

HUBUNGAN TINGKAT STRESSOR DENGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU DALAM MENGATASI STRES MELAKSANAKAN TAHAP PROFESI

Putri Rezkia¹, Veny Elita²

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi. Metode penelitian yang digunakan adalah *deskriptif correlation study* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada 30 mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang menjalani tahap profesi dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis yang digunakan adalah uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang dan berat dengan stressor utama yaitu ujian tindakan dan perbedaan antara teori dan praktik. *Emotional- focussed coping* cenderung lebih sering digunakan oleh mahasiswa. Dari uji statistik diketahui bahwa tidak adanya hubungan antara tingkat stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi ($p\text{-value} > 0,05$). Hasil penelitian ini merekomendasikan pembimbing klinik untuk dapat mengurangi perbedaan teori-praktik yang menjadi stressor utama mahasiswa dan mengembangkan intervensi yang tepat dalam mengurangi stres mahasiswa.

Kata kunci: stressor, strategi koping, tahap profesi.

Abstract

The aims of this study is to explore the association between the level of stressor and students' coping strategy at Program Study of Nursing, Riau University who are taking clinical nursing practice. The research method in this study is descriptive correlational study with cross sectional approach. This research was conducted to 30 students used simple random sampling technic. Data were analysed using chi-square. This study found that majority of students were suffered from mild and severe stress with the main stressors are clinical examination and the differences between theoretical concepts and clinical practice. Students more likely to use Emotional- focussed coping. From statistical analysis, it can be concluded that there is no association between the level of stressor and students' coping strategy at Program Study of Nursing, Riau University who are taking clinical nursing practice ($p\text{-value} > 0,05$). This study suggest to clinical educators to reduce the differences between theoretical concepts and clinical practice as the main stressor for students and to develop appropriate interventions to relieve students' stress.

Keywords : stressor, coping strategy, clinical practice.

PENDAHULUAN

Setiap individu pernah mengalami kondisi stres dalam menjalani proses kehidupannya. Stres merupakan suatu respon fisik dan psikologis yang biasa dialami oleh individu hampir di semua kalangan, baik orang dewasa, remaja, bahkan anak-anak. Hal ini disebabkan oleh permasalahannya yang beraneka ragam. Stres belajar merupakan salah satu jenis stres yang banyak dialami oleh mahasiswa (Kustyarini, 2008).

Mahasiswa merupakan kelompok usia yang memiliki tugas dan tanggung jawab sosial yang cukup berat. Selain tanggung jawab sebagai pelajar dengan tugas yang berat dan kompetitif, juga tugas remaja sebagai masa transisi dari usia remaja ke usia dewasa (Hamidah & Handadari, 2007). Biasanya ketika mengikuti perkuliahan mahasiswa sering mengalami perasaan stres. Stres seringkali timbul sehingga menyebabkan

mahasiswa tidak dapat mengikuti perkuliahan secara efektif.

Mahasiswa keperawatan termasuk salah satu kelompok yang rentan terhadap stres. Saat mahasiswa melaksanakan praktik klinik di rumah sakit, tingkat stres yang lebih tinggi dilaporkan dibandingkan dengan tingkat stres saat belajar di perguruan tinggi. Hasil penelitian Sheu,dkk (2001), menjelaskan bahwa tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa pada tahun ketiga adalah sebesar 44%, dimana pada tahun ini mahasiswa memulai praktik klinik. Tingkat stres yang tinggi akan berpengaruh negatif terhadap status kesehatan mahasiswa. Efek stres yang paling banyak dilaporkan adalah perubahan perilaku dan status fisio-psikologi mahasiswa. Respon psikologis negatif yang mungkin terjadi meliputi perasaan gugup, putus asa, tertekan, marah, tidak senang, kehilangan rasa percaya diri, dll. Sedangkan respon fisik negatifnya seperti lemah, diare atau gangguan

gastrointestinal, insomnia, dan anoreksia. Disamping itu, stres juga dapat mempengaruhi penampilan akademik (Stewart, 1999 dalam Hsiao, 2003). Lingkungan rumah sakit lebih rumit daripada perguruan tinggi. Oleh sebab itu, untuk mencegah terjadinya efek buruk stres yang dialami oleh mahasiswa, penting untuk mengetahui stressor selama pendidikan profesi berlangsung.

Stres dan identifikasi stressor yang potensial diantara mahasiswa keperawatan telah mendapat banyak perhatian dalam literatur (Nicholl & Timmins, 2005). Mahasiswa keperawatan memiliki kesamaan stressor akademik seperti mahasiswa jurusan lainnya, seperti ujian tengah semester dan ujian akhir semester, laporan penelitian/ skripsi dan tugas-tugas lainnya (Evan & Kelly, 2004 dalam Seyedfatemi, 2007). Akan tetapi, mahasiswa keperawatan memiliki stressor yang lebih besar dari mahasiswa jurusan lainnya. Salah satunya dikarenakan adanya praktik klinik yang memiliki tingkat stres lebih tinggi. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan akan lebih cenderung mengalami stres daripada mahasiswa lainnya.

