SKRIPSI

PENGARUH *AURICULOTHERAPY* TERHADAP PENURUNAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

Disusun Oleh :

SHINDI WIDYA LASTRI

NIM : P05120321090

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
TAHUN AJARAN 2025

HALAMAN JUDUL SKRIPSI

PENGARUH *AURICULOTHERAPY* TERHADAP PENURUNAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr.Kep)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Disusun Oleh :

SHINDI WIDYA LASTRI
NIM : P05120321090

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN AJARAN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH *AURICULOTHERAPY* TERHADAP PENURUNAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

Dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

SHINDI WIDYA LASTRI
NIM : P05120321090

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada Tanggal : 5 Juni 2025

Dosen Pembimbing Skripsi

Pembimbing I	Pembimbing II
Ns. Hermansyah, S.Kep., M.Kep	**Ns. Dwi Wulandari, S.Kep, M.A.N**
NIP. 197507161997031002	**NIP. 919890316202207201**

HALAMAN PENGESAHAN SKIRPSI

PENGARUH *AURICULOTHERAPY* TERHADAP PENURUNAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

Disusum oleh :
SHINDI WIDYA LASTRI
NIM : P05120321090

Telah diujikan didepan Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Bengkulu

Pada Tanggal : 5 Juni 2025

LULUS

Ketua Dewan Penguji	Penguji I
Sariman Pardosi, S.Kp.,M.Si	**Ns. Nehru Nugroho. S.kep., M.Kep**
NIP. 196403031986031005	**NIP. 198412082010011011**
Penguji II	**Penguji III**
Ns. Hermansyah, S.Kep., M.Kep	**Ns. Dwi Wulandari, S.Kep, M.A.N**
NIP. 197507161997031002	**NIP. 919890316202207201**

Skirpsi ini telah memenuhi salah satu persyaratan
Untuk mencapai derajat Sarjana Terapan Keperawatan

Mengetahui :
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Ns. Hendri Heriyanto, S.Kep.,M.kep
NIP. 198205152002121004

BIODATA



Nama	Shindi Widya Lastri
Tempat, Tanggal Lahir	Pelembang, 28 Juni 2002
Agama	Islam
Jenis Kelamin	Perempuan
Anak Ke-	1 (Satu)
Riwayat Pendidikan	1. TK Al Azhar (2008-2009) 2. SD Negeri 59 Kota Pagaralam (2009-2014) 3. SMP Negeri 02 Pagaralam (2014-2017) 4. SMA Negeri 04 Pagaralam (2017-2020)
Alamat	Jl. Serma Somat No. 44 RT. 023, RW.005 kel. Tumbak Ulas, Kec. Pagaralam Selatan, Kota Pagaralam, Prov. Sumatera Selatan
Email	Shindicicien@gmail.com
Jumlah Saudara	1 (Satu)
Nama Saudara	M. Shandi Harmadiansyah (Adik Laki-Laki)

Repository Poltekkes Bengkulu

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Shindi Widya Lastri
NIM	:	P05120321090
Judul Skripsi Penelitian	:	Pengaruh *Auriculotherapy* Terhadap Penurunan Stres Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri (ASLI), dan tidak mengandung bagian-bagian karya yang sebelumnya pernah diajukan oleh pihak lain guna memperoleh gelar akademik di institusi pendidikan manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya maupun pendapat pihak lain yang digunakan tanpa pengakuan yang layak, kecuali apabila secara tertulis telah dirujuk dalam isi naskah ini dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat unsur plagiarisme dalam skripsi ini, saya bersedia menerima segala konsekuensi dan pertanggungjawaban sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 5 Juni 2025

Yang menyatakan,



Shindi Widya Lastri

NIM : P05120321090

PERSEMBAHAN

" Dan katakanlah Ya Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan."

