

**HUBUNGAN *PET ATTACHMENT* DENGAN TINGKAT STRES
AKADEMIK MAHASISWA KEPERAWATAN PASCA PANDEMI
COVID-19**

ALVINA TANTRIATI

I1031191031

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
2023**

**HUBUNGAN *PET ATTACHMENT* DENGAN TINGKAT STRES
AKADEMIK MAHASISWA KEPERAWATAN PASCA PANDEMI
COVID-19**

ALVINA TANTRIATI

I1031191031

SKRIPSI

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh

Gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

2023

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**Hubungan *Pet Attachment* Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa
Keperawatan Pasca Pandemi COVID-19**

Oleh :

Alvina Tantriati

NIM. 11031191031

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji Skripsi,

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran,

Universitas Tanjungpura

Tanggal : 14 Juni 2023

Disetujui,

Pembimbing I

Ns. Triyana Harlia Putri, S.Kep.,M.Kep.

NIP. 198904282018032001

Pembimbing II

Ns. Nadia Rahmawati, S.Kep.,M.Kep.

NIP. 199106122022032009

Penguji I

Ns. Ervina Lili Neri, S.Kep.,M.Kep.

NIP. 199004272022032010

Penguji II

Yuyun Tafwidhah, SKM.,M.Kep.

NIP. 198212142005012011

Mengetahui,
Plt. Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura

dr.Syarifah Nurul Yanti R.S.A., M.Biomed.

NIP.198602112012122003

Lulus Tanggal
No. SK Dekan FK
Tanggal

: 14 Juni 2023
: 511/UN22.9/TD.06/2023
: 18 Januari 2023

HALAMAN PERSETUJUAN REVISI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
FAKULTAS KEDOKTERAN
Jalan Prof. Dr. H. Hadari Nawawi Pontianak 78124
Telepon (0561) 765342, 8121434, 8121432, 8121443, dan Sentral 8102617, 583865
Faximili (0561) 765342, 583865, 8102617, 8121443, 8121434, 8121432 Kotak Pos 1049
e-mail : kedokteran@untan.ac.id website: kedokteran.untan.ac.id

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI) SEMINAR HASIL PENELITIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Alvina Tantrianti
Nomor Induk Mahasiswa (NIM) : I1031191031
Tanggal Sidang Skripsi : 14 Juni 2023
Judul Skripsi : Hubungan *Pet Attachment* Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Pasca Pandemi COVID-19

Telah direvisi, disetujui oleh tim penguji/tim pembimbing dan diperkenankan untuk
Diperbanyak/Dicetak

NO.	NAMA PENGUJI	TANDA TANGAN
1.	<u>Ns. Ervina Lili Neri., M. Kep</u> NIP. 199004272022032010	
2.	<u>Yuyun Tafwidhah, SKM., M. Kep</u> NIP. 198212142005012011	

Pontianak, Juni 2023
Mengetahui,

Pembimbing I

Triyana Harlia Putri, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198904282018032001

Pembimbing II

Nadia Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 199106122022032009

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alvina Tantriati

NIM : I1031191031

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Tanjungpura

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi “Hubungan *Pet Attachment* Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Pasca Pandemi COVID-19” adalah benar bebas dari plagiat dan apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti salah, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan peraturan yang berlaku di Universitas Tanjungpura.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pontianak, Juni 2023



Alvina Tantriati
NIM. I1031191031

HUBUNGAN *PET ATTACHMENT* DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA KEPERAWATAN PASCA PANDEMI COVID-19

Skripsi, Juni 2023
Alvina Tantrianti

XVII + 129 halaman + 8 tabel +16 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres akademik merupakan hal yang dapat terjadi pada mahasiswa. Terjadinya perubahan metode pembelajaran karena pandemi COVID-19 menjadi salah satu penyebab stres akademik yang dialami mahasiswa. Prevalensi kejadian stres di dunia cukup tinggi dengan menduduki peringkat ke 4 terbanyak di dunia dengan lebih dari 350 juta penduduk yang mengalami dan lima bulan sejak kejadian pandemi COVID-19 didapatkan sebesar 64,8% orang yang mengalami masalah psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, dan trauma yang banyak terjadi pada kelompok usia 18-25 tahun. Beberapa usaha yang bisa dilakukan untuk mengatasi stres akademik yaitu dengan strategi koping untuk mengurangi stres yang dialami salah satunya *pet attachment*. Hewan peliharaan dianggap dapat menjadi salah satu strategi koping seorang mahasiswa karena hewan peliharaan memberikan dukungan dan meningkatkan emosi positif pemiliknya sehingga dapat mengatasi stres yang dialami mahasiswa.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan tingkat stres akademik mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.

