

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Mahasiswa Semester II D-III Keperawatan Dalam Menghadapi Praktek Klinik Keperawatan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri

Endah Tri Wijayanti¹⁾

¹ Prodi DIII Keperawatan, UN PGRI Kediri

Email: endahfajarina@gmail.com

Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenang disertai berbagai keluhan fisik. Kecemasan jika tidak terkontrol akan menghambat pencapaian tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa semester II Prodi D-III Keperawatan dalam menghadapi praktek klinik keperawatan di Universitas PGRI Nusantara Kediri.

Desain penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah semua mahasiswa semester II Prodi D-III Keperawatan sebanyak 80 orang dan sampel sebanyak 67 orang. Teknik sampling adalah sampling random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengolahan data dengan cara coding, scoring, tabulating, setelah ditabulasi kemudian dibuat skala penyimpulan.

Hasil uji statistik didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,034$ ($p < 0,05$) artinya H_0 ditolak atau H_1 diterima, maka kesimpulannya ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa semester II Prodi D III Keperawatan di Universitas PGRI Nusantara Kediri.

Melihat hasil penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi pendidikan tentang usaha peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada mahasiswa tentang kecemasan sebelum menghadapi praktik klinik.

Kecemasan dialami oleh siapapun, dimanapun, dan kapanpun (Stuart, 2001). Mahasiswa dalam kesehariannya juga mengalami kecemasan, dan dalam kesehariannya memiliki banyak pekerjaan, tantangan dan tuntutan yang harus dijalankan. Tantangan sekaligus tuntutan tersebut salah satunya adalah praktik klinik di lahan praktek. Sebagian besar mereka belum memiliki gambaran tentang realitas yang akan mereka hadapi saat praktik klinik. Kurangnya pemahaman hal tersebut di atas membuat mahasiswa cemas, stres, tergantung, dan bahkan menarik diri (Nursalam, 2002).

Dari data yang didapat menerangkan bahwa mahasiswa dalam menghadapi praktik klinik memiliki tingkat kecemasan sebagai berikut : mahasiswa yang mengatakan sangat cemas, takut dan bingung menghadapi

praktik klinik sebanyak 1 orang (10%), mahasiswa yang mengatakan tidak percaya diri dan sulit tidur sebanyak 6 orang (60%), mahasiswa yang mengatakan sedikit gelisah dan tampak tenang sebanyak 2 orang (20%) dan mahasiswa yang mengatakan tidak cemas dan tenang-tenang saja sebanyak 1 orang (10%). Informasi tambahan lainnya yaitu terdapat beberapa hambatan yang ditemui mahasiswa antara lain; kurangnya penguasaan materi, kesulitan menghafal langkah-langkah dalam prosedur, waktu yang diberikan minim, merasa tidak percaya diri dalam menjalankan tugas, takut melakukan kesalahan. Tentunya mahasiswa akan memberikan respon yang beragam, mulai dari koping yang adaptif sampai mal adaptif seperti pelampiasan merokok.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (mekanisme koping) dan variabel dependen (tingkat kecemasan) pada mahasiswa semester II D-III Keperawatan di Universitas Nusantara PGRI Kediri menghadapi praktik klinik. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa semester II Program Studi D-III Keperawatan di Universitas Nusantara PGRI Kediri, dengan jumlah sebanyak 80 orang. Sampel yang diperlukan sejumlah 67 responden dengan tehnik pengambilan simple random sampling. Instrument yang digunakan meliputi data diri mahasiswa, kuesioner tingkat kecemasan menggunakan skala HARS, serta kuesioner tentang mekanisme koping. Dalam analisis ini dilakukan pengujian statistik dengan Spearman Rho melalui bantuan program SPSS.

Hasil Penelitian

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia di Universitas PGRI Nusantara Kediri Prodi D-III Keperawatan pada tanggal 02 Juli 2013.

No.	Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	18-22 tahun	48	71,6
2.	23-27 tahun	19	28,4
Jumlah		67	100,0

Berdasarkan tabel 1.1 diatas, menunjukkan bahwa hampir semua responden berusia 18-20 tahun sebanyak 48 responden (71,6%).

b. Tingkat Kecemasan responden

Tabel 1.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan di Universitas PGRI Nusantara Kediri Prodi D-III Keperawatan pada tanggal 02 Juli 2013.

No.	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Ringan	38	56,7
2.	Sedang	29	43,3
3.	Berat	0	0,0
Jumlah		67	100,0

Sumber: kuesioner 2013

Berdasarkan tabel 1.2 diatas, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 38 responden (56,7%), responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 29 responden (43,3%) sedangkan pada tingkat kecemasan berat tidak ada responden yang mengalaminya.

c. Mekanisme Koping responden

Tabel 1.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan mekanisme koping di Universitas PGRI Nusantara Kediri Prodi D-III Keperawatan pada tanggal 02 Juli 2013.

No.	Mekanisme Koping	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Maladaptif	22	32,8
2.	Adaptif	45	67,2
Jumlah		67	100,0

Berdasarkan tabel 1.3 diatas, menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 45 responden (67,2%) dalam menghadapi praktik klinik.

d. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Mahasiswa semester II Prodi D III Keperawatan di Universitas PGRI Nusantara Kediri.

Tabel 1.4 Analisis hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping responden di Universitas PGRI Nusantara Kediri Prodi D-III Keperawatan pada tanggal 02 Juli 2013.

Mekanisme Koping	Tingkat Kecemasan			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Maladaptif	13 19.4%	9 13.4%	0 0%	22 32.8%
Adaptif	25 37.3%	20 29.9%	0 0%	45 67.2%
Jumlah	38 56.7%	29 43.3%	0 0%	67 100.0%

Berdasarkan tabel 1.4 dapat dijelaskan bahwa dari 22 responden (32,8%) yang mekanisme kopingnya maladaptif dapat dilihat bahwa 13 responden (19,4%) memiliki tingkat kecemasan ringan dan 9 responden (13,4%) memiliki tingkat kecemasan sedang. Dan dari 45 responden (67,2%) yang mekanisme kopingnya adaptif dapat dilihat bahwa 25 responden (37,3%) memiliki tingkat kecemasan ringan dan 20 responden (29,9%) memiliki tingkat kecemasan sedang.

Hasil uji statistik dengan spearman's rho bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping responden di Universitas PGRI Nusantara Kediri Prodi D-III Keperawatan pada tanggal 02 Juli 2013 menunjukkan didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar $= 0,034$ ($p < 0,05$) artinya H_0 ditolak atau H_1 diterima, maka kesimpulannya ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa

Pembahasan

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya dan keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik (Stuart, 2006). Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan sebagai konsekuensi dari masa peralihan atau masa transisi ini. Dengan kata lain, terjadi gejolak dalam diri remaja. Perubahan-perubahan selama masa awal masa remaja terjadi dengan pesat, salah satunya adalah meningkatnya emosi. Begitupun mahasiswa dalam menghadapi praktik klinik, tidak jarang membuat mahasiswa menjadi cemas sebab pada umumnya merupakan pengalaman yang baru untuk mereka. Sebagian besar mereka belum memiliki gambaran tentang realitas yang akan mereka hadapi saat praktik klinik. Kurang pemahaman hal tersebut di atas membuat mahasiswa cemas, stres, tergantung, dan bahkan menarik diri.

Mekanisme koping yang digunakan pada setiap mahasiswa menghadapi kecemasan ini berbeda-beda tergantung pada kemampuan menyelesaikan masalah tersebut. Jika masalah tersebut tidak dapat diselesaikan dengan baik maka mahasiswa tersebut akan marah-marah, frustrasi hingga depresi, sedangkan jika masalah tersebut dapat diselesaikan dengan baik maka akan memacu mahasiswa untuk belajar dan lebih berkeaktifitas, sehingga dapat melahirkan cikal bakal yang kreatif dan kompeten dalam profesi keperawatan.

Meskipun jumlah responden yang mempunyai mekanisme koping maladaptive persentasenya lebih sedikit, akan tetapi tetap memerlukan perhatian dari para pendidik. Koping maladaptive dari segelintir orang dapat memberikan dampak buruk bagi lingkungan teman sekitarnya dan yang lebih penting lagi akan menghambat proses akademik.

Oleh karena itu, penting kiranya para pendidik mengenal tanda-tanda jika terjadi gejala stress meskipun masih dalam tingkatan ringan. Pendidik tidak hanya memberikan materi saja tapi juga dituntut mampu melakukan komunikasi dua arah untuk memberikan arahan dan sharing dengan mahasiswa.

Simpulan

Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 38 responden (56,7%).

Sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 45 responden (67,2%) dalam menghadapi praktik klinik.

Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa semester II Prodi D III Keperawatan di Universitas PGRI Nusantara Kediri.

Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

- a. Perlu dilakukan usaha-usaha seperti: latihan skill lab intensif, latihan kasus, dan juga pengenalan lahan.
- b. Meningkatkan komunikasi dengan mahasiswa untuk menurunkan kecemasan

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

- a. Sebaiknya sebelum melaksanakan praktik klinik keperawatan untuk mencari informasi lebih banyak mengenai praktik klinik, baik melalui senior ataupun melalui institusi pendidikan.

- b. Dalam menghadapi kecemasan sebaiknya mahasiswa melakukan tindakan-tindakan yang dapat mengurangi kecemasan seperti: latihan fisik (olahraga), istirahat, tidur, teknik relaksasi, kegiatan spiritualitas seperti berdoa dan meditasi.

Referensi

Hawari Danang, 2008. Manajemen Stres, Cemas dan Depresi. Edisi II. Jakarta: FKUI.

Mustikasari, 2006. Stres, Koping dan Adaptasi. Diakses tanggal 22 Mei 2013.
[Http://mustikanurse.blogspot.com/2006/12/mekanisme.stres-koping-adaptasi](http://mustikanurse.blogspot.com/2006/12/mekanisme.stres-koping-adaptasi).

Shohib, M. 2005. Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan, Jakarta : CV. Pedoman Ilmu Jaya.

Stuart, G.W.,& Sundeen, S.J (2002). Principles and Practice of Psychiatric Nursing. St. Louis: Mosby Year Book.

Wangsadjaja, R., (2007). Koping. Didapat dari <http://rumahbelajarpsikologi.com> pada tanggal 18 Mei 2013).