

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA KEPERAWATAN MENGHADAPI PRAKTEK BELAJAR LAPANGAN DI RUMAH SAKIT

Tyas Ardi Suminarsis*
Agus Sudaryanto, S.Kep., Ns., M.Kes **

Abstract

Nursing is a professional service that integral part of medicine service. Clinic practice nursing is a transformation to be a professional nurse that give an opportunity for adaptation of her job to do the nursing care and implementation the professional skills. Stress can happen in anywhere and whoever, include a student. Student who has difficulty adapt is separate stressor will pursue learning process to teach causing influences learning process. Management stress done by nursing student in facing stressor in area of using practice working more using refreshing technique up to 75.3%, it caused by the technique more cheaper and can be done with others. Education factor Treatment, family and development duty of contribution to process coping student and will have an effect on the appearance academic. Knowing the relation between stress level with coping mechanism of the clinic nursing student's clinic practice in the hospital. Descriptive correlative research method with sectional approach, executed in dr. moewardi Hospital and Muhammadiyah University of Surakarta. Research on 22 June until 1 July 2009. the population students of PSIK UMS programme A (regular) grade 2007, executes practicing field learning in hospital are 87. The sampling method is proportional random sampling count 47 samples. Variable dependent: coping mechanism, Variable independent: the rate of stress of students at the first time of learning practice working. Analyzed applies with statistic Chi Square test (X^2). The result of the examination relation between stress level student with coping mechanism is value $X^2 = 19.950$ with p -value = 0.001. Concluded there is correlation between stress level student with coping mechanism at UMS's students that executes practicing working in hospital. Excelsior level of stress student, increasingly coping mechanism UMS's student are executes practicing learning at hospital tends is maladaptive.

Keyword: nursing, clinic practice, level of stres, coping mechanism,

*Tyas Arsi S

Mahasiswa S1 Keperawatan FIK UMS Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura.

**Agus Sudaryanto

Dosen Jurusan Keperawatan FIK UMS Jln. Ahmad Yani Tromol Pos I Pabelan Kartasura.

PENDAHULUAN

Stress merupakan fakta hidup, individu bereaksi secara berbeda terhadap stressor bergantung pada berbagai faktor yang salah satunya oleh bagaimana individu memaknai peristiwa yang menimbulkan stress tersebut (stressor). Manajemen koping, harapan terhadap *self-efficacy*, daya psikologis, optimisme, dukungan sosial, merupakan faktor psikologis

yang dapat mengurangi atau menahan stress (Nevid, 2003).

Stress dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa. Mahasiswa dengan kesulitan menyesuaikan diri dapat merupakan stressor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi proses belajar. Keberhasilan proses belajar-mengajar

sebagai tujuan utama pendidikan tidaklah semata-mata ditentukan oleh faktor-faktor yang bersifat akademik, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor non akademik. Dalam faktor eksternal dapat bersifat eksternal maupun internal. Faktor eksternal dapat berupa dukungan maupun hambatan lingkungan, fasilitas, sistem sosial ekonomi, kondisi alam dan lain sebagainya. Adapun faktor internal dapat berupa kondisi kesehatan jasmani maupun kondisi kesehatan psikis atau emosional. Faktor internal memegang peranan yang paling menentukan dalam keberhasilan proses belajar karena kesehatan psikis seorang mahasiswa dapat berubah dengan adanya perubahan lingkungan (Sumarni, 1998).

Mahasiswa keperawatan merupakan seorang calon perawat profesional yang akan melaksanakan asuhan keperawatan di pelayanan kesehatan. Dalam melaksanakan asuhan keperawatan seorang perawat akan mengalami stress kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress perawat dengan kategori tinggi sebesar 47%, tingkat stress yang tinggi cenderung mengarah pada gangguan fisiologis, seperti : sering mengalami sakit kepala(pusing), tekanan darah meningkat, mengalami ketegangan dalam bekerja, sering mengalami jantung berdebar, bola mata melebar, berkeringat dingin, nyeri leher dan bahu (Ilmi, 2003).

Manajemen stress yang dilakukan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi stressor di lahan praktek lebih banyak menggunakan teknik refreasing sebesar 75,3%, karena teknik tersebut mungkin lebih murah dan bisa dilakukan bersama orang lain. Faktor pendidikan keperawatan, keluarga dan tugas perkembangan berkontribusi terhadap proses coping mahasiswa dan akan berpengaruh terhadap penampilan akademik.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: "Mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan mekanisme coping pada mahasiswa keperawatan menghadapi praktek belajar lapangan di rumah sakit."