Timmins dan Kaliszer (2002), dalam penelitiannya tentang aspek-aspek yang menyebabkan stres pada mahasiswa keperawatan, menjelaskan bahwa stres dialami oleh mahasiswa baik pada program akademik maupun praktik klinik. Sumber-sumber stres tersebut meliputi faktor-faktor yang berhubungan dengan akademis, hubungan dengan pengajar dan staf, praktik klinik, kondisi finansial dan kematian orang tua. Lebih lanjut, dijelaskan bahwa mahasiswa keperawatan sering merasakan stres dalam *setting* klinik, baik dengan perawat lain, dengan dokter, bahkan dengan pasien.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Chan, dkk (2009), pada mahasiswa keperawatan Hongkong yang sedang menjalani praktik klinik menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami stres tingkat sedang, dimana stressor utamanya adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan profesional. Hal yang sama disebutkan oleh Sheu (2009), dalam penelitiannya tentang stres dan status fisio-psiko-sosial mahasiswa keperawatan selama masa praktik klinik pertama. Praktik klinik yang dijalani oleh mahasiswa keperawatan yang

memasuki lahan klinis untuk pertama kali merupakan sesuatu yang menimbulkan stres dan dapat mempengaruhi kesehatan.

Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau terutama yang mengikuti pendidikan tahap profesi juga pernah mengalami stres. Dari hasil wawancara peneliti dengan dua mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang menjalani tahap profesi pada tanggal 11 November 2009, diketahui bahwa mahasiswa tersebut merasakan stres saat menjalani tahap profesi. Faktor-faktor yang menyebabkan stres adalah banyaknya tugas atau laporan yang harus diselesaikan, ujian teori dan ujian tindakan yang dilakukan setiap minggu dan ketidaksiapan dengan *setting* rumah sakit yang meliputi hubungan dengan dokter, perawat lain dan pasien. Gejala-gejala stres yang timbul seperti pusing, sakit kepala, kelelahan, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, gangguan tidur dan kehilangan nafsu makan. Kondisi ini jika dibiarkan terjadi dalam jangka waktu yang lama dapat mengganggu kesehatan, menghambat proses belajar mahasiswa, sehingga dikhawatirkan mahasiswa tidak dapat mencapai target yang diharapkan selama tahap profesi.

Individu yang mengalami stres akan menimbulkan cara untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang ada. Koping telah dipandang sebagai suatu faktor penyeimbang yang dapat membantu individu beradaptasi dengan kondisi stres. Proses koping itu sendiri merupakan suatu respon yang kompleks yang terjadi ketika individu berusaha menghilangkan stres atau ancaman dari lingkungan. Individu menghadapi stres dapat melalui berbagai cara, diantaranya memanipulasi lingkungan untuk menghilangkan stressor, mengembangkan respon spesifik untuk menghadapi stressor atau mencari pengalihan dari stressor (Walton, 2002). Para peneliti terdahulu telah menemukan bahwa etnis, budaya dan status sosial ekonomi berpengaruh terhadap perilaku koping (Kariv & Heiman, 2005).

Koping dapat bersifat positif atau negatif. Koping positif perlu diidentifikasi dalam upaya membantu kemampuan mahasiswa untuk menghadapi stressor (Potter & Perry, 2005). Penelitian yang dilakukan oleh Burnarda, dkk (2007) terhadap mahasiswa keperawatan di Brunei melaporkan beberapa cara yang

dilakukan dalam upaya mengatasi stres adalah berbicara dengan teman yang dipercaya, mengikuti kegiatan olahraga atau hanya diam saja. Selain itu, Seyedfatemi dkk (2007), dalam penelitiannya menemukan bahwa strategi koping yang paling sering digunakan oleh mahasiswa keperawatan di Iran saat menghadapi stres diantaranya adalah mengikuti nasehat dan aturan orang tua, beribadah dan berdoa, membantu orang lain yang mempunyai masalah, menjaga persahabatan, dan melamun. Sementara itu, diantara mahasiswa Latin dan Negro, strategi koping yang sering digunakan adalah berbicara dengan teman-teman, orang tua, serta berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan keagamaan (Chiang, Hunter & Yeh, 2004).

Penelitian tentang stres dan strategi koping telah banyak dilakukan di Indonesia. Akan tetapi penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa keperawatan khususnya mahasiswa keperawatan yang menjalani tahap profesi di Indonesia masih sedikit. Berbeda dengan di luar negeri, penelitian tentang stres dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan telah banyak dilakukan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini terhadap mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang mengikuti tahap profesi.

