memengaruhi psikologi penderitanya, tetapi juga dapat berdampak kepada cara bersikap dan kesehatan fisik seseorang. Fisik akan



STIKes Santa Elisabeth Medan

tampak lesu, sulit tidur, sering sakit kepala, magh dan lain sebagainya. Dampak yang paling bahaya dari stress ini adalah penggunaan narkoba dan alkohol.

2. Cemas

Gangguan kecemasan adalah kondisi psikologis ketika penderitanya mengalami rasa takut dan ragu berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap kehidupan sehari-hari. Bagi sebagian orang normal, rasa cemas biasanya timbul pada suatu kejadian tertentu saja, misalnya saat akan menghadapi ujian di sekolah atau wawancara kerja. Namun pada penderita gangguan kecemasan, rasa cemas ini kerap timbul pada tiap situasi. Itu sebabnya orang yang mengalami kondisi ini akan sulit merasa rileks dari waktu ke waktu. Selain gelisah atau rasa takut yang berlebihan, gejala lain yang bisa muncul pada penderita gangguan kecemasan adalah berkurangnya rasa percaya diri, menjadi lekas marah, sulit berkonsentrasi, dan menjadi penyendiri. Gejala fisik yang ditimbulkan otot menjadi tegang, cepat merasa lelah sesak nafas dan jantung berdebar kencang.

3. Depresi

Depresi merupakan gangguan suasana hati yang menyebabkan penderitanya terus-menerus merasa sedih. Berbeda dengan kesedihan biasa yang umumnya berlangsung selama beberapa hari, perasaan sedih pada depresi bisa berlangsung hingga berminggu-minggu atau berbulan-bulan. Selain mempengaruhi perasaan atau emosi, depresi juga dapat menyebabkan masalah fisik, mengubah berpikir serta mengubah cara berperilaku si penderita. Tidak jarang penderita depresi sulit menjalani aktivitas sehari-hari secara normal.



STIKes Santa Elisabeth Medan

Bahkan pada kasus tertentu, mereka bisa menyakiti diri sendiri dan mencoba bunuh diri. (shintania debby, 2022)

2.2.7 Cara menjaga Kesehatan mental

a) Menerima dan menghargai diri sendiri

Masing-masing orang itu berbeda dan memiliki keunikan tersendiri, namun satu hal yang sama adalah tidak ada individu yang sempurna. Hargai diri kita sendiri dengan segala kemampuan dan kelemahan yang kita miliki. Namun fokuslah pada hal-hal yang menjadi kelebihan kita. Bersikaplah lebih Realistik terhadap hal-hal yang masih ingin kita ubah. Jika hal tersebut dapat diubah, cobalah untuk mengubahnya secara perlahan.

b) Menjaga hubungan baik

Hidup terasa lebih berwarna ketika kita berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Saling menyapa, berbagi cerita, berbagi rasa dan buah pikiran membuat hidup tidak terasa sepi. Hubungan keluarga dan teman yang baik dapat membantu mengatasi tekanan dalam hidup karena dapat memberikan masukan serta membuat kita merasa diperhatikan. Tetaplah menjaga hubungan baik dengan selalu bertukar kabar lewat telepon, bertemu, dan saling bercerita.

c) Aktif berkegiatan

Aktiflah bertemu dengan banyak orang dan tergabung dalam kegiatan dilingkungan. Masuklah dalam komunitas, atur pertemuan dengan teman-teman, atau ikuti kursus yang dapat membantu kita untuk merasa lebih baik yang mengasah bakat dan minat. Hal ini membuat kepercayaan diri semakin meningkat. Aktivitas seperti ini juga membantu kita melihat dunia dari



STIKes Santa Elisabeth Medan

pandangan yang berbeda sehingga membantu melihat masalah dari sudut pandang yang lain.

d) Olahraga

Olahraga adalah bentuk latihan yang baik untuk melepaskan neurotransmitter menguntungkan dalam jumlah banyak ke dalam tubuh. Olahraga juga meningkatkan perasaan gembira. Selain itu, olahraga juga membantu menghilangkan stres dan melepaskan hormon pelindung ke otak. Latihan badan dipercaya dapat mengeluarkan senyawa kimiawi di dalam otak yang membuat kita merasa lebih baik. Oleh karena itu, olahraga teratur dapat membuat kita merasa lebih positif, membantu konsentrasi, tidur, serta membuat kita merasa dan terlihat lebih baik. Lakukan selama minimal 30menit, 3-5 kali seminggu.

e) Istirahat cukup

Jika terlalu banyak kegiatan ternyata membuat kita tertekan, maka carilah waktu untuk istirahat dan santai. Jika tubuh sangat lelah, berikan waktu untuk tidur. Tidur berfungsi menyegarkan pikiran dan tubuh. Mendapatkan tidur yang cukup sangat diperlukan untuk tetap sehat secara mental. Jadi agar tetap sehat secara mental seseorang harus tidur yang cukup.

f) Konsumsi makanan dan minuman sehat

Otak kita membutuhkan nutrisi agar tetap sehat dan berfungsi dengan baik, seperti organ yang ada di dalam tubuh kita. Melakukan diet yang seimbang dapat membantu kesehatan mental kita karena dapat membantu cara berpikir dan cara kita merasakan sesuatu. Mengkonsumsi 5 porsi buah-buahan dan



STIKes Santa Elisabeth Medan

sayuran setiap hari serta minum air putih. Minimalisir konsumsi minuman berkafein, berkadar gula tinggi, dan alkohol. Hindari makan, minumalkohol, merokok, dan menggunakan obat-obat terlarang untuk menyelesaikan masalah atau mengatasi perasaan tidak menyenangkan yang kita alami.

g) Minta bantuan

Terkadang kita merasa lelah atau kewalahan saat sesuatu yang buruk terjadi. Saat masalah sudah mulai berlebihan dan anda merasa tidak dapat mengatasi, mintalah bantuan. Keluarga dan teman merupakan lingkungan terdekat yang dapat mendengarkan masalah anda. Selain itu anda juga dapat berdoa atau sembahyang. Jika anda mengalami masalah fisik, pergilah ke dokter. Begitupula jika anda merasa memiliki masalah psikologis, anda dapat berkonsultasi pada psikolog, psikiater, pemuka agama. Jangan malu untuk meminta pertolongan para ahli demi kesehatan mental yang baik. Setiap orang memerlukan bantuan dari waktu ke waktu dan tidak ada yang salah dari meminta bantuan. Kenyataannya, meminta bantuan merupakan tanda adanya kekuatan personal. (shintania debby, 2022)



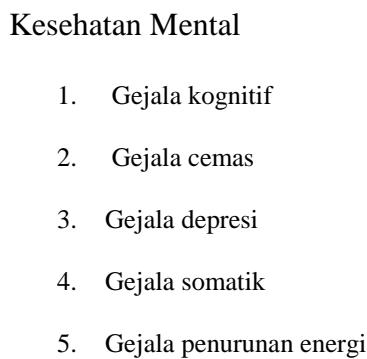
BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antara variable (baik variable yang diteliti maupun yang tidak diteliti) kerangka konsep akan membantu peneliti menghubungkan hasil penemuan dengan teori (Nursalam,2020). Kerangka konsep pada penelitian ini mengetahui gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Bagan 3.1 Kerangka konseptual gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan



- Tidak terganggu
- Terganggu



3.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis juga merupakan suatu asumsi pernyataan tentang hubungan antara dua variable atau lebih yang diharapkan bisa menjawab pertanyaan dalam penelitian setiap hipotesis terdiri atas suatu unit atau bagian dari permasalahan (Nursalam,2020)

Dalam penelitian ini tidak ada hipotesis karena penelitian hanya melihat gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di stikes santa Elisabeth medan.



BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian, memungkinkan pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil (Nursalam, 2020). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif yaitu penelitian yang mengamati, menggambarkan, dan mendokumentasikan gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti oleh peneliti (misalnya manusia, klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 81 orang dan seluruhnya mahasiswa S1 Keperawatan tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan. (BAAK STIKes Santa Elisabeth Medan, 2023)

4.2.2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diteliti. Pengambilan sampel adalah memilih sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi. (Polit & Beck, 2012).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*. *Total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel



STIKes Santa Elisabeth Medan

dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. dengan sampel yaitu sebanyak 80 responden dikarenakan peneliti sebagai salah satu mahasiswa yang menjadi peneliti tersebut.

4.3. Variabel Penelitian Dan Defenisi Operasional

4.3.1 Variabel penelitian

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain). Variabel juga merupakan konsep dari berbagai label abstrak yang didefinisikan sebagai suatu fasilitas untuk pengukuran suatu penelitian (Nursalam, 2020). Variabel dalam penelitian ini adalah gambaran Kesehatan mental.

4.3.2 Defenisi operasional

Defenisi operasional adalah defenisi berdasarkan karakteristik yang diamati dan sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang diukur (diamati) itulah yang merupakan kunci defenisi operasional. Dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain. Ada dua macam defenisi, defenisi nominal menerangkan arti kata sedangkan defenisi rill menerangkan objek (Nursalam, 2020).

Tabel 4.1 Definisi operasional gambaran kesehatan mental pada mahasiswa yang Sedang menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
Kesehatan Mental	kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan individu yang menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya.	Tanda dan gejala 1. Gejala kognitif 2. Gejala cemas 3. Gejala depresi 4. Gejala somatis 5. Gejala penurunan energi	Koesioner gambaran Kesehatan mental Yang terdiri dari 5 indikator dengan 25 pertanyaan Dengan jawaban ya = 1 Tidak = 0	N O M I N A L	0-13 = tidak terganggu 14-25 = terganggu

4.4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang peneliti pilih dan digunakan dalam kegiatan pengumpulan data yang dapat mempermudah secara sistematis (Polit & Beck, 2012). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari:

- a. Kuesioner data demografi merupakan bagian dari kuesioner yang bertujuan mendapatkan data demografi responden. Data yang dimaksud usia, jenis kelamin (mahasiswa).
- b. Instrumen kesehatan mental menggunakan koesioner yang terdiri dari 25 pertanyaan menggunakan skala data nominal dengan alternatif jawaban yaitu Ya (1) dan tidak (0). Instrument ini terdiri dari 25 pertanyaan yang dibagi dalam 5 indikator yaitu gejala kognitif, gejala cemas, gejala depresi, gejala somatic, dan gejala penurunan energi.



STIKes Santa Elisabeth Medan

Jawaban “ya”: diberi kode 1

Jawaban “tidak”: diberi kode 0

1. 0-13: tidak terganggu

2. 14-25: terganggu

4.5. Lokasi dan Waktu Penelitian

4.5.1 Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di STIKes Santa Elisabeth Medan dikarenakan mempermudah melakukan penelitian dan mempermudah mendapatkan data.

4.5.2 Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2023.

4.6. Prosedur Pengambilan dan Teknik Pengumpulan Data

4.6.1 Pengambilan data

Jenis pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh langsung oleh peneliti terhadap sasarannya yaitu mahasiswa S1 keperawatan tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan menggunakan lembar kuesioner Kesehatan mental. Dan data sekunder di peroleh dari ruang BAAK untuk mengetahui jumlah semua mahasiswa S1 keperawatan. (STIKes santa Elisabeth medan,2023)

4.6.2 Pengumpulan data

Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2015). Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan



STIKes Santa Elisabeth Medan

membagikan kuesioner kepada responden. Prosedur pengambilan data yaitu: peneliti menerima surat izin dari STIKes Santa Elisabeth yang ditujukan kepada kaprodi S1 keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan. Setelah peneliti menerima surat izin penelitian, dan sudah mendapat izin dari kaprodi S1 keperawatan Santa Elisabeth Medan, peneliti menemui responden dan memberikan informed consent kemudian peneliti akan menjelaskan mengenai tujuan dan manfaat peneliti serta cara pengisian koesioner namun sebelum melakukan diskusi dan ketersediaan waktu dari responden, kemudian meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan responden. Dalam mengumpulkan data peneliti akan memberi waktu kepada responden untuk mengisi koesioner selama \pm 10 menit untuk mencegah perubahan jawaban dari responden. dikarenakan adanya responden yang juga sedang melakukan penelitian pada saat pengambilan data, peneliti membagikan kuesioner secara langsung yang dibagikan kepada responden.

4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas

Uji validitas adalah sebuah kesimpulan, bukan tentang rancangan atau desain penelitian melainkan suatu elemen desain yang sangat mempengaruhi kesimpulan yang dibuat oleh peneliti (Polit & Beck, 2012). Prinsip validitas adalah pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrument dalam pengumpulan data. Instrumen harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Nursalam, 2015). Sedangkan realibitas adalah merupakan keandalan sebuah instrument penelitian yang berkaitan dengan keselarasan dan keharmonisan metode pengukuran (Grove's, 2017).



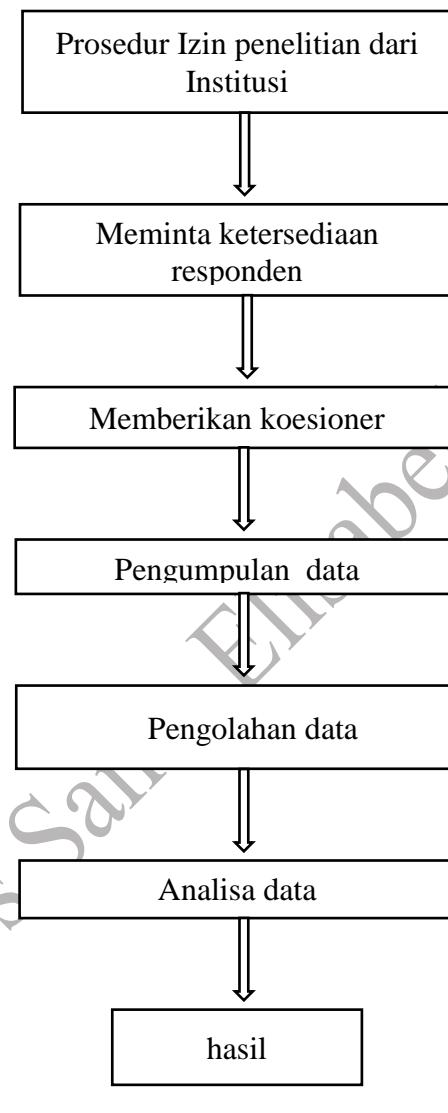
STIKes Santa Elisabeth Medan

Dalam penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap kuesioner Kesehatan mental karena sudah baku (valid). Yang di teliti oleh (sricahaya,2021) dengan hasil uji valid terhadap 25 item pertanyaan tentang kesehatan mental. Kuesioner tersebut telah diuji validitas. Pada penelitian ini uji validitas yang digunakan adalah Face Validity. Face Validity merupakan pertanyaan dianggap valid apabila pertanyaan atau pernyataan tersebut relevan (relevant), masuk akal (reasoneable), tidak ambigu (unambiguous), dan jelas (clear). Sedangkan uji reliabilitas sebuah instrumen dikatakan reliabel jika koefisien alpha lebih besar atau sama dengan 0.70 (Polit & Beck, 2012).

