

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2020

**GAMBARAN TINGKAT STRESS MAHASISWA PROFESI NERS
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA SELAMA
STUDY FROM HOME (SFH) DI MASA
PANDEMI COVID-19**

Indah Novitasari¹, Sahuri Teguh Kurniawan^{2*}, Maria Wisnu Kanita³

¹Mahasiswa Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
inovitasari214@gmail.com

^{2*3}Dosen Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
s_sahuri@ukh.ac.id^{2*}, mariaw@ukh.ac.id³

Abstrak

Pandemi Covid-19 yang sedang melanda dunia saat ini menyebabkan masyarakat untuk *lockdown* guna memutus mata rantai penyebarannya. Dampak dari *lockdown* sendiri mengakibatkan banyak sekolah dan perguruan tinggi harus melakukan program belajar dari rumah. Program ini dilakukan oleh mahasiswa Profesi Ners melalui pembelajaran daring. Hal ini mengakibatkan mahasiswa Profesi Ners mengalami beberapa masalah psikologis seperti stress.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama *Study From Home* (SFH) Di Masa Pandemi Covid-19. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode survei deskriptif, dengan alat ukur DASS 42. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 124 responden mahasiswa Profesi Ners angkatan XI menggunakan *non probability* sampling dengan teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa tidak mengalami stress / normal sebanyak 60 responden (48.4%), stress ringan sebanyak 50 responden (40.3%), stress sedang sebanyak 6 responden (6.5%), stress berat sebanyak 8 responden (8%) dan tidak ada responden yang mengalami stress sangat berat. Dalam penelitian ini, peneliti berharap masalah stress di masa pandemi covid-19 saat ini tidak dianggap sepele karena apabila individu tidak mampu mengatasi stress pada diri sendiri dapat mengakibatkan gangguan kejiwaan.

Kata kunci : Covid-19, Mahasiswa Profesi Ners, Stress
Daftar Pustaka : 46 (2010-2020)

*NURSING STUDY PROGRAM UNDERGRADUATE PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
KUSUMA HUSADA SURAKARTA UNIVERSITY
2020*

***STRESS LEVEL DESCRIPTION ON PROFESSION NERS STUDENTS OF KUSUMA
HUSADA SURAKARTA UNIVERSITY DURING STUDY FROM HOME (SFH) IN
COVID-19 PANDEMIC***

Abstract

The Covid-19 pandemic that is currently attacking the world is causing people to lockdown to break the chain of its spread. The lockdown impact itself resulted in many schools and colleges having to undertake Study From Home (SFH) programs. This program is carried out by Ners Profession students through online learning. This resulted in Ners Profession students experiencing several psychological problems such as stress.

The purpose of this study is to determine the stress level of Profession Nurse Student at Kusuma Husada University, Surakarta during Study From Home (SFH) in Covid-19 Pandemic. This is a descriptive quantitative research. This study used a descriptive survey method, with a DASS 42 measuring instrument. The sample in this study was 124 respondents to the XI generation of Ners Profession students using non-probability sampling with purposive sampling technique.

The results showed that students did not experience stress / normal as many as 60 respondents (48.4%), mild stress was 50 respondents (40.3%), moderate stress was 6 respondents (6.5%), severe stress was 8 respondents (8%) and none respondents who experienced very heavy stress. In this study, researcher expects that stress problem during Covid-19 pandemic is not considered trivial because if individuals are unable to cope with stress on themselves, it can result in mental disorders.

*Keywords: Covid-19, Nurse Profession Student, Stress
Bibliography: 46 (2010-2020)*

A. Latar belakang

Pandemi Covid-19 yang sedang melanda dunia saat ini menyebabkan banyak permasalahan yang sulit untuk ditangani oleh masyarakat. Pandemi Covid-19 adalah krisis kesehatan yang pertama dan utama di dunia saat ini, banyak Negara memutuskan untuk menutup sekolah, perguruan tinggi dan Universitas (Purwanto Dkk, 2020). *World Health Organization* (WHO) (2020) mencatat pada 2 maret 2020 sebanyak 90.308 terinfeksi Covid-19 dan diperkirakan akan semakin bertambah. Semakin cepat penyebaran covid-19 mengakibatkan banyak Negara-negara di dunia melakukan *lockdown* agar memutus rantai penyebaran Covid-19. Data pada tanggal 15 Mei 2020 di Indonesia didapatkan 16.496 terkonfirmasi Covid-19 dengan kasus baru sebanyak 490 orang, 11.617 orang dalam perawatan, 3.803 dinyatakan sembuh dan 1.076 meninggal, sedangkan orang dalam pemantauan (ODP) sebanyak 262.919 dan pasien dalam pengawasan (PDP) sebanyak 34.360 orang (Gugus Covid, 2020).

