

INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA

FAKULTAS KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Mei 2025

Anis Hardiyanti

**HUBUNGAN *SELF HEALING* DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN ITEKES MAHARDIKA CIREBON YANG MENJALANI
PRAKTIK KLINIK TAHUN 2025**

xvi + 145 halaman + 8 tabel + 3 gambar + 17 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa keperawatan (77,8%) menghadapi tingkat stres sedang selama praktik klinik. *Self healing* merupakan penyembuhan perasaan emosi dan pikiran negatif serta sebagai metode mandiri dalam mengelola stres. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self healing* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang menjalani praktik klinik. **Metode:** Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan pendekatan *retrospektif*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat akhir dengan jumlah sampel 117 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Total Sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner *self healing* dengan 9 indikator; *forgiveness, gratitude, self compassion, mindfulness, positive self talk, expressive writing, relaksasi, imagery* didapatkan hasil uji validitas reliabilitas ($0.986 > 0.532$) dan kuesioner tingkat stres dengan 6 indikator; tidak mampu mengontrol amarah, tidak mampu menghadapi masalah yang dihadapi, gelisah, mudah tersinggung, mudah membandingkan diri sendiri dengan orang lain, merasa sering kesulitan dalam segala masalah yang dihadapi didapatkan hasil uji validitas reliabilitas ($correlation = 0.612$) dan dianalisis menggunakan uji *Rank Kendall's*. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan sebagian besar 65 responden (55,6%) memiliki *self healing* dengan kategori cukup dan 52 responden (44,4%) dengan kategori baik, pada variabel tingkat stres sebagian besar memiliki tingkat stres kategori sedang sebanyak 91 responden (77,8%), kategori stres berat 15 responden (12,8%) dan kategori stres ringan 11 responden (9,4%). Hasil uji statistik *Rank Kendall's* diperoleh nilai $r = (-.129)$ dan $p (value) = 0.047$ ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara *self healing* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan ITEKES Mahardika Cirebon yang menjalani praktik klinik tahun 2025. **Saran:** Diharapkan menjadi sumber informasi bagi mahasiswa keperawatan yang menjalani praktik klinik untuk melakukan *self healing* untuk mampu mengembangkan cara yang efektif dalam penanganan tingkat stres yang dialami.

Kata Kunci: *Self Healing*, Stres, Mahasiswa Keperawatan, Strategi Koping, Praktik Klinik.

Daftar pustaka: 46 (2018 – 2025)

MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH

HEALTH FACULTY

Study Program of Nursing Science

Mini Thesis, Mei 2025

Anis Hardiyanti

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF HEALING AND STRESS LEVELS
IN ITEKES MAHARDIKA CIREBON NURSING STUDENTS WHO
UNDERWENT FIELD CLINICAL IN 2025**

xvi + 145 page + 8 table + 3 picture + 17 attachment

ABSTRACT

Background: Nursing students (77.8%) face moderate levels of stress during clinical practice. Self healing is a healing of emotional feelings and negative thoughts as well as an independent method in managing stress. **Objective:** The purpose of this study is to find out the relationship between self-healing and stress levels in nursing students who undergo clinical practice. **Method:** The method used is a quantitative method with a retrospective approach. The population in this study is a final level nursing student with a total sample of 117 students. The sampling technique used is Total Sampling. Data was collected using a self-healing questionnaire with 9 indicators with reliability validity test results ($0.986 > 0.532$) and a stress level questionnaire with 6 indicators with reliability validity test results (correlation = 0.612) and analyzed using Kendall's Rank test. **Results:** The method used is quantitative method with retrospective approach. The population in this study is a final level nursing student with a total sample of 117 students. Data collected using a self healing questionnaire with 9 indicators; forgiveness, gratitude, self compassion, mindfulness, positive self talk, expressive writing, relaxation, imagery obtained from the reliability validity test ($0.986 > 0.532$) and stress level questionnaire with 6 indicators; unable to control anger, unable to face the problems faced, restless, irritable, easy to compare yourself with others, often feeling difficulties in all problems faced, the results of the reliability validity test (correlation = 0.612) and analyzed using Kendall's Rank test. **Conclusion:** There is a relationship between self-healing and stress levels in ITEKES Mahardika Cirebon nursing students who underwent clinical practice in 2025. **Suggestion:** It is expected to be a source of information for nursing students who undergo clinical practice to do self-treatment to be able to develop effective ways to handle the level of stress experienced.

Keywords: *Self Healing, Stress, Nursing Students, Coping Strategies, Clinical Practice.*

Bibliography: *46 (2018 – 2025)*