

## GAMBARAN TINGKAT STRES, SUMBER STRES DAN STRATEGI KOPING MAHASISWA SAAT PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DASAR DI RUMAH SAKIT

<sup>1\*</sup>Yuni Sandra Pratiwi, <sup>2</sup>Siti Rofiqoh, <sup>3</sup>Tri Sakti Wirotomo, <sup>4</sup>Dwi Fijianto  
<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas

Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan

\*Email: pratiwi\_yuni84@yahoo.co.id

### Abstrak

**Tujuan:** Praktik klinik yang dilaksanakan oleh mahasiswa sudah tentu menjadi sumber stres tersendiri bagi mahasiswa. Ketakutan lingkungan praktik klinik yang akan dihadapi, perasaan kurang mampu dan tidak mampu menjalin hubungan yang baik dengan staf klinik menjadi sumber stres yang akan dialami oleh mahasiswa. Untuk mengatasi kondisi stres tersebut dibutuhkan cara yang tepat untuk mengatasinya. Koping yang tepat dibutuhkan untuk bisa mengatasi stres yang dirasakan. Untuk mendapatkan koping yang tepat, tentunya dibutuhkan strategi koping yang tepat untuk bisa bertahan dan keluar dari kondisi stres tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress, sumber stres dan strategi koping mahasiswa saat praktik klinik keperawatan dasar (PKKD).

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian adalah 110 mahasiswa keperawatan yang sedang melaksanakan praktik klinik keperawatan dasar di rumah sakit dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner yang dimodifikasi dari *Perceived Stress Scale* (PSS) dan *Coping Behaviour Inventory* (CBI).

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan 69% responden mengalami stres sedang, 28% responden berada pada stres ringan, dan 3% responden mengalami stres berat. Sumber stres 45% responden stressor dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari, 27% responden stressor dari pengajaran dan staf kesehatan lainnya, 12% responden stressor dari kemampuan merawat pasien, 10% responden stressor dari lingkungan praktik, dan 6% stressor dari tugas dan beban kerja. Strategi koping yang digunakan mahasiswa 30,65% responden menyelesaikan masalah, 27,42% responden menghindari, 22,58% responden tetap optimis dan 19,35% responden pemindahan.

**Simpulan:** Simpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa yang sedang mengikuti praktik klinik keperawatan dasar di rumah sakit mengalami tingkat stress sedang, stressor terbanyak dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari dan strategi koping yang digunakan adalah menyelesaikan masalah.

**Kata kunci:** Mahasiswa keperawatan; praktik klinik; stress; strategi koping

### Abstract

**Aim:** Clinical practice carried out by students is certainly a source of stress for students. Fear of the clinical practice environment that will be faced, feelings of inadequacy and not being able to establish good relationships with clinical staff are sources of stress that will be experienced by students. To overcome this stressful condition, the right way to deal with it is needed. Appropriate coping is needed to be able to overcome the stress felt. To get the right coping, of course the right coping strategy is needed to be able to survive and get out of this stressful condition. This research aims to determine the description of stress levels, sources of stress and students' coping strategies during basic nursing clinical practice (PKKD).

**Method:** This research is a descriptive observational study with a quantitative approach. The research sample was 110 nursing students who were carrying out basic nursing clinical practice at the hospital using

*total sampling technique. Data collection in this study used a modified questionnaire from the Perceived Stress Scale (PSS) and Coping Behavior Inventory (CBI).*

**Result:** *The research results showed that 69% of respondents experienced moderate stress, 28% of respondents experienced mild stress, and 3% of respondents experienced severe stress. Sources of stress for 45% of respondents were stressors from peers and daily life, 27% of respondents had stressors from teaching and other health staff, 12% of respondents had stressors from their ability to care for patients, 10% of respondents had stressors from the practice environment, and 6% had stressors from tasks and workload. The coping strategies used by students were 30.65% of respondents solving problems, 27.42% of respondents avoiding them, 22.58% of respondents remaining optimistic and 19.35% of respondents transferring.*

**Conclusion:** *The conclusion of this research is that the majority of students who are taking part in basic nursing clinical practice in hospitals experience moderate levels of stress, the most stressors are from peers and daily life and the coping strategy used is solving problems.*