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah metode penelitian descriptive correlative yaitu suatu metode penelitian dengan tujuan utama untuk membuat

gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara obyektif kemudian menganalisa keadaan tersebut untuk mengetahui korelasi antara suatu variabel dengan variabel lain. Dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang bertujuan untuk mempelajari hubungan sekaligus pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat dimana semua variabel tersebut diobservasi hanya sekali pada saat yang sama (Notoatmojo, 2002).

Penelitian ini akan dilaksanakan di RS dr. Moewardi dan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian dilakukan pada tanggal 22 Juni sampai tanggal 1 Juli 2009.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah mahasiswa PSIK UMS program A (regular) tahun angkatan 2007 yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit dengan jumlah 87 orang mahasiswa.

Dari populasi sebanyak 87 orang mahasiswa, besar sample diperoleh hasil sebanyak 47 orang mahasiswa.

Metode yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *proporsional random sampling* atau sampel imbalanced.

Dalam menentukan kriteria sampel peneliti menggunakan kriteria sebagai berikut :

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum dari subyek penelitian yang layak untuk dilakukan penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi :

- a) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS program A (regular) tahun angkatan 2007
- b) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS yang telah melaksanakan praktik belajar lapangan di Rumah Sakit.
- c) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS yang bersedia menjadi responden

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan dimana subyek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak

memenuhi syarat sebagai sampel penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah ;

- a) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS program A angkatan 2007 yang sakit saat mengikuti praktek
- b) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS Program A angkatan 2007 yang membolos praktek.
- c) Mahasiswa Program Study S1 Keperawatan UMS yang tidak bersedia menjadi responden.

Dalam melakukan analisa data peneliti menggunakan uji statistik Chi Kuadrat (X^2) yang digunakan untuk menguji hipotesis bila dalam populasi terdiri atas dua variabel atau lebih dan skala dalam penelitian ini adalah ordinal dan nominal(Sugiyono, 2007).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Tingkat stres mahasiswa

Tingkat stres mahasiswa adalah Merupakan suatu kondisi dimana keadaan tubuh terganggu karena tekanan psikologis. Istilah stres menunjukkan suatu tekanan atau tuntutan yang dialami individu atau organisme agar dapat beradaptasi atau menyesuaikan diri. Data tingkat stres mahasiswa diperoleh dari pengumpulan angket tingkat stres mahasiswa. Kategori tingkat stres mahasiswa responden ditentukan dari jumlah skor jawaban responden terhadap angket tingkat stres mahasiswa yang terdiri dari 14 pertanyaan dengan skor jawaban antara 0 – 3. Kriteria tingkat stres adalah sebagai berikut: ringan: 0 – 14, sedang: 15 – 27, dan berat: 28 – 42.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa

No	Tingkat stres mahasiswa	Jumlah	Prosentase (%)
1	Ringan	12	26
2	Sedang	22	47
3	Berat	13	28
Jumlah		47	100

Bahwa tingkat stres responden rata-rata adalah sedang yaitu 22 responden (47%), selanjutnya kategori berat sebanyak 13 responden (28%), dan stres ringan sebanyak 12 responden (26%).

2. Mekanisme koping

Pengukuran mekanisme koping mahasiswa menggunakan skala koping COPE Scales. Kategori mekanisme koping pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit ditentukan dari jumlah skor jawaban responden terhadap angket mekanisme koping yang terdiri dari 22 pernyataan. Dengan hasil penilaian total skor: 0-44 = mekanisme koping mal adaptif, 45-88 = mekanisme koping adaptif. Distribusi responden menurut mekanisme koping disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Mekanisme koping

No	Mekanisme Koping	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Maladaptif	20	43
2.	Adaptif	27	57
Jumlah		47	100

Berdasarkan tabel di atas nampak bahwa rata-rata responden memiliki mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 27 responden (57%), dan 20 responden (43%) memiliki mekanisme koping mal adaptif