Pandemi Covid-19 yang terjadi saat ini memberikan dampak terhadap berbagai sektor seperti ekonomi dan sosial, untuk mencegah penyebaran Covid-19 di

Indonesia sendiri sudah mulai menetapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) hal tersebut ditertera dalam Permenkes No. 9 Tahun 2020. PSBB sendiri meliputi pembatasan kegiatan penduduk dalam satu wilayah, termasuk pembatasan terhadap pergerakan orang atau barang untuk satu provinsi atau kabupaten kota untuk mencegah penyebaran covid-19. Pembatasan tersebut dilakukan melalui pembelajaran yang dilakukan dirumah dengan cara daring, pembatasan terhadap kegiatan keagamaan, dan pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum. Pembelajaran dirumah mengakibatkan mahasiswa mengalami beberapa masalah psikologis seperti kecemasan, stress dan depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusnayat dkk (2020) yang berjudul “Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa” menunjukkna sekitar 60.5% mahasiswa siap beradaptasi dengan penggunaan teknologi pembelajaran perkuliahan online tetapi sekitar 59.5% keberatan atas tugas yang diberikan dosen yang berakibatkan tingkat stress mahasiswa sekitar 60%, jika hal ini dibiarkan terus menerus akan berakibat

fatal dalam perkembangan kejiwaan mahasiswa, dan sebanyak 92% mahasiswa memilih dan lebih suka perkuliahan tatap muka dikelas dibandingkan dengan perkuliahan *online*.

Pembelajaran *online* pada mahasiswa Profesi Ners dapat menyebabkan stress dikarenakan mahasiswa Profesi Ners diwajibkan untuk mengikuti pembelajaran klinik untuk meningkatkan kompetensi profesional mahasiswa keperawatan, pendidikan Profesi Ners menekankan pada tumbuh kembang kompetensi klinik untuk menjadi seorang perawat profesional (Putri, 2018). Penelitian dari Nelwati (2012) berpendapat bahwa pembelajaran klinik sebagai pembelajaran ketrampilan, sehingga pembelajaran *online* pada mahasiswa Profesi Ners dianggap belum memenuhi target kompetensi untuk pembelajaran klinik.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti diperoleh hasil data dari Universitas Kusuma Husada Surakarta sebanyak 184 mahasiswa Profesi Ners. Hasil wawancara dari 7 mahasiswa terdapat 4 diantaranya mengalami gejala stress seperti sering merasa cemas, mudah panik serta emosi yang tidak stabil saat memikirkan akan tugas dari dosen. Beberapa mahasiswa mengatakan

perubahan metode belajar dari tatap muka langsung menjadi daring, koneksi internet yang jelek saat perkuliahan *online*, tugas yang menumpuk serta ketersediaan paket data selama selama perkuliahan *online* dapat menjadi hal yang dapat menimbulkan stress bagi mahasiswa ners.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama *Study From Home* (SFH) Di Masa Pandemi Covid-19.

B. Metode

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan di dalam penelitian ini merupakan jenis metode penelitian survei deskriptif. Teknik pengambilan sampel ini dilakukan dengan *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 124 responden Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner DASS 42 dengan menggunakan *google form*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners

Universitas Kusuma Husada Surakarta
Selama *Study From Home* (SFH) Di Masa
Pandemi Covid-19.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Table 4.1 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin (n=124)

Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	34	27.4%
Perempuan	90	72.6%
Total	124	100.0%

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari total 124 responden terdapat responden perempuan sebanyak 90 responden (72,6%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 34 responden (27,4%).

Menurut Sumarna (2018) perempuan lebih mudah mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki hal ini dikarenakan perempuan lebih emosional dan panik dalam menghadapi masalah. Penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa secara umum perempuan cenderung mengalami stress 30% lebih tinggi dari pada laki-laki.