**Keywords:** *Nursing students; clinical practice; emphasize; coping strategy*

## PENDAHULUAN

Pendidikan keperawatan adalah suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi yang dimiliki sesuai dengan ilmu dan kiat keperawatan sehingga dapat diaplikasikan dalam bentuk pelayanan profesional yang komprehensif (bio-psiko-sosio-spiritual), yang ditujukan kepada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat, baik dalam kondisi sehat maupun sakit yang mencakup seluruh proses kehidupan manusia<sup>[1]</sup>. Dalam proses pendidikan keperawatan dibutuhkan kegiatan pembelajaran yang terintegrasi untuk mencapai kompetensi yang diharapkan, yaitu kegiatan pembelajaran praktik klinik<sup>[2]</sup>.

Praktik klinik merupakan salah satu komponen utama dalam proses pendidikan keperawatan<sup>[2]</sup>. Praktik klinik adalah sebuah pengalaman penting yang dapat memberikan mahasiswa kesempatan untuk mengimplementasikan apa yang mereka pelajari sebelum menjadi perawat profesional<sup>[3]</sup>. Dalam praktik klinik mahasiswa akan mendapatkan wawasan tambahan mengenai ketrampilan teknis yang mereka pelajari di kelas sebelumnya<sup>[4]</sup>. Pembelajaran di area klinik juga menuntut mahasiswa untuk dapat belajar mengenai bagaimana cara menyelesaikan masalah, membuat keputusan, bekerjasama dengan perawat profesional dan berbagai profesi lainnya dipusat pelayanan kesehatan, dan membantu mahasiswa mengembangkan dan mengintegrasikan nilai-nilai yang menjadi bagian dari profesi dan praktik klinik keperawatan<sup>[4]</sup>.

Praktik klinik memberikan tantangan tersendiri bagi mahasiswa keperawatan. Mahasiswa mungkin akan mengalami berbagai tantangan atau ancaman dalam kondisi klinik yang sangat dinamis dan kompleks. Ancaman atau tantangan yang

dihadapi oleh mahasiswa diantaranya adalah bagaimana cara menggunakan peralatan medis yang berteknologi tinggi, bagaimana untuk menjaga hubungan yang baik dengan staf dan instruktur klinik, mengatur perubahan yang terjadi tiba-tiba pada kondisi pasien, dan bagaimana memenuhi kebutuhan keluarga pasien<sup>[1]</sup>. Hal-hal tersebut akan menjadi sumber stres atau stressor tersendiri bagi mahasiswa.

Mahasiswa program studi diploma tiga keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKes), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (UMPP) mendapatkan mata kuliah praktek klinik keperawatan dasar (PKKD). Pada praktik klinik ini mahasiswa tersebut akan ditempatkan diberbagai rumah sakit dengan konsep yang telah dipelajari di kampus sebelumnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 mahasiswa yang akan mengikuti PKKD, 6 mahasiswa mengungkapkan adanya ketakutan akan proses pembelajaran yang akan mereka hadapi di lahan praktik kelak. Ketakutan menghadapi pasien yang sebenarnya dan bagaimana menjalin hubungan interpersonal yang baik menjadi stressor tersendiri bagi mereka.

Stres merujuk kepada sebuah interaksi yang dinamis antara individu dan lingkungan<sup>[5]</sup>. Perubahan kondisi belajar mahasiswa dari kondisi yang aman dan nyaman di kampus ke lahan praktik yang sama sekali asing dimata mereka membuat mahasiswa merasa stres. Stressor yang biasa dihadapi oleh mahasiswa keperawatan saat di lahan praktik adalah (1) kesulitan dalam menyeimbangkan kebutuhan rumah dan kuliah; (2) tekanan waktu; (3) keuangan; (4) jarak yang terbentuk antara mahasiswa dengan staf di fasilitas kesehatan; (5) stressor karena ketidakdisiplinan dalam memasuki dunia praktik; dan (6) perasaan tidak memiliki keahlian yang memadai<sup>[7]</sup>.