3. Tabulasi Silang

Tabel 4 Tabulasi Silang Mekanisme Koping Ditinjau dari Tingkat Stres

Tingkat stres mahasiswa	Mekanisme koping				Total	
	Maladaptif		Adaptif			
	F	%	Fr	%	F	%
Ringan	1	8	11	92	12	100
Sedang	7	32	15	68	22	100
Tinggi	12	92	1	8	13	100
Total	20	43	27	57	47	100

Tabulasi silang distribusi mekanisme koping mahasiswa keperawatan yang menghadapi praktek kerja lapangan ditinjau dari tingkat stres mahasiswa nampak bahwa pada tingkat stres ringan terdapat 11 responden (92%) menggunakan mekanisme koping adaptif dan 1 responden (8%) Maladaptif. Selanjutnya pada tingkat stres sedang terdapat 15 responden (68%) menggunakan mekanisme koping adaptif dan 7 responden (32%) maladaptif. Sedangkan pada tingkat stres berat terdapat 12 responden (92%) menggunakan mekanisme koping maladaptif dan 1 responden (8%) adaptif.

Berdasarkan hasil tabulasi data antara tingkat stres mahasiswa ditinjau dari mekanisme koping menunjukkan adanya kecenderungan semakin tinggi tingkat stres akan berdampak terjadinya mekanisme koping dalam kategori mal adaptif.

Pengujian Hipotesis

Tabel 5 Hasil Uji *Chi Square*

Hubungan	χ^2_{hitung}	<i>p-value</i>	Keputusan
Tingkat stres dengan mekanisme koping mahasiswa keperawatan dalam menghadapi praktek lapangan di rumah sakit	19,950	0,001	H ₀ ditolak

Hasil pengujian hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan mekanisme koping diperoleh nilai χ^2_{obs} sebesar 19,950 dengan *p-value* = 0,001. Keputusan uji adalah menerima H₀ jika nilai *p-value* lebih besar 0,05 dan menolak H₀ jika *p-value* lebih kecil dari 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05 (0,001 < 0,05) maka diputuskan H₀ ditolak dan menerima H_a. Berdasarkan kriteria uji tersebut maka disimpulkan terdapat hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan mekanisme koping pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit. Sehingga semakin tinggi tingkat stres mahasiswa, maka semakin mekanisme koping mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit cenderung ke maladaptif.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa adalah rata-rata sedang. Hal tersebut ditunjukkan dari deskripsi tingkat stres yaitu kategori ringan sebanyak 12 responden (25%), sedang sebanyak 22 responden (47%) dan berat sebanyak 13 responden (28%). Stress adalah respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari.

Setiap orang mengalaminya, stress memberi dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, social dan spiritual, stress dapat mengancam keseimbangan fisiologis. Stress adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi, dan lain-lain yang disebabkan segala masalah atau tuntutan penyesuaian diri, dan karena itu, sesuatu yang mengganggu keseimbangan kita” (Maramis, 1999).

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 35 responden (74%). Berkaitan dengan tingkat stres pada pria dan wanita, Myers dalam Anisa (2008), mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Hal tersebut diperkuat oleh ungkapan psikiater dari University of Nebraska College of Medicine Subhash C Bhatia MD. Dia mengungkapkan, kriteria tingkat stres adalah sama untuk semua jenis kelamin. Akan tetapi, wanita lebih mudah merasakan perasaan bersalah, cemas, peningkatan bahkan penurunan nafsu makan, gangguan tidur, serta gangguan makan (Danardi, 2007).

Hasil pengujian hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan mekanisme koping yang diperoleh dari hasil tabulasi silang diantara keduanya menunjukkan bahwa semakin berat tingkat stres mahasiswa, maka mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar

lapangan di rumah sakit memiliki mekanisme koping maladaptif.

Hasil tersebut didukung oleh analisis uji *Chi Square* dimana diperoleh nilai χ^2_{hitung} sebesar 19,950 dengan nilai probabilitas atau *p-value* sebesar 0,001. Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres mahasiswa dengan mekanisme koping pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis penelitian pada bab sebelumnya, maka sebelumnya peneliti merumuskan kesimpulan dan saran sebagai berikut:

Kesimpulan

1. Tingkat stres mahasiswa UMS yang melakukan praktik lapangan di rumah sakit rata-rata adalah sedang.
2. Mekanisme koping mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit rata-rata adalah adaptif tetapi 43% mahasiswa mempunyai mekanisme koping maladaptif.
3. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan mekanisme koping pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit.

