

**STRES MAHASISWA SAAT PENYUSUNAN KARYA TULIS ILMIAH DI
POLTEKKES MAJAPAHIT MOJOKERTO**

Dwiharini Puspitaningsih
Dosen Politeknik Kesehatan Majapahit

ABSTRACT

Stress is a reaction due to mental stress or load life unable to be processed and ended by the health and function of organs. One of the causes of students stress that affect graduation is the preparation of scientific papers. For the students, is not easy task. The purpose of this study is to determine the incidence of stress in the preparation of scientific papers On D3 Nursing Student in Poltekkes Majapahit Mojokerto The type of this study is descriptive, by using a total sampling as many as 127 students then will be taken by 117 sampling, the instrumentis a questionnaire. The data will be processed by editing, coding, scoring, tabulating and presented in the form of a frequency distribution table. The results showed that 19 respondents have normal stress (16.2%), 22 respondents have mild stress (18,8%), 26 respondents have middle stress (22.2%), 27 respondents have severe stress (23,0 %), 23 respondents have very serious stress (19,6 %). The conclusions in this study, stress that occurs in students not only psychological stress but also physical stress, so that students easily feel tired, fatigue, and excessive anxiety when they exam scientific papers. The program of mental health, such as counseling, is so needed to the students for the paper adaptation in the environmental changes.

Key words : Stress, Student, Scientific Writing

A. PENDAHULUAN

Stres dapat terjadi karena adanya tekanan hidup dan konflik kebutuhan atau konflik tujuan sedangkan konflik terjadi apabila suatu objek tujuan mempunyai nilai ganda bagi seseorang. Stres sendiri dapat menyebabkan perubahan psikis dan fisik seperti takut, cemas, frustrasi, dan kehilangan motivasi, penurunan perhatian, waktu reaksi lebih lambat dan menurunnya kewaspadaan, apabila stres yang terus menerus terjadi pada mahasiswa dapat menimbulkan dampak buruk. Seperti halnya mahasiswa bisa saja melampiaskan stresnya dengan minuman keras, merokok yang terus menerus, serta menarik diri dari pergaulan (Slamet & Markam, 2005).

Salah satu penyebab stres mahasiswa adalah penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Bagi para mahasiswa, ternyata tugas KTI tersebut merupakan tugas yang tidak ringan. Pada umumnya perjalanan studi mahasiswa menjadi tersendat-sendat atau terhambat ketika menyusun KTI. Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi dan minat yang tinggi terhadap KTI, namun keadaan itu menurun seiring dengan kesulitan-kesulitan yang dialami. Kesulitan itu membuat mahasiswa sering putus asa dan menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu (Ningrum, 2011). KTI adalah salah satu syarat penyelesaian studi seorang mahasiswa dan hal ini dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa. Dampak stres yang tidak tertangani akan menyebabkan gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah dan insomnia. Dampak perilaku yang muncul antara lain: menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol, terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebih serta beresiko (Rahmadhani, 2012).

Penelitian Abdulghani (2008) di Saudi Arabia, prevelensi stres pada mahasiswa menjelaskan bahwa sebanyak 21.5% mahasiswa mengalami stres ringan, 15.8%

mengalami stres sederhana dan 19.6% mengalami stres tinggi. Penelitian yang sama dilakukan oleh Marjani (2008) di Iran pada mahasiswa menjelaskan bahwa 26.22% mengalami stres ringan, 20.5% mengalami stres sederhana dan 14.75% mengalami stres tinggi. Stres pada mahasiswa yang sedang menyusun KTI terjadi apabila seorang mahasiswa yang menganggap KTI merupakan beban bagi dirinya dan berfikir bahwa tugas tersebut tidak sesuai dengan kemampuan yang ada dalam dirinya.

Langkah awal yang dapat mengatasi stres adalah dengan cara *refreshing*. *Refreshing* dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti pendekatan perilaku, kognitif, dan terapi musik. Dapat pula melakukan Edukasi untuk pembinaan terhadap mahasiswa yang berkaitan dengan sisi-sisi psikologis misalkan bagaimana cara menguasai, mentoleransi, mengurangi, dan meminimalkan peristiwa-peristiwa yang memicu terjadinya stres. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengkaji kejadian stress yang terjadi terhadap mahasiswa saat penyusunan KTI di Poltekkes Majapahit Mojokerto”.