STIKes Santa Elisabeth Medan

4.7. Kerangka Operasional

Bagan 4.1 Kerangka Operasional Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan



4.8. Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul, peneliti memeriksa apakah semua data pertanyaan telah diisi. Kemudian peneliti melakukan:



STIKes Santa Elisabeth Medan

1. *Editing*

Setelah kuisioner diisi oleh responden, maka peneliti akan melakukan pemeriksaan kembali kuisioner untuk memastikan agar semua jawaban terisi dengan baik dan benar, karena apabila terdapat jawaban yang belum terisi maka peneliti akan mengembalikan kuisioner tersebut kepada responden untuk diisi kembali.

2. *Coding*

Kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka/bilangan. Data yang sudah didapat kemudian diberikan kode sesuai dengan yang telah ditentukan oleh peneliti untuk mempermudah dalam mengolah dan menganalisa data selanjutnya. Hal ini sangat penting dilakukan bila pengelolaan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer.

3. *scoring*

Scoring berfungsi untuk menghitung skor yang telah diperoleh setiap responden berdasarkan pertanyaan yang diajukan peneliti.

4. *Tabulating*

Untuk mempermudah analisa data, serta pengambilan kesimpulan, data dimasukkan kedalam bentuk tabel distribusi. Data yang telah diperoleh dari responden dimasukkan kedalam program komputerisasi.

4.9. Analisa Data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan penelitian yang mengungkapkan fenomena. Data mentah yang didapat, tidak dapat



menggambarkan infomasi yang diinginkan untuk menjawab masalah penelitian. (Nursalam, 2020).

Analisis univariat, yang dilakukan terhadap variabel dari hasil penelitian. Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi. Mendeskripsi tabel distribusi frekuensi dan persentasi Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi.

4.10 Etika Penelitian

Etika penelitian adalah nilai normal yang berkaitan dengan sejauh mana prosedur penelitian mematuhi kewajiban professional, hukum, dan sosial kepada peserta (Polit & Beck, 2012). Berikut prinsip penerapan etik penelitian kesehatan adalah:

1. Respect for person

Penelitian yang dilakukan mengikutsertakan responden harus menghormati martabat responden sebagai manusia. Responden memiliki otonomi dalam menentukan pilihannya sendiri. Apapun pilihannya harus senantiasa dihormati dan tetap diberikan keamanan terhadap kerugian pada responden yang memiliki kekurangan otonomi. Beberapa tindakan yang berkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat responden adalah peneliti mempersiapkan formulir persetujuan subjek (informant consent). yakni pada saat melakukan pengambilan sampel calon responden berhak untuk menolak permintaan peneliti.



STIKes Santa Elisabeth Medan

2. *Beneficience*

adalah prinsip etik yang menekankan peneliti untuk meminimalkan bahaya terhadap responden dan memaksimalkan manfaat bagi responden.

3. *Justice*

Responden penelitian harus diperlakukan secara adil dalam hak beban dan manfaat dari partisipasi dalam penelitian. Penelitian harus mampu memenuhi prinsip keterbukaan pada semua responden penelitian. Semua responden diberikan perlakuan yang sama sesuai prosedur penelitian, yakni peneliti tidak membeda-bedakan antara responden satu dengan yang lainnya, mendapatkan perlakuan yang sama terhadap seluruh responden.

Menurut (Nursalam, 2015), masalah etika penelitian harus diperhatikan antara lain sebagai berikut:

1. *Informed consent*

merupakan persetujuan antara penelitian dengan responden peneliti dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut akan diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Adapun tujuan dari *informed consent* adalah agar responden mengerti maksud dan tujuan penelitian dan mengetahui dampaknya. Jika responden bersedia, maka peneliti akan menghormati hak responden.

2. *Anonymity (tanpa nama)*

Memberikan jaminan dalam penggunaan subjek pengertian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada



STIKes Santa Elisabeth Medan

lembar atau alat ukur, hanya menuliskan nama inisial pada lembar pengumpulan data tau hasil penelitian yang akan disajikan. *Mity* (tanpa nama)

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan, dijamin kerahasiannya oleh peneliti.

Sebelum melakukan penelitian Peneliti telah Meminta surat izin dari STIKes Santa Elisabeth Medan dan memberikan informed consent kepada responden dan mengumpulkan data dengan membagikan koesioner selanjutnya kita melakukan pengolahan data dan akan menganalisa data untuk mendapatkan hasil.

Penelitian ini juga telah layak etik dari komisi penelitian Kesehatan STIKes Santa Elisabeth Medan dengan nomor surat No: 117/KEPK-SE/PE-DT/IV/2023



BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di STIKes Santa Elisabeth Medan. Penelitian yang berjudul gambaran kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi Di STIKes Santa Elisabeth Medan. STIKes Santa Elisabeth Medan adalah sekolah ilmu tinggi kesehatan yang berlokasi di Jalan Bunga Terompet No.118 Pasar 8 Padang Bulan Medan. Institusi ini merupakan salah satu karya pelayanan dalam pendidikan yang didirikan oleh Kongregasi Fransiskus Santa Elisabeth Medan. Pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan ini memiliki motto “Ketika aku sakit kamu melawat aku (Matius 25:36)”.

5.2 Hasil Penelitian

5.2.1 Data demografi

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kharakteristik data demografi: Jenis Kelamin dan Usia pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023 (n=80)

Karakteristik responden	Frekuensi	Persen (%)
Jenis kelamin		
Laki – laki	9	11
Perempuan	71	89
Total	80	100
Usia		
20-22	74	93
23-25	6	7
Total	80	100

Berdasarkan tabel 5.2 distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kharakteristik data demografi: Jenis Kelamin dan Usia pada mahasiswa yang



STIKes Santa Elisabeth Medan

sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023 dengan responden 80 responden sebagaimana berikut, bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan dari 80 responden dengan jenis kelamin mayoritas pada perempuan sebanyak 71 orang (89%) dan responden minoritas laki-laki sebanyak 9 orang (11%). Karakteristik berdasarkan usia Responden mayoritas berusia 20-22 sebanyak 74 responden (93%) dan responden minoritas pada usia 23-25 sebanyak 6 responden (7%).

