

# TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT 2 DALAM MENGHADAPI PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DI RUMAH SAKIT

Firdaus Hidayatullah<sup>1</sup>

Firdaus Hidayatullah : Program Studi DIII Keperawatan Sutopo Poltek Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya. Jl. Parang Kusumo No.2, Kemayoran, Kec. Krembangan, Kota Surabaya, Jawa Timur-60176.

E-mail : [Firdaus.arsek@gmail.com](mailto:Firdaus.arsek@gmail.com)

---

## ABSTRAK

Kecemasan bisa dialami oleh siapaapun termasuk mahasiswa keperawatan dalam menghadapi praktik klinik keperawatan. Hal ini dapat terjadi karena adanya perubahan lingkungan baru, tugas yang dibebankan selama praktik keperawatan, dan persiapan mahasiswa dalam ujian ruangan di setiap stase keperawatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa tingkat 2 dalam menghadapi praktik klinik keperawatan di rumah sakit. Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilaksanakan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya pada bulan Februari 2020. Subjek penelitian yaitu semua mahasiswa tingkat 2 Program Studi DIII Keperawatan Sutopo Surabaya yang berjumlah 79 orang. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 31 mahasiswa (39%) mengalami kecemasan ringan, 45 mahasiswa (57%) mengalami kecemasan sedang, dan 3 mahasiswa (4%) mengalami kecemasan berat. Adapun tanda dan gejala yang dialami hampir sama yaitu mengalami lemah, lesu kepala terasa berat, tegang, gelisah, dan banyak bertanya mengenai praktik klinik keperawatan.

Kata Kunci : Tingkat Kecemasan, Mahasiswa, Praktik Klinik Keperawatan

## ABSTRACT

*Anyone can face anxiety, including the nursing student, when attending a clinical nursing placement in a hospital. Encountering a new environment, clinical practice workload, and facing examination in hospital wards are contributing factors to the anxiety. The study aims to understand the anxiety level of the Year 2 students during their clinical placement in the hospital. The study adopts a descriptive design. The study has been conducted in the Nursing Program of Poltekkes Kemenkes Surabaya in February 2020. The subject of the study includes all Year 2 students at Prodi Keperawatan Sutopo Surabaya, 79 students in total. The study illustrates that 31 (39%) of the students have mild anxiety, 45 (57%) have moderate anxiety, and 3 (4%) have severe anxiety. The symptoms of anxiety include weaknesses, lethargy, headache, tense, restlessness, and worried about clinical practice placement.*

*Keywords: Anxiety Level, Students, Clinical Practice Placement*

---

## PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang

menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa nyaman. Kecemasan bisa terjadi pada siapa saja termasuk mahasiswa

yang menjalankan praktik klinik keperawatan di rumah sakit, kecemasan yang terjadi pada mahasiswa praktik klinik keperawatan dapat dipicu oleh adanya perubahan lingkungan baru, persaingan dengan mahasiswa praktik klinik keperawatan yang lain, jumlah tugas yang dibebankan selama praktik klinik keperawatan, serta persiapan dalam ujian ruangan pada setiap stase.

Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan dan depresi (Depkes, 2014).

Terkait dengan mahasiswa dilaporkan bahwa 25% mahasiswa mengalami cemas ringan, 60% mengalami cemas sedang, dan 15% mengalami cemas berat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa setiap orang dapat mengalami kecemasan baik ringan, sedang, atau berat. Suyanto, *et al* (2009, dalam Sulistyowati, 2009. hlm 01).

Perasaan cemas adalah suatu masalah yang disebabkan oleh gagalnya saraf-saraf otak untuk mengontrol emosi dan rasa takut. Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan akan mengalami gelisah, khawatir, takut dalam mengambil keputusan, berpikir aneh-aneh yang bersifat khayalan, dan dapat berujung dengan mengasingkan dan mengisolasi diri sendiri. Selain itu, gangguan kecemasan juga dapat

berdampak pada fisik, seperti denyut jantung yang cepat, gemetar, kelelahan, pusing, kesulitan berkonsentrasi, mual, dan mengalami masalah tidur.