Metode: Penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner LAPS dan ESSA pada 186 responden yang diambil dengan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan analisa bivariat dengan uji Somer'd.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata usia mahasiswa adalah 19 tahun, mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan, angkatan terbanyak yaitu angkatan 2021, jenis hewan peliharaan paling banyak dipelihara yaitu kucing, dan rata-rata lama memelihara hewan peliharaan adalah 4 tahun. Hasil uji Somer'd menunjukkan bahwa nilai signifikansi antara *pet attachment* dan tingkat stres akademik adalah $p\text{-value} = 0.446$ dan $r = -0.060$.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan tingkat stres akademik mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pasca pandemi COVID-19.

Kata Kunci: COVID-19, Mahasiswa Keperawatan, Pasca Pandemi, *Pet attachment*, Stres Akademik.

Referensi: 92 (2012-2023)

THE CORRELATION BETWEEN PET ATTACHMENT WITH ACADEMIC STRESS LEVELS IN NURSING STUDENT POST COVID-19 PANDEMIC

Thesis, Juni 2023

Alvina Tantriati

XVII + 129 pages + 8 tables + 16 attachments

ABSTRACT

Background: *Academic stress is something that can happen to students. The change in learning methods due to the COVID-19 pandemic is one of the causes of academic stress experienced by students. The prevalence of stressful events in the world is quite high, ranking 4th in the world with more than 350 million people experiencing them. Five months after the occurrence of the COVID-19 pandemic, it was found that 64.8% of people experienced psychological problems such as stress, anxiety, depression, and trauma that mostly occurred in the age group of 18–25 years. Some efforts that can be made to deal with academic stress are coping strategies to reduce the stress experienced, one of which is pet attachment. Pets are considered one of a student's coping strategies because they provide support and increase the positive emotions of their owners, so they can deal with the stress experienced by students.*

Objective: *To identify the correlation between pet attachment and the level of academic stress of nursing students from the Faculty of Medicine, Tanjungpura University.*

Method: *Quantitative research use a correlation design with a cross-sectional approach. The research instrument used LAPS and ESSA questionnaires on 186 respondents who were taken using a purposive sampling technique. Data analysis used bivariate analysis with Somer'd test.*

Result: *Based on the results of the research that the average age of nursing students are 20 years old, the most gender characteristic is women, the most class are 2021, the most frequently kept type of pet is a cat and the average length of keeping pets are 4 years. Somer's test results show that the significance value between pet attachment and academic stress level is p-value = 0.446 and r = -0.060.*

Conclusion: *There is correlation between pet attachments and the academic stress levels of nursing students at the Faculty of Medicine, Tanjungpura University post pandemic COVID-19.*

Keyword: *Academic Stress, COVID-19, Nursing Student, Pet Attachment, Post Pandemic*

Referensi: *92 (2012-2023)*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillahirabbil'alamiin, segala puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala Yang Maha Pengasih dan Penyayang yang telah mem berikan kasih sayang, rezeki, dan kesehatan serta atas berkah, ridho, hidayah, petunjuk dan karunia-Nya sehingga saya sebagai penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Pet Attachment* dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Pasca Pandemi COVID-19”.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada orang tua saya yaitu Bapak Slamet Riyanto dan Ibu Ruhaida atas doa, dukungan moril dan material serta cinta dan kasihnya. Penulis juga ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Garuda Wiko S.H., M.Si. selaku Rektor Universitas Tanjungpura
2. dr. Syarifah Nurul Yanti Rizki S.A., M. Biomed selaku plt. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
3. Titan Ligita, S.Kp., MN., Ph.D selaku Ketua Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
4. Ns. Ikbal Fradianto, S. Kep., M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
5. Ns. M. Ali Maulana, S. Kep., M. Kep selaku dosen akademik yang telah memberikan dukungan, kritik, masukan, motivasi, kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

