

# GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES MAHASISWA DALAM MENGHADAPI PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DI INSTITUSI PENDIDIKAN SWASTA DI SEMARANG

Rindayati Rofiah\*, Achmad Syaifudin\*\*

\*) Prodi DIII Keperawatan STIKES Karya Husada Semarang

\*\*\*) Departemen Dasar dan Manajemen Prodi S1 Keperawatan Stikes Karya Husada Semarang

Email: [achmad\\_syaifudin77@yahoo.com](mailto:achmad_syaifudin77@yahoo.com)

## ABSTRAK

Latar Belakang : Stres telah menjadi mimpi buruk bagi mahasiswa, Salah satunya banyak dialami oleh mahasiswa yang menjalankan praktek klinik. Kondisi stress juga mendorong terjadinya perubahan perilaku pada mahasiswa D3 keperawatan seperti penurunan minat dan aktivitas, penurunan energi, tidak masuk atau terlambat. Pembelajaran pada program D3 keperawatan juga dapat memicu stres karena menjadi kegiatan yang sulit bagi mahasiswa. Umumnya kesulitan-kesulitan yang ada berkaitan pada masalah interpersonal, perasaan frustasi dan perasaan lelah yang muncul pada saat kebutuhan mahasiswa teridentifikasi dengan baik, serta situasi nyata di lapangan yang tidak sekedar menggambarkan situasi dalam teori Tujuan: memberikan gambaran fakto - faktor yang berhubungan dengan stres mahasiswa dalam menghadapi praktek klinik keperawatan. Metode :Jenis penelitian adalah deskriptip kuantitatif. Instrumen/ alat penelitian yang digunakan. adalah kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester IV yang sedang melakukan praktek klinik keperawatan sebanyak 62 mahasiswa. Sampel sebanyak 62 responden dengan teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Analisa data dalam penelitian ini adalah analisa univariat. Hasil Penelitian: 62 responden, diperoleh umur mahasiswa sebagian besar adalah umur 17 –20 tahun (87,1%), jenis kelamin sebagian besar adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 responden (69,4%), sosial ekonomi mahasiswa sebagian besar tinggi (61,3%), tingkat stres pada mahasiswa sebagian besar mengalami stres ringan (74,2%). Simpulan dan saran :Sebagian besar mahasiswa berumur < 20 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan, sebagian besar mahasiswa mempunyai sosial ekonomi yang tinggi dan sebagian besar mahasiswa mengalami stres ringan. Sebelum melaksanakan praktek klinik keperawatan hendaknya mahasiswa harus mempunyai bekal yang cukup seperti teori dan skill yang cukup sebagai bekal dalam menjalankan praktek klinik keperawatan.

*Kata Kunci: Umur, jenis kelamin, sosial ekonomi, tingkat stres pada mahasiswa.*

## Pendahuluan

Pendidikan keperawatan saat ini dituntut untuk dapat menghasilkan lulusan tenaga keperawatan yang kompeten dan berstandar nasional maupun internasional (Nurhadi, 2005). Penyelenggaraan pendidikan dituntut dapat dengan cepat merespon proses pembelajaran yang kompleks dan berkelanjutan dalam menghasilkan lulusan yang mempunyai kemampuan dapat bekerja sesuai bidang ilmunya dan diterima dimasyarakat secara baik, oleh karena itu suatu Perguruan Tinggi harus membekali peserta didiknya dengan *attitude, knowledge, skill* dan *insight* sehingga dapat menciptakan

lulusan perawat yang berkualitas dan memiliki daya saing tinggi (Nursalam & Ferry, 2008).

