

## LAMPIRAN 1

### PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN



#### FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS ESA UNGGUL

Pernyataan Pemberian Izin oleh Responden

Judul Penelitian : Gambaran Kelelahan dan Stres pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul Tahun 2023

Peneliti : Rory Ariani Saragih

Nomor Induk Mahasiswa : 2019-030-1260

Contact Person: 085376429944

---

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan secara sukarela dan tidak ada unsur keterpaksaan dari siapapun, bersedia berperan serta dalam penelitian ini. Peneliti akan menjamin kerahasiaan identitas responden dan menjaga privasi sebagaimana etika didalam penelitian serta peneliti tidak ada konflik dengan responden. Oleh karena itu, saya telah diminta dan telah menyetujui untuk mengisi lembar observasi sebagai responden atau informan dalam penelitian ini membutuhkan waktu sekitar 10-20 menit untuk mengisi kuesioner. Peneliti telah menjelaskan tentang penelitian ini beserta dengan tujuan penelitiannya yaitu untuk mengetahui Gambaran Kelelahan dan Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Kesehatan Masyarakat Di Universitas Esa Unggul Tahun 2023.

Dengan manfaat yang didapat oleh saya yaitu dapat mengetahui gambaran kelelahan dan stres pada mahasiswa tingkat akhir saat proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, saya menyatakan kesediaan saya dan tidak berkeberatan memberi informasi dan jawaban pertanyaan yang diajukan kepada saya. Hal ini dilakukan hanya untuk tujuan penelitian saja.

Jakarta, .....2023

Universitas  
**Esa Unggul**

Menyetujui,

(Responden)

(Rory Ariani Saragih)

## LAMPIRAN 2

### **INFORMED CONSENT** **PERYATAAN TERTULIS SETELAH PENJELASAN**

Bahwa saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Umur :

Saya telah mendapatkan penjelasan tentang penelitian yang berjudul “Gambaran Kelelahan dan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul Tahun 2023”. Saya bersedia menjadi responden secara lengkap dan jelasserta nantinya akan mengisi jawaban pada lembar kuesioner yang akan diberikan dan diobservasi oleh peneliti. Saya yang akan mengisi jawaban pada lembar observasi sebelumnya yang sudah diberikan penjelasan maksud dan tujuan penelitian dilakukan pada lembar sebelum persetujuan. Dalam penelitian ini, saya memberikan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi saya sebenarnya, sejujurnya dan apa adanya. Adapun manfaat yang nantinya diterima oleh saya adalah dapat menjadi bahan masukan yang positif dan informasi mengenai kelelahan dan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Keikutsertaan/partisipasi ibu dalam penelitian tanpa ada risiko apapun. Identitas, data maupun jawaban yang ibu berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini, dijamin kerahasiannya dan tidak disebarluaskan.

Dengan ini saya secara sukarela dan dengan penuh kesadaran serta tanpa adanya keterpaksaan menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian. Dalam mengisi kuesioner sebagai responden atau informan membutuhkan waktu sekitar 10-20 menit untuk mengisi kuesioner.



Universitas  
**Esa Unggul**

Jakarta,.....2023

Menyetujui,

(Responden)

(Rory Ariani Saragih)



Universitas  
**Esa Unggul**



Univers  
**Esa**

## LAMPIRAN 3

### KUESIONER PENELITIAN

#### A. Pengantar

Bapak/Ibu yang terhormat,

Mohon kesediaannya untuk meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner berikut. Kuesioner ini merupakan salah satu instrument penelitian awal yang dilakukan oleh:

Peneliti : Rory Ariani Saragih

NIM : 20190301260

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Fakultas : Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)

Perguruan Tinggi : Universitas Esa Unggul

Kuesioner ini merupakan instrument untuk memenuhi penelitian skripsi dalam menyelesaikan Tugas Akhir (Skripsi) Program Sarjana.

Terima Kasih

#### B. Petunjuk Pengisian

- a. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan pendapat Bapak/Ibu dan apa yang Bapak/Ibu rasakan selama proses penyusunan skripsi, dengan cara memilih pada salah satu kategori
- b. Dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, tidak ada jawaban yang salah. Oleh sebab itu, usahakan agar tidak ada jawaban yang dikosongkan.
- c. Kuesioner ini hanya untuk kepentingan penelitian saja, tidak untuk dipublikasikan. Oleh karena itu diharapkan Bapak/Ibu menjawab pertanyaan-pertanyaan ini dengan jujur.