6. Ns. Triyana Harlia Putri, S. Kep., M. Kep selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan dukungan, saran, dan motivasi, kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.
7. Ns. Nadia Rahmawati, S. Kep., M. Kep selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan dukungan, saran, dan motivasi kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.
8. Ns. Ervina Lili, S. Kep., M. Kep selaku dosen penguji I peneliti yang telah memberikan dukungan, saran, dan motivasi kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
9. Yuyun Tafwidhah, SKM., M. Kep selaku dosen penguji II peneliti yang telah memberikan dukungan, saran, dan motivasi kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
10. Seluruh dosen dan civitas akademik di Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
11. Orang tua yang saya sayangi dan banggakan sepanjang hidup peneliti, Bapak Slamet Riyanto dan Ibu Ruhaida yang selalu senantiasa memberikan dukungan emosional, kasih sayang, materi, dan doa yang tiada hentinya terpanjatkan untuk kesuksesan dan keberhasilan peneliti. Terima kasih telah menyemangati peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Teman roti jala maklimah yaitu Cici Cantika, Nurul Wafda, dan Ridha Sri Rezeki yang sudah saling menyemangati, memahami, dan memberikan solusi selama penyelesaian skripsi ini. Terima kasih juga atas

kesediaannya mendengarkan keluh kesah dan menemani serta menghibur peneliti di saat keadaan kurang baik, dan semoga sehat selalu.

13. Teman hiling hilih yaitu Reza Reynaldi yang menjadi salah satu teman yang berarti bagi peneliti, teman yang bersedia untuk diajak diskusi, saling membantu dan menyemangati dalam pembuatan skripsi ini, serta terima kasih juga telah mengenalkan kucing-kucing lucu terutama Oren dan Marsino yang juga menjadi penyemangat peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
14. Teman dari masa sekolah yaitu Adinda Tiara, Adinda Safitri, dan Amelia Rahmadanita yang selalu mendukung, membantu dan memberikan motivasi yang sangat membangun, serta terima kasih tetap menjadi teman baik hingga saat ini.
15. Teman-teman Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2019 (*Exofagus*) Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, hal tersebut tidak lepas dari kelemahan dan keterbatasan dari penulis. Peneliti berharap agar skripsi ini dapat berguna sebagai tambahan ilmu pengetahuan, memberikan manfaat serta dapat diimplikasikan bagi semua pihak.

Wasalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pontianak, 2023

Alvina Tantriati

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN REVISI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORI, DAN HIPOTESIS	9
2.1 Konsep Mahasiswa.....	9
2.1.1 Definisi Mahasiswa	9
2.1.2 Karakteristik Mahasiswa	10
2.1.3 Tahap Perkembangan Mahasiswa	12
2.1.4 Tugas Perkembangan Mahasiswa	14
2.2 Konsep Stres Akademik	15
2.2.1 Definisi Stres Akademik	15
2.2.2 Tingkatan Stres Akademik	16
2.2.3 Faktor-Faktor Penyebab Stres Akademik	16
2.2.4 Dampak Stres Akademik.....	18
2.3 Konsep Koping.....	19
2.3.1 Definisi Koping	19
2.3.2 Jenis-Jenis Strategi Koping	20
2.4 Konsep <i>Pet Attachment</i>	22
2.4.1 Definisi <i>Pet Attachment</i>	22
2.4.2 Faktor-Faktor <i>Pet Attachment</i>	23

2.4.3	Aspek-Aspek <i>Pet Attachment</i>	24
2.4.4	Dampak <i>Pet Attachment</i>	25
2.4.5	Manfaat <i>Pet Attachment</i>	26
2.5	Konsep Pasca Pandemi COVID-19.....	28
2.5.1	Definisi Pasca Pandemi COVID-19	28
2.5.2	Dampak Pandemi	29
2.6	Kerangka Teori.....	30
2.7	Hipotesis.....	31
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	32
3.1	Desain Penelitian.....	32
3.2	Populasi, Sampel, dan <i>Setting</i> Penelitian	32
3.2.1	Populasi	32
3.2.2	Sampel.....	33
3.2.3	Kriteria Sampel Penelitian	34
3.2.4	<i>Setting</i> Penelitian.....	35
3.3	Kerangka Konsep	35
3.4	Variabel Penelitian	36
3.5	Definisi Operasional.....	36
3.6	Instrumen Penelitian.....	38
3.6.1	Kuesioner <i>Pet Attachment</i>	38
3.6.2	Kuesioner Stres Akademik.....	39
3.7	Uji Validitas dan Reliabilitas	40
3.8	Prosedur Pengumpulan Data	41
3.9	Prosedur Pengolahan Data	43
3.10	Analisa Data	44
3.11	Pertimbangan Etik Penelitian	45
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	48
4.1	Hasil Analisa Univariat	48
4.1.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	48
4.1.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	48
4.1.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan.....	49
4.1.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Hewan Peliharaan	49
4.1.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Memelihara Hewan Peliharaan	50