(Qs. Ad- Duha Ayat 7)

MOTTO:

"Tidak ada kata menyerah dalam hidup, berjuanglah hingga berhasil, karena yang mustahil bisa menjadi nyata"

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT, yang selalu memberi kekuatan, pertolongan, rezeki, dan rahmat dalam setiap proses yang saya jalani hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat dari zaman kegelapan menuju cahaya ilmu pengetahuan, sehingga saya bisa merasakan indahnya menempuh pendidikan sampai hari ini.
3. Saudaraku dengan penuh rasa syukur dan cinta, karya ini saya persembahkan kepada kakak pertama saya Nurul Damayanti, yang telah menjadi panutan dan sumber inspirasi dalam setiap langkah hidup saya. Terima kasih atas kasih sayang dan keteladananmu yang tak ternilai. Kepada kakak kedua saya, Widya Isnaini, terima kasih atas semangat dan dukungan yang selalu menguatkan saya dalam menghadapi berbagai tantangan. Dan untuk adik tercinta saya, Muhammad Shandi Harmadiansyah, terima kasih atas keceriaan dan inspirasi yang kamu bawa dalam setiap langkahku. Prestasimu yang gemilang dan semangat belajarmu telah menjadi motivasi terbesar bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Kehadiranmu adalah anugerah terindah dalam hidup saya, dan saya bersyukur atas cinta dan kebersamaan yang telah kita bagi bersama.
4. Nocke Titin Wahyuni sepupuku dan juga sahabatku terima kasih atas kesediaanmu menjadi tempatku berbagi cerita, keluh kesah, dan kegembiraan. Dalam setiap langkahku, terutama saat aku merasa terpuruk

dan kehilangan arah, kehadiranmu sebagai konselor pribadi yang penuh empati telah menjadi cahaya yang menuntunku kembali ke jalanku. Motivasi dan semangat yang kamu berikan tidak hanya menguatkanku, tetapi juga menginspirasi untuk terus maju dan menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Ns. Hermansyah, S.Kep., M.Kep., bapak bukan sekadar dosen pembimbing bagi saya, Bapak adalah sosok ayah di kampus yang selalu hadir dengan ketulusan dan kesabaran. Dalam setiap bimbingan, Bapak tidak hanya mengarahkan langkah akademik saya, tetapi juga menanamkan nilai-nilai kehidupan yang mendalam. Bapak mengajarkan bahwa tidak ada yang tidak mungkin jika kita mau belajar dan berusaha. Ketika saya merasa lelah dan hampir menyerah, nasihat Bapak menjadi pelita yang menuntun saya kembali ke jalur yang benar. Terima kasih atas segala ilmu, motivasi, dan kepercayaan yang Bapak berikan. Nasihat dan semangat Bapak akan selalu menjadi bekal berharga dalam perjalanan hidup saya.
6. Ibu Ns. Dwi Wulandari, S.Kep., MAN, dosen cantik ini adalah sosok pembimbing yang selalu hadir dengan senyuman dan semangat yang menular. Dalam setiap pertemuan, mam mengajarkan bahwa dunia ini tidak serumit yang kita bayangkan, dan setiap masalah pasti memiliki solusi. Mam membantu saya melihat setiap tantangan sebagai peluang untuk tumbuh dan belajar. Terima kasih atas dukungan, bimbingan, dan semangat yang Mam berikan, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik saya.
7. Ibu Ns. Rahma Anisa, M.Kep., Sosok ibu kedua di kampus yang selalu hadir dengan ketulusan dan kasih sayang. Dalam setiap langkah perjalanan kuliah saya, Mam menjadi tempat saya berbagi keluh kesah, tempat saya mencari penguatan saat dunia terasa tidak adil. Mam bukan hanya seorang dosen dimata saya, tetapi juga pendengar setia yang selalu memberikan nasihat bijak dan dukungan tanpa henti. Ketika saya merasa rapuh dan dunia terasa terlalu keras bagi anak perempuan ini, Mam selalu ada untuk menguatkan. Dari Mam, saya belajar bahwa kehidupan bukan hanya

tentang akademik, tetapi juga tentang bagaimana memperlakukan orang lain dengan penuh kasih dan menjadi pribadi yang penyayang serta sholihah. Terima kasih Mam atas segala pelajaran berharga yang telah Mam berikan. Semoga saya dapat meneladani kebaikan dan ketulusan hati Mam dalam setiap langkah kehidupan saya.

