



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT STRES DAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PRODI PROFESI NERS

Vivi Maisantri, Niken Yuniar Sari*, Aminatul Fitri

Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Jl. Pattimura No.9, Gedung G, Pekanbaru, Riau 28131 Indonesia

*nikenyuniarsari@lecturer.unri.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel sebanyak 70 responden mahasiswa profesi ners menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan ialah kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis bivariat menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan responden yang mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang cukup sebanyak 56 orang (80,0%), responden yang mengalami tingkat stres ringan sebanyak 32 orang (45,7%), dan yang mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 29 orang (41,4%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres profesi ners dengan p value $(0,005) < \alpha (0,05)$ dan hubungan yang bermakna antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan profesi ners dengan p value $(0,028) < \alpha (0,05)$. Kesimpulan penelitian ini dukungan sosial teman sebaya dapat meminimalisir gangguan psikologis yang berupa stres dan kecemasan.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya; profesi ners; tingkat kecemasan; tingkat stres.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT AND STRESS LEVELS AND ANXIETY LEVELS IN NURSING PROFESSION STUDY PROGRAM STUDENTS

ABSTRACT

The Nursing profession is an educational program that trains graduates in the field of nursing with professional attitudes, behavior and abilities. Nursing profession students often face challenges that can cause psychological disorders such as stress and anxiety. One source of coping to reduce psychological disorders is through social support. The social support that students usually get is support from peers. This study aims to determine the relationship between peer social support and stress levels and anxiety levels in nursing professional students. This research uses a descriptive correlation design and a cross sectional approach. The total sample was 70 professional nurse student respondents using total sampling technique. The research instrumen used was a questionnaire. The analysis used is bivariate analysis using the chi square test. Respondents received sufficient peer social support, 56 people (80.0%), 32 people experienced mild levels of stress (45.7%), and 29 people experienced moderate levels of anxiety (41.4%). The results of statistical tests show that there is a significant relationship between social support from peers and the stress level of the nursing profession with p value $(0.005) < \alpha (0.05)$ and a significant relationship between social support from peers and anxiety level in the nursing profession with p value $(0.028) < \alpha (0.05)$. peer social support can minimize psychological disorders in the form of stress and anxiety.

Keywords: anxiety level; nursing profession; peer social support; stress level.

PENDAHULUAN

Program pendidikan profesi ners merupakan program pendidikan tinggi yang menghasilkan lulusan profesional di bidang keperawatan dengan sikap, tingkah laku, dan kemampuan profesional dalam melaksanakan asuhan keperawatan dasar sehingga tingkat kerumitan

tertentu secara mandiri (Mukhoirotin et al., 2021). Program pendidikan profesi ners disebut juga sebagai proses pembelajaran klinik, dikarenakan pelaksanaan pendidikan ini sepenuhnya dilaksanakan di lahan praktik seperti rumah sakit, puskesmas, klinik, panti werdha, keluarga dan komunitas atau masyarakat (Patriyani et al., 2022). Stres, kecemasan, depresi, dan kekecewaan telah diidentifikasi sebagai faktor psikososial penting yang mempengaruhi pengalaman klinis mahasiswa keperawatan. Menurut Ahmad, Yani, dan Azidin (2020) beban kerja akademik, situasi asing di bidang klinis, respon terhadap keadaan darurat klinis, dan kurangnya sumber daya berdampak negatif terhadap pembelajaran mahasiswa. Mahasiswa dalam kondisi stres, akan lebih mudah cemas, bingung, ataupun marah dan mengakibatkan menurunnya rasa percaya diri. Sisi psikologis orang yang sedang mengalami stres akan menderita tekanan dan ketegangan yang berdampak pada kekacauan pola pikir, emosi, dan perilaku yang muncul (Amirudin & Rangga, 2019).

Stres ialah sebagai segala bentuk perubahan yang menyebabkan gangguan fisik, emosional, atau psikologis (WHO, 2023). Stres yang dialami mahasiswa profesi ners merupakan tekanan emosional dan fisik yang timbul akibat adanya tuntutan lingkungan praktik, dosen atau pembimbing klinik, orang tua maupun tuntutan mencapai hasil belajar yang baik, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan merasa kurang adanya arahan dalam menyelesaikan tugas praktik klinik, serta suasana lahan praktik yang dirasakan kurang kondusif (Tasalm & Cahyani, 2021). Data World Health Organization (WHO) 2018, mengatakan bahwa jumlah orang yang merasa stres di dunia sebanyak 74%, umur muda 18-24 tahun stres tinggi 60%, umur 25-34 tahun 41% dari umur 45-54 tahun 6% sedangkan umur 55 tahun 17%. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia dengan umur >15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional atau stres 37.728 orang (9,8%). Provinsi Riau dengan gangguan mental emosional sebesar 10,4%. Penelitian yang dilakukan oleh Fadli (2022) di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, diketahui bahwa hampir sebagian mahasiswa profesi ners memiliki tingkat stres sedang sebanyak 46.8% responden.