Penelitian Sundari (2012) yang menyatakan bahwa stress ringan dan

stress berat pada perempuan lebih besar dari pada laki-laki. Penelitian ini didukung juga oleh penelitian Sutijianto (2015) yang menyatakan bahwa mahasiswa perempuan mengalami stress berat sebanyak 2,7 kali lebih besar dibandingkan dengan laki-laki. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian dari Ambarwati, Pinilih & Astuti (2017) dengan hasil tingkat stress sedang sebanyak 34 mahasiswa (33,6%) dan untuk tingkat stress ringan pada laki-laki hanya 19 mahasiswa (18,8%), selain itu Ambarwati, Pinilih & Astuti (2017) juga menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami stress dikarenakan terdapat perbedaan hormonal dan perbedaan stressor psikososial bagi perempuan dan laki-laki.

Peneliti menyimpulkan bahwa penelitian ini menunjukkan mayoritas responden yang mengalami stress adalah perempuan. Stress yang timbul pada perempuan dikarena perempuan lebih emosional dalam menghadapi masalah dibandingkan dengan laki-laki. Selain itu banyaknya beban yang harus dihadapi oleh perempuan seperti mengurus keluarga, bekerja serta

mengurus anak juga menjadi salah satu fakto penyebab stress pada perempuan.

2. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 4.2 karakteristik responden berdasarkan usia (n=124)

Variabel	Min	Max	Mean	Std. deviation	Median
Usia	22	48	25,38	5,181	23,00

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak adalah 23 tahun dengan nilai *mean* sebesar 25,38, nilai *std. deviasi* sebesar 5,181, untuk nilai nilai minimum 22 dan nilai maksimum 48 serta nilai median adalah sebesar 23,00. Menurut Thapar (2012) mengatakan bahwa usia adalah salah satu faktor yang mempengaruhi stress psikologis seseorang. Faktor usia berkaitan erat dengan tingkat kedewasaan atau kematangan seseorang baik secara fisik maupun psikologis, sehingga bertambahnya usia pada seseorang diharapkan mampu dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab, tetapi menurut Sumarna (2018) semakin lanjut usia maka semakin mudah juga seseorang mengalami stress, hal ini terjadi antara lain disebabkan faktor fisiologis

dimana secara fisiologis individu usia lanjut telah mengalami kemunduran dalam berbagai kemampuan seperti visual, berfikir, mengingat dan mendengar.

Usia berkaitan dengan toleransi seseorang terhadap stress. Hal dibuktikan oleh Penelitian dari Ambarwati, Pinilih & Astuti (2017) didapatkan hasil mahasiswa berusia 22 tahun (remaja akhir) lebih dominan mengalami stress dengan jumlah 48 responden (47.5%). Penelitian dari Yeni (2012) didapatkan hasil bahwa mahasiswa berada dalam rentang dewasa awal memiliki tingkat stress rendah sebanyak 14 responden (56%) sedangkan mahasiswa yang usia dewasa menengah memiliki tingkat stress tinggi sebanyak 4 responden (80%). Penelitian dari Kaunang, Buanasari & Kallo (2019) menyatakan bahwa sebanyak 47 lansia (92.2%) mengalami stress ringan hal ini menunjukkan bahwa lansia cenderung lebih mudah mengalami stress dibandingkan dengan orang dewasa.

Dari hasil diatas peneliti berpendapat bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka diharapkan mampu dalam

melaksanakan tugas dan tanggung jawab dalam menghadapi suatu permasalahan sehingga seseorang mampu menangani stress yang dialami tetapi pada usia lanjut seseorang lebih mulai mudah mengalami stress karena faktor fisiologis seseorang yang mengalami kemunduran.

3. Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Angkatan XI selama *study from home* (SHF) dimasa pandemi Covid-19 adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3 tingkat stress mahasiswa Profesi Ners angkatan XI (n=124)

Tingkat stress	F	%	IK 95%	
			Min	Max
Normal	60	48,4%	39,6%	57,2%
Stress ringan	50	40,3%	31,5%	49,1%
Stress sedang	6	4,8%	0,9%	8,7%
Stress berat	8	6,5%	2,2%	10,8%
Total	124	100,0%		

