

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES MAHASISWA PROFESI NERS UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO DALAM MENJALANI PRAKTIK PROFESI

Firmawati¹, Haslinda Damansyah², Niken Mile³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

e-mail: nknmile@gmail.com

ABSTRAK

Proses pembelajaran mahasiswa profesi Ners dalam pembelajaran klinik di lahan praktik dapat mengalami hambatan diantaranya tugas dan bebas kerja selama praktik, hubungan dengan rekan kerja di lahan praktik, pengetahuan mahasiswa, lingkungan praktik, keterampilan merawat pasien dan dukungan pembimbing akademik atau dosen, Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi. Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel 81 orang menggunakan teknik sampling secara *accidental sampling*. Hasil penelitian diperoleh faktor usia yang terbanyak adalah usia 23-24 tahun sebanyak 64 responden (79%), faktor tugas/beban kerja mayoritas kategori rendah sebanyak 35 responden (43,2%) dan faktor lingkungan mayoritas kategori rendah sebanyak 32 responden (39,5%). Hasil uji statistik *chi-square* faktor usia nilai *p-value* 0,922, faktor tugas/beban kerja nilai *p-value* 0,015 dan faktor lingkungan nilai *p-value* 0,297. Disimpulkan bahwa faktor tugas/beban kerja mempengaruhi tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi.

Kata kunci: Faktor Tingkat Stres, Praktik Profesi

ABSTRACT

The learning process of Ners professional students in clinical learning in the practice land can experience obstacles including assignments and free work during practice, relationships with colleagues in the practice field, student knowledge, practice environment, patient care skills and the support of academic advisors or lecturers, The purpose of this study is to determine the factors that affect the stress level of professional students of Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo in undergoing professional practice. Quantitative research design with a cross sectional approach with a total sample of 81 people using accidental sampling techniques. The results of the study obtained the most age factors were 23-24 years old as many as 64 respondents (79%), task / workload factors in the majority of low categories as many as 35 respondents (43.2%) and environmental factors in the majority of low categories as many as 32 respondents (39.5%). Chi-square statistical test results age factor p-value value 0.922, task/workload factor p-value 0.015 and environmental factor p-value 0.297. It was concluded that the task / workload factor affects the stress level of professional students of Ners University of Muhammadiyah Gorontalo in undergoing professional practice.

Keywords: Stress Level Factors, Professional Practice

PENDAHULUAN

Pendidikan keperawatan terus mengalami perkembangan dari aspek ilmu pengetahuan dan teknologi, pergeseran pada sistem pelayanan kesehatan, kondisi masyarakat yang mengalami transisi menjadi masyarakat maju yang memerlukan perkembangan pendidikan keperawatan. Langkah awal yang perlu

ditempuh dalam mengembangkan pendidikan keperawatan yaitu dengan menata pendidikan keperawatan dan memberikan kesempatan kepada para perawat untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi (Pranata, 2021).

Di Indonesia perawat dapat melanjutkan pendidikan keperawatan pada tingkat pendidikan advokasi dan pendidikan akademik. Pendidikan advokasi dimulai dari tingkat pendidikan diploma tiga, sedangkan pendidikan akademik dimulai dari tingkat sarjana yang kemudian dilanjutkan dengan profesi Ners (Antariksawan et al., 2021). Program pendidikan profesi Ners merupakan program pendidikan tinggi yang menghasilkan lulusan profesional di bidang keperawatan dengan sikap, tingkat laku dan kemampuan profesional dalam melaksanakan asuhan keperawatan dasar hingga tingkat kerumitan tertentu secara mandiri (Mukhoirotin et al., 2021).

