

## BAB VI

## PEMBAHASAN

Bab ini akan membahas mengenai hubungan antara *Self Efficacy* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya.

### 6.1 *Self Efficacy* mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya

Dari hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan, didapatkan bahwa *Self Efficacy* mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya sebagian besar mempunyai *Self Efficacy* yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Andry tentang hubungan *Self Efficacy* dengan kematangan karir mahasiswa profesi Ners di STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, yang menunjukkan hasil bahwa dari 20 responden terdapat 14 orang mahasiswa (70,0%) mempunyai *Self Efficacy* dalam kategori rendah (Andry, 2016).

Schurk (Komandayhrini & Hawadi, 2008) mengatakan bahwa *Self Efficacy* sangat penting peranannya dalam mempengaruhi usaha yang dilakukan, seberapa kuat usahanya dan memprediksi keberhasilan yang akan di capai. Mahasiswa yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan meningkatkan keyakinannya untuk dapat menyelesaikan pendidikan profesi keperawatan, sebaliknya mahasiswa yang memiliki *Self Efficacy* yang rendah akan mengalami hambatan dalam menjalankan pendidikan profesi keperawatan (Muhid, 2009). Proses-proses yang mempengaruhi *Self Efficacy* menurut Bandura (dalam Feist & Feist 2010) yaitu proses seleksi, proses berfikir, kemampuan memotivasi diri,



dan bagaimana cara kita dapat menempatkan emosi untuk menyelesaikan tugas sangatlah penting terutama dalam menyelesaikan pendidikan profesi.

*Self Efficacy* mempunyai 3 parameter yaitu *Level*, *Strength* dan *Generality*. Berdasarkan parameter tersebut, maka ada beberapa analisa yang dapat dilihat. Parameter yang pertama adalah *Level*. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *Level* yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi menganggap tugas seperti laporan asuhan keperawatan adalah suatu hambatan dan membebani dirinya berkaitan dengan banyaknya laporan yang harus dikerjakan dalam satu waktu dan mahasiswa keperawatan tingkat profesi tidak mematuhi timeline yang telah dibuatnya. Menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010), *Level* berkaitan dengan derajat kesulitan tugas yang dihadapi. Persepsi setiap individu akan berbeda dalam memandang tingkat kesulitan dari suatu tugas. Ada yang menganggap suatu tugas itu sulit sedangkan orang lain mungkin merasa tidak demikian. Apabila rintangan yang dihadapi sedikit dalam pelaksanaan tugas, maka tugas tersebut akan mudah dilakukan.

Parameter yang kedua adalah *Strength*. Menurut Adisasmito (2007), *Strength* merupakan kualitas keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki. Hal ini berkaitan dengan ketahanan dan keuletan individu dalam pemenuhan tugasnya. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *Strength* yang rendah.

Sesuai dengan parameter *Self Efficacy*, *Self Efficacy* yang dimiliki mahasiswa keperawatan tingkat profesi dalam kategori rendah terutama pada parameter ini. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi tidak yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas seperti laporan



asuhan keperawatan dengan tepat waktu berkaitan dengan mahasiswa keperawatan tingkat profesi tidak mengetahui keunggulan yang dimiliki dan tidak mempunyai komitmen dalam menyelesaikan pendidikan profesi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febrina tentang hubungan *Self Efficacy* dengan prestasi belajar siswa akselerasi di Universitas Negeri Surabaya, yang menunjukkan hasil bahwa *Self Efficacy* yang dimiliki cukup rendah pada parameter *Strength* (Febrina & Desi, 2013).