Gangguan kecemasan yang terjadi pada mahasiswa yang sedang menjalankan praktik klinik keperawatan apabila tidak segera diatasi maka akan berdampak buruk antara lain penurunan daya konsentrasi, tidak terselesaikannya tugas yang dibebankan selama praktik klinik keperawatan, gangguan sistem pencernaan seperti peningkatan asam lambung dan konstipasi, bahkan dapat juga menyebabkan menurunnya sistem kekebalan tubuh sehingga mudah sakit dan harus izin untuk tidak mengikuti praktik klinik keperawatan.

Dalam penelitian Sari dan Dewi (2013) didapatkan bahwa salah satu faktor internal yang mempengaruhi kecemasan adalah konsep diri, sedangkan faktor eksternalnya adalah dukungan sosial. Tinggi rendahnya suatu konsep diri dan dukungan sosial dapat berdampak pada tingkat kecemasan seseorang. Semakin tinggi konsep diri dan dukungan sosial seseorang maka kecemasan yang dirasakan akan semakin rendah atau bahkan sampai tidak merasakan cemas sama sekali. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi praktik klinik keperawatan.

## METODE PENELITIAN

Subyek yang diteliti adalah mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Sutopo tingkat 2 atau semester 4 dengan jumlah 79 mahasiswa. Adapun desain penelitian yang digunakan peneliti yaitu metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus .

Pada penelitian ini Variabel yang digunakan adalah variabel tunggal yaitu tingkat kecemasan mahasiswa tingkat 2 dalam menghadapi praktik klinik keperawatan di rumah sakit. Sedangkan dalam mengumpulkan data peneliti menggunakan lembar kuesioner sebagai instrumen penelitiannya yang merupakan modifikasi dari skala HARS dalam bentuk sebuah pernyataan positif dan negatif. Pada penelitian deskriptif data dianalisa secara persentase kemudian diinterpretasikan dengan diakumulasi sesuai tingkat kecemasan yang diperoleh dan dibentuk dalam bentuk tabel.

## HASIL PENELITIAN

Pengambilan data dilakukan pada bulan Februari 2020. Jumlah sampel yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 80 mahasiswa sesuai dengan yang direncanakan. Adapun penyajian analisis data statistik yang akan ditampilkan meliputi penyajian data umum yang mendeskripsikan karakteristik responden (Umur dan Jenis Kelamin) dan penyajian data khusus yang mendeskripsikan hasil isian lembar kuesioner oleh responden.

## DATA UMUM

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Dan Jenis Kelamin Mahasiswa Tingkat 2

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia (Tahun)		
	19	40	51
	20	35	44
	21	2	3
	22	1	1
	23	1	1
	Total	79	100
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	69	87
	Laki-Laki	10	13
	Total	79	100

Prodi DIII Keperawatan Sutopo Surabaya  
Pada Bulan Februari 2020

Berdasarkan Pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 19-20 tahun yaitu sebanyak 38 mahasiswa (48%) berusia 19 tahun, 37 mahasiswa (47%) berusia 20 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin responden didominasi perempuan yaitu sebanyak 69 mahasiswa (87%).

## DATA KHUSUS

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat 2 Dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan di Rumah Sakit

Tingkat Kecemasan	Frekuensi		Persentase (%)
	Laki-Laki	Perempuan	
Normal	0	0	0
Ringan	6	25	39

Sedang	4	41	57
Berat	0	3	4
Berat	0	0	0
Sekali / Panik			
Jumlah	10	69	100

Pada tabel 4.2 didapatkan data bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dalam menghadapi praktik klinik keperawatan di rumah sakit yaitu sebanyak 45 mahasiswa (57%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan pengolahan data dari skala yang telah ditentukan pada penelitian ini didapatkan tingkat kecemasan yang beragam. Terdapat 31 mahasiswa (39%) yang mengalami kecemasan ringan dengan manifestasi (tanda gejala) yang dirasakan hampir sama yaitu merasa tegang, gelisah, tampak lemah, lesu, kepala terasa berat, dan sering menanyakan semua tentang praktik klinik keperawatan di rumah sakit. Dari data tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan masih mempunyai kemauan untuk meningkatkan lapang persepsinya yaitu dengan banyak bertanya kepada mahasiswa yang tingkatnya berada di atasnya mengenai praktik klinik keperawatan di rumah sakit, khususnya sesuai dengan stase yang akan dihadapi di semester IV ini yaitu stase Keperawatan Medikal Bedah, Maternitas, Anak. Upaya ini dilakukan untuk mempersiapkan dirinya agar jauh lebih siap dalam menghadapi praktik klinik keperawatan dan hal ini sesuai dengan

pernyataan Rebecca (2006) mengenai tingkat kecemasan ringan bahwa seseorang yang mengalami tingkat kecemasan ringan memiliki tingkat kewaspadaan terhadap perasaan atau lingkungan. Pada tingkatan ini seseorang masih memiliki kemampuan untuk belajar, kekuatan motivasi, dan dapat memiliki kesempatan menjadi individualis.