B. TINJAUAN PUSTAKA

1. Konsep Stres

a. Pengertian

Hans Selye (Hidayat, 2004) merupakan respons tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Dikatakan stres apabila seseorang mengalami beban tugas yang berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi masalah tersebut maka tubuh akan berespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga orang tersebut mengalami stres. Anon (2009), stres adalah cara tubuh kita bereaksi terhadap ketegangan, kegelisahan, dan tugas-tugas berat yang harus dihadapi sehari-hari.

Dari beberapa pendapat para ahli mengenai pengertian stres maka dapat disimpulkan bahwa stres adalah keadaan dimana individu merasakan adanya tekanan dari dalam diri karena ancaman dari tuntutan yang dianggap melebihi kapasitas individu dalam penanganannya dan sangat terkait sekali dengan kondisi dan reaksi fisik bagi individu.

b. Sumber-Sumber Stres

Stres merupakan asal dari penyebab suatu stres yang dapat mempengaruhi sifat dari *stressor* seperti lingkungan, fisik, psikososial, spiritual (Hidayat, 2004).

- 1). Sumber stres di dalam diri
- 2). Sumber stres di dalam keluarga
- 3). Sumber stres di dalam masyarakat dan lingkungan

c. Sumber Stres Psikologis

Ada empat sumber atau penyebab dari stress psikologis, Marasmis(dalam Sunaryo, 2004)yaitu: Frustrasi, Konflik, Tekanan, Krisis

d. Faktor-faktor penyebab stres

Faktor – factor penyebab stres di bedakan menjadi empat bagian Gibson 2008:

- 1). Stressor lingkungan fisik. Sering di sebut stressor kerah biru (*bluecollorstressor*), karena terkait pekerjaan – pekerjaan yang kasar, faktor – faktornya meliputi cahaya, suhu, suara, udara terpolusi.
- 2). Stessor individual. Penyebab stres pada tingkat individual lebih menekankan penyebab stres dari dalam diri, yang meliputi konflik peran, peran ganda, kerja berlebihan, tanggung jawab. Stressor yang meningkat ketika seseorang menerima pesan – pesan yang tidak cocok berkenan dengan perilaku peran yang sesuai.

- 3). Stressor kelompok . Faktor – faktor pada stressor ini meliputi hubungan yang buruk dengan kawan, bawahan, atasan.
- 4). Stressor organisasional. Salah satu masalah tentang stressor organisasional adalah mengidentifikasi stressor – stressor mana yang paling penting. Pada stressor ini meliputi desain struktur jelek, politik jelek.

e. Gejala-gejala stres

Gejala terjadinya stres secara umum terdiri dari dua gejala (Hidayat, 2008) yaitu:

- 1). Gejala Fisik : beberapa bentuk gangguan fisik yang sering muncul pada stres adalah : nyeri dada, diare selama beberapa hari, sakit kepala, mual, jantung berdebar, lelah, sukar tidur, dll.
- 2). Gejala Psikis : sementara bentuk gangguan psikis yang sering terlihat adalah: cepat marah, ingatan melemah, tak mampu berkonsentrasi, tidak mampu menyelesaikan tugas, perilaku impulsif, reaksi berlebihan terhadap hal sepele, daya kemampuan berkurang, tidak mampu santai pada saat yang tepat, tidak tahan terhadap suara gangguan lain, dan emosi tidak terkendali.

6. Tingkat stres

Stuart dan Sundeen (dalam Setiadi, 2007) mengklasifikasikan tingkat stres, yaitu:

- a. Stres ringan. Pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi. Bila diukur dengan skala stres pada stres ringan presentase berkisar antara 34% atau lebih rendah.
- b. Stres sedang. Pada stres tingkat ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya. Dengan nilai presentase 35-42%.
- c. Stres berat. Pada tingkat ini lahan persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain, semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stres, individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan. Dengan nilai persentase 43-50%.

B. Konsep Karya Tulis Ilmiah

1. Pengertian

Secara lebih singkat, karya tulis ilmiah merupakan karangan yang menyajikan fakta umum yang dapat dibuktikan kebenarannya secara ilmiah dan ditulis dengan metodologi yang benar. Tulisan ilmiah itu sendiri merupakan tulisan yang didasari oleh hasil pengamatan, peninjauan, penelitian dalam bidang tertentu, disusun menurut metode tertentu dengan sistematika penulisan yang bersantun bahasa dan isinya dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya (Machfoedz, 2008).