Tiga sumber stress pada mahasiswa keperawatan di lahan praktik yang terdiri atas

(1) masalah akademik (ujian dan evaluasi, ketakutan atau kegagalan saat pelatihan, beban kerja yang terlalu berat, dll); (2) masalah di area klinik (pekerjaan, takut akan membuat masalah, respon yang negatif terhadap kematian dan penderitaan yang dialami pasien, hubungan dengan berbagai profesi yang ada diklinik, dll); dan (3) masalah pribadi atau sosial (masalah ekonomi, ketidakseimbangan antara tugas sebagai anggota keluarga dengan tugas sebagai mahasiswa, dll)<sup>[5]</sup>. Tidak terbiasa dengan lingkungan di lahan praktik menuntun mahasiswa untuk melakukan penyesuaian terhadap kondisi tersebut sehingga tidak membahayakan kesejahteraan mereka. Dalam hal ini mahasiswa perlu berubah untuk melakukan penyesuaian tersebut.

Koping dikenal sebagai cara yang dilakukan seseorang untuk dapat keluar dari kondisi stres yang dialami. Mahasiswa keperawatan membutuhkan koping yang tepat untuk dapat mengatasi stres yang dialami saat mengikuti praktik klinik sehingga mereka dapat menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan belajar yang dihadapi dan dapat memberikan respon yang sesuai terhadap kondisi stres itu sendiri. Diperlukan sebuah strategi koping yang baik agar koping yang dipilih dapat mengurangi bahkan menghilangkan stres yang dihadapi..

**METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian ini dipilih karena peneliti hanya ingin melihat gambaran dari tingkat stres, sumber stres dan strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang melaksanakan praktik klinik. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa program studi diploma tiga keperawatan yang sedang melaksanakan praktik klinik di rumah sakit. Sampel penelitian adalah 110 mahasiswa keperawatan yang sedang melaksanakan praktik klinik keperawatan dasar di rumah

sakit dengan teknik total sampling. Total sampling merupakan teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel semua<sup>[8]</sup>.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisisioner. Kuisisioner dibuat dalam tiga bagian yang terdiri atas data demografi responden, stress dan mekanisme koping. Bagian pertama berisi pertanyaan yang berkaitan dengan data demografi responden (jenis kelamin dan usia). Bagian kedua kuisisioner penelitian akan mencantumkan 24 pertanyaan yang dimodifikasi berkaitan dengan Perceived Stress Scale (PSS) dan bagian ketiga kuisisioner penelitian akan mencantumkan 17 pertanyaan yang dimodifikasi berkaitan dengan Coping Behaviour Inventory (CBI).

**HASIL**

Responden yang berpartisipasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKes), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (UMPP) yang mengikuti mata kuliah praktek klinik keperawatan dasar (PKKD) yang dilaksanakan di beberapa Rumah Sakit di Wilayah Kabupaten Pekalongan dan Batang. Karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari jenis kelamin dan usia. Distribusi karakteristik responden ditampilkan dalam tabel 1.

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Karakteristik (n=110)**

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	24	22
Perempuan	86	78
<b>Usia</b>		
19 Tahun	3	3
20 Tahun	56	51
21 Tahun	45	41
22 Tahun	6	5

Distribusi jenis kelamin responden pada penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 86 responden (78%), dan sebagian besar responden berusia 20 tahun yaitu 56 (51%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres (n=110)**

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Stres Ringan	31	28%
Stres Sedang	76	69%
Stres Berat	3	3%

Distribusi frekuensi tingkat stres responden disajikan pada Tabel 2. Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa 76 orang responden (69%) berada pada tingkat stres sedang, 31 responden (28%) berada pada tingkat stres rendah dan 3 responden lainnya (3%) mengalami tingkat stres berat.

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Stresor Yang Dirasakan Pada Mahasiswa (n=110)**

Stressor	Tingkat Stress						Total	
	Rendah		Sedang		Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%
Stressor dari tugas dan beban kerja	4	13	5	7	0	0	9	6
Stressor dari kemampuan merawat pasien	6	19	12	16	0	0	18	12
Stressor dari lingkungan praktik	7	23	6	8	0	0	13	10
Stressor dari pengajaran dan staf kesehatan lainnya	5	16	23	30	1	33	29	27
Stressor dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari	9	29	30	39	2	67	41	45
Total	31	100	76	100	3	100	110	100

Distribusi frekuensi stresor yang dirasakan oleh mahasiswa saat melaksanakan praktik klinik keperawatan dasar disajikan dalam Tabel 3. Pada tabel 3 bisa dilihat, tingkat stres yang dirasakan oleh responden untuk masing-masing jenis stresor. Sebanyak 41 responden (45%) merasakan tingkat stres yang bersumber dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari. Kompetisi yang terjadi antar mahasiswa, perasaan tertekan pada saat pengajar melakukan penilaian dengan melakukan perbandingan dengan mahasiswa lain, dan ketidakmampuan bergaul akrab dengan kelompok sebaya adalah stresor-stresor yang muncul dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari.

Sumber stres kedua yang paling banyak dipilih oleh responden saat melaksanakan praktik klinik adalah sumber stres yang muncul dari pengajar dan staf kesehatan klinik lainnya. Terdapat 29 responden (27%) memilih sumber stres tersebut sebagai stresor kedua yang sering muncul di lahan praktik. Jenis stresor yang dirasakan antara lain adalah adanya ketidkasesuaian antara teori yang didapat di kampus dengan praktek sesungguhnya di lahan praktik, ketidaktahuan bagaimana memulai diskusi dengan pengajar atau staf kesehatan klinik lainnya, perasaan kurangnya empati pengajar dalam memberikan bantuan dan merasa jika pengajar tidak memberikan penilaian yang sesuai.

Stresor yang datang dari kemampuan responden merawat pasien menjadi stresor ketiga yang banyak dipilih oleh responden. Terdapat 18 responden (12%) yang memilih sumber stresor tersebut menjadi salah satu sumber stresor yang paling berpengaruh terhadap tingginya tingkat stres yang mereka rasakan saat melaksanakan praktik klinik. Ketidakmampuan merawat klien dengan masalah fisik-psiko-sosial, tidak dapat memberikan perawatan yang maksimal, perasaan takut tidak dapat diterima oleh keluarga pasien dan ketidaktahuan bagaimana

menjalinkan komunikasi yang baik dengan pasien adalah stresor-stresor yang muncul dan dirasakan oleh responden saat harus merawat pasien.

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Strategi Koping Yang Digunakan Oleh Responden Saat Praktik Klinik (n=110)**

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Strategi koping menghindar	27	28%
Strategi koping pemindahan	18	18%
Strategi koping menyelesaikan masalah	30	31%
Strategi koping tetap optimis	22	23%

Strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa saat melaksanakan praktik klinik di rumah sakit tersaji dalam tabel 4. Strategi koping yang paling banyak digunakan oleh responden adalah strategi koping menyelesaikan masalah (31%) seperti mencoba mengadopsi strategi koping yang berbeda untuk menyelesaikan masalah, membuat perencanaan dan daftar prioritas untuk menyelesaikan keadaan stres, mencoba menemukan makna dari stres yang ditemui serta mencoba menggunakan pengalaman masa lalu dalam menyelesaikan masalah yang ada.

Strategi koping menghindar menjadi strategi koping kedua yang banyak digunakan oleh responden (28%). Dalam strategi koping ini responden berusaha untuk menghindari kesulitan selama mengikuti proses pendidikan di lahan praktik klinik. Berusaha untuk menghindari pengajar juga dilakukan oleh responden yang memilih strategi koping ini. Berusaha untuk tetap optimis (23%) seperti mencoba melihat segala sesuatu secara objektif merupakan jenis strategi koping lainnya yang digunakan oleh responden untuk

bertahan dalam kondisi stress yang dihadapi responden saat melaksanakan praktik klinik.

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini menunjukkan mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan FIKes UMPP yang sedang melaksanakan praktik klinik berada pada tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat stres mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan FIKes UMPP sama dengan mahasiswa di Universitas Hong Kong<sup>[2]</sup>.

Stres merupakan suatu hubungan yang khas antar individu dan lingkungan yang dinilai sebagai suatu yang mengancam atau melewati batas kemampuannya untuk mengatasinya sehingga dapat membahayakan kesehatannya<sup>[9]</sup>. Stres dapat disebabkan oleh adanya perubahan yang memerlukan suatu penyesuaian<sup>[11]</sup>. Dalam penelitian ini terjadi sebuah interaksi yang khas antara mahasiswa yang sedang melaksanakan praktik klinik sebagai responden dengan lingkungan praktik itu sendiri. Mahasiswa merasakan kondisi stres yang sedang karena kondisi lingkungan praktik yang tidak sesuai dengan harapan responden dan juga kemampuan responden untuk beradaptasi terhadap kondisi tersebut berada diluar batas kemampuan responden sehingga pada akhirnya dapat membahayakan kesejahteraan responden. Responden dalam hal ini bisa saja menjadi tidak maksimal dalam melaksanakan tugas dan beban.

Stres sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual manusia yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik individu tersebut. Beratnya stres yang dihadapi oleh mahasiswa program studi diploma tiga keperawatan FIKes UMPP dapat disebabkan oleh ketidakmampuan mengatasi ancaman yang datang dilingkungan praktik

linik. Ancaman mental dan emosional berupa tekanan yang datang dari pengajar dan staf kesehatan klinik lainnya, serta teman sebaya, ancaman fisik dapat datang dari tugas dan beban kerja yang ditanggung oleh mahasiswa saat melaksanakan praktik klinik. Ancaman-ancaman tersebut membuat mahasiswa merasa tertekan dan pada suatu saat setelah atau bahkan saat praktik klinik tersebut masih berlangsung, yang menyebabkan kesehatan fisik individu dapat terganggu<sup>[4]</sup>.

Tingkat stres yang sedang yang dirasakan oleh mahasiswa dapat juga dilihat dari tahapan stres yang dilalui mahasiswa saat harus melaksanakan praktik klinik<sup>[11]</sup>. Pada mahasiswa program studi diploma tiga keperawatan FIKes UMPP yang menjadi responden pada penelitian ini, sudah melewati tahap stres yang paling ringan hingga tahap stres kelima, pada stres tahap kelima ini ditandai dengan kelelahan fisik dan mental, ketidakmampuan menyelesaikan pekerjaan yang sederhana dan ringan, gangguan pencernaan ringan dan berat, meningkatnya rasa takut dan cemas, bingung serta panik. Stres yang dirasakan oleh mahasiswa dapat memasuki tahap stres yang paling berat (keenam) jika mahasiswa tidak memiliki strategi koping yang baik sehingga pada tahap keenam ini sangat mungkin mahasiswa merasakan jantungnya yang berdebar-debar kencang, keluar keringat dingin bahkan sampai ada yang pingsan atau *collaps*<sup>[3]</sup>.

Sumber stres yang paling banyak muncul dan dirasakan oleh mahasiswa saat melaksanakan praktik klinik di Rumah Sakit adalah stresor dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari, stresor yang datang dari pengajar dan staf kesehatan di klinik serta stresor yang datang dari kemampuan merawat pasien. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini cukup berbeda dari hasil penelitian Lin dan Mahat<sup>[2]</sup>. Responden pada penelitian Lin dan Mahat lebih memilih kemampuan dalam merawat pasien menjadi sumber stres utama yang dirasakan saat melaksanakan praktik klinik.

Sumber stres diartikan sebagai kejadian kondisi eksternal yang dapat mempengaruhi keseimbangan individu atau kondisi yang menempatkan individu pada keadaan yang menekan<sup>[12]</sup>. Turner dan Helms membagi kategori stres dalam empat kategori, yaitu *social stressors*, *psychological stressors*, *physical stressors*, *endemic stressor*. Pada penelitian ini, responden lebih banyak memilih sumber stres dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari. Kategori stres mahasiswa ini adalah *social stressors*, dimana situasi stres yang dihadapi oleh mahasiswa menggambarkan refleksi hubungan antar individu, dalam hal ini adalah teman sebaya<sup>[13]</sup>.

Responden dalam penelitian ini selain harus melaksanakan proses pendidikan klinik tetapi juga tetap harus menyelesaikan tanggung jawab mereka di kampus. Persaingan yang terjadi antar teman sebaya tidak dapat dipungkiri, nyata dan ada dalam proses pendidikan, bahkan dalam pendidikan keperawatan. Selain itu, perasaan tertekan yang dirasakan oleh responden saat penilaian dilakukan dengan membandingkan kemampuan mahasiswa tersebut dengan kemampuan mahasiswa lain. Ketidakmampuan untuk bergaul dengan teman kelompok teman sebaya bisa menjadi sumber stres sendiri. Saling berbagi pengalaman yang didapatkan selama melaksanakan praktik klinik sangat penting dilakukan untuk dapat meningkatkan kemampuan diri dan sebagai bahan evaluasi<sup>[12]</sup>. Ketidakmampuan untuk masuk dalam kelompok teman sebaya dapat membuat mahasiswa tidak memiliki tempat untuk bertanya sehingga mahasiswa tersebut hanya memendam stres tersebut sendiri tanpa bisa meminta bantuan kepada teman sebaya untuk bisa membantunya mencari jalan keluar dari stres yang dihadapi.