Dari pengolahan data tersebut didapatkan pula bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat 2 (dua) Prodi DIII Keperawatan Sutopo Surabaya mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 45 mahasiswa (57%). Hasil ini menunjukkan bahwa secara emosional mahasiswa belum dinyatakan siap secara penuh dalam menghadapi praktik klinik keperawatan. Hal ini mungkin disebabkan oleh adanya perubahan lingkungan baru yang mulanya dari lingkungan perkuliahan dengan menggunakan manekin/pantum/boneka sebagai media pembelajaran berubah menjadi pembelajaran yang lebih nyata yaitu dengan menghadapi manusia secara langsung dan rendahnya penyesuaian diri setiap individu juga diyakini dapat membuat mahasiswa menjadi lebih mudah mengalami kecemasan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Syamsu Yusuf (2009) *anxiety* (cemas) merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari.

Adaptasi atau penyesuaian diri juga sangat diperlukan oleh setiap individu dalam

mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapinya (Sunaryo,2004). Dalam penelitian Rina (2010) juga didapatkan hasil bahwa semakin baik penyesuain diri mahasiswa perawat praktik maka semakin ringan kecemasan yang dialami dan sebaliknya semakin buruk penyesuaian diri pada mahasiswa perawat praktik maka semakin berat kecemasan yang dialaminya. Serta adanya rasa takut yang berlebihan dan ketidakpercayaan dalam diri mahasiswa akan kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tuntutan realiatas di lahan praktik jauh akan membuat tingkat kecemasan menjadi lebih berat. Berat ringannya suatu tingkat kecemasan seseorang juga dipengaruhi oleh perkembangan, pengalaman, kepercayaan diri, dan motivasi yang ada dalam diri setiap individu Minarsih (2004, dalam Sulistyowati,2009, hlm. 3).

Dari hasil penelitian telah didapatkan pula data bahwa terdapat 3 mahasiswa tingkat 2 Prodi DIII Keperawatan Sutopo yang mengalami kecemasan berat dan hasil pengamatan kuesioner mahasiswa dengan tingkat kecemasan berat didapatkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami banyak bertanya, mudah tersinggung, tegang, gelisah, lemah lesu, konsentrasi menurun, gangguan pola tidur, kepala terasa berat dan pusing, penurunan dalam frekuensi beribadah. Ternyata akibat dari praktik klinik keperawatan dapat membuat mahasiswa sebagai manusia yang holistik mengalami gangguan secara mendalam baik itu dalam

segi biologi, psikologi, sosial, spiritual, dan kultural (biopsikosiospiritual dan kultural). Hal ini didukung oleh pendapat Kartono Kartini (2006) bahwa kecemasan berat merupakan kecemasan yang mempunyai akar secara mendalam dalam diri seseorang.

Berdasarkan pada tabel 4.3 didapatkan pula data bahwa kecemasan mudah terjadi pada mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki. Hal ini mungkin disebabkan karena laki-laki menganggap praktik klinik keperawatan dan tugas-tugas yang dibebankan selama praktik klinik bukan merupakan suatu masalah yang sulit untuk di atasi atau diselesaikan selama masih ada tenaga profesional yang membimbing dan buku panduan yang mendukung. Baumgardner dan Crothers (2010) mengungkapkan bahwa perempuan cenderung emosional dalam menyelesaikan masalah dari pada laki-laki sehingga kekhawatiran yang berlebihan lebih sering terjadi. Menurut Hawari (2010) Perempuan memiliki emosi yang lebih kuat dan halus. Sedangkan laki-laki mempunyai perasaan emosi yang dangkal dan kasar sehingga tingkat kecemasan yang dialami perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Mahasiswa dengan usia yang lebih tua akan mempunyai pola adaptasi atau penyesuaian diri terhadap lingkungan baru jauh lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang lebih muda darinya. Hal ini dikarenakan semakin matang umur seseorang maka semakin kuat pula tingkat kematangan

dan kekuatan dalam berfikir dan bertindak untuk menyelesaikan suatu masalah sehingga orang tersebut tidak mudah mengalami kecemasan (Hawari, 2010).

Pengolahan data penelitian berdasarkan karakteristik usia, didapatkan bahwa sebagian besar responden di dominasi mahasiswa yang berada pada fase remaja yaitu usia 18- 20 tahun. Pada umumnya seseorang dalam tahap perkembangan usia ini mempunyai karakteristik emosional yang masih labil sehingga tidak menutup kemungkinan kecemasan mudah terjadi. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Deswita (2006) tentang tahapan perkembangan manusia bahwa fase remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa ini baru terjadi proses pematangan baik dalam segi fisik maupun emosional.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang tingkat kecemasan mahasiswa tingkat 2 (dua) dalam menghadapi praktik klinik keperawatan di rumah sakit dapat di simpulkan bahwa sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 45 (57%) mahasiswa, yang mengalami kecemasan ringan 31(39%) mahasiswa, dan yang mengalami kecemasan berat 3 mahasiswa (4%).

### **Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang telah di dapatkan maka saran-saran yang perlu diupayakan yaitu:

#### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti factor-faktor utama yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi praktik klinik keperawatan.

#### **2. Bagi Responden**

Mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi praktik klinik keperawatan disarankan untuk mengenali tanda dan gejala kecemasan yang dirasakannya serta melakukan cara-cara yang dapat menurunkan tingkat kecemasan yaitu dengan terapi napas dalam, yoga, mendengarkan musik yang disukai, dan melakukan sesuatu yang disukainya seperti olahraga futsal, volley, basket dan lain sebagainya.

Adapun upaya yang dapat dilakukan sebelum menghadapi praktik klinik keperawatan agar tidak mengalami kecemasan yaitu dengan meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor seperti belajar menyusun asuhan keperawatan dengan baik dan benar, melatih keterampilan dilaboratorium, serta belajar cara berkomunikasi yang baik dengan pasien.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Asrori, A. (2015). *Perilaku Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan kecemasan*

- Sosial*. Retrieved from Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2128/2278>.
- Baumgardner, S.R., & Crothers, M.K. (2010). *Positive Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Departemen Kesehatan. (2016, Oktober 06). *Peran Keluarga Dukung Kesehatan Jiwa Masyarakat*. Retrieved from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: <http://www.depkes.go.id>
- Durand, Mark dan David H.Barlow, *Psikologi Abnormal*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006
- Format referensi elektronik direkomendasikan oleh Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2019, <http://kbbi.web.id/stereotip>, diperoleh 20 November, 2019
- Hanifa, Y. (2017, Mei 1). *Psikoborneo*. Retrieved Agustus 7, 2019, from Ejournal Psikologi Fisip Unmul:[www.ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id](http://www.ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id)
- Hartaji, Damar A. 2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Hawari, D. (2008)*Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Edisi 1. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Hawari, D. (2010)*Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Heriyanto, B. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Perwira Media Nusantara (PMN)
- Hidayat, A. Aziz Alimun. (2008). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak Buku: 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Hosizah & Irmawati (2017). *Bahan Ajar Praktik Kerja Lapangan*. Edisi 2 Jakarta: Pusat Pendidikan Nasional
- Nasir, Abdul dan, Abdul, Muhith. 2011. *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa, Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmojo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Riadi, Sujono dan Teguh Purwanto. 2009. *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sari, N. P. R D & Dewi, D. K. (2013). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Masa Depan Karir Anak Ditinjau Dari Self-Concept Dan Persepsi Dukungan Social Pada Ibu Anak Tunarungu Di SMALB-B Karya Mulia Surabaya*. Journal Online Character Vol 01, No. 01 Tahun 2013
- Sarlito Wirawan Sarwono. (2012). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers
- Siswoyo, Dwi. 2007. *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sulistyowati, A. (2009). *Hubungan Persepsi Mahasiswa Tentang Raktek Klinik*

Keperawatan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa S1 Keperawatan UMS. *Journal Universitas Muhammadiyah Solo*, 1 &3.

Surmadi, Suryabrata (2002). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Syamsu Yusuf. (2009). *Mental Hygiene. Terapi Psikospiritual Untuk Hidup Sehat Berkualitas*. Bandung: Maestro.

11 cara mengatasi kecemasan dalam hidup. (1 Agustus, 2018). *Kompas*, hlm 7.