5.2.2 Kesehatan Mental pada mahasiswa yang sedang menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Kesehatan mental pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023 (n=80)

Kesehatan Mental	Frekuensi	Per센 (%)
Tidak terganggu	49	61%
Terganggu	31	39%
Total	80	100%

Berdasarkan tabel 5.3 distribusi frekuensi responden berdasarkan kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 80 responden mayoritas tidak terganggu kesehatan mental sejumlah 49 responden (61%) dan responden minoritas terganggu Kesehatan mental sejumlah 31 responden (39%)

STIKes Santa Elisabeth Medan

Tabel 5.4 Distribusi Responden berdasarkan Sub Item Pertanyaan Gejala Kognitif pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023 (n=80)

No	Pertanyaan Gejala Kognitif	Ya (F%)	Tidak (F%)
1.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit berfikir jernih?	52(65%)	28(35%)
2.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit untuk mengambil keputusan?	43(54%)	37(46%)
3.	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa sulit berkonsentrasi?	49(61%)	31(39%)
4.	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa kurang dalam memahami sesuatu?	44(55%)	36(45%)
5.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda mudah lupa?	41(51%)	39(49%)

Berdasarkan tabel 5.4 distribusi responden berdasarkan Sub Item pertanyaan gejala kognitif menunjukan dari 80 responden yang di alami mayoritas oleh mahasiswa yaitu merasa sulit berfikir jernih sebanyak 52 orang (65%), yang kedua sulit berkonsentrasi sebanyak 49 orang (61%), yang ke tiga kurang memahami sesuatu sebanyak 44 orang (55%), yang keempat sulit mengambil keputusan sebanyak 43 orang (54%), yang kelima mudah lupa sebanyak 41 orang (51%).

Tabel 5.5 Distribusi Responden berdasarkan Sub Item Pertanyaan Gejala Cemas pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

No	Pertanyaan Gejala Cemas	Ya (F%)	Tidak (F%)
1.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit tidur?	55(69%)	25(31%)
2.	Apakah selama 30 hari terakhir anda mudah takut?	39(49%)	41(51%)
3.	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa tegang, cemas, atau khawatir?	49(61%)	31(39%)
4.	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa gelisah?	42(53%)	38(47%)
5.	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa lebih mudah gugup dalam melakukan sesuatu?	34(43%)	46(57%)

STIKes Santa Elisabeth Medan

Berdasarkan tabel 5.5 distribusi responden berdasarkan Sub Item pertanyaan gejala cemas menunjukan dari 80 responden yang di alami mayoritas oleh mahasiswa yaitu sulit tidur sebanyak 55 orang (69%), yang kedua merasa tegang, cemas, atau khawatir sebanyak 49 orang (61%), yang ketiga merasa gelisah sebanyak 42 orang (53%), yang keempat minoritas yaitu mudah takut sebanyak 39 orang (49%), dan yang kelima merasa mudah gugup dalam melakukan sesuatu 34 orang (43%).

Tabel 5.6 Distribusi Responden berdasarkan Sub Item Pertanyaan Gejala Depresi pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

No	Pertanyaan Gejala Depresi	Ya (F%)	Tidak (F%)
1.	Apakah selama 30 hari terakhir anda menangis lebih sering?	24(30%)	56(70%)
2.	Apakah anda selama 30 hari terakhir ini tidak mampu melakukan aktivitas yang bermanfaat dalam hidup?	24(30%)	56(70%)
3.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda kehilangan minat pada berbagai hal?	35(44%)	45(56%)
4.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda merasa tidak berharga?	18(23%)	62(77%)
5.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup	14(18%)	66(82%)

Berdasarkan tabel 5.6 distribusi Responden berdasarkan sub item pertanyaan gejala depresi menunjukan dari 80 responden yang di alami minoritas oleh mahasiswa yaitu kehilangan minat pada berbagai hal sebanyak 35 orang (44%), yang kedua tidak mampu melakukan aktifitas yang bermanfaat dalam hidup sebanyak 24 orang (30%), yang ketiga menangis lebih sering sebanyak 24 orang (30%), yang keempat merasa tidak berharga sebanyak 18 orang (23%), yang kelima mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup sebanyak 14 orang (18%)

STIKes Santa Elisabeth Medan

Tabel 5.7 Distribusi Responden berdasarkan Sub Item Pertanyaan Gejala Somatik pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

No	Pertanyaan Gejala Somatik	Ya (F%)	Tidak (F%)
1	Apakah selama 30 hari terakhir anda sering menderita sakit kepala?	47(59%)	33(41%)
2	Apakah anda selama 30 hari terakhir ini kehilangan nafsu makan?	46(58%)	34(42%)
3	Apakah selama 30 hari terakhir ini pencernaan anda terganggu/buruk?	28(35%)	52(65%)
4	Apakah selama 30 hari terakhir anda mengalami rasa tidak enak di perut?	28(35%)	52(65%)
5	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sering mengalami nyeri otot?	38(48%)	42(52%)

Berdasarkan tabel 5.7 distribusi responden berdasarkan sub item pertanyaan gejala somatik menunjukkan dari 80 responden yang alami mayoritas oleh mahasiswa yaitu sering menderita sakit kepala sebanyak 47 orang (59%), yang kedua kehilangan nafsu makan sebanyak 46 orang (58%), yang ketiga minoritas, sering mengalami nyeri otot sebanyak 38 orang (48%), yang keempat pencernaan terganggu/buruk sebanyak 28 orang (35%), yang kelima mengalami rasa tidak enak di perut sebanyak 28 orang (35%).

Tabel 5.8 Distribusi Responden berdasarkan Sub Item Pertanyaan Gejala Penurunan energi pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

No	Pertanyaan penurunan Energi	Ya (F%)	Tidak (F%)
1.	Apakah selama 30 hari terakhir ini pekerjaan sehari-hari anda terganggu?	26(33%)	54(67%)
2.	Apakah anda selama 30 hari terakhir anda merasa sulit menikmati kegiatan sehari-hari?	38(48%)	42(52%)
3.	Apakah anda merasa lelah sepanjang waktu selama 30 hari terakhir?	48(60%)	32(40%)
4.	Apakah selama 30 hari terakhir anda mudah Lelah?	47(59%)	33(41%)
5.	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda merasa sulit menjalani aktivitas sederhana ?	27(34%)	53(66%)

Berdasarkan tabel 5.8 distribusi responden berdasarkan sub item pertanyaan gejala Penurunan energi menunjukkan dari 80 responden yang alami



STIKes Santa Elisabeth Medan

majoritas oleh mahasiswa yaitu lelah sepanjang waktu sebanyak 48 orang (60%), yang kedua mudah lelah sebanyak 47 orang (59%), yang ketiga minoritas, sulit menikmati kegiatan sehari hari sebanyak 38 orang (48%), yang keempat sulit menjalani aktifitas sederhana sebanyak 27 orang (34%), yang kelima pekerjaan sehari hari terganggu sebanyak 26 orang (33%).

5.3 Pembahasan

5.3.1 Gambaran Kesehatan mental pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti pada kesehatan mental mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 dari 80 responden ditemukan kesehatan mental yang terganggu sebanyak 31 orang (39%) dan yang tidak terganggu kesehatan mental 49 orang (61%).