4.2	Analisa Deskriptif Variabel Penelitian <i>Pet Attachment</i>	51
4.3	Analisa Deskriptif Variabel Penelitian Stres Akademik	51
4.4	Hasil Analisa Bivariat	52
BAB V PEMBAHASAN		54
5.1	Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	54
5.2	Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
5.3	Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan	57
5.4	Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Hewan Peliharaan	59
5.5	Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Memelihara	60
5.6	Gambaran <i>Pet Attachment</i> Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura	61
5.7	Gambaran Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura	63
5.8	Hubungan Antara <i>Pet Attachment</i> Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura	66
5.9	Keterbatasan Penelitian	75
5.10	Implikasi Keperawatan	75
BAB VI PENUTUP		77
6.1	Kesimpulan	77
6.2	Saran	77
DAFTAR PUSTAKA		79
LAMPIRAN		86

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Distribusi Populasi	33
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	36
Tabel 3. 3 Blue print Instrumen LAPS.....	39
Tabel 3. 4 Blue Print Instrumen ESSA	40
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Angkatan	49
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Hewan Peliharaan	50
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi karakteristik Mahasiswa Berdasarkan Lama Memelihara Hewan Peliharaan.....	50
Tabel 4. 6 Distribusi Data Penelitian Variabel Pet Attachment.....	51
Tabel 4. 7 Distribusi Data Penelitian Variabel Stres	51
Tabel 4. 8 Analisa Hubungan Pet Attachment dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura	52

DAFTAR BAGAN

Bagan 3. 1 Kerangka Teori	30
Bagan 3. 2 Kerangka Konsep.....	36

DAFTAR SINGKATAN

COVID-19	: <i>Corona Virus Disease 2019</i>
ESSA	: <i>Educational Stress Scale for Adolescents</i>
Kemendes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
LAPS	: <i>Lexington Attachment to Pet Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup.....	86
Lampiran 2 Lembar Informed Consent.....	87
Lampiran 3 Kuesioner.....	91
Lampiran 4 Surat Lolos Kaji Etik	92
Lampiran 5 Surat Bebas Perpustakaan FK.....	93
Lampiran 6 Surat Bebas Laboratorium FK.....	94
Lampiran 7 Surat Bebas Perpustakaan Untan.....	95
Lampiran 8 Lembar Konsultasi.....	96
Lampiran 9 Hasil Uji Univariat Karakteristik Responden.....	100
Lampiran 10 Hasil Uji Univariat Pet Attachment dan Tingkat Stres Akademik	102
Lampiran 11 Hasil Uji Korelasi Pet Attachment dengan Tingkat Stres Akademik	102
Lampiran 12 Pet Attachment Berdasarkan Karakteristik Responden.....	103
Lampiran 13 Stres Akademik Berdasarkan Karakteristik Responden.....	104
Lampiran 14 Hasil Jawaban Kuesioner.....	105
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian	113
Lampiran 16 Tabulasi Data Penelitian	106

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi COVID-19 merupakan penyakit menular akibat virus SARS-CoV-2 (*severe acute respiratory syndrome coronavirus-2*) yang memberikan perubahan dan dampak besar bagi dunia dalam berbagai aspek salah satunya bidang pendidikan (Nurkholis, 2020). Kegiatan belajar mengajar diganti menjadi pembelajaran daring untuk menjaga kesehatan antara tenaga pengajar dan siswa (Andiarna et al., 2020). Namun, pada bulan Oktober 2021, wilayah Pontianak, Kalimantan Barat masuk pada wilayah dengan penerapan PPKM level 2 sehingga dapat melaksanakan pembelajaran tatap muka secara terbatas (Hardiansyah et al., 2021). Universitas Tanjungpura juga salah satu yang menerapkan pembelajaran tatap muka secara terbatas dan pada bulan Agustus 2022 dan menerapkan pembelajaran tatap muka atau luring. Sehingga, pada saat ini terjadi beberapa kali perubahan metode pembelajaran di Indonesia.