8. Kepada seluruh dosen Keperawatan yang telah membimbing dan mendukung saya sepanjang perjalanan akademik ini, Terima kasih atas ilmu, arahan, dan dedikasi yang telah Bapak dan Ibu berikan selama masa perkuliahan. Setiap pelajaran yang disampaikan telah membentuk saya menjadi pribadi yang lebih baik dan siap menghadapi dunia keperawatan dengan penuh tanggung jawab. Saya berharap suatu hari nanti dapat berdiri sejajar dengan Bapak dan Ibu, menjadi bagian dari pendidik yang mulia ini, serta meneruskan semangat dan nilai-nilai yang telah ditanamkan kepada saya.Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan pengabdian Bapak dan Ibu dengan keberkahan yang tiada henti.
9. Sahabat-sahabatku yang telah membersamai sejak masa SMA Fatimah, Dhea, dan Della, terima kasih atas kebersamaan dan dukungan yang tak ternilai. Kalian telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidupku, menemani dalam suka dan duka, serta memberikan semangat di setiap langkah. Kepada circle The Golden Girls dan Mastermind (Nur Aini, Ega Mawarni, Gilang, dan Galuh) terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidupku selama masa kuliah. Kebersamaan kita di kosan, berbagi cerita hingga larut malam, tawa, dan air mata, telah menjadi kenangan yang tak terlupakan. Dalam suka dan duka, kalian selalu ada, memberikan dukungan dan motivasi saat semangatku mulai pudar. Ketika dunia terasa tidak berpihak padaku, kalian hadir sebagai pelindung, membela dan menguatkanku tanpa ragu. Kebersamaan kita bukan hanya tentang belajar bersama, tetapi juga tentang saling menguatkan dalam setiap langkah. Terima kasih atas setiap momen yang telah kita lalui bersama, atas persahabatan yang tulus, dan atas cinta yang kalian berikan tanpa syarat. “Setiap orang ada masanya, dan setiap masa ada orangnya."

Aku menyadari bahwa waktu terus berjalan dan perubahan adalah hal yang pasti. Namun, kenangan dan persahabatan kita akan selalu abadi dalam hati. *So Love you all*!

10. Untuk diriku yang telah melalui segala tantangan, terima kasih telah tetap melangkah meski seringkali dengan langkah tertatih. Air mata yang pernah jatuh bukanlah kelemahan, melainkan bukti keberanian menghadapi kenyataan. Dalam setiap luka, kamu tumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat dan bijaksana. Meski dunia tak selalu adil, kamu tak pernah menyerah, terus berjuang meski ketakutan dan keraguan menghampiri. Kamu belajar mencintai diri sendiri, menjadi teman terbaik bagi dirimu, dan memberikan semangat saat tak ada orang lain yang melakukannya. Perjalanan ini belum usai, tetapi dengan segala yang telah kamu lalui, aku percaya kamu akan mampu menghadapi apa pun yang ada di depan.
11. Teruntuk seseorang yang tak bisa kusebutkan namanya di sini, namun selalu kusebut dalam doaku. Seseorang yang aku harap, diam-diam, telah tertulis di Lauhul Mahfuz sebagai takdir terbaikku meski aku tahu, tidak semua yang hadir dalam perjuangan akan menetap selamanya dalam tujuan. Kamu datang bukan sekadar menemani, tapi menjadi tenang di tengah riuhnya pikiranku, menjadi penguat saat semangatku mulai runtuh. Suaramu yang sering terdengar cerewet justru menjadi jeda hangat yang selalu kutunggu karena di balik itu, ada kepedulian yang tulus. Jika pada akhirnya jalan kita tak bersatu, aku tetap akan menyimpan semua tentangmu sebagai bagian dari cerita indah dalam proses ini karena kamu pernah hadir, di saat aku paling membutuhkan.

“Perjalanan ini mungkin penuh tantangan dan air mata,
tapi di sinilah aku berdiri masih utuh, masih melangkah."
"Bukan tentang siapa yang paling cepat, tapi siapa yang tetap bertahan."
“**Shindi Widya Lastri, S.Tr.Kep”**

☺

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul"Pengaruh *Auriculotherapy* Terhadap Penurunan Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu". Tujuan penulisan skripsi penelitian adalah sebagai pedoman pelaksanaan penelitian penyusunan skripsi.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis telah memperoleh berbagai bentuk dukungan, baik secara material maupun moral, dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Linda Sitompul, S.Kp., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, atas dukungan yang telah diberikan selama masa studi penulis.
2. Ibu Ns. Erni Buston, SST, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, atas bimbingan dan arahannya.
3. Bapak Ns. Hendri Heriyanto, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, atas dukungan serta motivasi yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Ns. Hermansyah, S.Kep., M.Kep., selaku Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk membimbing dan memberikan arahan secara intensif selama proses penulisan skripsi ini berlangsung.
5. Ibu Ns. Dwi Wulandari, S.Kep., M.A.N., selaku Pembimbing II, yang dengan ketulusan dan kesabaran telah memberikan bimbingan, masukan, dan arahan yang sangat berharga kepada penulis.
6. Bapak Sariman Pardosi, S.Kp., M.Si., selaku Ketua Dewan Penguji, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk menguji serta memberikan kritik dan saran konstruktif demi penyempurnaan skripsi ini.