Sumber stres selanjutnya yang dirasakan paling banyak oleh responden adalah stresor yang datang dari pengajar dan staf kesehatan yang ada di lahan praktik klinik.

*Psychological stressors* merupakan kategori pada sumber stres ini. Mahasiswa berada dalam situasi yang menyebabkan tekanan mental bagi diri mahasiswa sendiri, dalam hal ini pengajar dan staf kesehatan klinik lainnya merupakan tekanan bagi mahasiswa<sup>[13]</sup>. Sistem pembelajaran di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan FIKes UMPP yang telah mengadopsi kurikulum berbasis kompetensi menuntut mahasiswa untuk bisa mengintegrasikan proses pendidikan akademik di kampus dengan proses pembelajaran di lahan praktik. Dalam praktik klinik mahasiswa akan mendapatkan wawasan tambahan mengenai domain psikomotor dan keterampilan teknis yang mereka pelajari di kelas sebelumnya<sup>[4]</sup>.

Dalam pelaksanaannya banyak responden yang merasakan adanya ketidaksesuaian antara teori yang mereka pelajari dengan kenyataan yang ada dilapangan. Hal tersebut menjadi stresor tersendiri bagi responden. Selain itu beberapa kurangnya bimbingan, instruksi dan empati dari pengajar menjadikan responden semakin merasakan stres saat harus berada di lahan praktik. Kemampuan mahasiswa yang kurang baik juga menjadi hambatan tersendiri bagi responden saat harus memulai diskusi dengan pengajar ataupun staf pengajar saat berada di lahan praktik sehingga responden sulit untuk mengembangkan kasus klien yang ditanganinya.

Sumber stres ketiga yang sering ditemukan dan dirasakan oleh responden adalah kemampuan responden dalam merawat pasien. Responden dalam penelitian ini belum memiliki pengalaman yang cukup banyak dalam berinteraksi dengan klien. Responden mengikuti proses pendidikan klinik pertama kali pada semester 3. Pengalaman yang belum banyak ini membuat responden belum mampu untuk merawat pasien dengan masalah fisik-psiko-sosial dengan baik, selain itu perasaan takut tidak diterima oleh keluarga pasien menjadi suatu stresor sendiri bagi responden. Masalah komunikasi juga menjadi salah satu

hal yang menimbulkan stres bagi responden. Ketidakkampuan untuk menjalin komunikasi yang baik dengan pasien dan keluarga membuat responden merasa kurang diterima oleh pasien dan keluarganya, hal ini membuat responden sulit untuk melakukan asuhan keperawatan secara baik dan benar pada pasien.

Mahasiswa keperawatan membutuhkan coping yang tepat untuk dapat mengatasi stres yang dialami saat mengikuti praktik klinik sehingga mereka mampu menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan pada lingkungan belajar yang dihadapi dan dapat memberikan respon yang sesuai terhadap kondisi stres itu sendiri. Strategi coping yang tepat sangat dibutuhkan untuk mengurangi atau menghindari dampak dari kondisi stres yang tidak diinginkan. Penelitian ini menyajikan hasil bahwa responden lebih memilih menggunakan strategi coping menyelesaikan masalah dalam mengatasi stres yang mereka rasakan. Coping sebagai cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan keinginan yang akan dicapai, dan respon terhadap situasi yang menjadi ancaman bagi diri individu<sup>[10]</sup>.

Strategi coping menyelesaikan masalah banyak digunakan oleh responden pada penelitian ini. Responden berusaha untuk mencoba berbagai strategi coping yang berbeda untuk membantu mengatasi stres klinik yang dialami. Responden juga berusaha untuk membuat perencanaan atau daftar prioritas untuk dapat menyelesaikan keadaan stress. Responden mencoba menemukan makna dari situasi stres yang dialami untuk mengevaluasi diri dan mempercepat keluar dari kondisi stres tersebut. Selain mencoba untuk menggunakan pengalaman sebagai sumber referensi untuk menangani masalah juga bisa dilakukan.

Strategi coping berikutnya yang dipilih oleh mahasiswa untuk mengatasi stres yang



dirasakan adalah berusaha untuk menghindari sumber stres yang ada. Responden berusaha untuk menghindari kesulitan selama mengikuti proses pendidikan di lahan praktik klinik. Berusaha untuk menghindari pengajar juga dilakukan oleh responden yang memilih strategi koping ini. Dapat dilihat bahwa dalam penelitian ini mahasiswa mencoba untuk mencari jenis strategi koping yang tepat dan efektif menurut mahasiswa tersebut dalam menangani stres yang mereka alami.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sangat berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan di Irlandia, mahasiswa keperawatan di Nepal dan mahasiswa keperawatan di Amerika Serikat, dimana mahasiswa-mahasiswa tersebut lebih memilih mencari dukungan sosial sebagai strategi koping dalam mengatasi kondisi stres yang mereka alami saat melaksanakan praktik klinik<sup>[14]</sup>.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Simpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa yang sedang mengikuti praktik klinik keperawatan dasar di rumah sakit mengalami tingkat stress sedang, stressor terbanyak dari teman sebaya dan kehidupan sehari-hari dan strategi koping yang digunakan adalah menyelesaikan masalah.

### Saran

Peneliti lain dapat menjadikan data pada penelitian ini sebagai data dasar bagi penelitiannya. Peneliti lain dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti hubungan jenis stresor terhadap tingkat stres serta keefektifan strategi koping yang digunakan dalam mengatasi kondisi stres yang muncul saat melaksanakan praktik klinik.

## REFERENSI

1. Rahmadania, W. (2011). Pendidikan Dalam Keperawatan. Dilihat 6 Januari 2020, <https://dhanwaode.wordpress.com/2011/01/26/pendidikan-dalam-keperawatan/>
2. Lin, Chat Kit. (2006). *Perceived stress and coping strategies of baccalaureate nursing students in clinical practice*. Tesis. The University of Hong Kong
3. Custódio, Susana., Pereira, Anabela., & Secco, Graca. (2009). *Stress factors in clinical teaching in nursing: the students' perspective*. <http://Iconline.Ipleiria.Pt/Handle/10400.8/315>
4. Melincavage, Sharon Marie. (2008). *Anxiety in student nurses in the clinical setting: A phenomenological study*. Disertasi. The Pennsylvania State University. <http://www.amazon.com/Anxiety-student-nurses-clinical-setting/dp/124352765X>.
5. Martos, Pullido., Landa, Augusto., and Zafra, Lopez. (2012). *Sources of stress in nursing students: A systematic review of quantitative studies*. International Nursing Review. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1466-7657.2011.00939.x/pdf>
6. Custódio, Susana., Pereira, Anabela., & Secco, Graca. (2009). *Stress factors in clinical teaching in nursing: the students' perspective*. <http://Iconline.Ipleiria.Pt/Handle/10400.8/315>
7. Berges, B. M., & Augusto, J. M. (2007). *Exploring the relationship between perceived emotional intelligence, coping social support and mental health in nursing students*. Journal of Psychiatric and mental Health Nursing 14, 163-171.

- <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=3e1b23f9-d2bb-4b4b-9b79-7da62784b0ea%40sessionmgr15&vid=1&hid=12>
8. Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
  9. Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer.
  10. Keliat, B.A. (2007). *Penatalaksanaan Stressor*. Jakarta: EGC
  11. Hawari, Dadang. (2001). *Manajemen stres, cemas dan depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
  12. Turner, J.S., & Helms, D. B. (1995). *Lifespan development (5<sup>th</sup> edition)*. New York: Harcourt Brace
  13. Mahat, Ganga. (1996). *Stress and coping: first-year Nepalese nursing students in clinical settings*. *Journal of Nursing Education*, 35(4), 163-69.
  14. Mahat, Ganga. (1998). *Stress and coping: junior*
  15. *Nursing students in clinical settings*. *Nursing Forum*, 33(1), 11-19.