Stres telah menjadi mimpi buruk bagi mahasiswa, Salah satunya banyak dialami oleh mahasiswa yang menjalankan praktek klinik. Kondisi stress juga mendorong terjadinya perubahan perilaku pada mahasiswa D3 keperawatan seperti penurunan minat dan aktivitas, penurunan energi, tidak masuk atau terlambat. Pembelajaran pada program D3 keperawatan juga dapat memicu stres karena menjadi kegiatan yang sulit bagi mahasiswa. Umumnya kesulitan-kesulitan yang ada berkaitan pada masalah interpersonal, perasaan frustasi dan

perasaan lelah yang muncul pada saat kebutuhan mahasiswa teridentifikasi dengan baik, serta situasi nyata di lapangan yang tidak sekedar menggambarkan situasi dalam teori. Tujuan dari praktik klinik selain menerapkan konsep adalah diharapkan peserta didik lebih aktif dalam setiap tindakan sehingga terampil dalam menggunakan teori dan tindakan. Hal lain yang menjadi pencapaian di lahan klinik adalah kemampuan pengambilan keputusan klinis yang mengintegrasikan teori, hukum, pengetahuan, prinsip dan pemakaian keterampilan khusus. Di lahan klinik peserta didik juga dapat bereksperimen dengan menggunakan konsep dan teori untuk praktik, menyelesaikan masalah dan mengembangkan bentuk perawatan baru (Nursalam & Ferry, 2008).

Salah satu jenjang pendidikan formal yang menyelenggarakan kegiatan pembelajaran adalah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES). Sekolah tinggi di Indonesia adalah program pendidikan yang diselenggarakan setelah sekolah menengah keatas. Sekolah tinggi bertujuan untuk menyiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan vokasional, teknologi dan seni. Adapun tugas pokok dari sekolah tinggi diantaranya meliputi bidang pendidikan, kesehatan, penelitian dan pengabdian masyarakat. Untuk melaksanakan tri dharma perguruan tinggi, sekolah tinggi menyelenggarakan pendidikan akademik dan pendidikan vokasional. Pendidikan akademik terdiri atas program sarjana strata 1 (S1). Program vokasional terdiri atas program Diploma III dan Diploma IV. Dalam pendidikan akademik dan vokasional mempunyai beban studi yang harus diselesaikan, serta waktu tempuh yang harus dicapai sesuai peraturan yang berlaku. Kenyataannya setiap tahun mahasiswa di institusi pendidikan swasta di Semarang selalu menjalankan praktek klinik baik S1 keperawatan, D III

keperawatan, D III kebidanan dan profesi Ners. Pada praktek klinik mahasiswa dituntut untuk mandiri dan cekatan selain itu mahasiswa juga dibebankan untuk membuat aspek individu dan aspek kelompok sebagai bukti bahwa telah mengikuti praktek klinik. Beban yang melebihi kemampuan menghadapinya didefinisikan sebagai stress, seperti yang diungkapkan Hans Selye dalam Hidayat (2008).

Stress merupakan respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Berdasarkan pengertian tersebut dapat dikatakan stress apabila seseorang mengalami beban atau tugas yang berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan berespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga orang tersebut dalam mengalami stress (Hidayat, 2008). Tingkat dan gangguan kesehatan mental pelajar dan mahasiswa dewasa ini meningkat lima kali lebih tinggi dibandingkan kondisi yang diderita pelajar dan mahasiswa pada era depresi besar 1983 silam. Pemicunya berasal dari sekolah dan budaya populer dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan temuan WHO, stress merupakan masalah kesehatan masyarakat nomor empat di dunia dan akan menjadi nomor dua pada tahun 2020. Pada tahun 1995, penderita non psikotis di Indonesia seperti stress dan kecemasan sekitar 80 diantaranya 100 orang penduduk (Depkes, 2005).

Penelitian yang dilakukan oleh Ani Setyani (2004), menunjukkan 2 faktor penyebab stress mahasiswa, antara lain : faktor intern yang terdiri dari intelegensi, kesehatan, minat, motivasi, dan faktor ekstern yang terdiri dari lingkungan keluarga, lingkungan kampus dan lingkungan masyarakat. Penelitian Erni Syofia (2009) menyatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan faktor eksternal lebih cenderung menyebabkan stress pada mahasiswa yang sedang menjalankan praktek klinik pertamanya. Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan stress saat