Peneliti berasumsi bahwa Kesehatan mental mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan terdapat sedikit yang mengalami tidak sehat mental dikarenakan beberapa hal yaitu adanya tekanan internal maupun eksternal yang dialami oleh mahasiswa tersebut. Salah satu hal yang memperburuk hal tersebut ialah pola tidur. Saat penggerjaan skripsi memerlukan waktu yang lebih banyak dan fokus yang cukup, dari penelitian yang dilakukan didapat bahwa kebanyakan responden tidak memiliki tidur yang cukup, dalam penggerjaan skripsi membutuhkan waktu yang lebih banyak untuk penggerjaannya hal tersebut menyebabkan pola tidur yang tidak teratur. Hal



STIKes Santa Elisabeth Medan

tersebut menjadi salah satu penyebab stress pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi.

Penelitian ini didukung penelitian oleh sari (2023) yang menyatakan bahwa aktifitas yang cukup banyak berisiko mengalami gangguan tidur. Sulit tidur bisa jadi menjadi salah satu gejala awal terjadinya masalah Kesehatan mental pada mahasiswa. Stress terhadap beban akademik menyebabkan seseorang mengalami sulit tidur.

Gejala kognitif yang di alami mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan terdapat mahasiswa yang merasa sulit berfikir jernih sebanyak 52 orang (65%), yang kedua sulit berkonsentrasi sebanyak 49 orang (61%), yang ke tiga kurang memahami sesuatu sebanyak 44 orang (55%), yang keempat sulit mengambil keputusan sebanyak 43 orang (54%), yang kelima mudah lupa sebanyak 41 orang (51%). Hal ini berarti mahasiswa mengalami gejala kognitif dalam Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Peneliti berasumsi gejala kognitif yang di alami oleh mahasiswa saat mengerjakan Skripsi yaitu mengeluh sulit untuk memahami di saat mengerjakan skripsi, muda lupa dan pikiran kacau karena disaat bimbingan kepada dosen, mahasiswa tersebut seperti mendengarkan semua masukan revisi untuk pengerjaan skripsi namun masih ada juga beberapa yang sudah di sampaikan tapi lupa di kerjakan dan masih melakukan kesalahan saat sudah melakukan bimbingan.



STIKes Santa Elisabeth Medan

Penelitian ini didukung penelitian oleh (Susyłowati et al., 2022). yang menyatakan bahwa terdapat beberapa gejala kognitif dimana mahasiswa tersebut mengalami kesulitan berkonsentrasi dan menemukan ide, Melamun juga bisa disebabkan oleh sejumlah kondisi seperti kelelahan, lalai dan hal ini dapat mengakibatkan kondisi fisik seperti susah tidur karena selalu memikirkan skripsi yang sedang dikerjakan.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Roosyiana, 2022) yang menyatakan bahwa terdapat kurangnya kemampuan dalam memahami instruksi diberikan oleh dosen pembimbing mengakibatkan sulit fokus, mudah lupa dan melakukan kesalahan. Hal tersebut terjadi karena pikiran yang tidak tenang, bingung, panik, kurang teliti serta mudah berpikiran negatif.

Gejala cemas yang di alami mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabet Medan Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan terdapat mahasiswa yaitu sulit tidur sebanyak 55 orang (69%), yang kedua merasa tegang, cemas, atau khawatir sebanyak 49 orang (61%), yang ketiga merasa gelisah sebanyak 42 orang (53%), yang keempat minoritas yaitu mudah takut sebanyak 39 orang (49%), dan yang kelima merasa mudah gugup dalam melakukan sesuatu 34 orang (43%).

Peneliti berasumsi gejala cemas yang di alami oleh mahasiswa yaitu mengalami sulit tidur yang kurang karena membutuhkan waktu tambahan dalam penggerjaan skripsi akibatnya mahasiswa mengalami stres karena gelisah dan khawatir dalam penggerjaan skripsi karena adanya tuntutan tepat waktu di saat



STIKes Santa Elisabeth Medan

sidang. Dimana mahasiswa juga merasa tidak tenang dan pusing karena memikirkan hal buruk selama proses penggerjaan skripsi.

Penelitian ini di dukung penelitian oleh (Bukit & Widodo, 2022). menyatakan terdapat beberapa gejala cemas saat menyusun skripsi terlihat dari fisik seperti merasa gelisah, gugup, tangan atau anggota tubuh lainnya bergetar, suara bergeta sulit bernafas, sulit berbicara, jantung berdegup kencang, tangan menjadi dingin, mual dan pusing. Dan juga mengalami kebingungan, sering lupa, konsentrasi yang buruk, pikiran campur aduk.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kasim et al., 2021). Bawa terdapat mahasiswa saat mengerjakan skripsi merasa tidak tenang, lemas, dan pusing ketika memikirkan hal buruk saat proses mengerjakan skripsi. Dan saat menjawab pertanyaan dosen pembimbing dan penguji khawatir tidak mampu menjawab pertanyaan.

Gejala depresi yang di alami mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes santa Elisabeth Medan berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan mahasiswa yaitu kehilangan minat pada berbagai hal sebanyak 35 orang (44%), yang kedua tidak mampu melakukan aktifitas yang bermanfaat dalam hidup sebanyak 24 orang (30%), yang ketiga menangis lebih sering sebanyak 24 orang (30%), yang keempat merasa tidak berharga sebanyak 18 orang (23%), yang kelima mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup sebanyak 14 orang (18%).

Peneliti berasumsi gejala depresi yang di alami oleh mahasiswa dikarenakan adanya faktor dari lingkungan, keluarga dan diri sendiri. Dimana



STIKes Santa Elisabeth Medan

dalam masa penugasan skripsi ada tuntutan dari orangtua supaya dapat wisuda dengan tepat waktu dan hal tersebut mengakibatkan mahasiswa seperti ada dalam motivasi sekaligus tekanan untuk mengerjakan skripsi agar tidak mengecewakan orangtua, di mana ada juga faktor dari lingkungan di saat teman teman sudah dalam tahap ujian skripsi dan masih ada yang belum acc dan menjadi beban pikiran hal tersebut menjadi salah satu tekanan yang di rasakan mahasiswa, dari dalam diri sendiri berpautan dengan kognitif dimana di saat dalam mengerjakan skripsi mahasiswa stres akibatnya sulit berkonsentrasi akibat memikirkan hal hal buruk mengenai hal saat mengerjakan skripsi.

Penelitian ini didukung penelitian oleh (Dewi, 2019) cenderung merasa terbebani akibat adanya tuntutan dari orangtuanya. Karena setiap orang tua menginginkan anaknya dapat lulus tepat waktu agar tidak membayar uang ukt, dikarenakan setelah lulus bisa mendapat pekerjaan yang baik dan menjadi harapan orangtua untuk meringankan beban orangtua hal tersebut memunculkan beban pikiran mahasiswa karena merasa takut tidak bisa memenuhi harapan orangtuanya.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Septyari et al., 2022). lingkungan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi. Semakin baik kondisi lingkungan dilihat dari segi kesehatan dan fasilitas, faktor lingkungan individu, pola pikir, serta kemampuan adaptasi merupakan penentu utama dalam menerapkan mekanisme coping yang baik.