Program pendidikan Profesi Ners disebut juga sebagai proses pembelajaran klinik, dikarenakan pelaksanaan pendidikan ini sepenuhnya dilaksanakan di lahan praktik seperti rumah sakit, puskesmas, klinik, panti werdha, keluarga dan komunitas atau masyarakat (Patriyani et al., 2022). Proses pembelajaran mahasiswa profesi Ners dalam pembelajaran klinik di lahan praktik dapat mengalami hambatan dalam pelaksanaannya diantaranya tugas dan bebas kerja selama praktik, hubungan dengan rekan kerja di lahan praktik, pengetahuan mahasiswa, lingkungan praktik, keterampilan merawat pasien dan dukungan pembimbing akademik atau dosen. Hambatan-hambatan tersebut yang memungkinkan terjadinya stres pada mahasiswa profesi Ners akibatnya berdampak pada ketidakkeberhasilan pembelajaran profesi karena keseluruhan pembelajaran dilakukan di tempat praktik (Putri et al., 2018).

Stres yang dialami mahasiswa profesi Ners merupakan perasaan tertekan baik secara fisik maupun emosional karena adanya tuntutan dari lingkungan praktik, dosen atau orang tua untuk mendapatkan hasil belajar yang baik, menyelesaikan tugas tepat pada waktunya dan merasa kurang adanya arahan dalam menyelesaikan tugas praktik klinik, serta suasana lahan praktik yang dirasakan kurang kondusif (Tasalim & Cahyani, 2021).

Masalah stres ini dapat dikategorikan menjadi tingkat stres ringan, sedang dan berat. Stres ringan ditunjukkan melalui kondisi fisik mudah lelah, tidak bisa santai, tetapi kondisi ini akan berangsur hilang apabila penyebab stresnya dapat ditemukan solusinya. Stres sedang ditunjukkan dengan respon tubuh yang lemas, konsentrasi dan daya ingat menurun. Sementara, stres berat dapat menyebabkan adanya gangguan pada sistem pencernaan, denyut jantung yang semakin keras, sesak nafas dan tubuh dirasa gemetar. Tingkat stres ini dapat meningkat dari tingkat ringan hingga tingkat berat. Stres akan berpengaruh positif apabila beban atau tingkat stres dalam tingkat ringan dan sedang sehingga mahasiswa merasa terpacu untuk menyelesaikan hambatan yang dihadapi berkenaan dengan tekanan yang dihadapi selama melakukan praktik profesi. Tetapi, saat stres melebihi kemampuan mahasiswa mengelola stres tersebut, maka akan

berpengaruh negatif akibatnya muncul perasaan cemas, frustrasi, depresi bahkan ketidakberdayaan (Kadiyono et al., 2021).

Tingkat stres mahasiswa profesi Ners dalam menjalani praktik profesi tergambar dari beberapa penelitian diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa profesi Ners sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebesar 56,5% yang disebabkan mahasiswa dituntut untuk mencapai target tugas yang harus diselesaikan yang telah ditentukan oleh pihak kampus. Sementara, mahasiswa harus dinas setiap hari sehingga merasa lelah dan beban kerja terlalu tinggi. Namun, terdapat juga mahasiswa profesi Ners yang menjalani praktik profesi yang tidak mengalami stres yaitu sebesar 8,7%.

Survey dan wawancara awal yang dilakukan peneliti pada mahasiswa program studi profesi ners pada tanggal 14 April 2022 dengan menggunakan DASS pada aspek stres yang ditanyakan pada 13 mahasiswa profess Ners, didapatkan keseluruhannya mengalami tingkat stres sedang saat menjalani praktik profesi, dimana mahasiswa mengatakan bahwa praktik klinik merupakan stresor bagi mereka, dan mahasiswa mengatakan bahwa pertama kali masuk praktik klinik mahasiswa merasa khawatir, faktor stres yang sering kali mahasiswa rasakan yaitu mahasiswa merasa stres jika tidak bisa memberi perawat yang baik dan benar kepada pasien dan merasa khawatir jika tidak bisa menjawab pertanyaan pasien, merasa stres dengan tugas-tugas dan beban kerja, stres dengan sifat perawat dan pembimbing klinis, stres karena lingkungan yang berpindah-pindah menjadi stres ketika mahasiswa belum mengenal lingkungan baru dan membutuhkan waktu untuk beradaptasi. Selama menjalani praktik klinik, mahasiswa tidak hanya di tempatkan satu rumah sakit, namun berpindah-pindah. Hal ini menjadi salah satu stres bagi mahasiswa profesi ners karena sering berpindah-pindah tempat berarti menambah pengeluaran biaya hidup.