Adapun tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stressor dengan strategi koping yang digunakan mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi. Sedangkan tujuan khusus untuk penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stressor dan jenis-jenis stressor mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan tahap profesi dan mengetahui strategi koping yang digunakan Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi.

Manfaat penelitian adalah diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada dosen dan staf pengajar klinik dalam mengidentifikasi stressor dan kebutuhan mahasiswa agar dapat membantu mahasiswa mengurangi stres yang dihadapi pada tahap profesi. Bagi perkembangan ilmu keperawatan, penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar bagi penelitian selanjutnya terkait stress dan koping pada mahasiswa. Sedangkan manfaat yang diharapkan

bagi mahasiswa adalah agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman untuk mengetahui stressor-stressor yang akan ditemui pada saat menjalani praktik profesi sehingga mahasiswa dapat mempersiapkan diri serta menentukan strategi koping yang tepat dalam menghadapi stres.

METODE

Pada penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional study* untuk mengetahui hubungan antara tingkat stressor dengan strategi koping yang digunakan mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi.

Penelitian dilakukan di kampus Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau dimulai dari bulan Oktober 2009 sampai dengan bulan Juni 2010 kepada 33 orang mahasiswa Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan pendidikan profesi tahun angkatan 2009/2010.

Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*, dimana objek diseleksi secara acak (Nursalam, 2003). Pemilihan sampel dilakukan dengan membuat nama-nama mahasiswa pada secarik kertas yang digulung, lalu dimasukkan ke dalam wadah. Peneliti mengambil 33 gulungan kertas tersebut secara acak. Adapun kriteria inklusi untuk sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan pendidikan profesi. Sedangkan kriteria eksklusi untuk sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa program B keperawatan Universitas Riau. Hal ini dikarenakan mahasiswa program B merupakan mahasiswa alih program D.III-S.1 yang sebelumnya pernah menjalani praktik klinik saat menempuh pendidikan D.III Keperawatan.

Dalam melakukan penelitian, etika merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Hal ini disebabkan karena penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia (Hidayat, 2007). Dalam melakukan penelitian, peneliti mengajukan permohonan izin kepada Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. Setelah surat izin diperoleh peneliti menyebarkan kuesioner kepada responden. Peneliti menjelaskan kepada responden mengenai tujuan

penelitian, prosedur pengisian kuesioner, kerahasiaan dalam penelitian, dan meminta responden menandatangani lembar persetujuan penelitian (*informed consent*). Peneliti menjamin hak-hak responden dengan cara menjamin kerahasiaan identitas responden (*confidentiality*) dengan tidak mencantumkan nama responden (*anonimity*).

Untuk mengukur stressor, peneliti menggunakan kuesioner yang diadopsi dari “*Dietetic Students Clinical Stress Questionnaire*” (DSQ) yang dirancang oleh Hsiao (2003) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner ini terdiri dari 23 item dengan 5 poin skala Likert yaitu ‘TP’ berarti tidak pernah, ‘J’ berarti jarang, ‘KK’ berarti kadang-kadang, ‘S’ berarti sering dan ‘SS’ berarti sering sekali.

Sedangkan untuk mengukur strategi koping, peneliti menggunakan instrumen yang diadopsi dari “*The Ways of Coping*” yang dirancang oleh Folkman dan Lazarus (1985) yang juga telah dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner ini terdiri dari 24 item dengan 5 poin skala Likert yaitu ‘TP’ berarti tidak pernah, ‘J’ berarti jarang, ‘KK’ berarti kadang-kadang, ‘S’ berarti sering dan ‘SS’ berarti sering sekali. Kuesioner tersebut menggambarkan *problem-focused coping* yang terdiri dari konfrontasi, dukungan sosial dan penyelesaian masalah serta *emotional-focused coping* yang terdiri dari kontrol diri; penanggulangan peristiwa; penilaian positif; menerima tanggung jawab dan pengingkaran. Sebelum kuesioner dibagikan kepada responden, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas kepada 15 mahasiswa yang sedang melaksanakan tahap profesi. Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan bahwa alat ukur tersebut memang mengukur apa yang akan diukur.

Sedangkan uji reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmodjo, 2005). Uji instrumen ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor total dan skor butir dari setiap pertanyaan dengan menggunakan teknik *person product moment*. Berdasarkan hasil penghitungan diperoleh r hitung dengan rentang 0,272-0,631 untuk variabel stressor dan -0,012-0,812 untuk variabel strategi koping dengan r tabel 0,514. Dari 15 perhitungan terdapat 3 buah pertanyaan

pada variabel stressor dan 6 pertanyaan pada variabel strategi koping yang tidak valid. Pertanyaan yang tidak valid tersebut dihilangkan kemudian dilakukan perhitungan kembali dan diperoleh nilai r hitung 0,525- 0,650 untuk variabel stressor dan 0,629- 0,857 untuk variabel strategi koping sehingga pertanyaan-pertanyaan tersebut dinyatakan valid. Kemudian dilakukan uji reliabilitas dengan membandingkan alpha dengan r tabel dimana diperoleh nilai Alpha (0,924 untuk stressor dan 0,969 untuk strategi koping) dan dengan r tabel 0,514 didapatkan Alpha > r tabel maka pertanyaan-pertanyaan tersebut dinyatakan reliabel. Peneliti kemudian menghilangkan 2 pertanyaan lagi pada strategi koping agar proporsinya seimbang. Setelah data terkumpul, sebelum dianalisa terlebih dahulu dilakukan pengolahan data melalui proses *editing, coding, entry, cleaning* dan *analysing*.

Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisa univariat dan bivariat. Pada analisa univariat, seluruh variabel disusun dalam bentuk distribusi frekuensi yang meliputi: jenis kelamin, tingkat stressor, dan strategi koping yang digunakan responden. Pada analisa univariat diperoleh gambaran tingkat stressor, jenis stressor, dan strategi koping yang sering digunakan oleh responden. Sedangkan analisa bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel stressor dan strategi koping. Pada variabel stressor, data dikelompokkan atau dikategorikan menjadi “ringan”, “sedang” dan “berat”, sedangkan variabel strategi koping dikategorikan menjadi “*problem-focussed coping*” dan “*emotional-focussed coping*” berdasarkan nilai pemusatan (*cut of point*). Kemudian data diolah dengan menggunakan analisa *chi-square* dengan derajat kepercayaan (α) 0,05 dan *Confidence Interval* (CI) 95%. Apabila diperoleh nilai $p \leq \alpha$ berarti ada hubungan antara kedua variabel sedangkan jika nilai $p > \alpha$ maka kedua variabel tersebut tidak memiliki hubungan.

HASIL

A. Analisa univariat

1. Tingkat stressor responden

Gambaran tingkat stressor responden disajikan pada tabel 1.

Tabel 1.

Distribusi responden berdasarkan tingkat stressor

| No. | Stressor | Jumlah (orang) | Persentase (%) |
|-------|----------|----------------|----------------|
| 1. | Ringan | 9 | 30,0 |
| 2. | Sedang | 11 | 36,7 |
| 3. | Berat | 10 | 33,3 |
| Total | | 30 | 100 |

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa distribusi tingkat stressor responden hampir sama. Tingkat stressor sedang sebanyak 11 orang (36,7%), berat sebanyak 10 orang (33,3%) dan ringan sebanyak 9 orang (30,0%).

1. Jenis stressor responden

Tabel 2.

Distribusi stressor berdasarkan kategori

| Kategori | Stressor | Md |
|--|--|------|
| Ringan | Kesulitan memberikan intervensi keperawatan | 2,00 |
| | Merawat pasien yang dalam keadaan tidak berdaya | 2,00 |
| | Berkomunikasi dengan perawat di RS | 2,00 |
| | Perasaan tidak dipercaya oleh klien dan keluarga | 2,00 |
| | Kesulitan menggunakan sarana/prasarana di RS | 2,50 |
| | Menghadapi pasien | 2,00 |
| | Kesulitan melakukan pengkajian terhadap pasien | 2,00 |
| | Berkomunikasi dengan pasien dan keluarganya | 2,00 |
| Sedang | Kesulitan mengerjakan laporan kasus | 3,00 |
| | Tugas-tugas yang diberikan | 3,00 |
| | Kesulitan menentukan diagnosa keperawatan | 3,00 |
| | Waktu praktik yang panjang/lama | 3,00 |
| | Memenuhi kebutuhan pasien | 3,00 |
| | Menjawab pertanyaan dari pasien dan keluarganya | 3,00 |
| | Lupa dengan materi yang telah dipelajari | 3,00 |
| | Merasa pekerjaan perawat kurang dihormati | 3,00 |
| | Cemas jika praktik profesi lebih buruk dari teman | 3,00 |
| | Berkomunikasi dengan pasien dan keluarga yang berbeda bahasa | 3,00 |
| | Menjawab pertanyaan dari pembimbing | 3,00 |
| | Takut dengan penyakit menular di RS | 3,00 |
| Sikap negatif yang ditunjukkan staf RS | 3,00 | |
| Berat | Perbedaan pembelajaran di kampus dengan praktik di lapangan | 4,00 |
| | Ujian tindakan | 4,00 |

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa ada 13 item stressor yang nilai mediannya mencapai 3 atau lebih ($3 \leq Md < 4$) dan dikategorikan menjadi stressor sedang. Sedangkan stressor yang dianggap berat oleh responden adalah item yang

nilai mediannya mencapai 4 atau lebih ($Md \geq 4$), yaitu “adanya perbedaan pembelajaran di kampus dengan praktik di lapangan” ($Md= 4,00$) dan “ujian tindakan” ($Md=4,00$).

2.Strategi koping responden

Tabel 3.

Distribusi responden berdasarkan strategi koping

| N o. | Strategi Koping | Jumlah (orang) | Persentase (%) |
|-------|-----------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | <i>Problem- focussed coping</i> | 13 | 43,3 |
| 2. | <i>Emotional- focussed coping</i> | 17 | 56,7 |
| Total | | 30 | 100 |

Tabel 3. menunjukkan bahwa sebanyak 17 responden (56,7%) cenderung lebih sering menggunakan *emotional- focussed coping*. Sedangkan 13 responden (43,3%) cenderung lebih sering menggunakan *problem- focussed coping* dalam mengatasi stres saat melaksanakan tahap profesi.

B. Analisa bivariat

Analisa ini menggunakan uji statistik *chi-square* untuk melihat hubungan antara stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan tahap profesi, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.

Hubungan antara stressor dengan strategi koping Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi

| TINGKAT STRESSOR | STRATEGI KOPING | | | | TOTAL | | P value |
|------------------|---------------------------------|------|-----------------------------------|------|-------|-------|---------|
| | <i>Problem- focussed coping</i> | | <i>Emotional -focussed coping</i> | | N | % | |
| | n | % | n | % | | | |
| Ringan | 3 | 33,3 | 6 | 66,7 | 9 | 100,0 | 0,424 |
| Sedang | 4 | 36,4 | 7 | 63,6 | 11 | 100,0 | |
| Berat | 6 | 60,0 | 4 | 40,0 | 10 | 100,0 | |
| JUMLAH | 13 | 43,3 | 17 | 56,7 | 30 | 100,0 | |

Hasil analisa hubungan antara stressor dengan strategi koping pada mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan tahap profesi, diperoleh bahwa ada sebanyak 7 dari 11 (63,6%) mahasiswa

dengan stressor sedang cenderung lebih sering menggunakan *emotional focussed-coping* dan 4 dari 11 (36,4%) diantaranya cenderung lebih sering menggunakan *problem focussed-coping*. Diantara 10 mahasiswa dengan stressor berat, 6 (60,0%) mahasiswa cenderung lebih sering menggunakan *problem focussed-coping* dan 4 (40,0%) mahasiswa cenderung lebih sering menggunakan *emotional focussed-coping*. Sebanyak 6 dari 9 (66,7%) mahasiswa dengan stressor ringan cenderung lebih sering menggunakan *emotional focussed-coping* dan 3 dari 9 (33,3%) diantaranya cenderung lebih sering menggunakan *problem focussed-coping*.

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,424$; artinya $p\text{-value} > \alpha (0,05)$. Hal ini berarti H_0 gagal ditolak dan dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi.

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Gambaran stressor responden

Hasil penelitian menjelaskan bahwa jumlah responden dengan tingkat stresor sedang dan berat cukup besar yaitu 36,7% dan 33,3%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chan dkk (2009) pada mahasiswa keperawatan Hongkong dimana mahasiswa tersebut juga mengalami stres tingkat sedang. Tingginya intensitas dan lamanya pemaparan stressor dapat menyebabkan menurunnya kemampuan individu mengatasi stres. Oleh sebab itu, stressor sedang dan berat perlu mendapat perhatian yang serius karena dapat menyebabkan dampak buruk bagi mahasiswa. Mahasiswa harus mampu mengembangkan strategi koping yang tepat untuk mengatasi stres. Disamping itu, pihak Prodi juga diharapkan dapat mengembangkan intervensi yang tepat dengan memfasilitasi secara aktif cara-cara pemecahan masalah dan strategi koping yang tepat digunakan dalam mengatasi stres.

Stressor yang dianggap berat oleh responden adalah perbedaan pembelajaran di kampus dengan praktik di lapangan dan ujian tindakan. Penemuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sharif dan Masoumi (2005) yang mengidentifikasi 4 hal yang menjadi stressor utama mahasiswa yang

melaksanakan praktik klinik, salah satunya adalah perbedaan antara teori dan praktik (*theory-practice gap*). Perbedaan teori-praktik dirasakan oleh kebanyakan mahasiswa. Mahasiswa dihadapkan dengan situasi klinik yang pada kenyataannya dengan apa yang telah dipelajari di teori.

Ujian tindakan adalah stressor lain yang dirasa berat oleh responden. Hal ini dapat disebabkan oleh ketakutan akan kegagalan atau membuat kesalahan terkait prosedur keperawatan di depan pasien dan pembimbing klinik (Sharif & Masoumi, 2005). Mahat (1998), dalam penelitiannya menemukan bahwa mahasiswa yang sedang praktik klinik sering merasa stres dan tidak nyaman saat melakukan prosedur baru, terutama pada saat pemberian injeksi, melakukan pengkajian fisik, pemberian medikasi oral, merawat serta berinteraksi dengan klien baru. Lebih lanjut dijelaskan bahwa mahasiswa menjadi tertekan dan tidak mampu untuk melakukan prosedur karena kurangnya pengetahuan dan persiapan. Perasaan ini diperkuat oleh ketakutan membuat kesalahan atau tidak dapat mencapai ekspektasi yang tinggi dari fakultas.

Beberapa stressor kategori sedang masih berhubungan dengan faktor-faktor akademis seperti kesulitan mengerjakan laporan kasus, tugas-tugas yang banyak, lupa dengan materi yang telah dipelajari, cemas jika praktik profesi lebih buruk dari teman, dan kesulitan menjawab pertanyaan dari pembimbing. Hal ini didukung oleh penelitian Mahat (1998), yang mengidentifikasi beban kerja yang berat sebagai stressor utama mahasiswa keperawatan. Beban kerja ini meliputi tuntutan akademik seperti laporan-laporan, ujian, serta tugas-tugas tertulis lainnya.

Stressor lainnya adalah kesulitan menentukan diagnosa keperawatan yang tepat untuk pasien dan kesulitan menjawab pertanyaan dari pasien dan keluarganya. Hal ini menunjukkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan profesional mahasiswa. Penelitian Chan, dkk (2009), telah menjelaskan bahwa kurangnya pengetahuan dan keterampilan profesional merupakan stressor utama mahasiswa Keperawatan Hongkong yang sedang menjalani praktik klinik. Selain itu, kekhawatiran mahasiswa jika memberikan informasi yang salah

kepada pasien juga berhubungan dengan hal tersebut (Sharif & Masoumi, 2005).

Hasil penelitian juga menyebutkan bahwa responden merasa pekerjaan perawat kurang dihormati. Hal yang sama dilaporkan oleh Mahat (1996), bahwa mahasiswa keperawatan merasa tugas yang dilakukannya “rendahan” atau merasa tidak dihormati. Terkait hal ini, mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa merupakan komponen yang penting selama praktik profesi. Membangun rasa percaya diri mahasiswa seharusnya difasilitasi selama proses pendidikan keperawatan sehingga menghasilkan mahasiswa yang kompeten dan percaya diri.

Selain berhubungan dengan faktor akademis, stressor lain datang dari adaptasi dalam lingkungan rumah sakit. Stressor-stressor tersebut adalah lelah dengan waktu praktik yang panjang/lama, takut dengan penyakit menular di rumah sakit, dan sikap negatif yang ditunjukkan oleh staf rumah sakit. Hal ini sejalan dengan apa yang telah dijelaskan oleh Timmins dan Kalisz (2002), bahwa mahasiswa keperawatan sering merasakan stres dalam *setting* klinik, baik dengan perawat lain, dokter, bahkan dengan pasien.

2. Gambaran strategi koping responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden cenderung lebih sering menggunakan *emotional- focussed coping* (56,7%) daripada *problem- focussed coping* (43,3%). Affeldt (1990, dalam Walton, 2002) dalam penelitiannya juga menemukan *emotional- focussed coping* sebagai strategi koping yang paling sering digunakan oleh mahasiswa keperawatan. Mahat (1996) juga menyatakan hal yang sama bahwa mahasiswa keperawatan di Nepal lebih sering menggunakan *emotional- focussed coping* daripada *problem- focussed coping* dalam menghadapi banyak kasus.

Menurut Folkman dan Lazarrus (1984, dalam Nursasi & Fitriyani, 2002), *emotional- focussed coping* merupakan upaya-upaya untuk melepaskan diri dari situasi yang menyebabkan stres yang berfokus pada aspek emosional. Koping jenis ini cenderung lebih sering digunakan mahasiswa karena koping ini dianggap dapat mengurangi stres walaupun pada hakikatnya tidak menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Contoh *emotional- focussed coping* diantaranya berdoa atau beribadah, mencoba melupakan masalah, membuat diri

merasa lebih baik dengan tidur, makan, jalan-jalan dan sebagainya.

3. Hubungan stressor dengan strategi koping responden

Hasil analisa hubungan antara stressor dengan strategi koping pada mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan tahap profesi, diperoleh bahwa mayoritas responden dengan stressor ringan (66,7%) dan sedang (63,6%) cenderung lebih sering menggunakan *emotional- focussed coping*. Sedangkan responden dengan stressor berat (60,0%) cenderung lebih sering menggunakan *problem- focussed coping*.

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,424$, artinya $p\text{-value} > \alpha (0,05)$. Hal ini berarti H_0 gagal ditolak dan dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi. Penemuan ini didukung oleh penelitian Affeldt (1990, dalam Walton, 2002), yang menjelaskan bahwa tidak adanya hubungan antara munculnya indikator-indikator stres dengan mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa.