2. Jenis Karya Ilmiah

Karya ilmiah biasanya membahas suatu permasalahan menurut sudut pandang ilmiah, permasalahan tersebut berasal dari fenomena dan realitas yang dialami sehari-hari. Karya ilmiah di bidang keperawatan biasanya membahas masalah-masalah keperawatan yang membutuhkan pemecahan, selain itu juga berguna untuk perkembangan ilmu dan teknologi keperawatan. Karya ilmiah di bidang keperawatan dapat berupa naskah berkala, laporan praktik, buku teks, tulisan ilmiah populer, dan lain-lain (Hidayat 2008).

3. Ciri Karya Tulis Ilmiah

Penulisan karya ilmiah, di samping mempunyai syarat sebagai karya ilmiah yang baik juga mempunyai ciri pokok sebagai tulisan ilmiah, sebab ciri tersebut akan memberikan perbedaan antara karya biasa dengan karya ilmiah (Hidayat, 2008). Adapun ciri pokok pada tulisan ilmiah adalah sebagai berikut:

- a. Masalah yang dibahas harus benar-benar mempunyai arti dan nilai positif, baik untuk perkembangan ilmu pengetahuan maupun untuk kepentingan praktik. Ciri utama karya tulis ilmiah adalah adanya masalah yang akan dibahas. Masalah tersebut harus mempunyai nilai tambah dari ilmu pengetahuan dan teknologi. Dalam bidang keperawatan, hal ini berarti masalah yang dibahas dapat meningkatkan atau mengembangkan ilmu dan teknologi keperawatan sehingga dapat dimanfaatkan.
- b. Pembahasannya disusun dengan metode berpikir ilmiah, yaitu berpikir secara logis, rasional, cermat, dan sistematis. Ciri ini jelas harus ada, yaitu setelah masalah ditemukan kemudian dibahas dengan model berpikir ilmiah agar dapat menemukan solusinya dengan menggunakan kaidah ilmiah.
- c. Gaya bahasa yang digunakan adalah bahasa ilmiah. Gaya bahasa ilmiah akan lebih memudahkan seseorang untuk menilai masalah dan lebih menunjukkan nilai keilmiah suatu karangan. Gaya bahasa yang digunakan tidak boleh bertentangan dengan kaidah bahasa Indonesia yang baik dan benar.
- d. Pembahasan dan uraian ilmiah mulai dari awal sampai akhir merupakan suatu rangkaian yang mempunyai hubungan satu sama lain atau berkesinambungan. Dalam penyampaian atau pembahasan masalah, apabila karya tersebut merupakan karya ilmiah, maka penjelasan sejak bagian awal sampai akhir saling berhubungan sehingga memudahkan orang membacanya.

4. Tujuan

Tujuan dari karya tulis ilmiah adalah sebagai wahana melatih kemampuan pemikiran atau hasil penelitiannya dalam bentuk tulisan ilmiah yang sistematis dan metodologis, melatih keterampilan dasar untuk melakukan penelitian, juga dapat membuktikan potensi dan wawasan ilmiah yang dimiliki mahasiswa dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah dalam bentuk karya ilmiah setelah yang bersangkutan memperoleh pengetahuan dan pendidikan dari jurusannya.

5. Syarat Penulisan Karya Ilmiah

Berikut ini adalah syarat karya ilmiah yang baik:

- a. Mengusai ilmu pengetahuan yang relevan dengan masalah sedang dibahas. Hal penting, mengingat penguasaan terhadap pengetahuan tersebut terlihat pada sudut pandang pembahasan masalah yang diteliti.
- b. Mampu membedakan antara kenyataan dengan harapan. Masalah timbul karena adanya perbedaan antara kenyataan dan harapan. Masalah di lapangan seringkali berbeda dengan teori, hal inilah yang perlu dibahas. Jenis sebuah karya tulis ilmiah mampu membedakan antara kenyataan dan harapan dengan jelas, maka karya tulis ilmiah tersebut akan menjadi sebuah karya tulis ilmiah yang baik.
- c. Menghargai kesimpulan-kesimpulan penulis terdahulu pada bidang ilmu pengetahuan yang sama. Menghargai kesimpulan penulis terdahulu bisa saja berarti bahwa karya yang dihasilkan oleh peneliti berasal dari pengembangan pemikiran peneliti sebelumnya yang dikaji secara lebih komprehensif.