7. Bapak Ns. Nehru Nugroho, S.Kep., M.Kep., selaku Penguji I, yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan kritik serta saran yang konstruktif guna mendukung penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh dosen dan staf kependidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, yang telah dengan sabar membimbing, mengajar, dan mendukung penulis selama masa perkuliahan hingga penyelesaian tugas akhir.
9. Seluruh mahasiswa Jurusan Keperawatan yang telah berpartisipasi dan berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini.
10. Kedua orang tua dan seluruh anggota keluarga yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta semangat yang tiada henti, baik secara moril maupun materil, selama proses studi dan penyusunan skripsi ini berlangsung.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun telah memberikan bantuan dan dukungan dalam berbagai bentuk sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa karya tulis ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sebagai bahan evaluasi dan perbaikan ke depannya. Semoga segala bentuk masukan yang diberikan menjadi amal kebaikan yang dicatat oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yang nyata, khususnya bagi penulis sendiri dan mahasiswa Jurusan Keperawatan, serta bagi pihak-pihak yang memiliki ketertarikan dalam bidang yang dikaji.

Bengkulu, 5 Juni 2025

(Shindi Widya Lastri)

PENGARUH *AURICULOTHERAPY* TERHADAP PENURUNAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

***Shindi Widya Lastri, **Hermansyah, **Dwi Wulandari**

*Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
**Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Email : shindicicien@gmail.com

ABSTRAK

Angka kejadian stres akademik pada mahasiswa keperawatan cukup tinggi, secara global, tingkat stres mahasiswa Keperawatan berkisar antara 38% hingga 71%, dengan angka tertinggi di Asia mencapai 61,3% (Jeong *et al*., 2019)., salah satunya disebabkan oleh beban tugas yang padat dan tuntutan akademik yang kompleks. Diperlukan upaya untuk menurunkan stres akademik, salah satunya melalui pemberian *Auriculotherapy*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Auriculotherapy* terhadap penurunan stres akademik pada mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Quasi eksperimen pre-test dan post-test *with control group* design. Responden dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan A*uriculotherapy*, sedangkan kelompok kontrol diberikan teknik relaksasi *guided imagery*. Sampel dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling* , jumlah sampel 40 mahasiswa dengan teknik analisis statistic *Independen Samples T test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat stres antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Uji statistik menggunakan independent t-test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,021 ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh *auriculotherapy* terhadap penurunan stres akademik pada mahasiswa. Dapat disimpulkan, *auriculotherapy* dapat diberikan pada mahasiswa menurunkan stres akademik dan menjadi salah satu terapi keperawatan yang direkomendasikan saat ini.

Kata Kunci: *Stres Akademik, Auriculotherapy, Mahasiswa Keperawatan*

THE EFFECT OF AURICULOTHERAPY ON REDUCING ACADEMIC STRESS IN STUDENTS OF NURSING DEPARTMENT OF POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

***Shindi Widya Lastri, **Hermansyah, ***Dwi Wulandari**

*Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
**Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Email : shindicicien@gmail.com

ABSTRACT

The incidence of academic stress among nursing students is quite high. Globally, the stress level among nursing students ranges from 38% to 71%, with the highest rates in Asia reaching 61.3% (Jeong et al., 2019). One of the contributing factors is the heavy workload and complex academic demands. Efforts are needed to reduce academic stress, one of which is through the application of auriculotherapy. The aim of this study was to determine the effect of auriculotherapy on reducing academic stress among students of the Nursing Department at Poltekkes Kemenkes Bengkulu. This research employed a quantitative approach with a quasi-experimental design using a pre-test and post-test with control group design. Respondents were divided into two groups: the intervention group and the control group. The intervention group received auriculotherapy, while the control group was given guided imagery relaxation techniques. The sample was selected using proportional random sampling, totaling 40 students, and data were analyzed using the Independent Samples T-test. The results showed a difference in the average stress levels between the intervention and control groups. Statistical testing using the independent t-test yielded a p-value of 0.021 ($p \leq 0.05$), indicating that auriculotherapy had a significant effect on reducing academic stress among students. It can be concluded that auriculotherapy can be administered to students to reduce academic stress and is currently recommended as one of the nursing therapies.