Koping dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu penilaian terhadap konteks stres yang meliputi kemampuan mengontrol, kepribadian/watak (optimistik, gangguan emosi/perasaan, dll) serta sumber-sumber sosial (Folkman & Moskowitz, 2000). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pendekatan *emotional- focussed coping* dan *problem- focussed coping* dapat memfasilitasi atau mengganggu satu sama lain. Contohnya, kedua jenis koping ini dapat saling memfasilitasi pada individu yang perlu belajar mengontrol kemarahannya melalui pendekatan *emotional- focussed coping* sebelum mengambil pendekatan *problem- focussed coping*.

Pada umumnya, mereka yang menggunakan *problem- focussed coping* secara signifikan melaporkan gejala-gejala depresi lebih sedikit dibandingkan mereka yang cenderung menggunakan *emotional- focussed coping* (Kilburn & Whitlock, 2008). Hal ini dikarenakan *problem- focussed coping* berfokus pada penyelesaian masalah sehingga semua koping ini bersifat adaptif. Sementara *emotional- focussed*

coping, tidak semuanya bersifat adaptif. Beberapa diantaranya bersifat maladaptif seperti melamun, mengkonsumsi obat, memendam masalah dari orang lain, dan lain-lai.

Keterbatasan Penelitian

Beberapa keterbatasan yang disadari oleh peneliti pada penelitian ini meliputi sampel dan waktu penelitian. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini tidak cukup banyak dikarenakan jumlah populasi yang sedikit. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu institusi sehingga hasil penelitian ini mungkin belum mewakili stressor dan strategi koping mahasiswa keperawatan yang sedang melaksanakan tahap profesi. Sedangkan terkait waktu penelitian, peneliti melakukan penelitian pada saat responden telah menjalani 8 bulan pendidikan profesinya dimana beberapa responden telah beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit dan praktik profesinya. Tingkat stres responden pada saat itu mungkin lebih rendah jika dibandingkan dengan tingkat stress di tahap awal profesi.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan stressor dengan strategi koping pada mahasiswa keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan tahap profesi, diketahui bahwa mayoritas responden merasakan stressor sedang (36,7%), dimana stressor yang dianggap berat oleh responden adalah “perbedaan pembelajaran di kampus dengan praktik di lapangan” dan “ujian tindakan”.

Strategi koping yang lebih banyak digunakan responden adalah *emotional- focussed coping*. Mayoritas mahasiswa dengan stressor ringan dan stressor sedang cenderung menggunakan *emotional- focussed coping*. Sedangkan mayoritas mahasiswa dengan stressor berat cenderung menggunakan *problem- focussed coping*. Sehingga berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,424$, artinya $p\text{-value} > \alpha (0,05)$, dapat disimpulkan bahwa H_0 gagal ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara stressor dengan strategi koping mahasiswa keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi.

SARAN

1. Bagi pihak institusi pendidikan keperawatan

Pihak institusi pendidikan agar dapat memfasilitasi secara aktif cara-cara pemecahan masalah dan strategi koping yang tepat digunakan dalam mengatasi stres mahasiswa. Selain itu, manajemen waktu, manajemen stres dan kemampuan koping penting dimasukkan ke dalam kurikulum pendidikan keperawatan. Peneliti juga berharap pihak institusi dapat membentuk kelompok dukungan sebaya untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi stres yang berat. Dosen dan pembimbing klinik hendaknya mengurangi perbedaan teori-praktik yang menjadi stressor utama mahasiswa serta membantu mahasiswa agar dapat melakukan prosedur atau tindakan keperawatan di depan pasien dengan rasa percaya diri.

2. Bagi mahasiswa

Mahasiswa keperawatan khususnya yang akan melaksanakan tahap profesi hendaknya mengetahui stressor-stressor yang biasa dialami selama menjalani tahap profesi sehingga mahasiswa dapat mempersiapkan diri dan mencegah terjadinya stres saat melaksanakan tahap profesi. Selain itu, mahasiswa seharusnya lebih sering menggunakan strategi koping yang adaptif.

3. Bagi peneliti lain

Peneliti lain yang akan melanjutkan penelitian ini hendaknya menambah jumlah sampel penelitian, menambah lokasi penelitian, serta meneliti stressor mahasiswa yang sedang praktik di Rumah Sakit Jiwa dan Komunitas. Selain itu, penelitian hendaknya dilakukan di waktu yang tepat, yaitu di tahap awal profesi.