Identitas Responden

1. Nama Responden :
2. Jenis Kelamin :
3. Usia :
4. Semester :
5. Paralel/Reguler :
6. Apakah saat ini sedang mengambil skripsi? :  
Apakah anda sudah menandatangani pakta integritas dan menguploadnya ke *google drive* prodi Kesmas? :

## LAMPIRAN 4

### Kuesioner Stress DASS-21

#### Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Anda dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.

2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.

3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Anda diminta untuk menjawab dengan cara mengisi jawaban pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Anda selama satu minggu belakangan ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah dengan cepat berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Anda.

No	Pernyataan	0	1	2	3
1	Saya merasa sulit untuk beristirahat				
2	Saya merasa bibir saya sering kering				
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif				
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya)				

5	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi				
7	Saat merasa gemetar (misalnya: pada tangan)				
8	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas				
9	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan				
11	Saya menemukan diri saya mudah gelisah				
12	Saya merasa sulit untuk bersantai				
13	Saya merasa putus asa dan sedih				
14	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan				
15	Saya merasa saya hampir panik				
16	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun				
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia				
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung				
19	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah)				
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas				
21	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti				

## LAMPIRAN 5

### Kuesioner Kelelahan (*Fatigue Assessment Scale*)

#### Cara Penilaian Kuesioner Kelelahan (FAS):

Skor untuk pertanyaan nomor 1-3, 5-9:

- Tidak pernah : 1
- Kadang-kadang : 2
- Dirasakan secara teratur : 3
- Sering dialami : 4
- Selalu dialami : 5

Skor untuk pertanyaan nomor 4 dan 10:

- Tidak pernah : 5
- Kadang-kadang : 4
- Dirasakan secara teratur : 3
- Sering dialami : 2
- Selalu dialami : 1

No	Pertanyaan	Tidak pernah	Kadang-kadang	Dirasakan secara teratur	Sering dialami	Selalu dialami
1	Saya sangat terganggu oleh rasa lelah yang saya rasakan					
2	Saya mudah merasa lelah					
3	Saya tidak banyak melakukan kegiatan di siang hari					
4	Saya merasa memiliki energi yang cukup untuk melakukan aktivitas harian saya					
5	Secara fisik, saya merasa lelah					

6	Saya merasa sulit untuk mulai mengerjakan sesuatu					
7	Saya merasa kesulitan untuk berpikir secara jernih					
8	Saya merasa malas untuk melakukan berbagai kegiatan					
9	Secara mental saya merasa lelah					
10	Ketika saya sedang melakukan kegiatan, saya dengan mudah berkonsentrasi penuh					

## LAMPIRAN 6

### Surat Ijin Penelitian



Nomor : 252/FIKES/KESMAS/UEU/VII/2023  
Perihal : Permohonan Penelitian

Jakarta, 31 Juli 2023

Kepada Yth,  
Bapak/Ibu Kepala BAP Universitas Esa Unggul  
Universitas Esa Unggul

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan pelaksanaan Penelitian Skripsi/Tugas Akhir mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul maka bersama ini kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami di instansi bapak/Ibu pimpin.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

No	NAMA	NIM	NO. TELEPON	Judul
1.	Rory Ariani Saragih	20190301260	085376429944	Gambaran Kelelahan dan Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Kesehatan Masyarakat Di Universitas Esa Unggul Tahun 2023

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ESA UNGGUL



Prof. Dr. apt. Aprilita Rina Yanti Eff., M.Biomed.  
DEKAN

## LAMPIRAN 7

### Hasil Output SPSS

		Stres			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Normal	6	8.6	8.6	8.6
	Ringan	3	4.3	4.3	12.9
	Sedang	3	4.3	4.3	17.1
	Berat	8	11.4	11.4	28.6
	Sangat berat	50	71.4	71.4	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

		Kelelahan			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Normal	12	17.1	17.1	17.1
	Sedang	48	68.6	68.6	85.7
	Parah	10	14.3	14.3	100.0
	Total	70	100.0	100.0	