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres mahasiswa profesi ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif yaitu *cross sectional*, dimana peneliti pendekatan penelitian secara silang, tidak menggunakan subjek yang sama dan dilakukan peneliti pada satu waktu yang sama untuk melakukan pengukuran variabel yang diteliti. Populasi mahasiswa profesi ners di Universitas Muhammadiyah Gorontalo sebanyak 101 orang, sampel sejumlah 81 orang dengan teknik pengambilan sampel adalah *accidental sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner faktor-faktor yang mempengaruhi stres dan DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*), analisa data menggunakan uji statistik *chi-square*.

HASIL

Analisa Univariat

Table 1. Distribusi Frekuensi Usia Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik profesi

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	Usia 23-24 tahun	64	79
2	Usia 25-26 tahun	17	21
Total		81	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas usia responden adalah usia 23-24 tahun sebanyak 64 responden (79%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tugas/Beban Kerja Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik profesi

No	Tugas/beban kerja praktik profesi	Jumlah	Persentase
1	Rendah	35	43,2
2	Sedang	27	33,3
3	Tinggi	19	23,5
Total		81	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa paling banyak tugas atau beban kerja praktik profesi dengan kategori tingkat rendah sebanyak 35 responden (43,2%).

Tabel 3..Distribusi Frekuensi Lingkungan Praktik Profesi Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik profesi

No	Lingkungan praktik profesi	Jumlah	Persentase
1	Rendah	39	48,1
2	Sedang	34	42
3	Tinggi	8	9,9
Total		81	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa paling banyak lingkungan praktik profesi dengan kategori tingkat rendah sebanyak 39 responden (48,1%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik profesi

No	Tingkat Stres	Jumlah	Persentase
1	Rendah	32	39,5
2	Sedang	22	27,2
3	Tinggi	27	33,3
Total		81	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa paling banyak mahasiswa profesi Ners mengalami tingkat stres rendah sebanyak 32 responden (39,5%).

Analisa Bivariat

Tabel 5 Analisis Pengaruh Usia dengan Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik profesi

Variabel	Tingkat Stres			Total	p-value
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Usia	23-24 tahun	26	17	21	0,922
	25-26 tahun	6	5	6	
Total	32	22	27	81	

Sumber: Data Primer 2022

Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value* 0,0922 ($>\alpha 0,05$), artinya tidak ada pengaruh faktor usia dengan tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi.

Tabel 5 Analisis Pengaruh Tugas/Beban Kerja Praktik Profesi dengan Tingkat Stres

Variabel	Tingkat Stres			Total	p-value
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Tugas/beban kerja	Rendah	15	8	12	0,015
	Sedang	15	4	8	
	Tinggi	2	10	7	
Total	32	22	27	81	

Sumber: Data Primer 2022

Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value* 0,015 ($<\alpha 0,05$), artinya ada pengaruh faktor tugas atau beban kerja praktik profesi dengan tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi.

Tabel 6 Analisis Pengaruh Lingkungan Praktik Profesi dengan Tingkat Stres

Variabel	Tingkat Stres			Total	p-value
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Lingkungan praktik profesi	Rendah	19	10	10	0,297
	Sedang	9	11	14	
	Tinggi	4	1	3	
Total	32	22	27	81	

Sumber: Data Primer 2022

Hal uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value* 0,297 ($>\alpha 0,05$), artinya tidak ada pengaruh faktor lingkungan praktik profesi dengan tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi.

PEMBAHASAN

1. Usia dengan Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik Profesi

Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak ada pengaruhnya usia dengan tingkat stres mahasiswa

profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi, hal ini dikarenakan usia 23-24 tahun mayoritas mengalami tingkat stres rendah yaitu sebanyak 26 responden (32,1%) dan responden yang berusia 25-26 tahun mayoritas mengalami tingkat stres rendah dan tinggi dengan masing-masing kategori sebanyak 6 responden (7,4%). Menurut peneliti, baik usia 23-24 tahun dan 25-26 tahun dapat mengalami stres apabila dihadapkan dengan situasi yang membuat mahasiswa stres dan stres yang dialami pada usia ini tergantung kemampuannya mahasiswa menghadapi sumber stresor.

Hal ini sejalan dengan teori Hidayah & Seprian (2022) bahwa tingkat dan kemampuan remaja untuk mengatasi stres tersebut tergantung pada faktor risiko dan ketahanannya dalam menghadapi kondisi yang dapat memicu stres. teori menurut. Hasil ini didukung penelitian Ambarwati et al (2019) bahwa mahasiswa tingkat akhir mulai usia 22 tahun atau lebih mayoritas mengalami stres sedang yaitu sebanyak 30 mahasiswa (29,7%).

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitian terdahulu peneliti berasumsi bahwa stres dapat dialami oleh siapapun, yang membedakannya adalah yang diberikan terhadap sumber stresor yang sedang dihadapi oleh mahasiswa.

2. Tugas/Beban Kerja dengan Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik Profesi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruhnya tugas atau beban kerja praktik profesi dengan tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi, hal ini dikarenakan tugas atau beban kerja yang rendah paling banyak berada pada tingkat stres rendah yang dialami oleh 15 responden (18,5%). Semakin rendah tugas atau beban kerja praktik profesi yang diberikan, maka semakin rendah juga tingkat stres yang dialami mahasiswa profesi Ners dalam menjalani praktik profesi.

Hasil ini sejalan dengan teori Riyadi (2018) yang menyatakan bahwa tugas atau beban kerja ini termasuk dalam faktor organisasi yang mempengaruhi stres yang berkaitan dengan pekerjaan yang harus diselesaikan sehingga berhubungan dengan peningkatan stres. Teori lainnya menyebutkan yaitu teori menurut Saleh et al (2020) yang menyebutkan bahwa semakin rendah tugas atau beban kerja, maka semakin rendah tingkat stres dan sebaliknya semakin tinggi tugas atau beban kerja, maka semakin tinggi stres kerja yang dialami.

Penelitian yang terkait dengan hasil penelitian ini yang dilakukan oleh Dini et al (2020) bahwa tugas dan beban kerja praktik klinik mahasiswa profesi Ners seperti pembelajaran klinis, laporan tugas, pengawasan klinis dan dosen, serta tugas yang berlebihan dapat menjadi stresor bagi mahasiswa sehingga dapat menyebabkan stres.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitian terdahulu peneliti berasumsi

bahwa tugas atau beban kerja mahasiswa praktik profesi dalam menyelesaikan tugas praktik profesi apabila dipersepsikan positif maka akan dirasakan mudah untuk diselesaikan sehingga tingkat stres yang dialami masih dalam kategori rendah, karena apabila tugas atau beban kerja ini dirasakan berlebih maka akan berpengaruh terhadap kondisi mental mahasiswa yaitu dengan meningkatnya tingkat stres.

3. Lingkungan Praktik dengan Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners UMG dalam Menjalani Praktik Profesi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor lingkungan praktik profesi tidak didapatkan adanya pengaruh dengan tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi, dimana diperoleh sumber stresor lingkungan praktik profesi dengan kategori rendah dapat menyebabkan mayoritas responden juga mengalami tingkat stres sedang yaitu sebanyak 19 responden (23,5%). Hal ini dikarenakan responden merasakan stres hanya pada awal praktik profesi atau pada saat pindah ruangan karena harus menghadapi situasi yang baru.

Hasil ini sejalan dengan teori Pati (2022) menyatakan bahwa Keadaan lingkungan dapat mempengaruhi stres karena adanya perubahan lingkungan dan ketidakmampuan seseorang untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Hal yang sama ditunjukkan penelitian Dewi (2017) bahwa 38% stresor lingkungan akibat perubahan lingkungan yang baru dapat menyebabkan stres pada mahasiswa keperawatan.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitian terdahulu peneliti berasumsi bahwa faktor lingkungan sebagai sumber stres dapat memicu terjadinya stres pada mahasiswa profesi Ners saat menghadapi lingkungan praktik profesi yang baru, namun kondisi tersebut tidak dirasakan dalam jangka waktu yang lama, apabila sudah beberapa hari dilingkungan yang baru tersebut, maka mahasiswa sudah dapat beradaptasi dengan baik.

PENUTUP

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan yaitu Faktor tugas atau beban kerja berpengaruh terhadap tingkat stres dengan nilai *p-value* 0,015 ($< \alpha$ 0,05) dan faktor lingkungan tidak berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam menjalani praktik profesi dengan nilai *p-value* 0,297 ($> \alpha$ 0,05).

Saran

Diharapkan rumah sakit rumah sakit diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa dalam pembelajaran praktik profesi sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan praktiknya dengan baik. Kemudian, Diharapkan peneliti membagi informasi ini kepada mahasiswa profesi Ners sehingga dapat mengurangi tingkat stres dalam menjalani praktik profesi dan hasil penelitian ini diharapkan penelitian selanjutnya meneliti faktor-

faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti dukungan sosial dan motivasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Pranata, L. (2021). *Manajemen Keperawatan*. Solok: Insan Cendekia Mandiri.
2. Antariksawan, I. W., Lutfiana, I., Kresnayana, M. Y., Keytimu, Y. M. H., Sundayana, I. M., Widiarta, G. B., ... Anggraini, S. (2021). *Inovasi Pembelajaran Berbasis Blended Learning Di Keperawatan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
3. Mukhoirotin, Efendi, S., Limbong, M., Hidayat, W., Rumerung, C. L., Sihombing, R. M., ... Lubna, S. (2021). *Pengantar Keperawatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
4. Patriyani, R. E., Ningsih, S. R., Sulistyowati, E. C., Sunaryati, B., Suyanto, Setyawati, D., ... Indriati, R. (2022). *Konsep Dasar Keperawatan*. Sukoharjo: Tahta Media Group.
5. Putri, S. D., Elita, V., & Indriati, G. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Stres Pada Mahasiswa Keperawatan yang Pertama Kali Menjalani Praktik Klinik. *Journal Online Mahasiswa Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 485–494.
6. Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. Bogor: Guepedia.
7. Kadiyono, A. L., Savitri, J., Anggraeni, M. T., Apriliani, A., Puspitasari, I., Adelina, I., ... Sosca, I. (2021). *Family Resilience dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*. Gorontalo: Ideas Publishing.
8. Wahyuni, L. T. (2018). Vol. XII, No. 3 April 2018. *Menara Ilmu*, 12(3), 72–79.
9. Hidayah, N., & Seprian, D. (2022). *Buku Saku Coping Strategy Pada Kondisi Darurat Bencana Di Komunitas Remaja*. Pekalongan: NEM.
10. Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
11. Riyadi, S. (2018). *Faktor Peningkatan Kinerja Melalui Job Stres*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.
12. Saleh, L. M., Russeng, S., & Tadjudin, I. (2020). *Manajemen Stres Kerja*. Yogyakarta: Deepublish.
13. Dini, M. P., Fitriyari, R., & Asmoro, C. P. (2020). Analisis Hubungan Antara Self Efficacy dan Beban Kerja Akademik dengan Stres Mahasiswa Profesi Ners. *Psychiatry Nursing Journal*, 2(2), 78–91.
14. Pati, W. C. bayu. (2022). *Pengantar Psikologi Abnormal (Definisi, Teori dan Intervensi)*. Pekalongan: Nasya Expanding Management.
15. Dewi, C. F. (2017). Penyebab Stres Pada Mahasiswa Keperawatan STIKES ST. Paulus Ruteng.