Kecemasan didefinisikan sebagai kondisi yang dapat menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti oleh berbagai gejala fisik (Sugiharno et al., 2022). Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa yang menjalani praktik klinik disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya pengetahuan individu, dukungan keluarga dan lingkungan tempat praktik yang kurang nyaman (Iswanti et al., 2019). Stres dan kecemasan memiliki potensial untuk mempengaruhi hasil yang dicapai oleh mahasiswa, terutama jika mereka mengalami tingkat kecemasan yang sedang hingga parah. Semakin tinggi tingkat stres dan kecemasan, semakin penting adanya mekanisme koping yang digunakan oleh individu untuk mengatasi stres dan kecemasan tersebut. Saat mahasiswa mengalami stres dan kecemasan mereka dapat menggunakan berbagai mekanisme koping, seperti mengandalkan kemampuan individu, mendapat dukungan sosial, mengandalkan aset material yang dimiliki, dan membangun keyakinan positif pada diri sendiri (Sumoked et al., 2019). Ketika suatu masalah muncul, teman, anggota keluarga, dan pemberi perawatan kesehatan memberikan dukungan emosional dan fungsional. Orang-orang yang menerima dukungan ini terbukti lebih sehat daripada yang tidak menerima dukungan (Dini & Iswanto, 2019). Zimet mendefinisikan dukungan sosial sebagai diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang-orang yang berarti bagi individu. Dukungan sosial umumnya berupa representasi mengenai peran atau pengaruh yang ditimbulkan oleh orang lain yang berarti atau orang terdekat seperti keluarga, teman, saudara dan rekan kerja (Santoso, 2020)

Studi pendahuluan yang dilakukan menggunakan kuesioner DASS-42 serta wawancara pada 21 mahasiswa profesi keperawatan Universitas Riau angkatan 2023 yang terdiri dari 4 orang laki-laki dan 17 orang perempuan dengan rentang umur responden 21 sampai dengan 23 tahun, didapatkan hasil yang mengalami stres normal sebanyak 6 orang, stres ringan sebanyak 7 orang, stres sedang ada sebanyak 4 orang, stres berat sebanyak 4 orang, dan untuk tingkat kecemasan didapatkan yang mengalami kecemasan normal sebanyak 4 orang, kecemasan ringan sebanyak 3 orang, kecemasan sedang sebanyak 5 orang, dan kecemasan berat sebanyak 9 orang. Hasil wawancara dari 10 mahasiswa beberapa mahasiswa diantaranya mengatakan dirinya mengalami stres dan kecemasan yang ditandai dengan merasa takut tanpa alasan yang jelas, mudah marah, perasaan tidak menentu, kaki dan tangan terasa gemetar dan merasa tidak tenang. Perasaan cemas tersebut muncul ketika mahasiswa menempati ruangan yang baru dan adanya keluarga pasien yang sering bertanya yang seakan akan tidak percaya terhadap tindakan keperawatan yang diberikan oleh mahasiswa dan kemungkinan membahayakan pasien melalui kurangnya pengetahuan mereka. Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dan tingkat kecemasan mahasiswa prodi profesi ners.

METODE

Metode Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah cross-sectional yang dilaksanakan pada bulan Juli 2024. Metode pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling pada 70 mahasiswa program profesi Ners Universitas Riau angkatan 2023/2024 periode 2. Kriteria Inklusi melibatkan mahasiswa program Profesi Ners yang aktif dan sedang menjalani praktik klinik, sedangkan Kriteria eksklusi mencakup mahasiswa yang sedang cuti dan mengalami sakit fisik serius. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 42 dan Kuesioner Dukungan Teman Sebaya. Untuk kuesioner Depression Anxiety Stress Scales (DASS) 42 hasil uji validitas untuk tingkat stres ialah $r = 0,791$ sedangkan untuk tingkat kecemasan ialah $r = 0,782$ dan hasil uji reliabilitas yaitu nilai alpha sebesar 0,981 (Muttaqin & Ripa, 2021). Kuesioner dukungan teman sebaya hasil uji validitas yang dilakukan terhadap 22 item pernyataan yang mempunyai nilai r hitung (0,384-0,771) $>$ r tabel (0,361) serta uji reliabilitas menunjukkan cronbach alpha sebesar 0,730. Penelitian ini telah menjalani proses uji etika dengan tim uji etik KepK Universitas Riau dengan nomor surat 1085/UN19.5.1.8/KEPK. FKp/2024.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=70)