praktek klinik pertamanya adalah beban mengerjakan aspek yang di tarjet, CI klinik dan mahasiswa dituntut untuk bisa berbicara langsung dengan pasien dengan menggunakan komunikasi terapeutik. Adapun tincatan stress yang dialami mahasiswa yang sedang melaksanakan praktik klinik pertamanya adalah 9 orang (11,1%) stres ringan, 69 orang (85,2%) stres sedang, 3 orang (3,7%) yang mempunyai tingkat stres berat. Beberapa penelitian yang terkait dengan praktek klinik pertamanya yaitu penelitian menunjukkan bahwa stress memberi kontribusi 50 – 70 % terhadap timbulnya sebagian besar penyakit seperti penyakit kardiovaskuler, hipertensi, kanker, penyakit kulit, penyakit metabolic dan hormone, serta lain sebagainya.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2014 data yang di peroleh dari 15 orang mahasiswa STIKES Karya Husada Semarang D3 keperawatan semester III yang menjalankan praktek klinik menyatakan mengalami stress ketika dalam melaksanakan praktek klinik, sumber penyebab stress yaitu tindakan yang mereka lakukan langsung terhadap klien dan menyangkut masalah nyawa seseorang, merasa tidak percaya diri dalam melaksanakan tugas, takut melakukan kesalahan, takut saat menghadapi klien yang sedang menghadapi sakaratul maut atau perawat senior yang tidak bersahabat. Selain itu pulang ke kost harus mengerjakan tugas seperti membuat dokumen asuhan keperawatan, laporan pendahuluan dan strategi pelaksanaan. Dari pengamatan yang dilakukan penulis sendiri, hampir seluruh mahasiswa saat melakukan praktek klinik mengeluh dan mengalami stres. Mahasiswa mengeluh stress karena belum bisa berbicara lancar saat di depan pasien dan tidak bisa menjawab pertanyaan yang diajukan CI. Sementara mahasiswa yang lain mengungkapkan merasa tidak mampu mengerjakan laporannya secara maksimal dan tepat waktu.

Pertanyaan penelitian adalah bagaimana gambaran faktor – faktor yang berhubungan dengan stres terhadap mahasiswa dalam menghadapi praktek klinik keperawatan di institusi pendidikan swasta di Semarang”?

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan suatu objektif (Setiadi, 2007). Penelitian ini menggambarkan tentang Gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan stres mahasiswa dalam menghadapi praktek klinik keperawatan di institusi pendidikan swasta di Semarang, metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode survey yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara mengambil sampel dari suatu populasi tertentu dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data (Sutrisno, 2008). Waktu penelitian ini akan dilakukan pada bulan Desember 2013 hingga Juli 2014. Penelitian ini dilakukan di di institusi pendidikan swasta di Semarang dengan alasan selain lokasi dekat dengan asrama tempat saya tinggal dan lebih memudahkan dalam mencari data – data yang ada selain itu dalam studi pendahuluan di dapatkan pernyataan mahasiswa adanya masalah stress mahasiswa dalam menghadapi praktek klinik keperawatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa di institusi pendidikan swasta di Semarang yang sedang menghadapi praktek klinik semester IV dengan jumlah 72 responden. Sampel penelitian ini adalah bagian dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling, dikatakan simple (sederhana) karena cara pengambilan sampel dari semua anggota populasi dilakukan secara acak tanpa

memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi dimana sampel di peroleh secara acak dengan cara memakai kocokan.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yaitu daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik, matang dimana responden tinggal memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda – tanda tertentu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang meliputi: Kuesioner yang berisi tentang faktor-faktor stres pada mahasiswa saat praktek terdiri dari 20 pertanyaan dengan pilihan jawaban Ya atau Tidak. Pertanyaan dibagi menjadi dua yaitu *favourable* dan pertanyaan *unfavourable*. Pada pertanyaan *favourable* jika menjawab Ya diberi skor 1 (satu), dan Tidak diberi skor 0 (nol). Pada pertanyaan *unfavourable* jika menjawab Ya diberi skor 0 (nol) dan Tidak diberi skor 1 (satu).