6. Pengukuran Stress

Menurut Lovibond (dalam Nursalam, 2011) Menggunakan *DASS (Depression Anxiety Stress Scale)* dan memodifikasi penyusunan karya tulis ilmiah

Keterangan :

0 : Tidak ada atau tidak pernah

1 : Sesuai dengan yang dialami (kadang – kadang)

2 : Sering

3 : Sangat sesuai dengan yang dialami atau hampir setiap saat

Tabel 1 Pengukuran Tingkat Stress

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil / spele				
2.	Mulut tersa kering				
3.	Tidak dapat melihat hal yang positif dari suatu kejadian				
4.	Merasakan gangguan dalam bernapas (napas cepat, sulit bernapas)				
5.	Merasa sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan				
6.	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
7.	Kelemahan pada anggota tubuh				
8.	Kesulitan untuk berelaksasi / bersantai				
9.	Cemas yang erlebihan dalam suatu situasi namun bias lega jika suatu hal / situasi itu berakhir				
10.	Pesimis				
11.	Mudah mearasa kesal				
12.	Merasa banyak menghabiskan energy karena cemas				
13.	Merasa sedih dan depresi				
14.	Tidak sabaran				
15.	Kelelahan				
16.	Kehilangan minat pada banyak hal (misal : makan, ambulasi, sosialisasi)				
17.	Merasa diri tidak layak				
18.	Mudah tersinggung				
19.	Berkeringat (misal : tangan berkeringat) tanpa stimulasi oleh cuaca maupun latihan fisik				
20.	Ketakutan tanpa alas an yang jelas				
21.	Merasa hidup tidak berharga				
22.	Sulit untuk beristirahat				
23.	Kesulitan dalam menelan				
24.	Tidak dapat menikmati hal-hal yang saya lakukan				
25.	Perubahan kegiatan jantung dan denyut nadi tanpa stimulasi oleh latihan fisik				
26.	Merasa hilang harapan dan putus asa				
27.	Mudah marah				
28.	Mudah panik				
29.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3
30.	Takut diri terhambat oleh tugas-tugasyang tidak biasa dilakukan				
31.	Sulit untuk antusias pada banyak hal				
32.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				
33.	Berada pada keadaan tegang				
34.	Merasa tidak berharga				
35.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang anda lakukan				
36.	Ketakutan				
37.	Tidak ada harapan untuk masa depan				
38.	Merasa hidup tidak berarti				
39.	Mudah gelisah				
40.	Khawatir dengan situasi saat diri anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				
41.	Gemetar				
42.	Sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				
TOTAL					

Tabel 2 Interpretasiskor DASS adalahsebagai berikut:

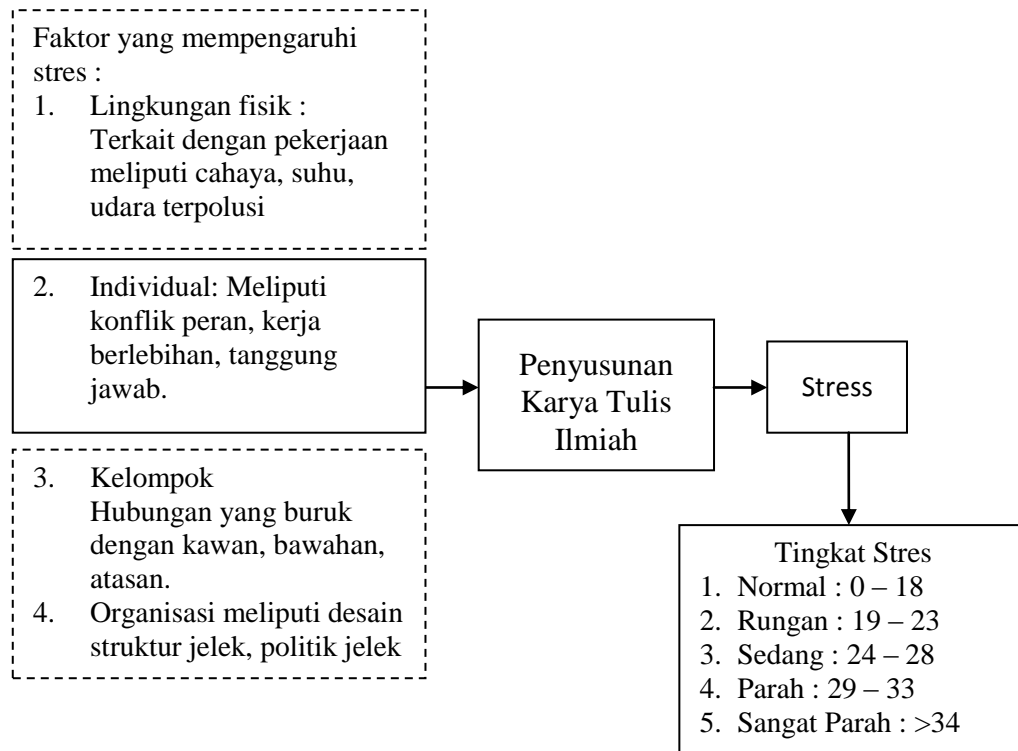
Klasifikasi	Stres
Normal	0-18
Ringan	19-23
Sedang	24-28
Parah	29-33
Sangat Parah	>34

C. METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

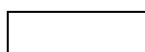
Jenis Desain dalam penelitian ini adalah *Deskriptif* yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa penting yang terjadi masa kini (Nursalam, 2011). Penelitian deskriptif memusatkan perhatian kepada pemecahan masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilaksanakan. Peneliti berusaha memotret peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatiannya, kemudian menggambarkan atau melukiskannya sebagaimana adanya, sehingga pemanfaatan temuan penelitian ini berlaku pada saat itu pula yang belum tentu relevan bila digunakan untuk waktu yang akan datang. Dalam hal ini, peneliti memaparkan atau menggambarkan kejadian stres yang dialami mahasiswa mulai awal sampai sidang akhir dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D3 Keperawatan Poltekkes Majapahit.

1. Kerangka Konseptual.

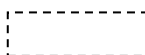


Sumber :Nursalam, 2011 ; Gibson (dalam Halley, 2008)

Keterangan :



: Di Teliti



: Tidak Diteliti

Gambar 1 Kerangka Konseptual Kejadian Stres Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Pada Mahasiswa D3 Keperawatan Semester VI Kelas A Situbondo Di Poltekkes Mahapahit Mojokerto

2. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel dalam penelitian ini adalah kejadian stres pada mahasiswa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Tabel 3 Definisi Operasional Kejadian Stres Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D3 Keperawatan Poltekkes Majapahit

Variabel	Definisi Operasional	Kriteria	Skala
Kejadian stres mahasiswa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah	Stres yang bersifat tidak spesifik terhadap tuntutan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah mahasiswa Poltekkes Majapahit. Yang diukur dengan menggunakan kuesioner DASS yang sudah di modifikasi.	1. Normal : 0-18 2. Ringan : 19-23 3. Sedang : 24-28 4. Parah : 29-33 5. Sangat parah : >34 (Nursalam, 2011)	Ordinal

3. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Hidayat, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa D3 Keperawatan semester VI sebanyak 117 mahasiswa tahun 2014.

4. Sampel dan Sampling

1. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih dengan sampling tertentu untuk bisa memenuhi atau mewakili populasi (Nursalam, 2008). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester VI yang menyusun Karya Tulis Ilmiah di Poltekkes Majapahit sebanyak 117 mahasiswa pada bulan Maret 2014 yang memenuhi kriteria sampel

2. Sampling

Sampling merupakan proses menyeleksi porsi populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Total sampling* yaitu teknik penentu sampel dengan pertimbangan tertentu (Nursalam, 2011).

5. Teknik dan Instrumrn Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2009).

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil semua sampel sebanyak 52 responden. Setelah semua responden terkumpul kemudian peneliti menimbang balita sesuai dengan nomor responden yang ada di lembar observasi status gizi balita sambil menanyakan pada ibu umur berapa balitanya mulai disapih. Begitu seterusnya sampai peneliti memperoleh 46 responden yang sesuai dengan kriteria sampel.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dengan panduan kuesioner untuk data penyapihan dini. Sedangkan data status gizi diperoleh dengan panduan tabel indeks BB/U menurut WHO-NCHS dengan menghitung berat badan balita dengan menggunakan timbangan berat badan dan lembar observasi.

6. Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Teknik pengolahan data

Data kemudian dikumpulkan dan diolah manual, tujuannya untuk menyederhanakan seluruh data yang terkumpul dan menyajikan dalam susunan yang lebih rapi. Pengolahan data dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu editing, coding, transferring dan tabuling.:

2. Teknik analisa data

Analisa pemberian skor dengan menggunakan skala ordinal, dimana setelah jawaban terkumpul kemudian dinilai, dianalisa, dan di presentase dengan distribusi frekuensi. Kemudian hasil dimasukkan ke dalam kriteria standar penilaian yang dapat dikategorikan:

Normal	: 0 – 18
Ringan	: 19 - 23
Sedang	: 24 – 28
Parah	: 29 – 33
Sangat parah	: >34

D. HASIL PENELITIAN**1. Gambaran umum lokasi penelitian**

Poltekkes Majapahit Mojokerto merupakan salah satu perguruan tinggi yang didirikan oleh Yayasan Kesejahteraan Warga Kesehatan (YKWK) Kabupaten Mojokerto yang terletak di kota tempat berdirinya kerajaan Majapahit yakni Kabupaten Mojokerto, adapun batas wilayah kampus Poltekkes Majapahit Mojokerto yaitu :

- a. Sebelah Utara : Persawahan
- b. Sebelah Timur : Universitas Islam Majapahit
- c. Sebelah Selatan : Perumahan Bumi Jabon
- Sebelah Barat : Perumahan Graha Majapahit.

2. Data umum**a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

Tabel 4 Distribusi frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Usia di Kampus Majapahit Mojokerto Pada Tanggal 21-23 April 2014

No	Umur (Tahun)	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	20-25 tahun	107	91,5
2.	26-30 tahun	7	6,0
3.	>30 tahun	3	2,6
Total		117	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa hampir seluruhnya responden berumur 20-25 tahun yaitu sebanyak 107 responden (91,5%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5 Distribusi frekuensi mahasiswa poltekkes majapahit mojokerto berdasarkan jenis kelamin Tanggal 21-23 April 2014

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Laki-laki	66	56,4
2.	Perempuan	51	43,6
Total		117	100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa sebagian besar responden laki-laki yaitu sebanyak 66responden (56,4%)..

3. Data Khusus

Data ini menggambarkan karakteristik responden yang berada di kampus majapahit mojokerto berdasarkan Kejadian Stres Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Pada Mahasiswa D3 Keperawatan Semester VI di Poltekkes majapahit Mojokerto.

Tabel 6 Distribusi frekuensi Kejadian Stres Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D3 Keperawatan di Poltekkes Majapahit Tanggal 21-23 April 2014

No	Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1.	Normal	19	16,2
2.	Ringan	22	18,8
3.	Sedang	26	22,2
4.	Parah	27	23,1
5.	Sangat Parah	23	19,7
Total		117	100

Berdasarkan tabel 6 responden yang paling banyak mengalami stres parah sebanyak 27 responden (23,1%).

E. PEMBAHASAN

Hasil penelitian kejadian stress dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada mahasiswa D3 Keperawatan Poltekkes Majapahit yang dilaksanakan tanggal 21-23 April 2014. Dari data yang didapat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa prosentase tertinggi yaitu : pada kategori stress sedang 26 responden (22,2%), pada kategori stress parah yaitu sebanyak 27 responden (23,1%).

Hasil kuesioner, menunjukkan bahwa mahasiswa di kampus Majapahit Mojokerto mengalami stress parah,. Pada kuesioner tersebut mahasiswa mudah marah, tidak sabaran, mudah gelisah, mudah merasa kesal, mahasiswa sulit untuk beristirahat, merasa kesulitan untuk tenang dan relaksasi, mudah tersinggung. Hal tersebut didukung oleh teori Folkman (dalam Nasution, 2007) jenis-jenis stresor psikologis, yaitu Tekanan (*pressures*) terjadi karena adanya suatu tuntutan untuk mencapai sasaran atau tujuan tertentu maupun tuntutan tingkah laku tertentu.