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat stress responden mahasiswa Profesi Ners angkatan XI selama *study from home* (SHF) dimasa pandemi Covid-19 mayoritas mahasiswa tidak mengalami stress / normal sebanyak 60 responden (48.4%) dengan nilai interval kepercayaan 95% didapatkan nilai minimum 39,6% dan maksimum 57,2%, stress ringan sebanyak 50 responden (40.3%) dengan nilai

interval kepercayaan 95% didapatkan nilai minimum 31,5% dan maksimum 49,1%, stress sedang sebanyak 6 mahasiswa (4,8%) dengan nilai interval kepercayaan 95% didapatkan nilai minimum 0,9% dan nilai maksimum 8,7%, serta stress berat sebanyak 8 mahasiswa (6,5%) dengan interval kepercayaan 95% didapatkan nilai minimum 2,2% dan nilai maksimum 10,8%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat stress mahasiswa dengan kategori normal, stress ringan, stress sedang dan stress berat masuk dalam interval kepercayaan 95%.

Menurut Sanjaya (2020) pembelajaran jarak jauh atau disebut dengan pengajaran daring adalah metode pengajaran yang menggunakan jaringan untuk berkomunikasi, membaca, dan menulis yang dilakukan pada waktu yang sama namun tidak dalam ruang yang sama dengan menggunakan berbagai teknologi dan multi media (Komputer, video, audio, *smarphone* dan lain sebagainya). Metode daring ini harus dilakukan dikarenakan adanya antisipasi pada pencegahan penyebaran mata rantai covid-19.

Pandemi Covid-19 yang sedang melanda dunia saat ini menyebabkan banyak permasalahan yang sulit untuk ditangani oleh masyarakat. Pandemi Covid-19 adalah krisis kesehatan yang pertama dan utama di dunia saat ini, banyak Negara memutuskan untuk menutup sekolah, perguruan tinggi dan Universitas (Purwanto Dkk, 2020). Permenkes RI No. 9 tahun 2020 menetapkan PSBB (Pembatasan Sosial Bersekala Besar) di wilayah Indonesia, PSBB itu sendiri meliputi pembatasan kegiatan penduduk dalam satu wilayah, termasuk pembatasan terhadap pergerakan orang atau barang untuk satu provinsi atau kabupaten kota untuk mencegah penyebaran covid-19. Pembatasan tersebut dilakukan melalui pembelajaran yang dilakukan dirumah dengan cara daring, pembatasan terhadap kegiatan keagamaan, dan pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum.

Penelitian dari Livana, Mubin & Yazid (2020) menyatakan bahwa yang mempengaruhi tingkat stress selama pandemi Covid-19 adalah tugas pembelajaran sebanyak 70%, bosan dirumah saja sebanyak 57.8%, proses pembelajaran daring/online yang mulai

membosankan sebanyak 55.8%, tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi sebanyak 40.2%, tidak dapat mengikuti pembelajaran daring/*online* karena kuota internet yang terbatas sebanyak 37.4%, tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya sebanyak 35.8% dan tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktik 35%.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusyanat (2020) yang berjudul “Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online di Era Covid-19 dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa” didapatkan hasil dengan kuesioner pada poin pertanyaan nomer 3 dosen memberikan tugas *online* yang berlebihan dari pada pembelajaran di kelas Mahasiswa UIN SGD Bandung sebanyak 72% mahasiswa menjawab setuju, hal ini perlu menjadi perhatian yang mendalam karena mahasiswa yang menjawab diatas 50%. Sedangkan untuk poin pertanyaan nomer 4 kalau memikirkan tugas kadang saya susah tidur. Mahasiswa UIN SGD Bandung sebanyak 50% menjawab setuju artinya responden merasa kesulitan tidur ketika memikirkan tugas, sebanyak 13%

menjawab ragu-ragu dan 38% menjawab tidak setuju artinya responden tidak merasa kesulitan tidur. Poin pertanyaan nomer 5 saya lebih suka kuliah *offline* (tatap muka langsung) dari pada kuliah *online*. Mahasiswa UIN SGD Bandung sebanyak 94% merasa setuju perkuliahan *offline* (tatap muka langsung).

Dalam penelitian ini didapatkan hasil mayoritas mahasiswa Profesi Ners angkatan XI tidak mengalami stress / normal sebanyak 60 responden (48.4%) hal ini dikarenakan dalam pengambilan data penelitian dilakukan pada stase terakhir dimana mahasiswa sudah mulai terbiasa dengan strategi untuk menghadapi stress itu sendiri. Menurut Lestari (2016) Strategi menghadapi stress dengan memfokuskan pada emosi merupakan strategi coping dengan mengubah pengalaman emosi terhadap stress dan bukan terhadap sumber stressnya. Cara ini efektif dilakukan apabila individu merasa sumber stress berada di luar kendalinya. Mekanismenya dilakukan dengan cara mengatur emosi melalui proses berfikir yang disadari.

Tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa Profesi Ners angkatan XI selama Selama *Study From Home* (SFH) dipengaruhi oleh perubahan metode belajar dari tatap muka langsung menjadi daring, koneksi internet yang jelek saat perkuliahan *online*, tugas yang menumpuk serta ketersediaan paket data selama perkuliahan *online* dapat menjadi hal yang dapat menimbulkan stress bagi mahasiswa Profesi Ners angkatan XI, tetapi dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa mayoritas tidak mengalami stress atau normal dikarenakan mahasiswa sudah mulai terbiasa dengan strategi coping dari masing-masing individu untuk menangani stress itu sendiri, sehingga pada mahasiswa Profesi Ners angkatan XI peneliti beranggapan bahwa mahasiswa Profesi Ners angkatan XI sudah mulai bisa menghadapi stress yang dialami

D. Kesimpulan

1. Karakteristik responden pada distribusi jenis kelamin menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan sebanyak 90 responden (72,6%)

2. Karakteristik responden pada distribusi usia paling banyak pada 23 tahun dengan usia minimum 22 tahun dan usia maximum adalah 48 tahun.
3. Tingkat stress mahasiswa Profesi Ners angkatan XI Universitas Kusuma Husada Surakarta selama *study from home* mayoritas mahasiswa tidak mengalami stress / normal sebanyak 60 responden (48.4%) tetapi sebanyak 50 responden (40.3%) mengalami stress ringan.

E. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berharap masalah stress dimasa pandemi covid-19 saat ini tidak dianggap sepele oleh perawat hal ini dikarenakan apabila individu tidak mampu mengatasi stress pada diri sendiri dapat mengakibatkan gangguan kejiwaan. Selain itu diharapkan institusi pendidikan meningkatkan pembelajaran via daring pada mahasiswa Profesi Ners dengan cara dapat memodifikasi dengan pembelajaran simulasi via video, dimana setiap mahasiswa dianjurkan untuk membuat simulasi video untuk memenuhi target kompetensi selama praktik klinik yang dilakukan via daring pada masa pandemi covid-19 saat ini.

F. Daftar Pustaka

- Ambarwati, Putri Dewi., Pinilih, Sabodo & Astuti, Retna Tri. (2017). Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan. Volume 5, No.1*. Diakses pada 17 Juni 2020. https://www.researchgate.net/publication/333268312_GAMBARAN_TINGKAT_STRESS_MAHASISWA
- Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 .(2020). Diakses pada 20 Juni 2020. <https://palu.tribunnews.com/2020/05/15/update-covid-19-indonesia-jumat-15-mei-2020-ada-490-kasus-baru-total-1076-meninggal-3803-sembuh>
- Hasanah, Uswatun. (2017) Hubungan Antara Stress Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan. Volume 1, No.1*. Diakses tanggal : 25 Juni 2020. <https://download.garuda.ristekdikti.go.id/articel.php?articele=724051&val=11253&title=HUBUNGAN%20ANTARA%20STRESS%DENGAN%20STRATEGI%20KOPING%20MAHASISWA%20TAHUN%20PERTAMA%20AKADEMI%20KEPERAWATAN>
- Kusnayat, dkk. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran. Volume 1, No.2*. Diakses pada 2 juli 2020. <https://www.researchgate.net/publication/341831388>

*INAYATI%20SALSABILA-
FKIK.pdf*

Sanjaya, Ridwan (2020). *21 Refleksi Pembelajaran Daring di masa Darurat*. Semarang : Unika Soegijapranata

Sumarna, Umar., Sumarni, Nina & Rosidin, Udin. (2018). *Bahaya Kerja Seta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Yogyakarta : CV Budi Utama

Sundari, J. (2012). Hubungan Tingkat Stress Dengan Intensitas Olahraga Pada Mahasiswa Regular 2008 Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Indonesia. *Skripsi*. Depok : FIK UI. Diakses pada 24 Juli 2020. <https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20311330-S42941-Hubungan%20antara.pdf>