Gejala somatic yang di alami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada



STIKes Santa Elisabeth Medan

mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan terdapat mahasiswa yaitu sering menderita sakit kepala sebanyak 47 orang (59%), yang kedua kehilangan nafsu makan sebanyak 46 orang (58%), yang ketiga minoritas, sering mengalami nyeri otot sebanyak 38 orang (48%), yang keempat pencernaan terganggu/buruk sebanyak 28 orang (35%), yang kelima mengalami rasa tidak enak di perut sebanyak 28 orang (35%).

Peneliti berasumsi gejala somatik yang di alami mahasiswa yaitu dalam penggerjaan skripsi mahasiswa yang lama duduk berjam-jam di depan laptop mengakibatkan mata lelah karena cahaya dari laptop tersebut dan juga mengakibatkan sakit kepala, dan urat tegang di saat berfikir untuk menemukan referensi, dan kalimat yang baik dalam menulis skripsi, dan membuat mahasiswa menjadi malas makan dikarenakan focus dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian ini didukung oleh (Diantra P, 2021). menyatakan bahwa di saat proses penggerjaan skripsi perubahan fisiologis dengan ditandai adanya gejala seperti merasa letih, atau lelah, kehabisan tenaga, gangguan pencernaan, daya tahan tubuh menurun sehingga tubuh rentan terkena penyakit, gangguan kesehatan seperti pusing, mual, badan terasa lemas dan insomnia.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sakina, 2023). Stress yang di alami mahasiswa dalam penyusunan skripsi tergantung pada stressor atau pada penyebab stress yang di alami. Gejala stress berupa keluhan seperti sakit kepala, kelelahan, sakit perut, berubah selera makan, susah tidur dan kehilangan semangat.



STIKes Santa Elisabeth Medan

Gejala penurunan energi yang di alami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan terdapat oleh mahasiswa yaitu lelah sepanjang waktu sebanyak 48 orang (60%), yang kedua mudah lelah sebanyak 47 orang (59%), yang ketiga minoritas, sulit menikmati kegiatan sehari hari sebanyak 38 orang (48%), yang keempat sulit menjalani aktifitas sederhana sebanyak 27 orang (34%), yang kelima pekerjaan sehari hari terganggu sebanyak 26 orang (33%).

Peneliti berasumsi gejala penurunan yang di alami mahasiswa yaitu dalam pengerjaan skripsi yang membutuhkan waktu yang lama hal tersebut membuat mahasiswa mengalami kelelahan saat mengejakan skripsi, hal itupun mengakibatkan mahasiswa malas untuk melakukan kegiatan yang lain. Dan terdapat juga beberapa mahasiswa ngeluh terhadap skripsi yang sedang ia tulis tampak lesu dan tidak bersemangat setelah bimbingan dengan dosen.

Penelitian ini didukung oleh setyaningsih (2022) gejala stress yang ditimbulkan mahasiswa tingkat akhir saat menyusun skripsi dari segi gejala fisik adalah muda lelah keterlibatan jangka Panjang dalam situasi sedang dalam tuntutan, seperti berlama lama depan laptop dalam mengerjakan skripsi mahasiswa merasakan kelelahan fisik, mental dan emosional.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Farkhah et al., 2022) adanya kelelahan fisik, mental dan emosional ke tingkat yang tidak sehat akibat tekanan yang di alami siswa. Pada saat mengerjakan tugas mahasiswa mengerjakan lebih giat daripada yang pernah dikerjakan sebelumnya, namun di saat waktu yang



STIKes Santa Elisabeth Medan

begitu lama terus menerus di lakukan energi yang awalnya optimal lama kelamaan kehilangan energy hal tersebut membuat pekerjaan tersebut melambat.

STIKes Santa Elisabeth Medan



BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di temukan bahwa kesehatan mental mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 dari 80 responden ditemukan mahasiswa yang tidak mengalami gangguan Kesehatan mental yaitu sebanyak 49 orang (61%) dan mengalami gangguan Kesehatan mental berjumlah 31 orang (39%).

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa agar dapat melakukan aktivitas positif seperti mengikuti kegiatan kerohanian, kegiatan olahraga, ataupun kegiatan kemahasiswaan lainnya.

6.2.2 Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadi sumber data atau sebagai referensi tentang Kesehatan mental mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi. Dan dapat melibatkan pembimbing akademik untuk memberikan konseling kepada mahasiswa.

6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan intervensi untuk meningkatkan Kesehatan mental mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi ataupun meneliti faktor lain yang mempengaruhi Kesehatan mental.



DAFTAR PUSTAKA

Akhir muhammad. (2022). *Materi Ajar bahasa Indonesia Berbasis karakter*.

Alficandra, rahayu tandiyo. (2021). *QUIET EYE untuk akurasi tendangan dalam sepak bola*.

Alini, & Meisyalla, L. N. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Remaja SMPN Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 6(23), 80–85. <http://journal.universitaspahlawan.ac.iiuiuiud/index.php/ners>

antariksawan wayan. (2021). *Inovasi pembelajaran berbasis blended learning di keperawatan*.

Basri, H. (2018). Kemampuan Kognitif Dalam Meningkatkan Efektivitas Pembelajaran Ilmu Sosial Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.17509/jpp.v18i1.11054>

Bukit, E. br, & Widodo, Y. H. (2022). Tingkat Kecemasan dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Perantau Berdomisili di Yogyakarta. *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 44–49.

Dewi, S. (2019). *TINGKAT DEPRESI MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA TAHUN 2019*. 6(2), 1–16. file:///C:/Users/ASUS/Music/dewi.pdf

Diantra P. (2021). Coping Stress Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Yang Menyusun Skripsi. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 9(2), 68–76.

Farkhah, S. B., Hasanah, M., & Amelasasih, P. (2022). Pengaruh Academic Burnout terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa. *CONSEILS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 47–57. <https://doi.org/10.55352/bki.v2i1.567>

Jacob, D. E., & Sandjaya. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup masyarakat Karubaga district sub district Tolikara propinsi Papua. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(69), 1–16.

K, F., & Dewi Aisyah. (2021). Peningkatan Kesehatan Mental Anak Dan Remaja Melalui Ibadah Keislaman. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v3i1.292>

kartikasari M.nur dewi. (2022). *Kesehatan mental*.



STIKes Santa Elisabeth Medan

Kasim, I. L., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2021). Peranan Mewarnai Mandala Dalam Menurunkan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(2), 140. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.27765>

Kurniawan, P. K. (2021). *stres pada mahasiswa penulis skripsi*.

L. saparina titi. (2023). *epidemiologi untuk kesehatan masyarakat*.

Lumonggalubis Namora. (2016). *DEPRESI Tinjauan Psikologis*.

Nursalam. (2015). Populasi, Sampel, Sampling, dan Besar Sampel. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.

Nursalam. (2020). *metodologi penelitian ilmu keperawatan* (peni puji Lestari (ed.)).

Polit & Beck. (2012). *Nursing Research Principles and Methods 7 Edition*.

Purba Deasy Handayani. (2021). *Kesehatan Mental*.

Rahadiansyah, M. R., & Chusairi, A. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1290–1297. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29077>

Roosyiana. (2022). Distress pada Mahasiswa Penyusun Skripsi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(2014), 676–680.

Sakina, P. (2023). *Strategi Coping Dalam Mengatasi Stres Pada Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam STAI Jamiyah Mahmudiyah Tanjung Pura*. 2, 54–67.

