

Penelitian bersama antara Dosen dan Mahasiswa

## GAMBARAN TINGKAT STRES ANGGKATAN XVIII AKADEMI KEPERAWATAN HUSADA KARYA JAYA TERHADAP MATA KULIAH RISET KEPERAWATAN

Christy Yanhi\*, Dwi Nurul Sakdiah\*, Lia Fahrunnisa\*, Leo Rulino\*\*

\*Mahasiswa Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, Jakarta

\*\*Dosen Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, Jakarta

Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya

Phone/Fax: 021-65308469

Email: akperhkJ@yahoo.co.id

### Abstrak

Stres merupakan emosi ganda (multi emotion) yang bukan emosi tunggal. stress adalah suatu perasaan yang ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena persediaan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya, hal ini disebabkan daya tahan stres yang berbeda-beda pada setiap orang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan tujuan untuk menggali secara luas tentang sebab-sebab atau hal-hal yang mempengaruhi terjadinya sesuatu. (Arikunto, 2010:14). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Angkatan XVII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya yang berlokasi di Jakarta sebanyak 57 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 57 orang. Instrumen penelitian dengan angket. Data dianalisis dengan cara data yang diperoleh diurutkan (distribusi frekuensi) kemudian dibuat kategorisasi sehingga didapat tingkat stres ringan, sedang, dan berat. Berdasarkan analisis statistik diatas maka diketahui Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan XVIII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya yaitu: hampir seluruhnya dari responden (82.46%) mengalami tingkat stres sedang dan sebagian kecil dari responden (15.79%) mengalami tingkat stres berat dan dengan sebagian kecil dari responden (1,75%) mengalami tingkat stres ringan pada aspek fisiologis.

Kata kunci : Tingkat Stres, Mahasiswa dan Riset Keperawatan.

### Latar Belakang

Stres adalah realitas kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari. Stres disebabkan oleh perubahan yang memerlukan penyesuaian. Sering dianggap kejadian atau perubahan negatif yang dapat menimbulkan stres, misalnya cedera, sakit atau kematian orang yang dicintai, padahal perubahan positif juga dapat menimbulkan stres, seperti naik pangkat, perkawinan. Stres bukan sesuatu hal yang buruk dan menakutkan tetapi bagian kehidupan (Budi,2008).

Stressor adalah variabel yang dapat diidentifikasi sebagai penyebab timbulnya stres, datangnya stressor dapat sendiri-sendiri atau dapat pula bersamaan. Stres dapat berasal dari

tiga sumber, yaitu lingkungan (cuaca, suara, kemacetan lalu lintas), diri dan tubuh(kondisi fisiologis tubuh), serta pikiran(Budi,2008).

Penderita stres sekarang ini semakin banyak, pernyataan dariDr. Ratna Mardiyati dokter jiwa dari Rumah Sakit Soeharto Heerdjan, sekitar 1,33 juta penduduk DKI Jakarta diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Gangguan stres itu disebabkan berbagai hal, terutama karena masalah pekerjaan dan tata ruang kota yang buruk di DKI Jakarta. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3%. Data Dinas Kesehatan DKI Jakarta Dien Emawati, menyatakan bahwa jumlah

penderita gangguan jiwa di Jakarta mencapai angka 14,1% dari jumlah penduduk. Jumlah itu diatas angka nasional sebesar 11,6%. Data dari *World Health Organization (WHO)* masalah gangguan jiwa di seluruh dunia menjadi masalah yang sangat serius. WHO mengatakan paling tidak ada 1 dari 4 orang di dunia mengalami masalah mental, diperkirakan ada sekitar 450 juta orang di dunia (Atep Afia,2011).

Stres sering terjadi pada orang yang bekerja dan pada situasi perkuliahan. Mahasiswa dalam kegiatannya, juga tidak terlepas dari stres. Stresor atau penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya, dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran (Hadiyanto,2012).

Begitupun mahasiswa yang sedang menyusun Riset Keperawatan merupakan individu yang rentan mengalami stress. Mahasiswa yang mengalami stress cenderung mengalami gangguan dalam fisik, emosi, tingkah laku. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 57 orang responden didapatkan gambaran bahwa sumber stres mahasiswa lebih besar merupakan sumber eksternal yaitu faktor dosen pembimbing, pergantian pembimbing, penentuan judul dan faktor kesulitan mendapatkan sumber pustaka/referensi. Peneliti juga menemukan adanya perilaku mahasiswa yang sedang menyusun Riset Keperawatan di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya dalam keseharian menunjukkan adanya gejala stres, seperti gangguan tidur seperti kesulitan tidur (16,7%), sering terlihat cemas (13,3%), sering mengeluh (8,3%), pusing (33,3%), bingung (25%),

mudah marah (3,3%) dalam mengerjakan Riset Keperawatan.

Melihat dari fenomena tersebut seberapa tinggi tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan serta dampak yang akan diakibatkan oleh stres, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul "Gambaran Tingkat Stres Angkatan XVIII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya terhadap mata kuliah Riset Keperawatan."

### **Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan penelitian di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya. Penelitian deskriptif yaitu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama mendeskripsikan permasalahan tentang tingkat stress angkatan XVIII untuk mengetahui tingkat stress dalam pembuatan riset keperawatan. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Pada penelitian ini sampel yang ditetapkan adalah semua angkatan XVIII di lantai 3 ruangan tingkat 3A dan 3B di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya dengan jumlah 57 responden.

Variabel independen pada penelitian ini adalah tingkat stres mahasiswa dilihat dari aspek fisiologis, tingkat stres mahasiswa dilihat dari aspek psikologis dan tingkat stres mahasiswa dilihat dari aspek sosial, sedangkan variabel dependennya adalah tingkat stres terhadap mata kuliah riset keperawatan. Penelitian diukur menggunakan angket/kuisoner dengan ketentuan pilihan skala Likert, antara lain: selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah.

