

Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Karya Tugas Akhir di STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung.

(Correlation Between Stress With Preparation Student Final Project in STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung)

Purnomo^{1a*}, Eka Widyarningsih^{2b}, Fayakun^{3c}

^{1,3} Dosen Stikes Utama Abdi Husada Tulungagung, Jl. Dr Wahidin Sudiro Husodo Tulungagung, 66224, Indonesia

² Mahasiswa Stikes Utama Abdi Husada Tulungagung, Jl. Dr Wahidin Sudiro Husodo Tulungagung 66224, Indonesia

^a Purnomo@stikestulungagung.ac.id *; ^b weka1248@gmail.com; ^c ffayakun@gmail.com

* Corresponding Author

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Sejarah artikel: Tanggal diterima: 01 Juli 2022 Tanggal revisi: 24 Juli 2022 Diterima: 10 Agustus 2022 Diterbitkan: 31 Agustus 2022	Stress yaitu stress merupakan stimulus, stress merupakan respon, stress merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan, dan stress merupakan hubungan antara individu dengan stressor. Tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam pembuatan KTI yaitu dimana setiap mahasiswa mengalami ketegangan yang mengarah ke emosi dan pikiran seseorang. Metode penelitian ini menggunakan metode survey diskriptif kuantitatif. Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah responden sebanyak 33 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisioner <i>Halmilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS) dan teknik pengambilan data menggunakan pembagian link di setiap responden dan di isi pada saat itu juga. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres responden mayoritas tidak mengalami stres yaitu sebanyak 18 (54,6%), yang mengalami stres ringan sebanyak 11(33,3%), yang mengalami stres sedang sejumlah 4(12,1%), dan yang mengalami stres berat sebanyak 0%. Tingkat stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin dan usia. Hasil penelitian ini diharapkan bagi mahasiswa bisa mengontrol tingkat stress untuk menghadapi kegiatan yang padat.
Kata Kunci : Mahasiswa, Stress, Tugas Akhir	

Copyright (c) 2022 Prosiding Seminar Nasional Riset Kesehatan
This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan merupakan salah satu Pendidikan Tinggi di Indonesia merupakan salah satu pendidikan dimana mahasiswa yang akan selesai pendidikannya harus melewati tahap akhir. Salah satu persyaratan untuk dapat lulus dari perguruan tinggi mahasiswa harus menyelesaikan penelitian atau tugas akhir. Program Studi Diploma Tiga Keperawatan merupakan Pendidikan dalam mencetak tenaga keperawatan dalam bidang Kesehatan.

Permasalahan yang sering muncul pada saat mahasiswa akan menyelesaikan tugas akhir atau penelitian salah satunya adalah stress. Respon stress yang dialami oleh peserta didik atau mahasiswa salah satunya adalah stress. Stress merupakan respon dari tubuh individu yang nonspesifik dalam menghadapi beban tuntutan (Amiruddin, 2015). Individu yang mengalami stress akan mengalami gangguan pada salah satu organ atau lebih sehingga individu tersebut akan mengalami hambatan dalam menyelesaikan

pekerjaan atau tugasnya dan seringkali akan mengalami beberapa gejala baik secara psikis, fisik dan emosional.

Perubahan yang terjadi pada individu tersebut akan menyebabkan individu mengalami permasalahan naik secara akademik, salah satunya adalah proses tugas akhir yang sedang dilakukan oleh mahasiswa. Stress tidak dapat di hindarkan pada setiap kehidupan manusia, anak dan remajasing mengalami kondisi stress. Stress yang terjadi akan mempengaruhi emosional, fisiologis dan kognitif dari individu (Delahaij & Gaillard, 2011).

World Health Organization (WHO), menyebutkan stress dialami oleh kurang lebih 1,2 milyar atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia (Kemenkes RI, 2015; *World Health Statistics*, 2008). Hasil ini didukung oleh sensus dari penduduk duniadi Indonesia tahun 2010 bahwa sebanyak 43, 5 juta penduduk atau 18% dari seluruh Penduduk. Stress merupakan salah satu ketegangan yang dapat terjadi secara biopsikososial karena adanya beberapa tugassekolah atau dari pekerjaan (Jannah, 2013). Penelitian dari Wen 2012 menyebutkan bahwa factor terjadinya stress berasal dari keluarga, fisik/mental, sekolah serta hubungan dengan teman sebaya dan karena danya factor emosional dari individu (Jannah, 2013). Salah satu sumber stress yang terjadi pada individu salah satunya adalahkarena adanya tuntutan akademik hasil ujian, tugas akhir serta pengaruh dari teman sebaya (Rahmawati et al., 2015). Selain itu proses penyakit juga dapat mempengaruhi terjadinya stress. Hasil penelitian pada tahun 2013 yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir di Stikes pada mahasiswa diploma tiga keperawatan didapatkan data bahwa didapatkan sebanayk 85% terjadi stress ringan, dan 15% terjadi stress ringan.

Dampak terjadinya stress yang dialami mahasiswa akan menimbulkan berbagai macam masalah yang dapat mempengaruhi tubuh manusia oleh karena itu perlu dilakukan alternatif dalam mengolah terjadinya stress sehingga dapat dihindari perilaku-perilaku yang negative (Kinansih, 2011) .Pada saat seseorang mengalami stress maka penerapan koping stress sangat perlu dilakukan kepada mahasiswa yang mengalami kondisi stress. Coping stress merupakan salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk mengatasi terjadinya stress pada mahasiswa tingkat akhir di Stikes pada program Diploma Tiga Keperawatan. Strategi yang dapat dilakukan salah satunya adalah dilakukan pada diri sendiri jika seseorang mengalami tingkat stress atau adanya tekanan yang terjadi salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan perhatian sejenak seperti bersantai dengan keluarga atau dengan teman-temannya

Permasalahan stress yang terjadi dapat dilakukan penangan dengan beberapa metode salah satunya adalah dengan melaukan beberapa intervensi seperti mendengarkan music, bertemu dengan temannya dan sebagainya. Dari beberapa hasl tersebut diatas peneliti teratrik untuk melakukan penelitian terhadap Pengaruh Tingkat Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Karya Tugas Akhir di STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dengan menggunakan desain penelitian *Quasi Experimental Without Group Pretest-Posttest*. Untuk mengetahui adanya Pengaruh Tingkat stress mahasiswa Tingkat Akhir sebelum dan sesudah melakukan penyusunan tugas Akhir. Penelitian dilakukan pada di STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung pada Bulan Maret 2022 ddengan populasi seluruh mahasiswa tingkat akhir yang sedang melakukan penyusunan tugas Akhir sebanyak 33 responden dengan Menggunakan Kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Pengambilan data dilakukan secara survey deskriptrif. Hasil dari penelitian yang dilakukan dianalisa menggunakan SPSS 26.0 dengan menggunakan uji *Cj Square*.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Penelitian yang dilakukan Pada mahasiswa didapatkan data Umum dan Data Khusus yang dilakukan pada 33 responden adalah sebagai berikut ini :

1. Tabulasi Silang Tingkat Stres Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.

Jenis Kelamin	Tidak Ada Stres		Stress Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		Jumlah	Total
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Perempuan	15	58%	8	31%	3	11%	0	0%	26	100%
Laki Laki	3	42,86%	3	42,86%	1	14,28%	0	0%	7	100%
Jumlah	18	54,54	11	33,33	4	12,12			33	100

Berdasarkan tabel 4.4. didapatkan hasil bahwa kelompok jenis kelamin perempuan sebagian besar (58%) tidak mengalami stress, yaitu sebanyak 15 orang. Pada kelompok jenis kelamin yang sama, responden yang mengalami stress ringan sebanyak 8 responden (31%) dan sisanya mengalami stress tingkat sedang (11%, 3 orang). Adapun pada kelompok jenis kelamin laki-laki, sebagian (42,86%) tidak ditemukan tidak adanya stress dan stress ringan (3 responden) dan sebagian lainnya (14,28%) ditemukan responden dengan tingkat stress sedang 1 orang.

Pada penelitian ini responden paling banyak adalah perempuan sebanyak 25 (76%). Berdasarkan dari hasil penelitian Asmika Menyebutkan Bahwa perempuan tidak rentan mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki (149) Hasil Penelitian ini didukung penelitian dari Goodyear dan Thapar bahwa jenis kelamin mempunyai hubungan terhadap stress psikososial dan depresi (Goodyear et al., 2012; University Of Maryland Media Center (UMMC), 2011).

2. Tabulasi Silang Usia Responden Dengan Tingkat Stres

Usia	Tidak Ada Stress		Stress Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		Jumlah	Total
	F	%	F	%	F	%	F	%		
21-22 Tahun	16	57,14%	10	35,71%	2	7,15%	0	0%	28	100%
23-25 Tahun	2	50%	0	0%	2	50 %	0	0%	4	100%
27 Tahun	0	0%	1	100%	0	0%	0	0%	1	100%
jumlah	18	54,54	11	33,33	4	12,12			33	100

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa kelompok usia 21-22 tahun, sebagian besar (57,14%) Tidak mengalami stress, yaitu sebanyak 16 orang. Pada kelompok umur yang sama, responden yang mengalami stress ringan sebanyak 10 responden (35,71%) dan sisanya mengalami stress tingkat sedang (7,15%, 2 orang). Adapun pada kelompok umur 23-25 tahun, sebagian (50%) tidak di temukan stress (2 responden) dan sebagian lainnya (50%) di temukan responden dengan tingkat stress ringan (2 responden). Stress ringan juga di temukan pada responden yang berusia umur 27 tahun (100%),1 orang responden.

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa stress yang dialami mahasiswa yang tidak stress sebanyak 18 responden (54,6%). Stress yang tidak ditangani akan menyebabkan kondisi yang dapat menurunkan perfoma individu, gangguan psikologis, fisik Dan akan menurunkan prestasi akademik siswa (Sonali, 2016). Stress yang tidak ditangani akan menyebabkan kondisi yang dapat menurunkan perfoma individu, gangguan psikologis, fisik Dan akan menurunkan prestasi akademik siswa (Sonali, 2016)

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai gambaran tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam pembuatan KTI di STIKES Utama Abdi Husada Tulungagung.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa bahwa tingkat stres responden mayoritas tidak mengalami stres yaitu sebanyak 18 (54,6%), yang mengalami stres ringan sebanyak 11(33,3%), yang mengalami stres sedang sejumlah 4(12,1%), dan yang mengalami stres berat sebanyak 0%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih Kami ucapkan kepada STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung dan Seluruh Mahasiswa, Dosen dan karyawan yang turut membantu hingga terselaskanya penelitian ini.

REFERENSI

- Amiruddin. (2015). *Analisa Faktor-Faktor Penyebab Stress Pada Mahasiswa*.
- Delahaij, R. K. V. D., & Gaillard, A. . (2011). Predicting Performance Under Acute Stress : The Role of Individual Characteristic. *International Journal Stress Management*, 18(1). <https://doi.org/10.1037/a002891>
- Goodyear, I., Beacon, A., Ban, M., Croudace, T., & Herbert, J. (2012). Serotonin Transpoter Genotype, Morning Cortisol and Subsequent Dperession in Adolescent. *British Journal Psychiatric*, 379(9820).
- Jannah, M. (2013). *Hubungan Antara Ketrampilan Sosial Dengan Penerimaan Teman Sebaya Pada Siswa Kelas VII Di MTS Muhammadiyah I Malang*.
- Kemendes RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Kinansih. (2011). *Skripsi kelar dalam 30 hari*. Galmas Publisher.
- Rahmawati, I., Haroen, H., & Juniati, N. (2015). *Perbedaan Tingkat Stress Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Pada Kelompok Remaja di Panti Asuhan Yayasan Bening Murani Kabupaten Sumedang*.
- Sonali, S. (2016). Impact of Academic Stress among Adolescents in Relation to Gender , Class and Type of School Organization. *International Journal Applied Research*, 2(8), 317–322.
- University Of Maryland Media Center (UMMC). (2011). *Hearing Loss*.
- World Health Statistics. (2008). [https://doi.org/10.1061/\(ASCE\)HY.1943-7900.0000746](https://doi.org/10.1061/(ASCE)HY.1943-7900.0000746)