Perubahan metode pembelajaran menyebabkan beberapa permasalahan pada psikologis mahasiswa seperti rasa gelisah, stres, depresi, dan gangguan emosi (Nindya et al., 2022). Perubahan metode pembelajaran menyebabkan mahasiswa harus beradaptasi dengan padatnya kegiatan perkuliahan luring dan dapat memunculkan stres apabila mahasiswa menilai situasi tersebut sebagai stres yang menyebabkan

perasaan tidak nyaman, ketegangan, dan perubahan perilaku (Usfa Imami et al., 2022). Mahasiswa juga merasa cemas karena takut tidak dapat diterima dengan baik oleh teman dan lingkungan yang baru (Mahardika, 2022). Mahasiswa merasa cemas dengan pembelajaran luring karena takut tidak dapat menerima pembelajaran dengan baik karena perubahan metode pembelajaran (Prastyo et al., 2020). Meningkatnya masalah psikologis seperti stres yang dialami mahasiswa jika tidak segera ditangani maka dapat mengakibatkan munculnya gejala seperti gelisah, mudah marah, penurunan semangat dan produktivitas, serta masalah psikologis serius seperti depresi (Oktariani et al., 2021).

Prevalensi kejadian stres di dunia cukup tinggi dengan menduduki peringkat ke 4 terbanyak di dunia dengan lebih dari 350 juta penduduk yang mengalami stres (Kurniasari et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada lima bulan sejak kejadian pandemi COVID-19 didapatkan sebesar 64,8% orang yang mengalami masalah psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, dan trauma (Nindya et al., 2022). Permasalahan psikologis ini banyak terjadi pada kelompok usia 18-25 tahun dan 60 tahun keatas. Mayoritas kelompok usia 18-25 tahun merupakan mahasiswa yang cenderung masih dalam masa produktif dan mobilitas mahasiswa yang cukup aktif (Ramadhany et al., 2021). Prevalensi gangguan mental atau jiwa yang ditunjukkan dengan gejala depresi pada usia 15 tahun keatas yaitu mencapai 6,1% (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, berdasarkan hasil

studi pendahuluan yang dilakukan di Prodi Keperawatan Universitas Tanjungpura kepada 10 mahasiswa yang berasal dari angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022, ditemukan bahwa 10 orang mahasiswa mengalami stres akademik. Sebanyak 4 dari 10 orang mengalami stres sedang dan sebanyak 6 dari 10 orang mengalami stres berat. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa cukup tinggi.

Beberapa faktor penyebab stres yang dialami mahasiswa yaitu tuntutan akademik yang terlalu berat, lama waktu belajar, hasil ujian yang tidak memuaskan, kecemasan menghadapi ujian, tugas yang menumpuk, dan lingkungan pergaulan (Rahmawati, 2016). Stres akademik dapat berasal dari situasi yang monoton, kebisingan, tugas menumpuk, kurang adanya kontrol, tidak dihargai, harapan yang tidak pasti, kehilangan kesempatan, tuntutan yang saling bertentangan, dan batas waktu pengerjaan tugas perkuliahan (Hasanah et al., 2020). Sehingga beberapa sumber stres yang dialami mahasiswa menjadi faktor permasalahan yang berdampak pada perkuliahan mahasiswa.

Dampak dari stres yang dialami mahasiswa seperti terjadinya penurunan motivasi, konsentrasi, penurunan minat, menimbulkan perilaku mudah marah dan merusak (Hasanah et al., 2020). Beban stres yang berlebihan dapat menyebabkan gejala stres fisik dan mental seperti perasaan sedih, gangguan tidur, penurunan konsentrasi, perasaan takut dan gugup (Rachmah & Rahmawati, 2019). Stres berat yang dialami mahasiswa dalam jangka panjang dapat menyebabkan perilaku

menyimpang seperti merokok, mengonsumsi alkohol, tawuran, seks bebas, dan penyalahgunaan NAPZA (Rachmah & Rahmawati, 2019). Oleh karena itu, stres yang dialami mahasiswa perlu untuk ditangani agar stres yang dialami tidak terjadi dalam jangka yang lama.

Beberapa usaha yang bisa dilakukan untuk mengatasi stres yang dialami mahasiswa yaitu koping terhadap stres untuk mengelola atau mereduksi stres yang dialami sehingga siap dan fokus mengikuti pembelajaran (Schäfer et al., 2020). Banyak pilihan strategi koping yang dapat dilakukan seperti memelihara hewan peliharaan untuk membangun ikatan emosional dengan hewan peliharaan kesayangan (Sari et al., 2021). *Pet attachment* merupakan interaksi dan hubungan emosional antara pemilik dan hewan peliharaannya dengan saling memberikan perhatian dan kenyamanan antara satu sama lain (Erliza & Atmasari, 2022). Aktivitas memelihara hewan saat ini menjadi hobi yang sedang diminati masyarakat. Minat masyarakat Indonesia terhadap jual beli hewan peliharaan mencapai 15,6 % di Asia Tenggara dan kepemilikan hewan di Indonesia meningkat seperti kucing meningkat sebesar 37% dan anjing sebesar 16%. Individu yang memiliki hewan peliharaan merasakan perubahan hidup yang lebih positif (Imanina & Suminar, 2022).