Hasil presentase dimasukan ke dalam standar kriteria objektif yang dibagi dalam tiga kategori: tingkat stres ringan jika skor 0-12, tingkat stres sedang apabila skor 13-24 dan berat apabila skor 25-36.

Analisa jenis data yang digunakan dalam adalah jenis Analisa Deskriptif (*Analisis Univariante*).

**Hasil Penelitian**

Dari tabel 4.5 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan hampir semuanya dari responden (80.74%) mengalami tingkat stres sedang dan sebagian kecil dari responden (19.26%) mengalami tingkat stres berat.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Aspek Fisiologis.

NO	KRITERIA	ASPEK FISIOLOGIS	
		FREKUENSI	PERSENTASE
1	Ringan	1	1.75%
2	Sedang	47	82.46%
3	Berat	9	15.79%
JUMLAH		57	100%

Dari tabel 1. Diketahui bahwa tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan pada aspek fisiologis hampir seluruhnya dari responden (82.46%) mengalami tingkat stres sedang dan sebagian kecil dari responden (15.79%) mengalami tingkat stres berat dan dengan sebagian kecil dari responden (1,75%) mengalami tingkat stres ringan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Aspek Psikologis

NO	KRITERIA	ASPEK PSIKOLOGIS	
		FREKUENSI	PERSENTASE
1	Ringan	1	1.75%
2	Sedang	30	52.64%
3	Berat	26	45.61%
JUMLAH		57	100%

Dari tabel 2 diketahui tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan pada aspek psikologis setengahnya dari responden (52.64%) mengalami tingkat stres sedang dengan hampir setengahnya dari responden (45.61%) mengalami tingkat stres berat dan dengan sebagian kecil dari

responden (1,75%) mengalami tingkat stres ringan.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Aspek Sosial

NO	KRITERIA	ASPEK SOSIAL	
		FREKUENSI	PERSENTASE
1	Ringan	7	12.28%
2	Sedang	43	75.44%
3	Berat	7	12.28%
JUMLAH		57	100%

Dari tabel 4.8 diketahui tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan pada aspek sosial hampir seluruhnya dari responden (75.44%) mengalami tingkat stres sedang dan sebagian kecil dari responden (12.28%) mengalami tingkat stress berat dengan sebagian kecil dari responden (12.28%) mengalami tingkat stres ringan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Variabel Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan

KRITERIA	FREKUENSI	PROSENTASE
RINGAN	0	0.00 %
SEDANG	46	80.74 %
BERAT	11	19.26 %
JUMLAH	57	100%

Dari tabel 4 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan hampir semuanya dari responden (80.74%) mengalami tingkat stres sedang dan sebagian kecil dari responden (19.26%) mengalami tingkat stres berat.

**Kesimpulan**

Penelitian yang dilakukan terhadap 57 Mahasiswa Angkatan XVIII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya Terhadap Riset Keperawatan. Menggambarkan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa

dalam Penyusunan Riset Keperawatan dilihat dari aspek fisiologis, aspek psikologis dan aspek sosial.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui Mahasiswa Angkatan XVII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya Terhadap Riset Keperawatan,yaitu sebagai berikut :

1. Tingkat stres Mahasiswa dalam Penyusunan Riset Keperawatan di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya pada aspek fisiologis sebagian besar (82.46%) mengalami tingkat stres sedang.
2. Tingkat stres Mahasiswa dalam Penyusunan Riset Keperawatan di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya pada aspek psikologis sebagian besar (52.64%) mengalami tingkat stres sedang.
3. Tingkat stres Mahasiswa dalam Penyusunan Riset Keperawatan di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya pada aspek sosial hampir seluruhnya (75.44%) mengalami tingkat stres sedang.
4. Tingkat stress Mahasiswa dalam penyusunan Riset Keperawatan di Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya hampir seluruhnya (80.74%) mengalami tingkat stres sedang.

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa Gambaran Tingkat Stres Angkatan XVIII Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya terhadap mata kuliah Riset Keperawatan” adalah sedang (80,74%)

#### Sumber

- Arikunto, Suharsimi.2010. *Prosedur penelitian Edisi Revisi 2010*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Aziz, Alimul.2011. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data Edisi 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hawari, H.Dadang. 2011. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi Edisi 2*.Jakarta: FKUI.
- Mumpuni,Y & Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Stres Edisi1*.Yogyakarta : CV Andi Offset.

Notoatmodjo, Soekidjo.2010.*Metodelogi penelitian kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Nursalam.2009.*Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*.Jakarta : Salemba Medika.

Rasmun.2008.*Stres, Koping dan Adaptasi Edisi 3*.Jakarta: Agung Seto.

Wijoyo, Padmiarso M.2011.*Mencegah dan Mengatasi Stres Edisi 1*. Jawa Barat: Bee Medika Pustaka.

Yosep, Iyus.2011. *Keperawatan Jiwa Edisi Revisi 2011*. Bandung: PT Refika Aditam.

[http://kesehatan.komposiana.com/kejiwaanepirinti\\_s.UNDIP.ac.id/33160/1/Bab-1.pdf](http://kesehatan.komposiana.com/kejiwaanepirinti_s.UNDIP.ac.id/33160/1/Bab-1.pdf). Diakses tgl 16 september 2014 pkl 11.48 WIB.

<http://definispengertian.com/2012/pengertian-definisi-mahasiswamenurut-para-ahli>. Diakses tgl 16 september 2014 pkl 13.13 WIB.

<http://infokomhmipp.wordpress.com/2014/05/05/peran-dan-fungsi-mahasiswa>. Diakses tgl 16 september 2014 pkl 13.10 WIB.