

ORIGINAL ARTICLE**ANALISIS TINGKAT STRES DAN STRATEGI KOPING MAHASIWA KEPERAWATAN DALAM MENYUSUN ASUHAN KEPERAWATAN DI PRAKTIK KLINIK***Analysis of Stress Levels and Coping Strategies of Nursing Students to Preparing Nursing Care in Clinical Practice*

Margiyanti Listiyani*, Naswa Aliya Salsabilla, Ariana Oktavia Ramdhani, Anisa Wangsa Putri, Rasta Aktaviola Cahya, Sintya Amanda Putri, Cania Panji Gumilang, Lusita Cipta Nirmala, Satriya Prananta

Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

*Korespondensi: margiyantilistiyani25@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 10 Januari 2025

Revisi: 16 Maret 2025

Disetujui: 1 April 2025

Kata Kunci:

Keperawatan;

Koping;

Mahasiswa;

Stres.

ABSTRAK

Latar Belakang: Praktik keperawatan menuntut siswa untuk bekerja keras dan mandiri, seringkali menyebabkan stres akibat ketidaksesuaian antara teori dan praktik serta perbedaan strategi pembelajaran dari pembimbing serta alokasi waktu yang dirasa kurang bagi mahasiswa. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres dan strategi koping mahasiswa dalam menyusun asuhan keperawatan di praktek klinik. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional. Penelitian dilakukan di Universitas Muhammadiyah Semarang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive. Sampel pada penelitian ini berjumlah 34. Alat ukur yang digunakan Kuisioner tingkat stres 18 pertanyaan dan strategi koping (PASS- 9 items). Analisa data menggunakan uji Spearman-Rank. **Hasil:** Sebagian besar dari responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah sebanyak 25 orang (73,5%) dan responden berjenis laki - k=laki sebanyak 9 orang (26,5%). Dalam penelitian ini mayoritas responden sedang menempuh Pendidikan pada semester 5 dengan jumlah sebesar 29 orang (85,3%). Uji Spearman menunjukkan nilai $p = 0,022$ tingkat stres dan strategi koping ($\alpha=0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan tingkat stres dan strategi koping mahasiswa keperawatan dalam menyusun asuhan keperawatan dipraktek klinik

ARTICLE INFO*Article history:**Received: 10 January 2025**Revised: 16 March 2025**Accepted: 1 April 2025**Key Words:**Coping;**Nursing;**Stress;**Students.***ABSTRACT**

Background: Nursing practice requires students to work hard and independently, often causing stress due to the mismatch between theory and practice and differences in learning strategies from supervisors and time allocation that is considered insufficient for students. **Aims:** This study aims to determine the level of stress and coping strategies of students in preparing nursing care in clinical practice. **Method:** This study used a cross-sectional research design. The study was conducted at the Muhammadiyah University of Semarang. The sampling technique used a purposive technique. The sample in this study amounted to 34. The measuring instrument used was a stress level questionnaire with 18 questions and coping strategies (PASS-9 items). Data analysis used the Spearman-Rank test. **Result:** Most of the respondents were female with a total of 25 people (73.5%) and male respondents - k = male as many as 9 people (26.5%). In this study, the majority of respondents were studying in semester 5 with a total of 29 people (85.3%). Spearman test p value = 0.022 stress level and coping strategy ($\alpha=0.05$). **Conclusion:** There is a relationship between stress levels and coping strategies of nursing students in compiling nursing care in clinical practice.

LATAR BELAKANG

Praktek praktis keperawatan biasanya menuntut siswa untuk bekerja keras dan mandiri di dalam kelas. Adanya perbedaan strategi pembelajaran yang digunakan oleh pembimbing akademik dan pembimbing klinik menyebabkan mahasiswa mengalami stres (Kurniawan, Pranata, Vranada, Agustini, & Irham, 2024). Stres merupakan salah satu kondisi yang dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang, ketika seseorang memiliki masalah mental atau emosional, itu adalah indikasi bahwa ada sesuatu yang berubah secara psikologis di dalam dirinya. Menurut sebuah studi tahun 2017 tentang kesehatan mental, ada beberapa kategori masalah emosional, seperti stres, kecemasan, gangguan sikap, gangguan makan, stigma intelektual, dan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) (Bistara, Susanti, Pranata, & Mustamu, 2023; Hidayat, Chen, & Pranata, 2023; Wahyuni, Pranata, & Yosafianti Pohan, 2024). Stres adalah realitas kehidupan, dan orang merespons stres dengan cara yang berbeda berdasarkan berbagai keadaan, salah satunya adalah bagaimana mereka mempersepsikan kejadian stres (*stresor*). Elemen psikologis yang dapat mengurangi atau menahan stres termasuk mekanisme koping, ekspektasi *self-efficacy*, ketabahan psikologis, optimisme, dan dukungan sosial (Huda, Shaw, Chang, Erwin, et al., 2024; Wahyuni, Pranata, Kurniawan, et al., 2024).

Masalah psikologis orang menjadi lebih di kesehatan mana-mana, membebani sistem kesehatan di seluruh dunia. Organisasi kesehatan dunia melaporkan bahwa 47,5 juta orang di seluruh dunia juga menderita demensia, 60 juta orang mengalami gangguan bipolar, 21 juta orang menderita skizofrenia, dan 35 juta orang di seluruh dunia dilaporkan mengalami stres pada tahun 2018. Menurut statistik dari Riset Kesehatan Dasar 2018 (Riskesdas), terdapat 37.728 orang (9,8%) di Indonesia yang berusia di atas 15 tahun dan mengalami penyakit mental emosional atau stres Data Kementerian Kesehatan (KEMENKES) menunjukkan bahwa pada tahun 2018. terdapat sekitar 703.946 penduduk berusia di atas 15 tahun yang mengalami penyakit mental atau emosional (Kemenkes, 2018; KemenkesRI, 2021). Dalam menghadapi stres kita perlu penyesuaian diri terhadap stres tersebut agar tingkat stres yang dialami tidak semakin meningkat.

Dalam konteks kesehatan mental, penyesuaian diri dalam menghadapi stres dikenal dengan strategi koping. Pertarungan yang dilakukan seseorang untuk menghadapi kondisi stres dan tetap mengendalikan keadaan yang mengurangi perasaan nyaman dikenal sebagai strategi koping (Huda, Nurchayati, Pranata, & bin Sansuwito, 2022; Huda, Shaw, Chang, Putri, & Pranata, 2024; Wahyuni, Pranata, & Yosafianti Pohan, 2024). Dalam menghadapi stres seseorang pasti punya caranya masing-masing dan caranya pasti berbeda-beda. Contohnya mahasiswa, mereka pasti akan melakukan mekanisme koping dengan cara yang paling efektif namun dengan pengeluaran seminimal mungkin. Untuk itu, sesuai dengan fenomena diatas perlu dilakukan kajian lebih lanjut tentang tingkat stres dan strategi koping mahasiswa khususnya dalam menyusun asuhan keperawatan.

TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat stres dan strategi koping mahasiswa dalam menyusun asuhan keperawatan di praktek.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah responden yang diperlukan sebanyak 34 orang.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan selama bulan November - Desember 2024 di Universitas Muhammadiyah Semarang.

Instrumen

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu kuisioner tingkat stres dan strategi koping stres yang terdiri dari 18 pertanyaan untuk variable tingkat stres dan pengukuran variabel strategi koping stres 8 item pertanyaan (*PASS-9 items*).

Analisis Data

Deskripsi data ditampilkan dalam bentuk jumlah dan presentase. Sedangkan hubungan antara variable dilakukan uji statistic menggunakan uji *Spearman-Rank* dikatakan berhubungan jika nilai $P < 0,05$.

HASIL

Penelitian ini mendapatkan beberapa hasil diantaranya akan dijabarkan dalam bentuk table sebagai berikut ;

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 34)

Karakteristik responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki Laki	9	26,5%
Perempuan	25	73,5%
Semester		
3	5	14,7%
5	29	85,3%

Tingkat Stres		
Ringan	28	82,3%
Sedang	5	14,7%
Berat	1	3,0%
Strategi Koping Stres		
Baik	10	29,4%
Sedang	23	67,6%
Buruk	1	3,0%

Berdasarkan table diatas menunjukkan Sebagian besar dari responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah sebanyak 25 orang (73,5%) dan responden berjenis laki - k=laki sebanyak 9 orang (26,5%). Dalam penelitian ini mayoritas responden sedang menempuh Pendidikan pada semester 5 dengan jumlah sebesar 29 orang (85,3%). Hasil analisis didapatkan sebanyak 28 responden (82,3%) mengalami tingkat stres ringan, sebanyak 5 responden (14,7%) mengalami stres sedang dan yang mengalami stres berat hanya 1 orang (3,0%). Sedangkan pada responden strategi koping stres terdapat 10 responden (29,4%) yang mampu melakukan strategi koping dengan baik, 24 responden (70,6%) melakukan dengan kategori sedang dan tidak ada hasil (0%) untuk kategori buruk dalam strategi koping stres.

Tabel 2. Hubungan Tingkat Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyusun Asuhan Keperawatan di Praktik Klinik (n=34)

Strategi Koping	Stres				Nilai P	Nilai R
	Berat F(%)	Sedang F(%)	Ringan F(%)	Total F(%)		
Buruk F(%)	1(3)	0(0)	0(0)	1(3)	0,022	0,392
Sedang F(%)	0(0)	5(14,7)	18(52,9)	23(67,6)		
Baik F(%)	0(0)	0(0)	10(29,4)	10(29,4)		
Total F(%)	1(3)	5(14,7)	28(82,3)	34(100)		

Bedasarkan tabel diatas menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki stres ringan dengan strategi koping pada tingkat sedang 18 (52,9%). Hasil uji Spearman menunjukkan nilai P = 0,022 dan kekuatan korelasi menunjukkan nilai R = 0,392.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini signifikan sebesar 0.027 tingkat stres dan 0.022 strategi koping yang dilakukan mahasiswa, hal ini menunjukkan 2 variabel memiliki hubungan. Hasil analisis data menunjukkan sebesar 82,3% mahasiswa mengalami stres dengan kategori ringan. Adapun beberapa pemicu stres dalam menyusun asuhan keperawatan dipraktik klinik selain waktu yang terbatas dalam kewajiban menyelesaikan asuhan keperawatan adapun kurangnya kemampuan professional mahasiswa yang merasa kurang siap merawat pasien, terutama ketika menghadapi diagnosis yang asing (Ramadini & Yanti, 2024).

Tingkat stres mahasiswa dalam menyusun asuhan keperawatan di praktik klinik sering kali dipicu oleh berbagai faktor, seperti tuntutan akademik yang tinggi, kurangnya pengetahuan dan keterampilan, serta dukungan sosial yang minim. Stres ini dapat memengaruhi kinerja dan kesehatan mental mahasiswa, sehingga berdampak pada kualitas asuhan keperawatan yang diberikan. Mahasiswa sering merasa cemas dan tidak siap dalam menghadapi situasi klinis yang kompleks, yang dapat menyebabkan ketidakpastian dalam pengambilan keputusan dan meningkatkan tingkat stres secara keseluruhan (Idris, 2012; Ramadini & Yanti, 2024). Sedangkan mahasiswa yang mengalami stres juga melakukan strategi koping dalam meminimalisir tingkat stres. Strategi koping stres dalam menyusun asuhan keperawatan di praktik klinik meliputi berbagai pendekatan, seperti mencari dukungan sosial, manajemen waktu yang efektif, dan teknik relaksasi. Mahasiswa sering menggunakan strategi ini untuk mengatasi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri (Davis et al., 2023; Hagger, Keech, & Hamilton, 2020; Huda et al., 2022).

Bedasarkan hasil analisis data yang didapatkan yang mengalami stres berat hanya sebesar 3,0% dimana hal ini menunjukkan mahasiswa mampu melakukan strategi koping dalam meminimalisir stres. Stres yang dialami mahasiswa keperawatan saat menyusun asuhan keperawatan di praktik klinik sering disebabkan oleh tekanan dari staf pengajar, tuntutan merawat pasien, dan kurangnya pengetahuan. Hal ini dapat mengakibatkan kecemasan dan ketidakpastian dalam melaksanakan tugas mereka (Iryanidar & Irwan, 2023; Usher AM et al., 2023). Namun tingkat stres pada mahasiswa yang sedang praktik bisa didukung dengan beberapa strategi koping yang tepat seperti : manajemen waktu, dukungan sosial, melakukan Teknik relaksasi, melakukan olahraga, bahkan disarankan untuk berkonsultasi dengan profesional untuk mencegah terjadinya tingkat stres yang lebih berat (Mulianda et al., 2022; Wahyuni, Pranata, & Yosafianti Pohan, 2024).

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada teman - teman mahasiswa yang sudah membantu menjadi responden serta telah membantu mengisi kuisisioner dan pihak-pihak lain yang terlibat secara tidak langsung dalam penyusunan penelitian ini. Demikian pula kami, menyampaikan terimakasih kepada dosen pembimbing atas masukan dan arahan yang telah diberikan selama proses penyusunan penelitian ini hingga menjadi hasil penelitian yang semoga bermanfaat bagi pembaca maupun peneliti selanjutnya.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dimana didapatkan adanya hubungan antara tingkat stres dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan dalam menyusun asuhan keperawatan di praktik klinik. Diharapkan dengan adanya penelitian ini, berbagai pihak mampu meningkatkan kesadaran akan pentingnya memberikan perhatian terkait pengalokasian waktu tugas tuntutan dalam praktik serta diadakan program konsultasi untuk meminimalisir tingkat stres pada kalangan mahasiswa keperawatan yang sedang praktik dalam menyusun asuhan keperawatan agar lebih memiliki mental yang siap dan professional, sehingga diharapkan dapat menurunkan angka tingkat stres dalam menyusun asuhan keperawatan di praktik klinik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bistara, D. N., Susanti, S., Pranata, S., & Mustamu, A. C. (2023). The Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Reduce Stress in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus. *Scripta Medica (Banja Luka)*, 54(4), 329-341. <https://doi.org/10.5937/scriptamed54-45794>
- Davis, J. A., Finlay-Jones, A. L., Bear, N., Prescott, S. L., Silva, D. T., & Ohan, J. L. (2023). Time-out for well-being: A mixed methods evaluation of attitudes and likelihood to engage in different types of online emotional well-being programmes in the perinatal period. *Women's Health*, 19, 17455057231184508. <https://doi.org/10.1177/17455057231184507>
- Hagger, M. S., Keech, J. J., & Hamilton, K. (2020). Managing stress during the coronavirus disease 2019 pandemic and beyond: Reappraisal and mindset approaches. *Stress and Health*, 36(3), 396-401. <https://doi.org/10.1002/smi.2969>
- Hidayat, J., Chen, M. Y., & Pranata, S. (2023). the Effect of Yoga on Reducing Stress and Improving Cd4 Counts Among People With Hiv: a Systematic Review and Meta-Analysis. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 18(2), 101-110. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2023.18.2.7331>
- Huda, N., Nurchayati, S., Pranata, S., & bin Sansuwito, T. (2022). Religion and Spirituality in Coping with Cancer: A Literature Review. *Malaysian Journal of Nursing*, Vol. 14, pp. 151-156. <https://doi.org/10.31674/mjn.2022.v14i02.025>
- Huda, N., Shaw, M. K., Chang, H. J., Erwin, Putri, S. T., & Pranata, S. (2024). The mediating role of coping styles in the relationship between fear of COVID-19 and mental health problems: a cross-sectional study among nurses. *BMC Public Health*, 24(1), 545. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17863-w>
- Huda, N., Shaw, M. K., Chang, H. J., Putri, S. T., & Pranata, S. (2024). The mediating role of coping styles in the relationship between fear of COVID - 19 and mental health problems: a cross - sectional study among nurses. *BMC Public Health*, 4-11. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17863-w>
- Idris, F. (2012). *Pre-conference Seminar Disaster Medicine—Epidemic Disease, Earthquake, Tsunami and Nuclear Disaster The Natural Disaster Related to Health Problem: Indonesia experience*. 55(1), 2012.
- Iryanidar, I., & Irwan, A. M. (2023). Stress and coping mechanisms in patients undergoing CABG: An integrative review. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 23, 101388. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101388>
- Kemenkes. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS.
- Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia. In *Pusdatin Kemenkes*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Kurniawan, W., Pranata, S., Vranada, A., Agustini, A., & Irham, L. M. (2024). Bibliometric Analysis of Triggers on Environmental Stress Among Medical and Health Sciences Students at the University. *Scripta Medica (Banja Luka)*, 55(3), 371-378. <https://doi.org/10.5937/scriptamed55-49741>
- Mulianda, D., Rahmanti, A., Margiyati, M., Sari, N. W., Haksara, E., & Pranata, S. (2022). Behavioral Activation, Mindfulness Exercises, and Loving-Kindness Meditation Exercises as Effective Therapies to Reduce Stress among Nursing Students' during COVID-19 Pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(6), 228-232. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8695>
- Ramadini, I., & Yanti, N. (2024). Gambaran Tingkat Stres, Kecemasan, dan Depresi Mahasiswa dalam Persiapan Menghadapi Ujian Osce (Objective Structured Clinical Examination). *Jurnal Sehat Mandiri*, 19(1), 81-92. <https://doi.org/10.33761/jsm.v19i1.1354>
- Usher AM, K., Jackson, D., Massey, D., Wynaden, D., Grant, J., West, C., ... Wynne, R. (2023). The mental health impact of COVID-19 on pre-registration nursing students in Australia: Findings from a national cross-sectional study. *Journal of Advanced Nursing*, 79(2), 581-592. <https://doi.org/10.1111/jan.15478>
- Wahyuni, S., Pranata, S., Kurniawan, W., Setyowati, R., Heni, H., Wianti, A., ... Hijriani, H. (2024). Discovering the Impact of Bullying on Adolescents Through Bibliometric Analysis. *Scripta Medica (Banja Luka)*, 55(2), 219-229. <https://doi.org/10.5937/scriptamed55-47959>
- Wahyuni, S., Pranata, S., & Yosafianti Pohan, V. (2024). Stressors and Coping Mechanisms of Divorced Women. *Scripta Medica (Banja Luka)*, 55(1), 1-12. <https://doi.org/10.5937/scriptamed55-47723>