Hal ini didukung dengan data karakteristik responden yang pertama yaitu berdasarkan jenis kelamin. Jika parameter *Strength* dihubungkan dengan jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dan memiliki *Strength* yang rendah. Hal ini sejalan dengan teori menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010), yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi laki-laki dan perempuan. Ketika laki-laki berusaha untuk sangat membanggakan dirinya, perempuan sering kali meremehkan kemampuan mereka. Sehingga perempuan membutuhkan keyakinan diri terhadap kemampuan yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Faktor yang kedua adalah cita-cita menjadi seorang perawat. Jika parameter *Strength* dihubungkan dengan cita-cita menjadi seorang perawat, sebagian besar responden memiliki cita-cita menjadi seorang perawat dengan alasan selain kemauan sendiri dan dipaksa orang tua seperti karena ilmu keperawatan merupakan pilihan kedua dalam tes masuk perguruan tinggi dan karena gagal masuk sekolah kedinasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Celine tentang hubungan motivasi menjadi perawat dengan prestasi belajar di Universitas Brawijaya yang menyatakan bahwa motivasi dapat mempengaruhi dalam beberapa hal, yakni menentukan tujuan yang telah



ditentukan individu, seberapa besar usaha yang dilakukan, seberapa tahan mereka dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan ketahanan mereka dalam menghadapi kegagalan. Mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi untuk menjadi perawat akan jauh lebih semangat untuk berusaha atau belajar sehingga akan berdampak pada karir mereka kedepannya yaitu menjadi perawat yang profesional. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki motivasi rendah untuk menjadi perawat akan menurunkan semangat untuk berusaha atau belajar yang nanti dikhawatirkan akan berdampak pada kualitas kerjanya sebagai perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan (Celine, 2016).

Parameter yang ketiga adalah *Generality*. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *Generality* yang tinggi. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi ketika mendapatkan hambatan mereka mencari jalan keluarnya dan menjadikan pengalaman kehidupan sebagai motivasi dalam menjalani pendidikan profesi. Menurut Bandura (dalam Suseno, 2009), *Generality adalah* sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari dalam melakukan suatu aktivitas yang biasa dilakukan hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang sulit dan bervariasi. *Generality* merupakan perasaan kemampuan yang ditunjukkan individu pada konteks tugas yang berbeda-beda, baik itu melalui tingkah laku, kognitif dan afektifnya.

## 6.2 Tingkat stres mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya

Dari hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan, didapatkan bahwa tingkat stres mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas



Brawijaya sebagian besar mengalami stres dalam kategori sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Christin tentang hubungan tingkat stres dengan mekanisme coping dan sikap dalam menjalankan profesi Ners di Universitas Respati Yogyakarta, yang menunjukkan hasil bahwa dari 76 mahasiswa terdapat 54 responden (71,1%) mengalami stres dalam kategori sedang (Christin, 2014).

Stres adalah reaksi atau kondisi normal tubuh untuk melindungi diri dari keadaan yang mengancam kesehatan jasmani dan emosi agar dapat beradaptasi atau menyesuaikan diri (Nasir & Muhith, 2011). Mahasiswa keperawatan tingkat profesi mengalami stres oleh karena terdapat berbagai kendala dan kesulitan yang dihadapi mahasiswa ketika menjalankan profesi. Hal tersebut berkaitan dengan tidak mempunyai waktu yang cukup banyak untuk menyelesaikan laporan asuhan keperawatan, banyaknya laporan asuhan keperawatan yang harus diselesaikan dalam satu waktu dan pindah-pindah tempat profesi akan tetapi mahasiswa keperawatan tingkat profesi masih bisa beradaptasi dengan lingkungan tempat praktik profesi. Tingkat stres mempunyai 3 parameter yaitu gejala fisik, emosi dan perilaku. Berdasarkan parameter tersebut, maka ada beberapa analisa yang dapat dilihat.

Parameter yang pertama adalah gejala fisik. Pada hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki gejala fisik dalam kategori sedang. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi sering mengalami kurang jam istirahat berkaitan dengan responsi dan mengerjakan laporan asuhan keperawatan setelah dinas jaga sehingga sering muncul gejala-gejala fisik yang dialami seperti sakit kepala dan penurunan berat badan. Hal ini sejalan dengan teori Sarafino (2008), yang menjelaskan



bagaimana reaksi tubuh terhadap suatu peristiwa yang mengancam, reaksi tersebut sebagai *fight-or-flight response* karena respon fisiologis mempersiapkan individu untuk menghadapi atau menghindari situasi yang mengancam tersebut. Ketika merasa takut maka dapat memicu timbulnya rasa sakit kepala karena terjadi vasokonstriksi pada pembuluh darah yang mengakibatkan perfusi oksigen ke jaringan berkurang, terutama jaringan otak sehingga menimbulkan rasa sakit kepala (Sherwood, 2006).

