

## STRESS DAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA PROFESI KEPERAWATAN

### THE STRESS LEVELS AND LEARN MOTIVATION IN NURSING PROGRAM

*Ikhwan Amirudin<sup>1</sup>, Evan Rangga<sup>2</sup>*

*<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Aisyah Pringsewu*

*E-mail : [nurse87ikhwan@gmail.com](mailto:nurse87ikhwan@gmail.com); [evanrangga13@gmail.com](mailto:evanrangga13@gmail.com)*

#### ABSTRAK

Profesi merupakan sebuah pekerjaan yang ideal dan mengacu pada suatu sekelompok ilmu yang tidak pasti tetapi ada, sedangkan profesi keperawatan menjadi bagian dari profesi dan harus dilalui melalui program pendidikan ners.Untuk mencapai profesi dapat ditempuh melalui pendidikan. Proses pendidikan tersebut memerlukan energy dan kesiapan mental yang berdampak pada psikologi seseorang bahkan memicu munculnya stress. Bahkan pendidikan yang ingin di capai untuk menyelesaikan proses belajar dengan baik, maksimal dan tepat waktu dibutuhkan motivasi yang kuat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa profesi ners di rumah sakit RSUD Dr. H Abdoel Moeloek tahun 2019. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan Pendekatan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa profesi ners yang praktik di RSUD Dr.H Abdul Moeloek dan sampel penelitian ini berjumlah 154 orang. Variabel penelitian ini adalah Tingkat stress dan motivasi belajar. Jenis uji yang digunakan uji gamma.. Hasil analisis didapatkan nilai p-value 0,058 (p-value >0,05) sehingga didapatkan kesimpulannya bahwa tidak ada hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar mahasiswa profesi keperawatan.

**Kata Kunci :** Tingkat stress, Motivasi Belajar

#### ABSTRACT

*Professionalism is an ideal job and refers to a group of knowledge that is uncertain but exists, while the nursing profession becomes part of the profession and must be passed through the education program of nurses. To reach the profession can be reached through education. The educational process requires energy and mental readiness that have an impact on one's psychology and even trigger stress. Even the education that you want to achieve to complete the learning process well, maximally and on time requires strong motivation. The purpose of this study was to determine the the correlation between stress levels and learning motivation in professional student nurses in the hospital Moeloek H. Abdoel in 2018. This type of research is quantitative, with the research approach used is cross sectional. The population in the study were professional profession students who practiced at Dr.H Abdul Moeloek Hospital and the sample of this study amounted to 154 people. The variables of this study are the level of stress and motivation to learn. The type of test used is the gamma test. The results showed that most of the men were 59 people (69%). The results of the analysis obtained a p-value of 0.058 (p-value> 0.05) so that the conclusion was obtained that there was no relationship between the level of stress with students' learning motivation.*

**Keywords:** Stress level, Learning Motivation

## PENDAHULUAN

Seorang individu akan memiliki respon terhadap kejadian yang memicu adanya stres (stressor). Stres merupakan suatu keadaan yang tidak diinginkan seorang individu. Pada kondisi stres terjadi kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan seorang individu untuk mengatasi stres (coping)<sup>1</sup>. Seseorang akan terpengaruh emosi, proses, pikiran dan kondisi fisiknya akibat berespon terhadap stres<sup>2</sup>. Penggolongan stres terdiri dari 2 jenis, yaitu stres yang membangun atau dikenal dengan istilah *eustress*. *Eustress* membuat seseorang bersemangat dan dapat meningkatkan konsentrasi belajar, sedangkan stres yang sifatnya tidak menyenangkan dan bersifat negatif dikenal dengan istilah *distress*. *Distress* memberikan berbagai dampak negatif seperti menjadi gugup, tekanan darah tinggi, mudah marah, sulit berkonsentrasi dan tidak memiliki semangat belajar<sup>3,4</sup>.

Profesi merupakan sebuah pekerjaan yang ideal dan mengacu pada suatu sekelompok ilmu yang tidak pasti tetapi ada. Tetapi menyediakan suatu status pekerjaan yang dapat diperoleh, apabila pekerjaan tersebut telah mencapai profesionalisasi secara utuh<sup>5</sup>.