Karakteristik Responden	f	%
Umur(tahun)		
18 - 25	68	97,1
26-40	2	2,8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	4	5,7
Perempuan	66	94,3
Stase		
Maternitas anak	35	50,0
KMB	35	50,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 70 responden, mayoritas responden adalah dalam rentang 18 – 25 tahun sebanyak 68 orang (97,1%). Jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 66 orang (94,3%). Stase yang sedang dijalani saat penelitian yaitu maternitas anak dan KMB sebanyak 35 orang (50,0%).

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial Teman Sebaya Mahasiswa Profesi Ners (n=70)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	f	%
Kurang	1	1,4
Cukup	56	80,0
Baik	13	18,6
Total	70	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat dari 70 responden, mayoritas responden mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang cukup sebanyak 56 orang (80,0%).

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tingkat Stress (n=70)

Tingkat Stres	f	%
Normal	26	37,1
Ringan	32	45,7
Sedang	12	17,1
Total	70	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 70 responden, mayoritas responden mengalami stres ringan sebanyak 32 orang (45,7%).

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan (n=70)

Tingkat Stres	f	%
Normal	8	11,4
Ringan	24	34,3
Sedang	29	41,4
Berat	9	12,9
Total	70	100

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 70 responden, mayoritas responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 29 orang (41,4%).

Analisis Bivariat

Tabel 5.
Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Profesi Ners (n=70)

Dukungan teman sebaya	Tingkat Stres				Total	P value
	Ringan		Sedang			
	f	%	f	%		
Cukup	48	70,0	8	11,4	57	81,4
Baik	9	12,9	4	5,7	13	18,6
Total	58	82,9	12	17,1	70	100

Berdasarkan tabel 5 dari 70 responden didapatkan hasil uji statistik dengan nilai *P value* = 0,005 lebih kecil dari α (0,05), maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners.

Tabel 6.
Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Profesi Ners (n=70)

Dukungan teman sebaya	Tingkat Kecemasan				Total		P value
	Ringan		Sedang		f	%	
	f	%	f	%			
Cukup	22	31,4	35	50,0	57	81,4	0,028
Baik	10	14,3	3	4,3	13	18,6	
Total	32	45,7	38	54,3	70	100	

Berdasarkan tabel 4.6 dari 70 responden didapatkan hasil uji statistik dengan nilai *P value* = 0,028 lebih kecil dari α (0,05), maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden berdasarkan umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden, mayoritas berada pada umur 18-25 tahun (97,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan pada mahasiswa program studi Profesi Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Jember, didapatkan mayoritas responden berumur 23 tahun (52%). Di Indonesia idealnya mahasiswa profesi ners memiliki umur dalam rentang 22-24 tahun (Ariviana, Wuryaningsih & Kurniawan, 2021). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ismoyomurti (2017) yaitu mayoritas mahasiswa profesi ners (89,36%) berumur 23-24 tahun. Menurut Hurlock dalam Jannah (2017) perkembangan umur 18-40 tahun dikategorikan kedalam umur dewasa muda. Potter dan Perry (2009) menyebutkan individu yang memasuki tahap dewasa muda memiliki tugas untuk menentukan tanggung jawab dan meraih kestabilan. Oleh karena itu, individu biasanya mengalami stres dan kecemasan. Sejalan dengan survei online di China yang melaporkan prevalensi stres dan kecemasan signifikan lebih tinggi pada mahasiswa yang berumur kurang dari 35 tahun (Huang & Zhao, 2020). Stuart (2013) menyebutkan bahwa umur dapat berpengaruh terhadap cara individu mengatasi stresor, variasi sumber dukungan, dan mekanisme coping.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Hasil penelitian mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 66 orang (94,3%). Didukung oleh Hollup dalam Lestari (2020) yang menyampaikan bahwa praktik keperawatan merupakan praktik yang berhubungan erat dengan persepsi mengenai gender, dipengaruhi dan didukung oleh tradisi dan budaya. Meskipun dalam menjalankan peran profesional seharusnya tidak mementingkan masalah gender, namun persepsi mengenai ini pada dunia keperawatan memang masih kental. Didukung oleh Mutia dan Virgo (2020) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki naluri keibuan dan kepedulian yang tinggi terhadap orang lain. Hali ini sesuai dengan temuan yang dikemukakan oleh Australian Intitute Of Health and Welfare yang menyatakan bahwa perawat didominasi oleh perempuan. Dengan demikian, sebagai suatu pekerjaan yang didasarkan atas naluri, perawat banyak didominasi perempuan. Menurut Sumama (2018) perempuan lebih mudah mengalami stres dibandingkan dengan laki-laki hal ini disebabkan perempuan lebih emosional dan panik dalam menyikapi masalah. Penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa secara umum perempuan cenderung mengalami stres 30% lebih tinggi dari pada laki-laki. Penelitian ini didukung juga oleh penelitian Sutjiyanto, Kandou, dan Tucunan (2015) di Universitas Sam Ratulangi yang menyatakan bahwa mahasiswa perempuan mengalami stres berat sebanyak 2,7 kali lebih besar dibandingkan dengan laki-laki. Penelitian ini diperkuat oleh Ambarwati, Pinilih dan