Hal ini didukung dengan data karakteristik responden yaitu berdasarkan jenis kelamin. Jika parameter gejala fisik dihubungkan dengan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Dari hasil ini bisa disimpulkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres yang cenderung lebih tinggi daripada responden laki-laki. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, yang menyatakan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30% lebih tinggi dibandingkan pria (Rindang, 2006). Hal tersebut disebabkan karena pada saat wanita menghadapi stres, tubuh akan memberikan respon fisiologis berupa aktivitas hormon neurotransmitter di dalam otak. Dan lebih lanjut lagi, perempuan memiliki hormon prolaktin lebih tinggi dari pada laki-laki. Hormon ini memberikan umpan balik negatif pada otak sehingga meningkatkan trauma emosional dan stres fisik (Corwin, 2007).

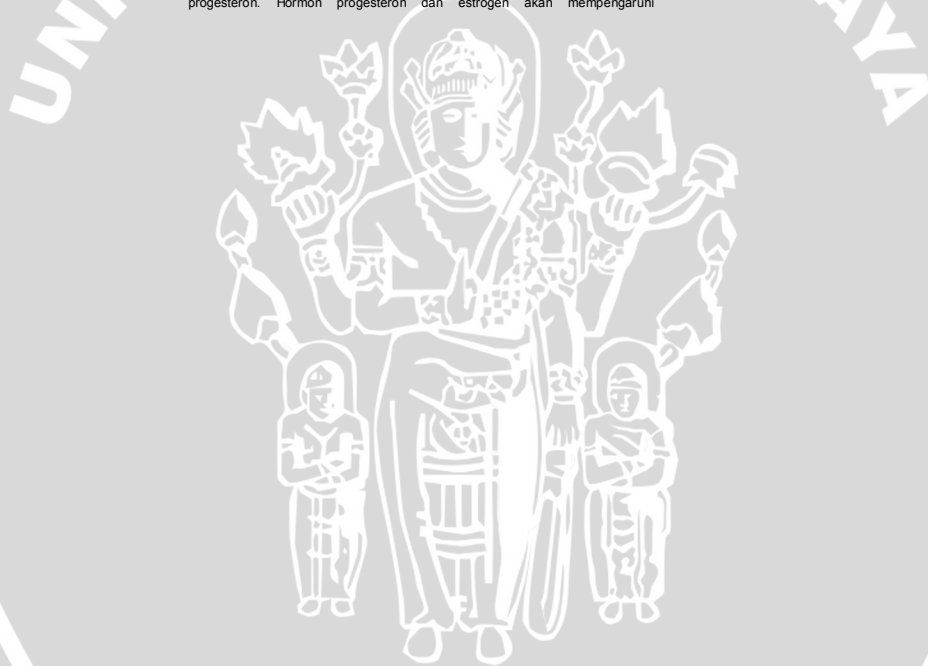
Parameter yang kedua adalah gejala emosi (psikologis). Menurut Psychology Foundation of Australia (2010), pada kondisi stres mahasiswa cenderung menjadi mudah marah, cemas dan tidak fokus, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi terhadap kegiatan yang dijalani oleh



mahasiswa. Pada hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki gejala emosi (psikologis) dalam kategori sedang.

Sesuai dengan parameter tingkat stres, tingkat stres yang dimiliki mahasiswa keperawatan tingkat profesi dalam kategori sedang terutama pada parameter ini. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi tidak mempunyai banyak waktu untuk mengerjakan laporan asuhan keperawatan berkaitan dengan dinas jaga dan banyaknya laporan asuhan keperawatan yang harus diselesaikan dalam satu waktu sehingga menimbulkan tekanan tersendiri bagi mahasiswa keperawatan tingkat profesi seperti menjadi mudah marah dan merasa malas untuk mengerjakan laporan asuhan keperawatan karena badan terasa lelah setelah dinas jaga. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ira tentang analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang menunjukkan hasil bahwa tingkat stres yang dimiliki cukup tinggi pada parameter emosi/psikologis (Ira dkk., 2014).

Hal ini didukung dengan data karakteristik responden yang pertama, yaitu berdasarkan jenis kelamin. Jika parameter gejala emosi (psikologis) dihubungkan dengan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Dari hasil ini bisa disimpulkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres yang cenderung lebih tinggi daripada responden laki-laki. Hasil ini sejalan dengan teori menurut Priyono, dkk (2009), yang menyatakan bahwa laki-laki mempunyai hormon testosteron yang akan mempengaruhi perkembangan mental laki-laki. Sehingga laki-laki cenderung menjadi lebih tenang, rasional dan cuek (acuh). Sedangkan perempuan dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron. Hormon progesteron dan estrogen akan mempengaruhi



perkembangan mental perempuan. Hal ini menyebabkan perempuan lebih mengutamakan perasaan. Oleh sebab itu apabila perempuan mengalami masalah, maka ia akan mudah untuk mengalami stres. Pada tahun 2008, gambaran stres di Amerika yang dikeluarkan oleh APA (*American Psychological Association*) melaporkan secara statistik mengenai wanita dan stres, dikatakan bahwa 33% wanita mengalami tingkat stres yang tinggi.

Faktor kedua adalah usia responden. Jika parameter gejala emosi (psikologis) dihubungkan dengan usia, mayoritas responden berada pada usia 22 tahun. Menurut teori psikososial Erikson (2008), responden berada dalam rentang umur dewasa muda. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ira tentang analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang menunjukkan hasil bahwa paling banyak responden yang mengalami stres adalah pada usia dewasa muda yaitu 34 orang (44,2%). Tingkat stres akan semakin menurun dengan semakin meningkatnya usia (Ira dkk., 2014).

Faktor yang ketiga adalah cita-cita menjadi seorang perawat. Jika parameter gejala emosi (psikologis) dihubungkan dengan cita-cita menjadi seorang perawat, sebagian besar responden memiliki bercita-cita menjadi seorang perawat dengan alasan selain kemauan sendiri dan dipaksa orang tua seperti karena ilmu keperawatan merupakan pilihan kedua dalam tes masuk perguruan tinggi dan karena gagal masuk sekolah kedinasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Celine (2016) tentang hubungan motivasi menjadi perawat dengan prestasi belajar di Universitas Brawijaya, yang menunjukkan hasil bahwa dari 103 responden terdapat sebanyak 58 mahasiswa (56,3%) memiliki motivasi menjadi perawat dalam kategori sedang. Menurut



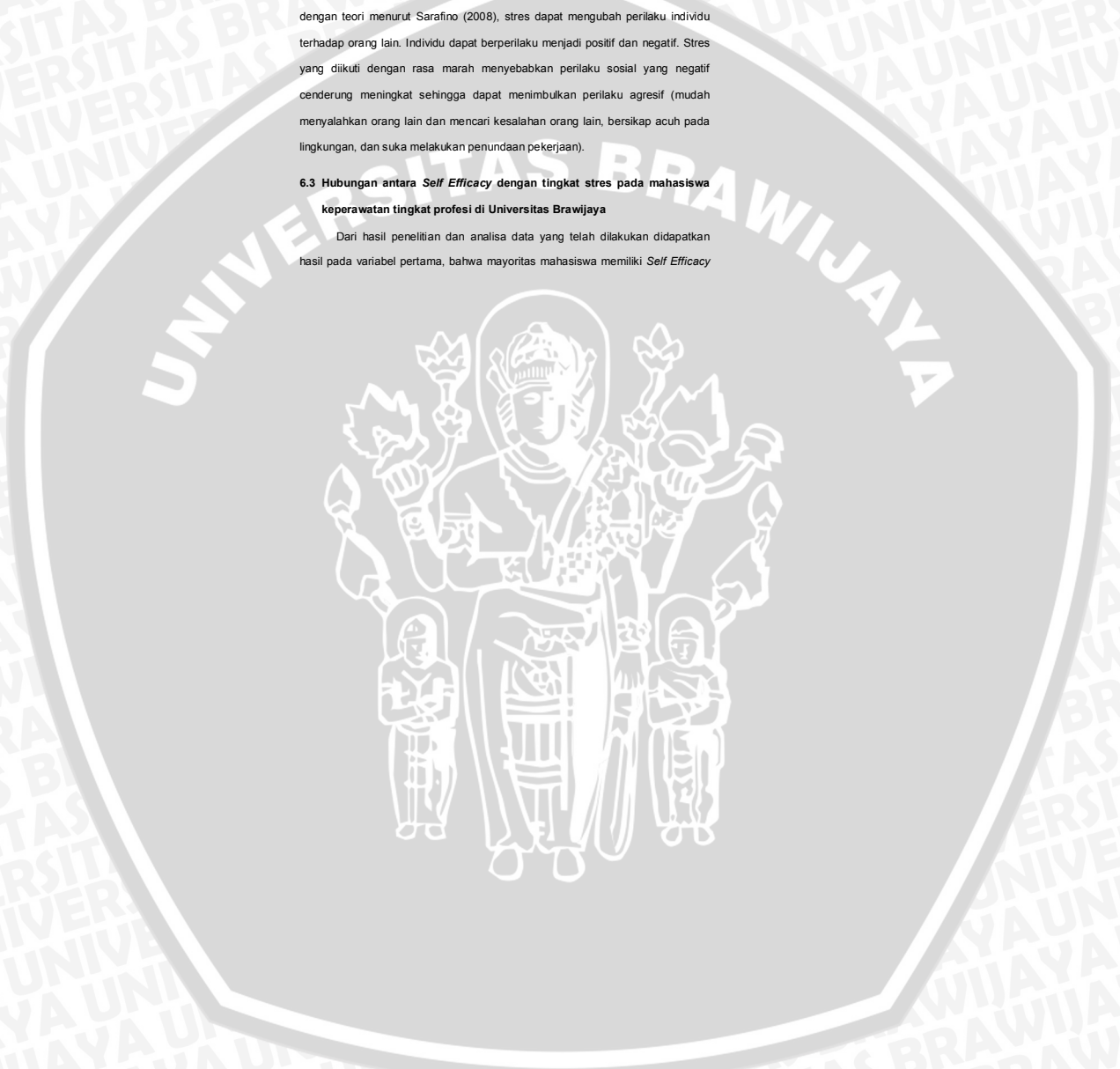


Desmita (2011), menyatakan bahwa stres dipengaruhi oleh beberapa faktor tidak hanya faktor lingkungan tetapi juga faktor dari individu itu sendiri. Stres dapat terjadi karena terdapat suatu perubahan dalam tanggung jawab, pengambilan keputusan, dan motivasi. Motivasi merupakan proses-proses psikologis dalam diri seseorang sehingga dapat mempengaruhi emosi seseorang.

Parameter yang ketiga adalah gejala perilaku. Pada hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki gejala perilaku dalam kategori rendah. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa keperawatan tingkat profesi masih dapat beradaptasi dengan lingkungan dan beberapa petugas di tempat profesi. Akan tetapi terdapat 1 mahasiswa yang mempunyai gejala perilaku dalam kategori tinggi dan mempunyai Self Efficacy yang rendah. Mahasiswa tersebut juga mempunyai gejala emosi dalam kategori tinggi, akan tetapi pada parameter gejala fisik berada pada kategori sedang sehingga tingkat stres yang dialami mahasiswa tersebut termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan teori menurut Sarafino (2008), stres dapat mengubah perilaku individu terhadap orang lain. Individu dapat berperilaku menjadi positif dan negatif. Stres yang diikuti dengan rasa marah menyebabkan perilaku sosial yang negatif cenderung meningkat sehingga dapat menimbulkan perilaku agresif (mudah menyalahkan orang lain dan mencari kesalahan orang lain, bersikap acuh pada lingkungan, dan suka melakukan penundaan pekerjaan).

### **6.3 Hubungan antara Self Efficacy dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya**

Dari hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan didapatkan hasil pada variabel pertama, bahwa mayoritas mahasiswa memiliki Self Efficacy



yang rendah. Kemudian, pada variabel kedua, didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres dalam kategori sedang.

Hasil dari analisis mengenai hubungan antara *Self Efficacy* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya menggunakan uji korelasi *Spearman* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Dengan demikian maka  $H_0$  dinyatakan ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tingkat profesi di Universitas Brawijaya. Dapat terlihat dari tabel silang yang menunjukkan bahwa semakin rendah *Self Efficacy*, maka tingkat stres menjadi semakin tinggi. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Zajacova, Lynch, and Espenshade (2006), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat tetapi negatif antara stres dan *Self Efficacy*, artinya ketika stres tinggi maka *Self Efficacy* rendah begitu juga sebaliknya ketika stres rendah maka *Self Efficacy* tinggi.

Hasil uji korelasi *Spearman* didapatkan bahwa nilai koefisien korelasi adalah  $-0,889$  yang berarti hubungan antara *Self Efficacy* dengan tingkat stres pada responden termasuk dalam kategori korelasi sangat kuat (Arikunto, 2010). Dari hasil koefisien korelasi juga dapat diamati terdapat tanda negatif pada koefisien tersebut. Hal ini menjelaskan bahwa hubungan antara *Self Efficacy* dengan tingkat stres adalah berbanding terbalik. Yang artinya bahwa semakin rendah *Self Efficacy* maka tingkat stres akan semakin tinggi, begitu juga sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Suhendra (2013), yang menyatakan bahwa untuk mencapai keberhasilan mahasiswa dalam menjalankan pendidikan profesi dibutuhkan *Self Efficacy* yang tinggi. Penanaman *Self Efficacy* yang tinggi



sedini mungkin pada seorang mahasiswa sangatlah penting, karena dengan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi akan meningkatkan keyakinannya untuk dapat menyelesaikan pendidikan profesi. Demikian sebaliknya, jika mahasiswa memiliki *Self Efficacy* yang rendah maka akan banyak mendapat hambatan dalam menghadapi permasalahan, seperti rasa takut, cemas, dan merasa tidak mampu dalam menjalankan pendidikan profesi yang dapat menyebabkan mahasiswa itu stres.

Stres pada mahasiswa keperawatan tingkat profesi dipicu oleh berbagai tuntutan (tugas) seperti laporan asuhan keperawatan yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan sehingga mahasiswa sulit mengendalikannya, emosi, mudah marah-marah, dan kehilangan rasa optimis dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Ketika mahasiswa menganggap laporan asuhan keperawatan tersebut suatu hal yang harus dihindari dan merasa tertekan maka ia mengalami stres yang tinggi sehingga *Self Efficacy* yang dimiliki rendah oleh karena tidak yakin dapat menyelesaikan laporan asuhan keperawatan dengan tepat waktu, begitu juga sebaliknya ketika mahasiswa merasa yakin dapat menyelesaikan laporan asuhan keperawatan dengan tepat waktu maka ia memiliki *Self Efficacy* yang tinggi sehingga ia akan mengeluarkan usaha yang besar untuk mengatasi hambatan dan dapat mengurangi stres (Suhendra, 2013).

#### 6.4 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya data dari *Self Efficacy* dan tingkat stres ada beberapa kuisioner yang dibawa pulang oleh responden sehingga peneliti tidak dapat memastikan kuisioner diisi dalam satu waktu. Penelitian ini hanya menggunakan instrumen kuisioner dengan pertanyaan tertutup sehingga responden memilih alternatif jawaban yang telah



tersedia sehingga peneliti tidak dapat memastikan bahwa tingkat stres hanya dipengaruhi oleh *Self Efficacy*.

#### 6.5 Implikasi Keperawatan

Bagi institusi keperawatan jiwa diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pemikiran dan pengembangan konsep keperawatan yang berhubungan dengan *Self Efficacy* dan tingkat stres. Jika mahasiswa memiliki *Self Efficacy* yang rendah maka dapat mengakibatkan stres yang tinggi. Sehingga diharapkan dengan tingginya *Self Efficacy* yang dimiliki dapat mengurangi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa keperawatan tingkat profesi.