***Keywords**: Academic Stress, Auriculotherapy, Nursing Students*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKIRPSI ..... **iii**
PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **v**
PERSEMBAHAN ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xiv**
DAFTAR TABEL ..... **xvi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvii**
DAFTAR BAGAN ..... **xviii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xix**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5

BAB II TINJAUAN TEORITIS **7**
A. Konsep Dasar Stres 7
1. Pengertian Stres 7
2. Teori Stres 7
3. Jenis-jenis Stres 14
4. Sumber-sumber Stres 16
5. Gejala Stres 17
6. Tingkatan Stres 17
B. Konsep Dasar Stres Akademik 19
1. Pengertian Stres Akademik 19
2. Faktor Stres Akademik Pada Mahasiswa 19
3. Dampak Stres Akademik 22
4. Hubungan Stres Akademik dengan faktor lainnya (Frustasi dan Kecemasan) 24
5. Manajemen Stres Akademik 25
C. Konsep Dasar *Auriculotherapy* 26
1. Pengertian 26
2. Sejarah *Auriculotherapy* 28
3. Cara Kerja *Auriculotherapy* 28
4. Metode Pengukuran 29
D. Pengaruh *Auriculotherapy* Terhadap Stres Akademik 31
E. Kerangka Teori 33

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERESIONAL **34**
A. Kerangka Konsep 34
B. Definisi Operasional 35
C. Hipotesis Penelitian 36

BAB IV METODE PENELITIAN 37
A. Jenis Penelitian Dan Desain Penelitian 37
B. Variabel Penelitian 38
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian 38
D. Populasi dan Sampel Penelitian 38
E. Pengumpulan Data 42
F. Pengolahan Data 43
G. Analisis Data 44
H. Alur Penelitian 45
I. Etika Penelitian 46

BAB V HASIL PENELITIAN 48
A. Alur Penelitian 48
B. Analisis Univariat 49
C. Analisis Bivariat 51

BAB VI PEMBAHASAN 54
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil 54
B. Keterbatasan Penelitian 59

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN 61
A. Kesimpulan 61
B. Saran 61

DAFTAR PUSTAKA 63
LAMPIRAN 67

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional 21
Tabel 4.1 Penyebaran mahasiswa yang menjadi sampel 28
Tabel 4.2 Uji Bivariat..... 31
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Beban Akademik Dan Kegiatan Kampus 49
Tabel 5.2 Distribusi rata-rata skor stres akademik sebelum dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol..... 50
Tabel 5.3 Distribusi rata-rata skor stres akademik sesudah dilakukan Intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol..... 51
Tabel 5.4 Perbedaan Rata-Rata Skor Stress Akademik Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Perlakukan Pada Kelompok Intervensi..... 52
Tabel 5.5 Perbedaan Rata-Rata Skor Stress Akademik Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Perlakukan Pada Kelompok Kontrol 52
Tabel 5.6 Pengaruh Pemberian *Auriculotherapy* Terhadap Penurunan Tingkat Stres Akademik 53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Titik *Auriculotherapy* untuk penurunan stres.....17

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori 20
Bagan 3.1 Kerangka Konsep 21
Bagan 4.1 Rancangan Penelitian 24
Bagan 4.2 Alur Penelitian 32

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel 68
Lampiran 2. Hasil Analisis 70
Lampiran 3. Dokumentasi 78
Lampiran 4. Surat Persetujuan Responden 80
Lampiran 5. *Inform Consent* 81
Lampiran 6. Kuisioner Penelitian 82
Lampiran 7. SOP *Auriculotherapy* 84
Lampiran 8. SOP *Guided Imagery* 86
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian 88
Lampiran 10. Sertifikat *Ethical Cleareance* 89
Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Penelitian 90
Lampiran 12. Suarat DPMPTSP 91
Lampiran 13. Sertifikat Pelatihan *Auriculotheraphy* 92
Lampiran 14. Lembar Konsul Skripsi 93

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu