

HUBUNGAN STRESOR DENGAN STRES DAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA STUDI COSS SECTIONAL DI STIKES YARSI SUMBAR BUKITTINGGI TAHUN 2014

Kriscillia Molly Morita^{1*)}

1. Program Studi D3 Keperawatan STIKES YARSI SUMBAR BUKITTINGGI

Abstract

Physical environmental Stresor, psychological environmental stresor and burden learn are represent the source stres so the student can reside at stress condition. Stres realized by student would influencing to learn process so it will affect to learn achievement. This study was aimed to explain the relation of stressor student by stress and learn achievement in Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi. Design used in this study was cross sectional design. The population was all students on thirth semester in Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi. Sampel consisted of 75 respondent, taken according to inclusion criteria. The independent variable was student stressor and dependent variables were student stress and learn achievement. Sampel were taken using by purposive sampling. Data gathered were Analysed by Spearman Rho Tes with significant level $p < 0,05$. Result showed that relation of student stressor with stress was ($p = 0,000$) and relation of student stressor with learn achievement ($p = 0,000$). This result was indication that there were relation between student stressor with stress and stressor student with learn achievement. It can be concluded that student stressor has correlation with student stress and learn achievement. If student stressor accepted increasing so student stress will increase, and progressively lower the stressor accepted it will increase learn achievement. Several things can be done are make-up of medium learn, creating kondusif environment and hostels learn items management .

Keyword : *Stresor, Stress, Learn Achievement*

1. Pendahuluan

Untuk menciptakan lulusan perawat yang bermutu dibutuhkan perencanaan belajar mengajar yang baik dan sarana prasarana yang baik pula. Salah satu sarana prasarana yang dapat menunjang kegiatan belajar mengajar adalah asrama. Asrama mahasiswa ditujukan dapat membantu mahasiswa dalam proses belajar dengan harapan dapat mencapai prestasi belajar yang lebih optimal (Lina Mahayati, 2003). Dari Hasil analisa situasi mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi didapatkan data bahwa nilai prestasi belajar mahasiswa STIKes Yarsi Sumbar Bukittinggi semester I nilai prestasi belajar yang dicapai adalah cukup meliputi 59 % (2001), 57 % (2002) dan 65 % (2003) (Akper Darul Ulum, 2003). Dari hasil analisa tersebut menunjukkan bahwa tujuan pembentukan asrama kurang tercapai. Beberapa hal yang memungkinkan terjadinya hal ini antara lain lingkungan yang kurang kondusif untuk belajar, beban belajar mahasiswa saat diasrama, dan motivasi belajar mahasiswa yang kurang. Kondisi demikian mengakibatkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sehingga berada dalam kondisi stres. Namun hubungan antara stresor dengan stres dan

prestasi belajar pada mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi masih belum jelas..

Stres yang dialami mahasiswa akan sangat mempengaruhi terhadap proses belajar mengajar mahasiswa. Kondisi ini mengakibatkan berkurangnya kemampuan mahasiswa dalam mempelajari dan memahami materi-materi perkuliahan yang telah diberikan. Hal ini akan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang dapat diketahui dengan indikator pencapaian IP yang tidak memuaskan. Apabila hal ini berlanjut maka mahasiswa dapat jatuh dalam kondisi frustrasi. Dampak lebih jauh yang ditimbulkan akibat kondisi frustrasi mahasiswa adalah tujuan institusi untuk menciptakan lulusan perawat yang bermutu tidak akan tercapai.

Menurut Vincent sebagaimana dikutip Sunaryo (2004) Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu didalam lingkungan tersebut. Stres merupakan manifestasi dari munculnya suatu stresor, dampak dari stresor bergantung pada sifat stresor, jumlah stresor, lama pemaparan terhadap stresor, pengalaman masa lalu, tingkat perkembangan (Koziar

da Erb, 1983). Seseorang dapat jatuh pada kondisi stres dimulai dari tahap pertama (paling ringan), tahap kedua, tahap ketiga, tahap keempat, tahap kelima, tahap keenam (paling berat) (Dadang Hawari, 2001).

Berdasarkan hasil evaluasi hasil belajar diatas peneliti berusaha mengetahui adanya hubungan antara stresor mahasiswa dengan stres dan prestasi belajar pada mahasiswa semester III Tahun Ajaran 2009 Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi.

2. Metode

Design yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Sampel terdiri dari 75 responden yang diambil dari mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi semester III. Sampel yang diambil menggunakan purposive sampling. Data yang terkumpul Dianalisis dengan Spearman Rho Tes dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Tabel 2 . Distribusi frekuensi stresor mahasiswa berdasarkan masing-masing indikator mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Agkatan 2009.

NO	Indikator	Berat	%	Sedang	%	Ringan	%
1	Kondisi lingkungan fisik	2	2.7	38	50.7	35	46.7
2	Kondisi lingkungan sosial	2	2.7	22	29.3	51	68.0
3	Beban belajar	3	4.0	25	33.3	47	62.7

Tabel 2 menunjukkan dari beberapa indikator dari stresor yang dialami mahasiswa semua tingkatan mulai dari ringan sampai berat ada yang mengalaminya. Untuk indikator kondisi lingkungan fisik paling banyak responden 38 (50.7 %) menyatakan bahwa tingkat

stresornya adalah sedang, sedangkan untuk indikator kondisi lingkungan sosial paling banyak responden 51 (68.0 %) menyatakan stresornya tingkat ringan dan untuk indikator beban belajar paling banyak responden 47 (62.7 %) menyatakan tingkat stresor ringan.

Stres mahasiswa

3. Hasil dan Pembahasan

Stresor mahasiswa

Tabel 1 : Distribusi frekuensi stresor responden mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009

NO	Stresor Mahasiswa	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Ringan	5	6.7
2	Sedang	61	81.3
3	Berat	9	12.0
Jumlah		75	100

Seperti terlihat pada tabel 1 stresor yang dialami mahasiswa meliputi ringan (6.7 %), sedang (81.3 %) dan berat (12.0 %). Data ini menunjukkan paling banyak stresor yang dialami oleh responden adalah stresor tingkat sedang yaitu 61 (81,3) responden.

Tabel 3 : Distribusi frekuensi stres responden mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009.

NO	Stres Mahasiswa	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Ringan	8	10.7
2	Sedang	60	80.0
3	Berat	7	9.3
Jumlah		75	100

Seperti terlihat pada table 3 stres yang dialami mahasiswa meliputi ringan (10.7 %), sedang (80.0 %) dan berat (9.3 %). Data ini menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa adalah stres tingkat sedang 60 (80.0 %).

Tabel 4. Distribusi frekuensi stres responden berdasarkan masing-masing indikator stres pada mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi 2009.

NO	Indikator	Berat	%	Sedang	%	Ringan	%
1	Stres fisik	1	1.3	34	45.3	40	53.3
2	Stres psikologis			14	18.7	61	81.3

Dari tabel 4 dapat diketahui bahwa pada indikator stres fisik paling banyak responden 40 (53.3 %) menyatakan tingkat stres ringan, 34 (45.3 %) responden menyatakan tingkat stres sedang dan 1 (1.3 %) responden menyatakan tingkat stres berat. Sedangkan untuk indikator stres psikologis paling banyak 61 (81.3 %) responden menyatakan tingkat stres ringan dan 14 (18.7 %) responden menyatakan tingkat stres sedang sedangkan untuk stres tingkat berat tidak ada responden yang menyatakan.

Indeks prestasi

Tabel 5. Distribusi frekuensi indeks prestasi responden pada mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 200

NO	Indeks Prestasi	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Sangat Baik	7	9.3
2	Baik	20	26.7
3	Cukup	43	57.3
4	Kurang	5	6.7
5	Sangat Kurang	0	0
Jumlah		75	100

Seperti terlihat pada tabel 5 indeks prestasi yang dicapai mahasiswa meliputi sangat baik (9.3 %), baik (26.7 %), cukup (57.3 %) dan kurang (6.7 %). Dari data tersebut menunjukkan bahwa paling banyak indeks prestasi yang dicapai responden adalah cukup 43 (57.3 %) responden.

Tabel 6 : Distribusi hubungan stresor dengan stres mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009.

Stres	Ringan		Sedang		Berat	
		%		%		%
Stresor						
Ringan	3	4.0 %	2	2.7 %		
Sedang	5	6.7 %	53	70.7 %	3	4.0 %
Berat			5	6.7 %	4	5.3 %
r = 0.489 p = 0.000						

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa dari 75 responden yang dilakukan penelitian paling banyak (70.7 %) responden berada pada kondisi stres tingkat sedang yang diakibatkan oleh stresor tingkat sedang. Tetapi tidak dijumpai adanya responden dengan tingkat stres ringan yang diakibatkan stresor tingkat berat, Terdapat (5.3 %) responden dengan tingkat stres berat yang diakibatkan stresor tingkat berat. Berdasarkan tabel diatas diketahui

adanya hubungan yang bermakna antara stresor mahasiswa dengan stres mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi dengan nilai $p = 0.000$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sedang dengan nilai $r = 0.489$.

Tabel 7. Distribusi hubungan indikator stresor dengan indikator stres mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009.

Stres	Stres fisik	Stres psikologis
Stresor		
Lingkungan fisik	P = 0.000 r = 0.662	P = 0.424 r = 0.094
Lingkungan sosial	P = 0.000 r = 0.741	P = 0.037 r = 0.241
Beban belajar	P = 0.089 r = 0.198	P = 0.000 r = 0.426

Berdasarkan pada tabel 7 mengenai hubungan antara indikator-indikator stresor dengan indikator-indikator stres didapatkan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan fisik dengan stres fisik dengan nilai $p = 0.000$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan kuat dengan nilai $r = 0.662$, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan fisik dengan stres psikologis dengan nilai $p = 0.424$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sangat rendah dengan nilai $r = 0.094$, terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan sosial dengan stres fisik dengan nilai $p = 0.000$

dan koefisien korelasi tingkat hubungan kuat dengan nilai $r = 0.741$, terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan sosial dengan stres psikologis dengan nilai $p = 0.037$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan rendah dengan nilai $r = 0.241$, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara stresor beban belajar dengan stres fisik dengan nilai $p = 0.089$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sangat rendah dengan nilai $r = 0.198$ dan terdapat hubungan yang bermakna antara stresor beban belajar dengan stres psikologis dengan nilai $p = 0.000$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sedang dengan nilai $r = 0.426$.

Hubungan stresor dengan indeks prestasi

Tabel 8 : Distribusi hubungan stresor dengan indeks prestasi Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009.

Indeks Prestasi Stresor	Sangat Baik		Baik		Cukup		Kurang	
		%		%		%		%
Ringan	2	2.7 %	2	2.7 %	1	1.3 %		
Sedang	5	6.7 %	17	22.7 %	39	52.0 %		
Berat			1	1.3 %	3	4.0 %		
$r = 0.462$ $p = 0.000$								

Hasil dari tabulasi silang pada tabel 8 menunjukkan bahwa paling banyak 39 (52.0 %) responden mendapatkan indeks prestasi tingkat cukup yang dipengaruhi oleh stresor tingkat sedang. Juga terdapat 5 (6.7 %) responden mendapat indeks prestasi sangat baik dengan tingkat stresor sedang. Berdasarkan tabel diatas diketahui adanya hubungan yang bermakna antara stresor mahasiswa dengan indeks prestasi mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009 dengan nilai $p = 0.000$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sedang dengan nilai $r = 0.462$.

Tabel 9. Distribusi hubungan indikator stresor dengan indeks prestasi mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi Angkatan 2009.

Indeks Prestasi	Indeks prestasi
Stresor	
Lingkungan fisik	$P = 0.000$ $r = 0.425$
Lingkungan sosial	$P = 0.003$ $r = 0.339$
Beban belajar	$P = 0.009$ $r = 0.301$

Berdasarkan tabel 9 diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan fisik dengan indeks prestasi dengan nilai $p = 0.000$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan sedang dengan nilai $r = 0.425$, terdapat hubungan yang bermakna antara stresor lingkungan

sosial dengan indeks prestasi nilai $p = 0.003$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan rendah dengan nilai $r = 0.339$ dan terdapat hubungan yang bermakna antara stresor beban belajar dengan indeks prestasi dengan nilai $p = 0.009$ dan koefisien korelasi tingkat hubungan rendah dengan nilai $r = 0.301$.

Stresor mahasiswa, sesuai dengan pendapat Kozier dan Erb yang dikutip oleh Dadang Hawari (2001) bahwa dampak stresor yang dialami individu bergantung pada sifat stresor, jumlah stresor, lama stresor, pengalaman masa lalu seseorang terhadap stresor stresor dan tingkat perkembangan individu. Pendapat ini mempunyai arti bahwa stres yang terjadi pada individu dipengaruhi oleh beberapa ciri dari stresor meliputi sifat, jumlah, lama, pengalaman masa lalu dan tingkat perkembangan individu.

Stres mahasiswa, Sunaryo (2004) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi stres individu meliputi ; Faktor biologis (herediter, konstitusi tubuh, kondisi fisik, neurofisiologik dan neurohormonal) dan Faktor psikoedukatif (kepribadian, pengalaman, kondisi lingkungan).

Indeks prestasi, Suharsimi Arikunto (1997:306) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar yaitu input (mahasiswa, materi atau kurikulum, guru, metode atau pendekatan dalam mengajar, sarana, lingkungan manusia dan lingkungan bukan manusia). Beberapa hal yang menyebabkan hal ini antara lain sarana belajar diasrama yang kurang, asrama yang terlalu ramai, beban belajar yang berlebihan dan interaksi antar teman yang kurang.

Hubungan antara stresor mahasiswa dan stres mahasiswa, Hasil analisa data dengan uji statistik korelasi dengan spearman Rho diperoleh nilai $p = 0,000$, maka H_1 diterima. Ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara stresor mahasiswa dengan stres mahasiswa pada mahasiswa tingkat II angkatan 2003 Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi. Hal ini membuktikan bahwa semakin rendah tingkat stresor yang diterima maka semakin rendah tingkat stres yang dialami responden. Sebaliknya responden dengan tingkat stresor tinggi maka semakin tinggi tingkat stresnya.

Berkaitan dengan stresor, Dadang Hawari (2001) mengungkapkan stresor adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga seorang tersebut terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulangnya.

Hubungan stresor dengan indeks prestasi, Hasil analisa data tentang hubungan stresor dengan indeks prestasi diperoleh nilai $p = 0,000$. Ini berarti bahwa H_1 diterima, berarti terdapat hubungan yang bermakna antara stresor dengan indeks prestasi. Hal ini membuktikan bahwa semakin mahasiswa bisa mengatasi stresor yang diterima maka semakin baik prestasi. Sebagaimana diungkapkan Suharsimi Arikunto (1997).

4. Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :Sebagian besar responden menyatakan stresor yang dialami oleh mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi angkatan 2009 pada tingkat sedang, terutama pada stresor lingkungan fisik yang meliputi asrama terlalu ramai, asrama terlalu panas dan sarana belajar diasrama yang kurang. Sedangkan stresor yang kedua adalah stresor beban belajar yang meliputi kehilangan konsentrasi saat belajar, tugas terlalu banyak dan beban belajar terlalu banyak. Stresor yang ketiga adalah stresor lingkungan sosial yang meliputi sulit adaptasi dengan teman, ketegangan dalam berinteraksi dengan teman dan tergantung pada orang lain. Sebagian besar responden menyatakan stres yang dialami oleh mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi angkatan 2009 pada tingkat sedang, terutama pada stres fisik yang meliputi gangguan tidur, sakit kepala, nyeri ulu hati dan diare. Kemudian stres psikologis yang meliputi perasaan cemas atau takut, mudah lupa saat belajar dan muda tersingung. Rata-rata responden menunjukkan indeks prestasi yang dicapai oleh mahasiswa Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi angkatan 2009 pada tingkat cukup. Kemudian indeks prestasi baik, sangat baik dan kurang. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara beberapa indikator stresor dengan beberapa indikator stres meliputi hubungan stresor lingkungan fisik dengan stres fisik, stresor lingkungan sosial dengan stress fisik, stresor lingkungan sosial dengan stress psikologis, stresor beban belajar dengan stress psikologis, stresor lingkungan fisik dengan indeks prestasi, stresor lingkungan sosial dengan indeks prestasi dan stresor beban belajar dengan indeks prestasi.Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara beberapa indikator stresor dengan beberapa indikator stres meliputi stresor lingkungan fisik dengan stres psikologis dan stresor beban belajar dengan stress fisik.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan perlu kiranya : Mahasiswa mempersiapkan diri atau membekali diri dalam hal kemampuan beradaptasi dengan lingkungan fisik, lingkungan sosial maupun beban belajar saat berada di asrama Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi.

Dukungan dan bimbingan yang lebih intensif dari keluarga dan pembimbing asrama terutama bagi mahasiswa yang belum punya pengalaman tinggal di asrama Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi. Adanya materi khusus tentang pengenalan situasi dan kondisi asrama pada mahasiswa baru saat dilakukannya PPS. Evaluasi lebih lanjut oleh pengasuh asrama tentang sarana prasarana terutama yang menunjang untuk kelancaran proses belajar mahasiswa saat diasrama. Demi kepentingan ilmiah, maka diharapkan ada kelanjutan dari penelitian ini, sehingga apa yang suda

diteliti dapat dikembangkan. Terutama tentang penyediaan asrama yang kondusif untuk menunjang proses belajar bagi mahasiswa yang tinggal diasrama STIKes Yarsi Sumbar Bukittinggi.

Daftar Pustaka

- Hawari, (2000) , Manajemen Stres cemas dan Depresi. Jakarta.FKUI
- Kozier, (2004). Fundamental of nursing: concepts, process and practice. New Jersey: Pearson prentice hall, Jakarta, EGC
- Nursalam. (2008). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Notoadmojo. (2002). Metodologi Penelitian Kesehatan Cetakan KeduaEdisi Revisi.Jakarta: Rineka Cipta
- Polit, D.F & Hungler, B.P (2005). Nursing Research Principles and Methodes. 6th. ed. Philadelphia. Lippincot
- Potter, P.A & Perry A.G. (2005). Buku ajar fundamental keperawatan. Jakarta: EGC
- Setiadi. (2007). Riset Keperawatan.Graha ilmu: Yogyakarta.
- Stuart & Sundeen. (1998). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.
- Sudjana, M.A. (2004). Metodologi Penelitian Kesehatan.Edisiketiga.Bandung:Tarsito.
- Sunaryo. (2004). Psikologi untuk perawat. Jakarta: EGC
- Suzane & Brenda (2001). Buku Ajar Keperawatan medikal-Bedah. Edisi 8.Jakarta:EGC
- Wahid & Nurul. (2008). Konsep diri. Jakarta: EGC.