Saran

1. Bagi Pihak Universitas Muhammadiyah Surakarta
Hasil penelitian ini hendaknya dapat

dijadikan pertimbangan bagi pengurus untuk mengantisipasi adanya mekanisme koping maladaptif pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit sehingga dapat diatasi dengan cara yang tepat lainnya dengan memberikan pembekalan pada mahasiswa melalui praktek skil lab. Hal tersebut bertujuan untuk menekan mekanisme koping maladaptif pada mahasiswa UMS yang sedang melaksanakan praktik belajar lapangan di rumah sakit.

2. Bagi mahasiswa
Hasil penelitian ini bisa menjadi tambahan pengetahuan mahasiswa khususnya dalam hal pelaksanaan praktik lapangan di rumah sakit, dengan hasil penelitian ini hendaknya mahasiswa mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum melaksanakan praktik lapangan, sehingga mereka dapat mengantisipasi segala kemungkinan yang akan mereka hadapi saat praktik di lapangan.
3. Bagi penelitian selanjutnya
Penelitian ini hanya meneliti pengaruh stres terhadap mekanisme koping pada mahasiswa, sementara banyak faktor-faktor lain yang mempengaruhi mekanisme koping mahasiswa. Peneliti selanjutnya hendaknya menambahkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi mekanisme koping mahasiswa seperti faktor psikologi, motivasi, kondisi kesehatan, dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Admi, H. 1997. *Nursing Students Stress during the Initial Clinical Experience*. Diakses tanggal 4 Januari 2009. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9309567>
- Charles SC, Scheier & Weintraub. 1999. *Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Diakses tanggal 4 Januari 2009. www.psy.miami.edu/faculty/ccarver/documents/p99COPE.pdf
- Crawford JR & Henry JD. 2003. *The Depression Anxiety Stress Scales(DASS): Normative DATA and Latent Structure in a Large Non- Clinical Sample*. *Journal of Clinical Psychology*. Diakses tanggal 4 Januari 2009. www2.psy.unsw.edu.au/Users/JDHenry/publications/DASS21.pdf

- Danardi. 2007. *Wanita Lebih Rentan Depresi*. Diakses tanggal 12 Juli 2009. <http://www.wordpress.com>.
- Girdano, DA, Dusek DE, & Everly, GS . 2005. *Controlling stress and tension*. San Fransisco : Pearson Education
- IImi, B. 2003. *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Prestasi Kerja dan Identifikasi Manajemen Stres Yang Digunakan Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD ULIn Banjarmasin*. Diakses tanggal 12 Januari 2009. <http://www.wikipedia.com/files/StresPerawat>.
- Karnadi, J. 1999. *Stres dalam Kehidupan Sehari-hari*. Diakses pada tanggal 2 Maret 2009. <http://www.kalbe.co.id/files/ckd/files/09StresDalamKehidupanSehari-hari123.pdf/09>
- Muharso. 2006. Kurikulum Program Pendidikan Keperawatan. Diakses tanggal 4 Maret 2009. www.pusdiknas.or.id/data/kurikulum/kbkd3.com
- Nevid, J F. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Notoatmodjo, S. 2002, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Rasmun. 2004. *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta : Sagung Seto.
- Sharif, F and Masoumi, S. 2005. *A Qualitative Study of Nursing Student Experiences of Clinical Practice*. Diakses tanggal 28 November 2008. <http://www.biomedcentral.com/1472-6955/4/6>.
- Sugiyono, 2004, *Statistik untuk Penelitian*, Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Sumarni, DW. 1998. *Rekreasi Pengaruhnya Terhadap Stres Psikososial Dan Kelelahan Kerja*. Tesis, Program Pasca Sarjana UGM Yogyakarta. (Tidak Dipublikasikan).
- Wang, H & Luo, Y. 2009. Correlation Research on Psychological Health Impact on Nursing Students Against Stress, Coping Way and Social Support. *Jurnal Nursing Education*. Diakses tanggal 12 Februari 2009. [http://www.nurseeducationtoday.com/article/S0260-6917\(08\)00074-9/abstract](http://www.nurseeducationtoday.com/article/S0260-6917(08)00074-9/abstract)
- Yosep, I. 2007, *Keperawatan Jiwa*, Penerbit Refika Aditama, Bandung.