## Hasil Penelitian

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Mahasiswa Prodi D III Keperawatan di Institusi Pendidikan Swasta di Semarang Tahun 2014**

Umur	Frekuensi	Prosentase
Umur 20 < tahun	54	87,1%
Umur > 20 tahun	8	12,9%
<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 1 tersebut diatas maka dapat diketahui bahwa umur rata – rata mahasiswa D III Keperawatan di institusi pendidikan swasta di Semarang berumur antara kurang dari sama dengan 20 tahun sebanyak 54 responden (87,1%) dan umur >20 tahun sebanyak 8 responden (12,9%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Mahasiswa Prodi D III Keperawatan di Institusi Pendidikan Swasta di Semarang Tahun 2014**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase
Laki – laki	19	30,6%
Perempuan	43	69,4%
<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 2 tersebut diatas maka dapat diketahui bahwa dari 62 responden sebagian besar mahasiswa D III Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 responden (69,4%) dan sebagian kecil berjenis kelamin laki – laki sebanyak 19 responden ( 30,6%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Sosial Ekonomi Mahasiswa Prodi D III Keperawatan di Institusi Pendidikan Swasta di Semarang Tahun 2014**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	38	61,3%
Rendah	24	38,7%
<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 3 tersebut diatas maka dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa D III Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang mempunyai sosial ekonomi tinggi sebanyak 38 responden (61,3%) dan sebagian kecil mahasiswa mempunyai status ekonomi kurang rendah sebanyak 24 responden (38,9%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Praktek Klinik Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang Tahun 2014**

Tingkat Stres	Frekuensi	Prosentase
Ringan	46	74,2%
Sedang	16	25,8%
<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4 tersebut diatas maka dapat diketahui bahwa mahasiswa DIII Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang mengalami stres ringan sebanyak 46 responden (21,7%), stres sedang sebanyak 16 responden (25,8%) dan mahasiswa tidak ada yang mengalami stres berat.

## Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa DIII Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang mengalami stres ringan sebanyak 46 responden (74,2%) sedangkan yang mengalami stres sedang sebanyak 16 responden (25,8%) dan tidak ada mahasiswa yang mengalami stres berat. Stres ringan adalah stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya mudah lupa, merasa mudah letih/lelah dan cepat capek. Sedangkan stres sedang adalah biasanya terjadi lebih lama, dari beberapa jam sampai beberapa hari misalnya perselisihan kesepakatan yang belum selesai, mengharapakan pekerjaan baru dan permasalahan keluarga. Tingkat stres dan gangguan kesehatan mental pelajar dan mahasiswa dewasa ini meningkat lima kali lebih tinggi dibandingkan kondisi yang diderita pelajar dan mahasiswa pada era depresi besar 1990 silam. Pemicunya berasal dari sekolah dan budaya populer dalam kehidupan sehari – hari. Berdasarkan temuan WHO, stres merupakan masalah kesehatan masyarakat nomer empat di dunia dan akan menjadi nomer dua pada tahun 2020. Stres merupakan hal yang melekat pada kehidupan siapa saja dalam bentuk tertentu, dalam kadar berat ringan yang berbeda dan dalam jangka panjang pendek yang tidak sama, pernah atau akan mengalaminya dan tidak seorang pun terhindar dari padanya. Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin “*singere*” yang bearti “keras” (*stricus*). Istilah ini mengalami perubahan seiring

dengan perkembangan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*, *siresce*, dan *stress* (Yosep, 2007).

Praktek Klinik merupakan suatu kegiatan yang dirancang untuk memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa dalam mencapai keberhasilan program pendidikan. Pengalaman belajar dalam bentuk praktek klinik, merupakan kesempatan bagi peserta didik untuk menerapkan seluruh teori yang didapat dikelas maupun di laboratorium ke dalam suatu tatanan yang nyata yaitu lahan praktek di rumah sakit. Praktek klinik diharapkan bukan hanya sekedar kesempatan untuk menerapkan teori yang dipelajari dikelas dalam praktek. Melalui praktek klinik mahasiswa diharapkan lebih aktif dalam setiap tindakan sehingga akan menjadi orang yang cekatan dalam menggunakan teori tindakan. Lebih lanjut lagi, praktek keperawatan dibidang pelayanan keperawatan mencakup banyak hal termasuk diantaranya pengambilan keputusan klinis yang menginterpretasikan teori, hukum, pengetahuan, prinsip dan pemakaian keterampilan khusus, tidak kalah pentingnya adalah bagaimana perawat menerima klien sebagai makhluk hidup yang utuh, unik dan mandiri dengan hak – haknya yang tidak dapat dipisahkan. Selama praktek klinik mahasiswa dapat bereksperimen menggunakan konsep dan teori untuk praktek, menyesuaikan tempat yang baru (Satria, 2010).