Sari, M. K., & Susmiatin, E. A. (2023). *Deteksi Dini Kesehatan Mental Emosional pada Mahasiswa*. XIII(1), 10–17.

Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi pada Masa Pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.36565/jab.v1i1.403>

shintania debby. (2022). *Kesehatan mental (teori dan penerapan)*.

Susyłowati, R., Hafifah, V. N., & Rahman, H. F. (2022). Gambaran Stres pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada Salah Satu Mahasiswa Prodi



Keperawatan). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(1), 153–158.

Suwijik, S. P., & A'yun, Q. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbaiki dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.19184/jfgs.v2i2.30731>

Uno B. Hamzah. (2022). *Belajar dengan pendekatan Pailkem strategi pembelajaran PAILKEM merupakan salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk mengoptimalkan kegiatan pembelajaran disekolah.*

wicaksono andri. (2022). *metodologi penelitian pendidikan.*

STIKes Santa Elisabeth Medan

**LAMPIRAN****PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,
Teman teman Responden
Dengan hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Yuni Sartika Sinaga
NIM : 032019056

Adalah mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, sedang melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kesehatan mental pada Mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan”. Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi teman teman yang menjadi responden. Saya sangat mengharapkan partisipasi teman teman dalam membantu penelitian ini. Saya menjamin kerahasiaan dan segala bentuk informasi yang teman teman berikan. Apabila teman teman bersedia, mohon menandatangani lembar persetujuan. Dengan demikian penyampaian dari saya, atas segala perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Medan, 2023

Hormat saya,

Yuni Sartika Sinaga



STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT KESANGGUPAN MENJADI RESPONDEN (*Informed Consent*)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Umur :
Jenis kelamin :

Dengan ini saya menyatakan, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Yuni Sartika Sinaga

NIM : 032019056

Institusi Pendidikan : STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian surat pernyataan kesanggupan ini saya buat dengan sukarela dan tanpa adanya paksaan dari peneliti.

Medan, 2023
Responden,

)

**KUISIONER
KESEHATAN MENTAL**

Kode responden: (Diisi oleh peneliti) Tanggal pengisian:

A. Data Umum

Beri tanda centang (✓) pada jawaban pilihan anda pada kolom yang tersedia.

1. Nama (Inisial) :

2. Jenis Kelamin: Laki-laki Perempuan

3. Umur:

B. Kuesioner Kesehatan Mental**Petunjuk :**

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti
2. Pilihlah jawaban dibawah dengan member tanda (✓) pada salah satu kotak di setiap pilihan jawaban yang ada
3. Pertanyaan berikut berhubungan dengan nyeri tertentu dan masalah yang mungkin mengganggu anda selama 30 hari.
4. Jika pertanyaan berikut anda rasakan selama 30 hari terakhir, maka anda menjawab : YA
5. Jika pertanyaan berikut tidak anda rasakan selama 30 hari terakhir, maka anda menjawab : TIDAK
6. Jangan membahas pertanyaan dengan siapa pun saat menjawab kuesioner.
7. Jika anda tidak yakin tentang bagaimana menjawab pertanyaan, beri jawaban terbaik yang anda bisa.



no	Pertanyaan	ya	tidak
Gejala kognitif			
1	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit untuk berfikir jernih?		
2	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit untuk mengambil keputusan?		
3	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda merasa sulit berkonsentrasi?		
4	apakah selama 30 hari terakhir ini anda merasa kurang dalam memahami sesuatu?		
5	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda mudah lupa?		
Gejala Cemas			
1	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sulit tidur ?		
2	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda mudah takut?		
3	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa tegang, cemas, atau khawatir?		
4	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa gelisah?		
5	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa lebih mudah gugup dalam melakukan sesuatu?		
Gejala Depresi			
11	Apakah selama 30 hari terakhir anda menangis lebih sering?		
12	Apakah anda selama 30 hari terakhir ini tidak mampu melakukan aktivitas yang bermanfaat dalam hidup?		
13	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda kehilangan minat pada berbagai hal?		
14	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda merasa tidak berharga?		
15	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup?		
Gejala Somatik			
1	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sering menderita sakit kepala?		
2	Apakah anda selama 30 hari terakhir kehilangan nafsu makan?		
3	apakah selama 30 hari terakhir ini pencernaan anda terganggu/buruk?		
4	Apakah selama 30 hari terakhir anda mengalami rasa tidak enak di perut?		
5	Apakah selama 30 hari terakhir ini anda sering mengalami nyeri otot?		
Gejala Peningkatan energi			
1	apakah selama 30 hari terakhir ini pekerjaan sehari-hari anda terganggu?		
2	Apakah selama 30 hari terakhir anda merasa sulit untuk menikmati kegiatan sehari-hari?		
3	Apakah anda merasa lelah sepanjang waktu selama 30 hari terakhir??		
4	apakah selama 30 hari terakhir anda mudah lelah?		
5	apakah selama 30 hari terakhir anda merasa sulit untuk menjalani aktivitas sederhana?		
JUMLAH			



STIKes Santa Elisabeth Medan

LAMPIRAN



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS

JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 5 Juni 2023

No. : 099/Ners/STIKes/VI/2023

Lampiran : -

Hal : Pemberitahuan Selesai Penelitian

Kepada Yth. :

Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

di

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan Nomor. 514/STIKes/Kaprodi-Penelitian/IV/2023 Perihal Permohonan Ijin Penelitian, maka Prodi Ners menginformasikan bahwa penelitian telah selesai dilaksanakan tanggal 16 Mei 2023 oleh mahasiswa berikut:

NO.	NAMA	NIM	JUDUL
1.	Yuni Sartika Sinaga	032019056	Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.



Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep



STIKes Santa Elisabeth Medan

 STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131 E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id
--

Medan, 7 Maret 2023

No. : 005/Ners-Penelitian/Mhs/III/2023
Lampiran : -
Hal : Persetujuan Pengambilan Data Awal

Kepada Yth. :
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan
di
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan No. 128/STIKes/Ners-Penelitian/I/2023 tentang permohonan pengambilan data awal penelitian, maka Prodi Ners mengijinkan proses pengambilan data awal tersebut guna kepentingan penelitian bagi mahasiswa dibawah ini:

NO.	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Yuni Sartika Sinaga	032019056	Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.


Hormat Kami
Ketua Program Studi Ners
STIKes Santa Elisabeth Medan
Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep



STIKes Santa Elisabeth Medan

STIKes SANTA ELISABETH MEDAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
No.: 117/KEPK-SE/PE-DT/IV/2023

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Yuni Sartika Sinaga
Principal Investigator

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksplorasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.
Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 10 April 2023 sampai dengan tanggal 10 April 2024.
This declaration of ethics applies during the period April 10, 2023, until April 10, 2024.

April 10, 2023
Chairperson,
Mespiana Bz. Karo, M.Kep. DNSc
KEPK



STIKes Santa Elisabeth Medan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 23 Januari 2023

Nomor: 128/STIKes/Ners-Penelitian/I/2023

Lamp. :

Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

Kepada Yth.:
Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep
Kaprodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan
di-
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Ibu untuk memberikan ijin pengambilan data awal.