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa hampir seluruhnya responden yang mengalami stress adalah usia 20-25 tahun sebanyak 107 responden (91,4%), dan pada tabulasi silang yang mengalami stress sedang 23 responden (19,6%), yang mengalami stress parah 26 responden (22,2%). Stuart & Laraia (2005) menyatakan usia berhubungan dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi berbagai macam stresor, kemampuan memanfaatkan sumber dukungan dan keterampilan dalam mekanisme koping. Usia merupakan salah satu faktor yang dapat menggambarkan kematangan seseorang baik fisik, psikis maupun sosial, sehingga membantu seseorang dalam pengetahuannya, semakin bertambah usia, semakin bertambah pula pengetahuan yang didapat.

Hasil dapat dilihat bahwa sebagian responden yang mengalami stress adalah laki-laki yang terdapat 66 responden (56,4%) dan pada tabulasi silang yang mengalami stress sedang 16 responden (13,6%), yang mengalami stress parah 16 responden (13,6%) karena jumlah laki-laki pada responden ini lebih banyak daripada perempuan.

Pada teori perempuan lebih rentan terkena stress daripada laki-laki disebabkan karena faktor biologis, sosiokultural, dan genetik. Faktor biologis dipengaruhi oleh perubahan hormonal yang berkaitan dengan reproduksi yaitu hormon hipotalamus, dan hipofiseri (WHO, 2015).

Kejadian stress dalam penyusunan karya tulis ilmiah yang sudah dilakukan peneliti menyatakan bahwa responden laki-laki lebih rentan terkena stress dikarenakan selain populasi lebih banyak daripada perempuan, responden laki-laki kebanyakan memiliki emosi yang tidak stabil sehingga pada penyusunan karya tulis ilmiah mengalami stress. Mahasiswa angkatan 2014 didominasi oleh laki-laki.

F. PENUTUP

1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di Kampus Majapahit Mojokerto pada tanggal 21-23 April 2014 didapatkan bahwa kategori stress terbanyak adalah stress parah yaitu: sebanyak 27 responden (23,0%).

Stres yang terjadi pada mahasiswa tidak hanya mengalami stress psikologis akan tetapi pada stress fisik seperti sering merasa kelelahan, sering mengalami diare atau konstipasi .

2. Saran

- a. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan penelitian selanjutnya dapat memperoleh sampel dengan teknik pemilihan sampel yang tepat.
- b. Bagi Responden
Diharapkan pada responden untuk lebih rileks dalam menjalani karya tulis ilmiah juga semangat dalam menyiapkan judul karya tulis ilmiah agar tidak terjadi kesulitan.
- c. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan pada institusi pendidikan bahwa pada pembimbing untuk memberikan suatu motivasi kepada mahasiswa, dalam menyusun karya tulis ilmiah sehingga mahasiswa semangat dan bisa menghadapi kejadian stress.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H. M. (2008). "Stres and Depression Among Medical Student: A Cross Section Study Of Medical College in Saudi Arabia..*Journal Medical Science*, 24 (1) : 12-27
- Anon, (2009). *BebasStres (penerjemah Budi Tri Akson&Galuh)*. Yogyakarta : Kanisis
- Hidayat, A. A. (2004). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. (2007). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. (2008). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, R. D. (2009). *Pengantar Psikologi Untuk Tenaga Kesehatan Ilmu Perilaku Manusia*. Jakarta : TIM
- Machfoedz, I. (2008). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Salemba Medika.
- Maramis, W. F. (2004). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Jakarta : EGC
- Marjani, A. (2008). "Stress Among Medical Student Of Gourgan (South East Medical Caspian Sea)". *Iran. Kathmandu University Medical Journal*, 6(3) : 421-425
- Ningrum, W. D. (2011). "Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa Ueu Yang Sedang Menyusun Skripsi" Volume 9 Nomor 1, Juni 2011 pp. 41
- Nursalam (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Rahmadhani, N. A. S (2012). *Gambaran Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa PSIK di Stikes NWU*. Ungaran: STIKES NWU.
- Setiadi (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Slamet, S. & Markam S. (2005). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta : UI - Press
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Widodo, A.A. (2006). *Stres Penyebab dan Dampaknya Dalam Kehidupan*. (<http://www.google.com/Search/stres/pdf>, diakses tanggal 12 Februari