Selama menjalankan praktek klinik keperawatan rata – rata mahasiswa biasanya dituntut untuk selalu aktif dan disiplin dalam setiap melakukan serangkaian tindakan dan juga langkah – langkah atau metode yang ilmiah disertai pola pikir yang kritis diharapkan setiap mahasiswa mempunyai pola pikir yang seperti itu. Mahasiswa yang mengalami stress ringan biasanya mudah lupa jika disuruh untuk mengerjakan beberapa tindakan. Sedangkan mahasiswa yang mengalami stres sedang disebabkan oleh

perselisihan kesepakatan saat dilahan praktek dengan temannya sendiri, sebab kerja yang berlebihan / tidak mau membagi tindakan antara teman satu dengan teman yang lainnya. Hal seperti itulah yang dapat memicu timbulnya stres pada setiap mahasiswa yang sedang menjalankan praktek. Pada pelaksanaan praktek klinik keperawatan mahasiswa didampingi oleh dosen pembimbing, tugas pembimbing adalah mengarahkan pembuatan laporan atau askep dan memberikan motivasi – motivasi yang positif agar mahasiswa dalam menjalankan praktek selalu semangat ( Erni, 2010 ).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres ringan, dimana pada tahap ini, penyebab timbulnya stress karena mudah lupa, merasa letih, merasa mudah lelah dan cepat capai. Tuntutan akademis dalam menjalankan praktek klinik keperawatan membuat mahasiswa merasa dituntut untuk meraih pencapaian yang lebih atau sesuai target terkadang juga lebih yang telah ditentukan baik oleh rumah sakit atau institusi maupun dari mahasiswa itu sendiri. Tuntutan tersebut dapat memberikan tekanan yang melampaui batas kemampuan mahasiswa itu sendiri. Ketika hal ini terjadi, maka beban yang berlebihan tersebut akan mengundang stres pada mahasiswa. Hubungan dengan orang lain baik dengan teman praktek atau bukan, memiliki pengaruh yang besar bagi mahasiswa. Gangguan pada aspek tersebut dapat menjadi stresor, yang sering kali berkaitan dengan perasaan sendiri atau kesepian, apalagi saat mengalami masalah atau kesulitan yang membutuhkan teman untuk bercerita. Praktek tidak hanya sekedar belajar dirumah sakit. Menjalani praktek keperawatan berarti terlibat dengan lingkungan sosial ditempat tersebut, sehingga keuangan tidak hanya diperlukan untuk biaya praktek saja, namun untuk kebutuhan hidup dan

kebutuhan lainnya yang diperlukan. Hal ini dapat menjadi salah satu sumber stressor bila segi finansial kurang mencukupi (Subekti, 2009 )

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran faktor – faktor yang berhubungan dengan stres mahasiswa dalam menghadapi praktek klinik keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang, maka simpulan dalam penelitian ini adalah: Mahasiswa DIII Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang, mayoritas berumur kurang dari sama dengan 20 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar mempunyai sosial ekonomi tinggi. Kesimpulan lainnya adalah mahasiswa DIII Keperawatan Institusi Pendidikan Swasta di Semarang sebagian besar mengalami stres ringan dalam menghadapi praktek klinik keperawatan.

## Daftar Pustaka

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dharma, K. K. 2011. *Mencari makna di balik penulisan skripsi, tesis, dan disertasi*. Edisi 1. Bandung: Kappa Sigma
- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia, Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika
- Lazarus RS, Folkman S. 1948 *Stress appraisal and coping*. New York : Springer Publishing Company
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nurhadi. 2004. *Pembelajaran Kontekstual dan penerapannya dalam Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK)*. Malang: UM Press
- Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Nursalam & Ferry efendi. 2008. *Pendidikan dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter,P.A., dan perry, A.G. 2005. *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik. Volume 1. Ed. 4*. Jakarta: EGC
- Suddarth, Brunner. 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8 vol 1 Jakarta: EGC.
- Yosep, 2007. *Metode Supernol Menaklukkan stres*. Jakarta: Hikmah