Pet attachment didasari langsung dari teori *attachment* Bowlby pada manusia. *Attachment* menurut Bowlby merupakan bentuk kelekatan atau ikatan emosional yang berlangsung antara individu dengan figur kelekatan (Erliza & Atmasari, 2022). Hubungan dengan kelekatan pada

hewan peliharaan terbukti dapat memberikan manfaat positif untuk pemiliknya dalam hal fisik, psikologis, dan kesejahteraan sosial yang membuat hewan peliharaan akan menjadi suatu kebutuhan yang penting (Joseph et al., 2019a). Hewan peliharaan secara psikologis dapat menurunkan stres serta kecemasan pada pemiliknya dengan memberikan hubungan yang nyaman, bentuk perhatian yang menenangkan serta mampu memberikan rasa aman yang dibutuhkan pada pemiliknya (Imanina & Suminar, 2022). Manfaat dari interaksi dengan hewan peliharaan sangat bermanfaat bagi pemiliknya.

Dukungan yang berasal dari hewan peliharaan dianggap berbeda dari dukungan yang berasal dari keluarga atau teman bahkan penelitian mengatakan bahwa dukungan yang berasal dari hewan peliharaan memiliki tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dukungan yang berasal dari teman karena hewan peliharaan tidak dapat menghakimi pemiliknya namun tetap dapat memberi respon dan dukungan emosional pada pemiliknya (Matijczak et al., 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rosaef (2020) kepada beberapa responden mahasiswa menunjukkan bahwa berinteraksi dengan hewan dapat membuat perasaan menjadi bahagia, tenang, nyaman, dan aman ketika dalam kondisi yang kurang stabil. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Avanda (2021) ditemukan bahwa kelekatan dengan hewan peliharaan dapat menurunkan stres yang dialami mahasiswa di Surabaya. Hal ini juga didukung oleh penelitian Mc Connell (2019) bahwa hewan peliharaan

dapat memberikan dukungan dan meningkatkan kesehatan mental maupun fisik manusia. Sehingga, hewan peliharaan ini dapat menjadi salah satu strategi koping seorang mahasiswa karena hewan peliharaan memberikan dukungan dan meningkatkan emosi positif pemiliknya sehingga dapat mengatasi stres yang dialami (Zilcha-Mano et al., 2012).

Berdasarkan fenomena tersebut, stres akademik berkaitan dengan kurang baiknya koping mahasiswa yang akan berdampak pada prestasi akademik mahasiswa. Strategi koping yang dapat dilakukan mahasiswa yaitu dengan berinteraksi dan memiliki ikatan emosional dengan hewan peliharaan guna mengurangi stres yang dialami mahasiswa dan memberikan rasa nyaman pada pemiliknya. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan *Pet Attachment* Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Keperawatan Pasca Pandemi COVID-19” untuk mengetahui apakah *pet attachment* mempunyai hubungan dengan tingkat stres akademik mahasiswa terutama mahasiswa di Prodi Keperawatan, Fakultas kedokteran Universitas Tanjungpura.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pasca pandemi COVID-19?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pasca pandemic COVID-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa berdasarkan usia, jenis kelamin, tahun, angkatan, dan kepemilikan hewan.
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pasca Pandemi COVID-19.
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi *pet attachment* pada mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura pasca Pandemi COVID-19.
- 1.3.2.4 Mengidentifikasi hubungan *pet attachment* dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran Unniversitas Tanjungpura.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan, serta informasi bahan referensi khususnya dalam

hal *pet attachment* dengan stres akademik sehingga dapat menjadi acuan penelitian selanjutnya di bidang keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam membuat penelitian ilmiah di bidang kesehatan.

1.4.2.2 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian lanjutan berkaitan tentang *pet attachment* dan tingkat stres akademik serta menjadi salah satu strategi koping yang dapat diterapkan dalam manajemen stres mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura.

1.4.2.3 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tentang strategi koping dalam menangani stres khususnya untuk mahasiswa keperawatan Universitas Tanjungpura.