

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

Putri Rezkia
e-mail: pu3_88cute@yahoo.com

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 corelation 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 memberikan informasi kepada pengajar/pembimbing klinik dalam mengidentifikasi tingkat stres dan stressor yang dialami mahasiswa, serta mengembangkan intervensi yang tepat dalam mengurangi stres mahasiswa.

Kata kunci: stressor, strategi koping, tahap profesi.

LATAR BELAKANG

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 terhadap status kesehatan mahasiswa. Efek stres yang paling banyak dilaporkan adalah perubahan perilaku dan status fisiologis dan psikologi mahasiswa. Disamping itu, stres juga dapat mempengaruhi penampilan akademik (Stewart, 1999 dalam Hsiao, 2003). 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. 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. 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.

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). 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. 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).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang stressor dan strategi koping mahasiswa Keperawatan Universitas Riau yang sedang mengikuti tahap profesi.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum: untuk mengetahui hubungan antara tingkat stressor dengan strategi koping yang digunakan mahasiswa Keperawatan Universitas Riau dalam mengatasi stres melaksanakan tahap profesi.

METODE

Desain: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional study*.

Sampel: Sampel penelitian ini adalah 30 mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau yang sedang melaksanakan pendidikan profesi tahun angkatan 2009/2010. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*.

Instrumen: Untuk mengukur stressor, peneliti menggunakan 23 item kuesioner yang diadopsi dari "Dietetic Students Clinical Stress Questionnaire" (DSQ) yang dirancang oleh Hsiao (2003) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner tersebut menggambarkan stressor-stressor terkait adaptasi dengan lingkungan rumah sakit, kurangnya pengetahuan dan keterampilan, serta stressor saat menghadapi dan berkomunikasi dengan pasien. Sedangkan untuk mengukur strategi koping, peneliti menggunakan 24 item kuesioner yang diadopsi dari "The Ways of Coping" yang dirancang oleh Folkman dan Lazarus (1985) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. 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 peningkaran.

Prosedur: Setelah mendapat izin penelitian dari pihak Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, peneliti menyeleksi responden sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan sebelumnya. Sebelum kuesioner disebar, peneliti terlebih dahulu melakukan uji validitas. Setelah melakukan uji validitas, peneliti mendatangi responden untuk pengisian kuesioner.

HASIL

A. Analisa Univariat

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.

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 dan 2 item stressor yang item yang nilai mediannya mencapai 4 atau lebih ($Md \geq 4$) dikategorikan menjadi stressor berat.

Tabel 3
Distribusi responden berdasarkan strategi koping

No.	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 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden cenderung lebih sering menggunakan *emotional- focussed coping* dalam mengatasi stres saat melaksanakan tahap profesi.

B. Analisa Bivariat

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	

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

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. 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).

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. 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.

3. Hubungan stressor dengan strategi koping responden

Berdasarkan hasil uji statistik 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. 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*.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. 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 sering digunakan responden adalah *emotional- focussed coping*. Berdasarkan hasil uji 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.

B. Saran

Pihak Prodi seharusnya memfasilitasi secara aktif cara-cara pemecahan masalah dan strategi koping yang tepat digunakan dalam mengatasi stres 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. Bagi 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.

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. (1988). *The ways of coping*. Diperoleh tanggal 25 November 2009 dari <http://www.caps.ucsf.edu/tools/surveys/pdf>
- 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>
- Kilburn, E. & Whitlock, J. (2008). *Coping literature review*. Diperoleh tanggal 11 Mei 2010 dari <http://www.crsib.com/userfiles/File/Coping%20Lit%20Review.pdf>
- 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/>
- 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.