Adapun nama mahasiswa dan judul proposal adalah sebagai berikut:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Yuni Sartika sinaga	032019056	Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.



Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:
1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip


CS Dipindai dengan CamScanner



STIKes Santa Elisabeth Medan



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS

JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 7 Maret 2023

No. : 005/Ners-Penelitian/Mhs/III/2023

Lampiran : -

Hal : Persetujuan Pengambilan Data Awal

Kepada Yth. :
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan
di
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan No. 128/STIKes/Ners-Penelitian/I/2023 tentang permohonan pengambilan data awal penelitian, maka Prodi Ners mengijinkan proses pengambilan data awal tersebut guna kepentingan penelitian bagi mahasiswa dibawah ini:

NO.	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Yuni Sartika Sinaga	032019056	Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Hormat Kami
Kem. Program Studi Ners
STIKes Santa Elisabeth Medan


Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep



STIKes Santa Elisabeth Medan

7

514

DAFTAR ABSENSI MAHASISWA PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKes SANTA ELISABETH MEDAN STAMBUK 2019

TAHUN AKADEMIK 20..../20.....

MATA KULIAH.....

SEMESTER.....

DOSEN.....

KELAS A

NO	NIM	NAMA MAHASISWA	TANGGAL DAN TANDA TANGAN						
1	032019001	Jeslian Crisyonni Zalukhu							
2	032019002	Susta Maria Silalahi							
3	032019003	Indriani Christine Br Kaban							
4	032019004	Desy Marito Simbolon							
5	032019005	Rita Florensia Pasaribu							
6	032019006	Emanuella							
7	032019009	Ingrid Ameris Putri Andini Zega							
8	032019010	Martina Susi Tridela							
9	032019011	Intan Maria Marga Retha Boru Sitanggang							
10	032019012	Natalia							
11	032019013	Irene Pernanda Naibaho							
12	032019014	Kresensia Anne Getrini Geba							
13	032019015	Jane Eirene Apulisa Ginting							
14	032019016	Juwita Siahaan							
15	032019017	Frischa Juliania Hutagaol							
16	032019018	Yeresya Maharani Br Bangun							
17	032019019	Meiyesti Simanjuntak							
18	032019020	Eva Lolyta Br Hutahaean							
19	032019021	Elisa Sinaga							
20	032019022	Grace Cellina Ayu Putri							
21	032019023	Brigitta Cahyani Silva Kristiani Waruwu							
22	032019024	Jeko Sandro Parulian Lumban Gaol							



STIKes Santa Elisabeth Medan

NO	NIM	NAMA MAHASISWA	TANGGAL DAN TANDA TANGAN					
23	032019025	Khatlyn Theopani Dongaran						
24	032019026	Pretty Yeyen Citra Lerian Gulo						
25	032019028	Jantrisa Maria Magdalena						
26	032019029	Stefi Kristina						
27	032019030	Agustina Sabarni Tambunan						
28	032019031	Sarmita Br Siallagan						
29	032019032	Nisa Priyani Panjaitan						
30	032019033	Kristina Oktavia Sitohang						
31	032019034	Iralomai Oktavia Sitompul						
32	032019035	Gresia Lamtiur Hutasoit						
33	032019036	Ngadima Lorensia Saragih						
34	032019037	Miltri Januarti Munthe						
35	032019038	Julia R. Fransiska Siregar						
36	032019039	Elvis Sinaga						
37	032019040	Sovia Veronika						
38	032019041	Devi Fitriyah Manalu						
39	032019042	Devi Sibotang						
40	032019043	Ave Maria Marbun						
41	032019044	Manahan Tua Tinambunan						
42	032019045	Dicky Fauzi Hotimanta Sitepu						
TANDA TANGAN DOSEN								

Medan,.....

Gugus Kendali Mutu (GKM)
STIKes Santa Elisabeth Medan

Wakil Ketua I
STIKes Santa Elisabeth Medan

Kaprodi Sarjana Keperawatan
STIKes Santa Elisabeth Medan

Anita Veronika, S.Si, T., M.KM

Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep



STIKes Santa Elisabeth Medan

51.4

DAFTAR ABSENSI MAHASISWA PRODI SARJANA KEPERAWATAN STIKes SANTA ELISABETH MEDAN STAMBUK 2019
TAHUN AKADEMIK 20..../20.....

MATA KULIAH.....

SEMESTER.....

DOSEN.....

KELAS B

NO	NIM	NAMA MAHASISWA	TANGGAL DAN TANDA TANGAN				
			1	2	3	4	5
1	032019046	Veronika Damanik					
2	032019047	Nunut Grace Lusiana Lumbantoruan					
3	032019048	Juliana Ratna Sari Sembiring					
4	032019049	Anna Cristine Nadia Br. Simanjuntak					
5	032019050	Zaitun Martseba Siringo-ringo					
6	032019051	Enni Lidia Pasaribu					
7	032019052	Irma Oktavia Br Sembiring					
8	032019053	Gebi Pernina Malau					
9	032019054	Noventina Marbun					
10	032019055	Xanadu Abadi Salvalas					
11	032019056	Yuni Sartika Sinaga					
12	032019057	Morris Eduardy Tamba					
13	032019059	Melissa Augeretha Simanjuntak					
14	032019060	Vanny Christiani Gulo					
15	032019061	Kristina Leonora Samosir					
16	032019062	Mira Oktavia Lingga					
17	032019063	Meri Elizabeth Amelia Manalu					
18	032019064	Ellen Madeline Manurung					
19	032019065	Vian Hertamina Hulu					
20	032019066	Stefani Natalis Nduru					
21	032019067	Selviyan Enjelina Zebua					
22	032019068	Notatema Kurniaman Lase					
23	032019069	Lely Yusniar Zebua					

CS Dipindai dengan CamScanner



STIKes Santa Elisabeth Medan

NO	NIM	NAMA MAHASISWA	TANGGAL DAN TANDA TANGAN					
24	032019070	Epy Karmiat Gustin Laiya						
25	032019071	Cindy Clara Sinaga						
26	032019073	Paskahlis Gulo						
27	032019074	Monalisa Goretti Br Lubis						
28	032019076	Tuti Herlina Halawa						
29	032019078	Eka Olivia Togatorop						
30	032019079	Diva Lauren Raja Guk Guk						
31	032019080	Dina Sinar Agustina Siregar						
32	032019081	Titin Novalina Siregar						
33	032019082	Dumora Hertince Panjaitan						
34	032019083	Alvi Maldova Br Tarigan						
35	032019084	Crisdianti Permata Putri Gulo						
36	032019085	Raymondus Saragih						
37	032019086	Juni Setianus Baeha						
38	032019087	Fitriani Telaumbanua						
39	032019088	Vini Destria Ningsih Telaumbanua						
40	032019089	Nurmaria Br Situmeang						
41	032019090	Meri R. Ompusunggu						
TANDA TANGAN DOSEN								

Wakil Ketua I
STIKes Santa Elisabeth Medan

Kaprodi Sarjana Keperawatan
STIKes Santa Elisabeth Medan

Medan.....
Gugus Kendali Mutu (GKM)
STIKes Santa Elisabeth Medan

Anita Veronika, S.Si.T., M.KM

Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep