

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap stres bahkan sebelum manusia lahir (Smeltzer & Bare, 2008). Berdasarkan temuan WHO (2008), stres merupakan masalah kesehatan masyarakat nomor empat di dunia dan akan menjadi nomor dua pada tahun 2020.

Prevalensi stres terus meningkat dikalangan masyarakat akibat perubahan globalisasi. Mereka yang tidak siap menghadapi perubahan akan terjebak pada situasi yang penuh tantangan yang menimbulkan stres (Dwiyono, 2008) hal ini sejalan dengan *America Psychological Association* (2016) bahwa 75% dari orang dewasa mengalami tingkat stres yang tinggi dalam satu tahun terakhir. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut Santorck (2003) yaitu, beban yang terlalu berat, konflik, frustrasi, faktor kepribadian dan faktor kognitif.

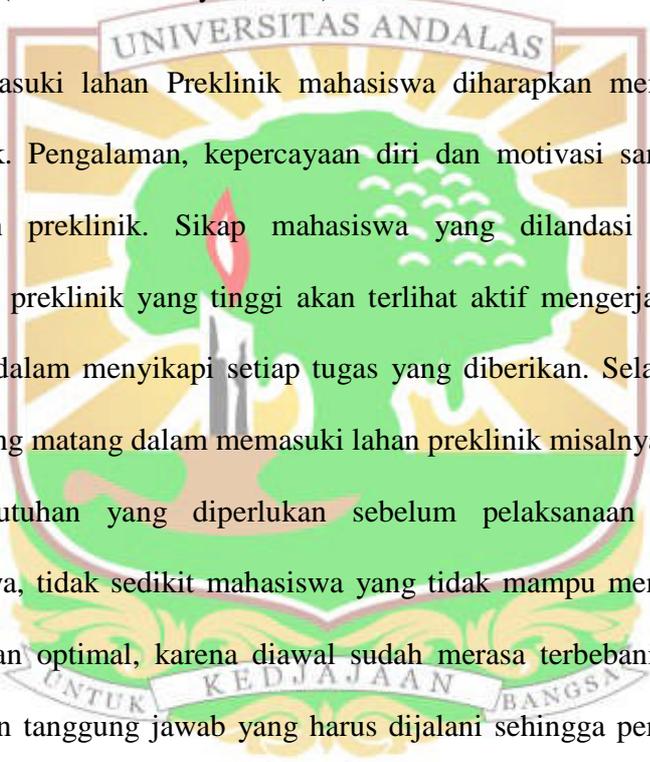
Setiap individu pasti mengalami stres, termasuk diantaranya adalah mahasiswa. Dimana mahasiswa merupakan kelompok usia remaja akhir yang berusia 18-20 tahun (Wong, 2008). Remaja akhir merupakan tahap

perkembangan yang akan memasuki masa dewasa awal. Pada masa ini, remaja yang mengalami suatu kondisi yang disebut dengan “*Strom & Stress*” (Bakrie, 2010). Pada masa remaja akhir terjadi perubahan pada kondisi fisiologis dan perkembangan berupa peningkatan kadar hormon yang mengakibatkan mahasiswa menjadi labil dalam mengalami permasalahan dikehidupannya. Mahasiswa cenderung kurang berpengalaman dalam menyelesaikan masalah oleh karena itu, mahasiswa lebih mudah mengalami stres (Troboni, 2010). Salah satunya mahasiswa keperawatan, mahasiswa keperawatan merupakan seorang calon perawat profesional yang akan melaksanakan asuhan keperawatan di pelayanan kesehatan (Suminarsis & Sudaryanto, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ulumuddin (2011) tentang faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswa keperawatan adalah prelinik, kondisi finansial, hubungan dengan pengajar dan staf. Hasil penelitian Salsabila, 2015 terhadap 81 responden mahasiswa keperawatan angkatan 2012 dan 2013 dalam menjalankan prelinik, didapatkan bahwa dari 33 responden angkatan 2012 secara keseluruhan (100%) responden mengalami stres sedang. Sedangkan dari 48 responden angkatan 2013 didapatkan bahwa 91,7% responden mengalami stres sedang, dan 8,3% lainnya mengalami stres berat.

Prelinik merupakan bagian penting dalam proses pendidikan mahasiswa keperawatan, karena memberikan pengalaman yang nyata kepada mahasiswa bagaimana cara belajar yang sesungguhnya. Prelinik merupakan salah satu

pendekatan utama dalam proses pembelajaran implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang diterbitkan oleh Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia (AIPNI, 2010). Preklinik ini merupakan masa adaptasi yang memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan langsung pada klien di rumah sakit (Gozali dan Aisyah, 2014).



Memasuki lahan Preklinik mahasiswa diharapkan mempersiapkan diri dengan baik. Pengalaman, kepercayaan diri dan motivasi sangat menentukan keberhasilan preklinik. Sikap mahasiswa yang dilandasi motivasi dalam pelaksanaan preklinik yang tinggi akan terlihat aktif mengerjakan tugas tugas, tekun, ulet dalam menyikapi setiap tugas yang diberikan. Selain itu perlu juga kesiapan yang matang dalam memasuki lahan preklinik misalnya mempersiapkan semua kebutuhan yang diperlukan sebelum pelaksanaan preklinik. Pada kenyataannya, tidak sedikit mahasiswa yang tidak mampu menjalankan praktik klinik dengan optimal, karena diawal sudah merasa terbebani, dan cenderung mengabaikan tanggung jawab yang harus dijalani sehingga permasalahan dapat menjadi stressor yang memicu timbulnya stres pada mahasiswa (Mahdiyanto, 2011).

Hal ini sejalan dengan penelitian Ghozali & Aisyah (2014) tentang perbedaan tingkat stres mahasiswa sebelum dan saat menjalani preklinik didapatkan hasil mahasiswa yang memiliki tingkat stres berat sebelum preklinik

sebesar (4.9%) sedangkan mahasiswa yang memiliki stres berat saat praktik klinik sebesar (9,8%) dan stres sangat berat (2,4%). Hal serupa juga terjadi pada penelitian Salsabila (2015) didapatkan bahwa 91,7% mahasiswa yang menjalani preklinik pada tahun pertama mengalami stres sedang dan 8,3% mengalami stres berat. Secara khusus, mahasiswa keperawatan rentan terhadap perasaan stres karena keterlibatan langsung dalam pengaturan klinis sebagai mahasiswa (Chernomas & Shapiro, 2013).

Dalam memberikan perawatan pada pasien mahasiswa preklinik seringkali menghadapi situasi yang sulit, dan sering menimbulkan stres hal ini dikarenakan kontak langsung dengan penyakit, rasa sakit, penderitaan, kecacatan, dan kematian pasien. Hal ini terjadi dikarenakan mahasiswa baru terpapar dengan lingkungan klinik (Nicholas, dkk, 2013). Pernyataan diatas didukung oleh Chernomas & Shapiro (2013) yang menyatakan peningkatan stres pada siswa keperawatan dapat berasal dari rasa takut membuat kesalahan, merasa tidak siap untuk praktek, menyaksikan rasa sakit dan penderitaan pasien, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan guru klinis dan staf perawat, kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan dokter dan staf rumah sakit, kurangnya keakraban dengan lingkungan rumah sakit dan kesenjangan antara teori dan praktek.

Salah satu contoh kesenjangan teori dan praktek adalah pengaplikasian 5 momenst cuci tangan. Menurut WHO (2009) 5 moments cuci tangan terdiri dari sebelum kontak dengan pasien, sebelum tindakan aseptik, setelah terkena cairan

tubuh pasien, setelah kontak dengan pasien, setelah kontak dengan lingkungan disekitar pasien. Namun teori ini tidak sejalan dilapangan dimana dalam hasil wawancara pada 10 mahasiswa diketahui bahwa sebagian mereka tidak mengaplikasikan secara maksimal teori 5 moments cuci tangan. Hampir seluruh mahasiswa hanya mengaplikasikan 3 dari 5 moment cuci tangan seperti setelah kontak dengan cairan pasien, setelah kontak dengan lingkungan disekitar pasien, dan sebelum tindakan aseptik. Berbagai faktor yang menyebabkan kurangnya pengaplikasian teori 5 moment ini oleh yaitu, kurangnya kedisiplinan individu, lingkungan yang tidak memadai, serta beban kerja yang berat. Di samping dari pengalaman-pengalaman klinis, mahasiswa keperawatan juga memiliki beban kerja akademis, yang mencakup laporan tertulis, serta ujian praktik. Mahasiswa keperawatan diharapkan dapat mengaplikasikan seluruh teori yang telah didapat di kelas untuk dimanfaatkan dalam preklinik, hal ini menjadi aspek lain yang menimbulkan tekanan dan stres pada mahasiswa preklinik.

Stres yang tinggi dapat menyebabkan dampak yang negatif, diantaranya mempengaruhi prestasi akademik seperti menurunnya Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), gangguan psikologis dan somatik. Stres juga dapat menyebabkan akibat lanjut berupa depresi dan perubahan perilaku pada mahasiswa seperti mengkonsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang (Greczanik, 2016). Berdasarkan hasil wawancara dengan 15 orang mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas angkatan 2012 yang telah melalui mata kuliah preklinik tahun 2015,

sebagian besar mengalami gejala stres seperti takut membuat kesalahan, cemas tidak mampu menyelesaikan tugas, cemas tidak mampu untuk menjalin komunikasi dengan pasien ataupun tenaga medis rumah sakit, seringkali tak mampu berkonsentrasi, sakit kepala, susah tidur, emosi tidak terkontrol, dan lain-lain. Meskipun tidak mempengaruhi pada nilai IPK mahasiswa, namun gejala stres di atas berdampak pada kondisi fisik dan psikis beberapa mahasiswa, seperti sering menyendiri, menurunnya sistem imun sehingga beberapa orang harus dirawat di rumah sakit yang mengakibatkan terganggunya proses preklinik dan harus memperpanjang waktu dinas mahasiswa tersebut.

Untuk mengantisipasi terjadinya dampak negatif stres ini diperlukan usaha untuk mengelola stres sebagai upaya untuk meringankan beban psikologis mereka atau agar stres pada mahasiswa dapat berkurang, sehingga dapat menghadapi masalah tugas dengan baik. Upaya untuk mengurangi stres pada mahasiswa tidak mudah dicapai begitu saja, karena banyak faktor yang mempengaruhi stres, antara lain: kondisi fisik, kepribadian dan dukungan sosial (Yusuf, 2008). Menurut Nursalam & Kurniawati (2007) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi yang dapat mempengaruhi tingkat stress, dukungan sosial yang diberikan dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Dukungan sosial di defenisikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia untuk seseorang ke orang lain atau kelompok (Sarafino,

2011) Hubungan sosial yang bermakna dengan keluarga atau teman terbukti memperbaiki hasil akhir kesehatan dan kesejahteraan pada individu. Unsur esensial dari perbaikan hasil tersebut adalah keluarga atau teman berespon dengan memberi dukungan ketika hal tersebut diminta. Individu harus mampu mengandalkan teman untuk membantu atau mendukung seperti pergi berkunjung atau berbicara lewat telepon. Komponen utama dari dukungan yang memuaskan adalah kemampuan dan keinginan individu untuk meminta dukungan ketika membutuhkan dan kemampuan serta keinginan sistem pendukung untuk merespon (Friedmen, Bowden & Jone. 2008).

Greebarg (2008) menyatakan bahwa cara terbaik dalam manajemen stres adalah mengkomunikasikan dengan orang lain dan mendapatkan dukungan sosial dengan mereka. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti pasangan hidup, keluarga, pacar, teman, rekan kerja, dan organisasi komunitas (Sarafino, 2011). Penelitian Greczanik dan Lupico (2016) tentang hubungan stres dan dukungan sosial pada mahasiswa keperawatan Baccalureate, Ohio, Amerika Serikat dimana mahasiswa keperawatan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu sophomores, junior, and seniors. Nilai rata-rata dukungan sosial pada kelompok mahasiswa sophomores sebesar 76,9, kelompok junior sebesar 73,6 dan kelompok senior sebesar 80,3, dan pada penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan stres. Berbeda halnya dengan penelitian Mohammed.dkk (2012), mengungkapkan bahwa terdapat hubungan

yang signifikan antara dukungan sosial dan stres pada mahasiswa keperawatan. Dengan adanya perbedaan ini peneliti tertarik meneliti kembali hubungan antara dukungan sosial dan stres mahasiswa preklinik keperawatan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh National Institute Of Nursing Education PGIMER menemukan bahwa 48,83% mahasiswa mengalami stress sedang dan 11,62% mahasiswa mengalami stress berat dengan stresor akademik sebagai stresor tertinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shenoy dalam Rohmah (2006) bahwa tuntutan terhadap mahasiswa bisa menjadi sumber stress yang potensial. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas merupakan salah satu fakultas keperawatan negeri di Indonesia yang mewajibkan Preklineik sebagai salah satu mata kuliah wajib untuk mengaplikasikan teori yang telah dipelajari. Sehingga semua mahasiswa program A Fakultas Keperawatan Unand tidak hanya menguasai teori, akan tetapi mampu mengaplikasikan semua ilmunya di lapangan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 5 september 2016 melalui wawancara kepada 10 mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016, didapatkan sebagian besar mahasiswa mengalami gejala stres seperti gejala fisik: lelah, sakit kepala, sulit untuk beristirahat, gangguan tidur, dan gangguan nafsu makan. Serta gejala psikis berupa: merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas, konsentrasi menurun, harga diri menurun ketika membuat kesalahan, cemas tidak

dapat menjalankan tugas dengan baik, dan seringkali emosi tidak terkendali. Pada umumnya mahasiswa mengatakan bahwa semester ini berbeda dengan semester sebelumnya, terutama dengan adanya mata kuliah prelinik di lapangan yang selama ini belum pernah dilakukan. Mereka juga mengatakan baru pertamakalinya kontak langsung dengan pasien yang beragam sehingga beberapa diantara mereka berusaha menghindari pekerjaan karena merasa kebingungan akan apa yang harus dilakukan. Namun, sebagian kecil merasa biasa saja dengan terus melakukan penyesuaian dalam proses tersebut.

Lebih lanjut, penulis menanyakan mengenai dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa. Pada umumnya mereka mendapatkan dukungan keluarga seperti dukungan emosional berupa semangat, serta dukungan lainnya. Namun, dengan keterbatasan keluarga dalam memahami mengenai prelinik, dukungan tersebut tidak sepenuhnya dapat mengurangi tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa. Selain dukungan dari keluarga, semangat dari teman-teman yang biasanya dirasakan pun juga berkurang karena adanya kesibukan masing-masing dalam memenuhi mata kuliah tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan stres dan dukungan sosial pada mahasiswa prelinik keperawatan Universitas Andalas Tahun 2016”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Apakah ada Hubungan Dukungan Sosial dan Stres Pada Mahasiswa Preklinik Keperawatan Universitas Andalas Tahun 2016?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa preklinik keperawatan universitas andalas Tahun 2016.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi dukungan sosial pada mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016
- b. Diketahui distribusi frekuensi stres pada mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016
- c. Diketahui arah dan kekuatan hubungan stres dan dukungan sosial pada mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi mahasiswa keperawatan

Mahasiswa dapat beradaptasi dengan segala stressor yang muncul baik fisik maupun psikologi dengan memproyeksikannya menjadi sebuah

tantangan dengan meningkatkan motivasi dalam belajar serta memiliki kemampuan kognitif, efektif, dan psikomotor yang baik.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan referensi bagi mahasiswa terhadap penelitian di bidang keperawatan, terutama bidang keperawatan jiwa dan keperawatan komunitas mengenai hubungan tingkat stres dengan dukungan sosial pada mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat sebagai data awal untuk penelitian lainnya dengan konsep yang sama.