¹ **Putri Rezkia, S.Kep**, Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

² **Veny Elita, MN**, Dosen Departemen Keperawatan Jiwa-Komunitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

DAFTAR PUSTAKA

Burnarda, P., Rahimb, H. T., Hayesb, D., & Edwardsa, D. (2007). A descriptive study of Bruneian student nurses' perceptions of stress. *Journal of Nurse Education Today*, 27 (7), 808-818. Diperoleh tanggal 22 November 2009 dari <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii>

- Chan, C. K., So, W. K., & Fong, D. Y. (2009). Hong Kong baccalaureate nursing students' stress and their coping strategies in clinical practice. *Journal of Professional Nurse*, 25(5), 307-13. Diperoleh tanggal 22 November 2009 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
- Chiang, L., Hunter, C. D., & Yeh, C.J. (2004). Coping attitudes, sources, and practices among Black and Latino college students. *Adolescence*. 39(156). 793-815. Diperoleh tanggal 1 Desember 2009 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15727415>
- Folkman, S. & Lazarrus (1985). *The ways of coping*. Diperoleh tanggal 25 November 2009 dari <http://www.caps.ucsf.edu/tools/surveys/pdf>
- Folkman, S. & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55 (6). 647-654.
- Hamidah & Handadari, W. (2007). *Konseling kelompok : Manajemen stres yang efektif bagi mahasiswa Indonesia di Malaysia*. Makalah pada konferensi nasional stres management dalam berbagai setting kehidupan. Bandung.
- Hidayat, A. A. (2007). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hsiao, K. F. (2003). *The effects and sources of perceived stress of dietetic students during clinical practice*. Diperoleh tanggal 25 November 2009 dari <http://www.ntnu.edu.tw/acad/docmeet>
- Kariv, D. & Heiman, T. (2005). Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students. *College Student Journal*. Diperoleh tanggal 1 Desember 2009 dari <http://findarticles.com/p/articles/>
- Kilburn, E. & Whitlock, J. (2008). *Coping literature review*. Diperoleh tanggal 11 Mei 2010 dari <http://www.crsib.com/userfiles/File/Coping%20Lit%20Review.pdf>
- Kustyarini. (2008). *Keefektifan konseling multimodal untuk mengelola stres mahasiswa*. Diperoleh tanggal 20 November 2009 dari <http://www.karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/disertasi/artikel/view/882>

- Mahat, G. (1996). Stress and coping: First-year Nepalese nursing students in clinical settings. *Journal of Nursing Education*, 35(4), 163-168. Diperoleh tanggal 17 Juni 2010 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8830130>
- Mahat, G. (1998). Stress and coping: Junior baccalaureate nursing students in a clinical setting. *Nursing Forum*, 33(1), 11-19. Diperoleh tanggal 17 Juni 2010 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9668813>
- Nicholl, H. & Timmins, F. (2005). Programme-related stressors among part-time undergraduate nursing student. *Journal of Advanced Nursing*, 23 (3), 210-215. Diperoleh tanggal 1 Desember 2009 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. (ed. 2). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursasi, A. Y., & Fitriyani, P. (2002). Koping lanjut usia terhadap penurunan fungsi gerak di Kelurahan Cipinang Muara Kecamatan Jatinegara Jakarta Timur. *Makara Kesehatan*, 6 (2). Diperoleh tanggal 22 November 2009 dari <http://google.co.id>
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik* (ed.4). Jakarta: EGC.
- Seyedfatemi, N., Tafreshi, M. & Hagani, H. (2007). Experienced stressors and coping strategies among Iranian nursing students. *BMC Nursing*, 6. Diperoleh tanggal 3 Desember 2009 dari <http://www.biomedcentral.com/1472-6955/6/11>
- Sharif, F. & Masoumi, S. (2005). A qualitative study of nursing student experiences of clinical practice. *BMC Nursing*, 4:6. Diperoleh tanggal 3 Desember 2009 dari <http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1472-6955-4-6.pdf>
- Sheu, S., Lin H.S., & Hwang S.L. (2001). The relationships among stress, physio-psycho-social status, coping behaviors and personality traits of nursing students during first time clinical practice. *Hu Li Yan Jiu*, 9 (3), 233-46. Diperoleh tanggal 1 Desember 2009 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17953068>
- Sheu, S. (2009). Perceived stress and physio-psycho-social status of nursing students during their initial period of clinical practice: the effect of coping behaviors. *International Journal of Nursing Studies*, 39 (2), 165-175. Diperoleh tanggal 22 November 2009 dari <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii>
- Timmins & Kaliszer, M. (2002). Aspects of nurse education programmes that frequently cause stress to nursing student-fact-finding sample survey. *Journal of Nurse Education Today*, 22 (3), 203-211. Diperoleh tanggal 20 November 2009 dari <http://www.nurseeducationtoday.com/article/abstract>
- Walton, R. L. (2002). A comparison of perceived stress levels and coping styles of junior and senior nursing and social work students. *Doctor of Education Dissertation*. College of Graduate Studies, Marshall University