Mengidentifikasi tentang sebuah profesi, salah satunya adalah profesi keperawatan di Indonesia mengalami perkembangan sangat pesat. Perkembangan ini memberi dampak berupa perubahan sifat pelayanan keperawatan dari pelayanan vokasional menjadi profesional yang berpijak pada penguasaan IPTEK keperawatan termasuk dalam pelayanan keperawatan. Sebagai profesi, keperawatan dituntut untuk memiliki kemampuan intelektual, interpersonal kemampuan teknis dan moral. Hal ini dapat ditempuh dengan meningkatkan kualitas perawat melalui pendidikan lanjutan pada Program Pendidikan Keperawatan (Ners). Pendidikan ini diawali dengan periode Praktik Klinik Keperawatan Terpadu, periode yang

menjadi pintu masuk calon Ners ke klinik dan periode yang menyatukan semua kemampuan kognitif dan skill yang dimiliki selama di akademik untuk diimplementasikan di dunia nyata. Di jelaskan bahwa pada praktik klinik mahasiswa dituntut untuk mandiri dan cekatan selain itu mahasiswa juga dibebankan untuk membuat asuhan keperawatan (askep) individu dan askep kelompok sebagai bukti bahwa telah mengikuti praktik klinik<sup>6,7</sup>.

Kondisi tersebut menyebabkan beban yang melebihi kemampuan peningkatan beban yang melebihi kemampuan baik kognitif dan psikomotorik sehingga didefinisikan sebagai stres, hal tersebut beresiko menyebabkan stres. Mahasiswa dalam kondisi stres, mahasiswa akan lebih mudah cemas, bingung, ataupun marah dan mengakibatkan menurunnya rasa percaya diri. Sisi psikologis, orang yang sedang mengalami stres akan menderita tekanan dan ketegangan yang berdampak pada kekacauan pola pikir, emosi, dan perilaku yang muncul<sup>8</sup>. Sedangkan dari segi fisiologis, seseorang yang mengalami stres akan mengalami kegelisahan dan kegugupan yang ditandai dengan jantung yang berdegup cepat, mual, mulut kering, bibir pecah-pecah, keluarnya keringat yang berlebihan di sekitar tubuh. Secara emosional, seseorang yang mengalami stres biasanya mengalami, gelisah atau cemas, sedih, depresi, mudah menangis, *mood* berubah-ubah dengan cepat, mudah marah, gugup, dan mudah tersinggung. Biasanya ketegangan yang muncul ini menyebabkan seseorang terganggu dalam beraktivitas, mempengaruhi emosi seseorang, mempengaruhi produktivitas seseorang, cara berpikir seseorang, dan bahkan kesehatan dapat terganggu. Stres yang dapat memicu turunnya minat dan belajar mahasiswa. Satu sisi minat belajar akan menjadi kunci bagi seseorang meningkatkan prestasi<sup>9</sup>.

Keadaan stres yang dialami mahasiswa di dunia pendidikan baik akademik ataupun klinik sering disebut sebagai stres akademik. Stres akademik tergolong jenis stres negatif (distress). Stres akademik adalah stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau lingkungan pendidikan. Stres akademik muncul ketika terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan seorang mahasiswa<sup>10</sup>. Menurut hasil penelitian stres juga dapat muncul karena tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan akademik yang semakin meningkat. Hal tersebut dapat mengakibatkan mahasiswa akan merasa terbebani<sup>11</sup>.

Penelitian mengenai perbandingan stres pada mahasiswa kedokteran telah dilakukan di Arab Saudi. Dengan hasil tentang stres berdasarkan tingkatan mahasiswa yaitu pada mahasiswa tingkat pertama mencapai 74,2%, mahasiswa tingkat kedua mencapai 69,8%, mahasiswa tingkat ketiga mencapai 48,6% dan mahasiswa tingkat keempat mencapai 30,4%<sup>20</sup>. Penelitian tentang perbandingan stres juga dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Penelitian ini menunjukkan bahwa pada mahasiswa tingkat pertama tingkat stres sedang sampai berat mencapai 72,6%, sedangkan pada mahasiswa tingkat akhir tingkat stres sedang sampai berat mencapai 55%<sup>12</sup>.

Pencapaian hasil belajar mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh stres saja, namun terdapat hal lain yang ikut mempengaruhi yaitu motivasi belajar<sup>13</sup>. Keadaan stres negatif pada seseorang akan mengakibatkan mahasiswa menjadi malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan. Salah satu bentuk stres negatif yaitu stres akademik<sup>13</sup>. Akibatnya apabila seseorang mengalami stres akan terjadi penurunan minat belajar. Minat belajar yaitu suatu ketertarikan seseorang terhadap pelajaran. Minat belajar merupakan alat yang mendorong seseorang termotivasi dalam belajar<sup>11</sup>.

## METODE

Penelitian ini dilakukan di RSUD Abdoel Moeloek tahun 2019 dengan Jenis penelitian kuantitatif dan populasi yang digunakan Mahasiswa Praktik Profesi Keperawatan yang dipilih secara *Random Sampling* berjumlah 154 responden<sup>14</sup>. Cara pengumpulan data menggunakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua yaitu kuisioner kuisioner PSS (Perceived Stress Scale) dan kuisioner MSLQ (Motivated Strategies For Learning Questionnaire).

## HASIL

**Tabel 1**  
**Distribusi frekuensi usia, jenis kelamin, tingkat stress dan motivasi belajar**

		Presentase (%)	Jumlah
<b>Jenis</b>	Laki-laki	59	154
<b>Kelamin</b>	Perempuan	95	
<b>Usia</b>	22 Tahun	100 %	100 %
<b>Motivasi</b>	Rendah		100%
	Sedang	36,8	
	Tinggi	54,8	
<b>Tingkat</b>	Rendah	3,2	100%
	Sedang	93,5	
<b>Stres</b>	Tinggi	2,8	

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil penelitian 154 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan 95 orang dan sisanya laki-laki berjumlah 59 orang. Dari tabel diatas dihasilkan rata-rata usia responden 22 tahun. Dengan tingkat motivasi sebagian besar motivasi tinggi 54,8% dan sebagian besar motivasi sedang 36,8%

**Tabel 2 Analisis stress dengan motivasi belajar**

Tingkat Stres	Stres Rendah	Motivasi Belajar			koefisien Korelasi (r) 0,594	Nilai p 0,058
		Motivasi Rendah 3 (60%)	Motivasi Sedang 2(40%)	Motivasi Tinggi 0		
	Stres Sedang	10(6,94%)	52 (36,11%)	82 (56,94%)		
	Stres Tinggi	0	2 (40%)	3 (60%)		
<b>Total</b>		13(8,44%)	56 (36,30%)	5 (55,20%)		154 (100%)

*korelasi Gamma (p. value > 0,05)*

Dari tabel 2 di atas dilihat hasil hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar didapatkan nilai p- value 0,058. Hasil bahwa tingkat stress pada mahasiswa profesi tidak sama terutama dalam hal coping terhadap stressnya. Kondisi tersebut berdampak pada tingkat motivasi belajar pada mahasiswa profesi keperawatan yang berbeda.

## PEMBAHASAN

Jumlah responden pada penelitian ini 154 responden dengan rata-rata usia 22 tahun, dan didapatkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebesar 95 orang (95%), dan laki-laki sejumlah 59 orang (59%). Apabila stres pada mahasiswa profesi ditinjau dari jenis kelamin, maka perempuan memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dari pada laki-laki<sup>15</sup>. Stres pada mahasiswa perempuan yang mengambil profesi yaitu sebesar 23,82 sedangkan pada mahasiswa laki –laki yang mengambil praktikum sebesar 21,58. Baik mahasiswa perempuan atau laki –laki memiliki stress yang tergolong sedang hanya saja resiko stres pada mahasiswa perempuan lebih besar daripada laki-laki. Tingkat stres pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki untuk semua tipe stresor<sup>16</sup>. Kondisi tersebut disebabkan perubahan hormonal yang mudah terjadi wanita terutama menjelang masa haid. Bahkan Goff juga menyampaikan dalam penelitiannya menyampaikan bahwa wanita 4 kali sering

mengalami *seasonal affective disorder* (SAD) yaitu suatu kondisi gangguan suasana hati yang berdampak terjadinya stress.

Dari hasil studi yang dilakukan oleh misra dkk, menyatakan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat stres akademik yang lebih tinggi dari pada mahasiswa laki-laki<sup>17</sup>. Pola stres yang terjadi pada mahasiswa praktikum baik pada laki-laki mapun perempuan memiliki kesamaan yaitu dimulai dari kelelahan fisik. Kegiatan praktik klinik yang hampir ada di setiap pekannya membuat mahasiswa praktikan cukup merasa kelelahan, dan kondisi inilah yang menjadi salah satu hal yang membuat mahasiswa praktik klinik rentan terhadap stres.

Stress mengaktifasi hipotalamus yang selanjutnya mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal. Sistem saraf simpatik berespon terhadap impuls saraf dari hipotalamus yaitu dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos yang berada di bawah pengendaliannya, contohnya, meningkatkan kecepatan denyut jantung dan mendilatasi pupil. Sistem saraf simpatik juga memberi sinyal ke medulla adrenal untuk melepaskan epinefrin dan norepinefrin ke aliran darah. Sistem korteks adrenal diaktifasi jika hipotalamus mensekresikan CRF atau *Corticotropin releasing factor* yang merupakan

hormon yang membantu mengontrol reaksi tubuh terhadap stres. Hormone CRF atau hormone yang membantu mengontrol reaksi tubuh terhadap stres lebih erat terikat pada protein stres sel-sel otak perempuan, sehingga membuatnya lebih sensitive terhadap dampak dari perubahan hormon tersebut. Sedangkan pada laki-laki, otak dapat mengurangi kadar protein, menghentikan hormon dari pengikatan dan mengurangi dampaknya terhadap otak<sup>18</sup>.

Stres adalah suatu kondisi atau keadaan di mana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya actual yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan<sup>19</sup>. Stress juga dapat menyebabkan stress yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Stres terjadi apabila adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan, artinya, stres yang dialami oleh siswa berbakat erat kaitannya dengan sumber stres<sup>20</sup>. Jika siswa berbakat memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan lingkungan maka stres akan dikelola secara positif. Sebaliknya jika siswa berbakat merasa bahwa dirinya lemah dan tidak mampu untuk memenuhi tuntutan lingkungan maka stres akan berdampak negatif.

Hasil p-value 0.058 menunjukkan bahwa hasil penelitian ini tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan motivasi belajar. Deyisi, Kalalo dan Mario (2018) juga menguatkan tentang hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa tidak memiliki hubungan dengan nilai  $p = 0.062$ <sup>9</sup>. Hasil tersebut didapatkan bahwa apabila stress rendah maka motivasi belajar tinggi

begitupun sebaliknya apabila stress tinggi maka motivasi belajar menurun.

Stress merupakan tekanan batin dimana individu tidak dapat menginginkan atau mencapai apa yang diinginkan<sup>21</sup>. Beberapa cara untuk mengatasi stress, salah satunya dengan melakukan coping stress. Coping dalam pengertian psikologi adalah kemampuan individu untuk mengelola, Coping stress sebagai kemampuan mengubah kognitif atau perilaku secara konstan agar tuntutan-tuntutan eksternal maupun internal khususnya yang diperkirakan membebani dan melampaui kemampuan individu dapat melemah<sup>21</sup>. Untuk mengurangi tuntutan tersebut diperlukan cara coping dan cara tersebut dapat dibedakan menjadi dua bagian besar berdasarkan dari tujuan individu yaitu : *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* merupakan strategi yang melibatkan individu dalam mengontrol masalah yang dihadapinya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang menyebabkan individu stress sedangkan *emotion focused coping* merupakan strategi yang melibatkan pikiran dan tindakan individu ditujukan untuk mengatasi perasaan yang menekan akibat dari situasi stress<sup>22</sup>. Hal tersebut dapat membantu mahasiswa untuk mengurangi stress dan serta dapat meningkatkan motivasi mereka dalam belajar.

Dapat disimpulkan bahwa stress bukan merupakan indicator utama dalam menentukan tingkat motivasi belajar, namun bagaimana coping seseorang muncul dan digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar pada mahasiswa seperti *support system* yang ada disekitar mahasiswa akan sangat mempengaruhi *coping stress*. Motivasi juga memiliki beberapa metode untuk meningkat agar tidak menjadikan stress terhadap tuntutan belajar menjadi satu-satunya

alasan bahwa tidak memiliki motivasi belajar karena stress.

## SIMPULAN DAN SARAN

Tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa profesi ners di RSUD Dr. H. Adul Moeloek Bandar Lampung dengan nilai p-value 0,058

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait tentang hubungan antara tingkat stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa profesi ners dengan menekankan pada variabel penyebab stress dan jenis coping yang digunakan untuk menilai motivasi belajar mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock, J.W.,2007. Psikologi pendidikan. Edisi ke-2. Jakarta: Prenada Media Group.
2. Putra, N.,2015. Hubungan tingkat stres akademik terhadap hasil belajar mahasiswa tahun pertama blok basic science 1 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
3. Rice, P.L.,1999. Stress and health. California: Brooks/Cole Publishing.
4. Sary, Y.N.E.,2015. Buku ajar psikologi pendidikan. Yogyakarta: Parama Publishing
5. Volmer, H.M., and Mills, Donald L (1972), *professionalisation, prentice-Hall, inc., new jersey*.
6. Ifdil. I. (2015) *Kondisi Kecemasan Lansia di panti sosial Tresna Werdha sabai nan aluih (PSTW) Sicincin*
7. Alimul, Hidayat A.A. (2008). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
8. Hardjana A.M (2002) *Komunikasi interpersonal & komunikasi interpersonal*. Yogyakarta : penerbit kanisius
9. Deyisi Pratiwi. A. Demolingo Flora.k. Mario Katu (2018)., *Hubungan stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa semester V program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas SAM Ratulangi manado*
10. Olejnik, S.N. & Holschuh J.P., 2007. College rules! How to study, survive, and succeed. Edisi ke-3. New York: Ten Speed Press
11. Fernández-González, L., González-Hernández, A. & Trianes-Torres, M.V., 2015. Relationships between academic stress, social support, optimism-pessimism and self-esteem in college students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. 13(1):111–30.
12. Augesti, G.,2015. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
13. Rucker, J. 2012. The relationship between motivation, perceived stress and academic achievement in students. Enschede: University of Twente.
14. Notoatmodjo. 2010. *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
15. Mahmud, R. (2016). Pola Stress Pada Mahasiswa Praktikum (Skripsi Fakultas Psikologi Univeristas Muhammadiyah Surakarta). Diunduh dari :<http://eprints.UniveristasMuhammadiyah Surakarta.ac.id/45691/>
16. Goff, A.M. (2011). *Stressor, Academic performance and learned resource fullness in baccalaureate nursing student*. International Journal of Nursing Education Scholarship. 923 –1548
17. Misra,& Mc Kean (2000). *Collage students' academic workloads and use of coping strategies by university students*, journal of Behavioral sciences. Vol 20
18. Saam,& Wahyuni Sri. (2013). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta : rajawali pers
19. Rahmawati. (2012) *Perilaku hidup bersih dan sehat(PHBS)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
20. Lazarus. R. S & Folkman, s. 1984. *Stress, Appraisal, and coping*. New York : springer publishing company
21. Rahmayanti , N . (2010) *Manajemen pelayanan prima* Yogyakarta: pustaka belajar
22. Abdulghani, H.M.,2008. Stress and depression among medical students: A cross sectional study at a medical college in saudi arabia. *Pakistan Journal of Medical Sciences*.24(1):2–17