Astuti (2017) Universitas Muhammadiyah Semarang dengan hasil tingkat stres sedang sebanyak 34 mahasiswa (33,6%) dan untuk tingkat stres ringan pada laki-laki hanya 19 mahasiswa (18,8%), selain itu Ambarwati, Pinilih dan Astuti (2017) juga menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami stres dikarenakan terdapat perbedaan gangguan psikososial bagi perempuan dan laki-laki.

Karakteristik responden berdasarkan stas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden mahasiswa yang sedang di stase maternitas dan anak saat peneliti melakukan penelitian sebanyak 35 orang (50,0%) dan pada stase keperawatan medikal bedah (KMB) sebanyak 35 orang (50,0%). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI (2017) bahwa seorang perawat wajib mengikuti proses pembelajaran akademik baik di lingkungan kampus maupun di praktik klinis. Praktik klinis sangat mendukung bagi mahasiswa keperawatan dalam menggabungkan teori dan informasi yang sudah didapat selama proses perkuliahan. Dari beberapa stase keperawatan yang akan ditempuh oleh mahasiswa selama praktik klinik diantaranya adalah Keperawatan Medikal Bedah atau disingkat menjadi KMB. Stase ini memiliki membahas sistem-sistem organ pada manusia yang meliputi: pernapasan, kardiovaskuler, pencernaan, perkemihan, musculoskeletal, neurobehavior, endokrinologi, indra khusus, integument, imun dan hematologi.

Menurut Kurikulum Inti Pendidikan Ners Indonesia (2015) bahwa target kompetensi yang wajib dicapai oleh mahasiswa saat praktik klinik. Khusus pada stase KMB diantaranya ialah mampu melaksanakan pemeriksaan fisik, menentukan diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi tindakan keperawatan. Penelitian yang dilakukan Hardiyanto (2020) pada mahasiswa profesi ners stikes Kepanjen yang menjalani praktek profesi keperawatan medikal bedah, didapatkan hasil 92% responden mengalami stres sedang. Hal ini disebabkan adanya tekanan dari dalam maupun luar individu tersebut. Dalam penelitian tersebut disebutkan beban pada departemen KMB sebesar 7 SKS lebih berat dibandingkan dengan departemen lainnya. Stase Maternitas dan Anak, pada stase ini mahasiswa ners akan mendelegasikan kewenangan secara bertahap dalam melakukan asuhan keperawatan profesional, memberikan pendidikan kesehatan, menjalankan fungsi advokasi pada klien, membuat keputusan legal dan etik serta menggunakan hasil penelitian terkini yang berkaitan dengan praktik keperawatan pada stase tersebut. Pada stase maternitas dilakukan secara bertahap dimulai dari prenatal, intranatal dan post natal baik yang normal dan beresiko serta masalah masalah pada sistem reproduksi dan keluarganya. Sedangkan, stase anak mencakup keperawatan berbagai tingkat usia (neonatus, bayi, toodler, pra sekolah, sekolah, dan remaja) yang bertujuan untuk optiamlisasi pertumbuhan dan perkembangan anak sehat dan anak sakit (Suryani, 2023).

Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Profesi Ners

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami cukup dukungan sosial dari teman sebaya yaitu sebanyak 56 orang (80,0%). Dukungan sosial berperan penting bagi aspek kehidupan setiap individu, dan fokus sesuai dengan penelitian ini adalah mahasiswa profesi ners. Disaat responden menerima dukungan sosial maka dapat mempengaruhi dan memberikan efek positif bagi perasaan individu di mana merasa lebih dicintai, dihargai, dan dapat meringankan beban secara emosional (Mansur et al., 2020). Dukungan teman adalah salah satu faktor penting dalam kehidupan seseorang dalam membantunya untuk menghadapi suatu permasalahan (Xie et al., 2018). Menurut Youniss dan Smollar, untuk hubungan interpersonal, dukungan dari teman cukup berpengaruh, ini dikarenakan teman secara langsung terlibat dalam suatu hubungan atau kejadian, sehingga mereka menjadi sumber

dukungan yang lebih relevan (Cheung & Sim, 2017). Dukungan sosial teman ini sangat diperlukan mengingat mahasiswa profesi ners juga membutuhkan seseorang yang mampu diajak berkeluh kesah terkait masalah yang dihadapi selama menjalani pendidikan profesi ners. Saat melakukan praktik di rumah sakit atau saat berkomunikasi dengan masyarakat, dukungan sosial teman sangat penting dalam mengurangi stres karena beban kerja, sehingga dapat meningkatkan komunikasi dan kerjasama kelompok, dan dapat membantu menyelesaikan tugas yang diberikan (Fu et al., 2018).

Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami stres ringan yaitu sebanyak 32 orang (45,7%). Hasil penelitian ini didukung dalam penelitiannya Derang, Barus, dan Manurung (2024) dari 96 orang mahasiswa mayoritas stres dikategori sedang 82 responden (85,4%) dan 14 responden (14,6%) kategori stres ringan. Dalam penelitian Saryati (2020) pada 132 responden terdapat 70 responden mengalami stres sedang (52,2%) mengatakan bahwa salah satu faktor penyebabnya stres yakni kesulitan dalam praktik dan beban pembelajaran. Sejalan dengan penelitian Lombu (2018) hasil penelitian dari 62 responden mahasiswa reguler profesi ners fakultas keperawatan Universitas Sumatera Utara didapatkan bahwa mahasiswa mengalami stres sedang sebesar 79,0% faktor yang membuat mahasiswa mengalami stres tingkat sedang dikarenakan oleh area klinik. Interaksi dengan anggota tim kesehatan merupakan area klinik yang paling banyak menyebabkan stres pada mahasiswa. Stres terkait interaksi dengan anggota tim kesehatan yaitu sikap tidak peduli terhadap mahasiswa perawat oleh staf bangsal, staf perawat mendelegasikan tanggung jawab perawatan pasien kepada mahasiswa, tidak mampu menguasai instruksi dari instruktur klinis dan staf bangsal pada waktu yang sama, perilaku yang tidak menyenangkan dari anggota tim kesehatan, staf perawat sangat kasar. Dengan demikian stres dalam praktik klinik dipengaruhi oleh kesiapan pengetahuan, mental, emosi dan ketersediaan lingkungan pembelajaran yang kondusif.

Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemasan sedang yaitu 29 orang (41,4%). Hal ini didukung juga oleh hasil penelitian Pane, Lase, dan Barus (2022) di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 mayoritas mengalami tingkat kecemasan sedang 69 responden (81,2%). Pada penelitian Nurhidayati (2018) menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami cemas sedang dengan jumlah responden 71 mahasiswa (57,3%). Faktor utama yang menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan adalah lingkungan praktek klinik yang baru bagi mahasiswa. Menurut Nurhidayati (2018) lingkungan klinik rumah sakit merupakan satu-satunya sumber kecemasan terbesar bagi kalangan mahasiswa keperawatan. Mahasiswa keperawatan yang praktik klinik di rumah sakit akan mengalami cemas. Penyebab lain kecemasan adalah kekhawatiran dalam pengalaman klinik siswa tentang kemungkinan membahayakan pasien melalui kurangnya pengetahuan mereka. Menurut hasil penelitian syahreni dan waluyanti dalam penelitian Nelwati, Putri, dan Rahayuningsih (2012) salah satu sumber kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi pembelajaran klinik adalah rasa takut gagal yang dapat mengancam nyawa seseorang yang kemudian diiringi oleh kehilangan harga diri. Berdasarkan karakteristik responden, mahasiswa 61% lebih banyak mengalami tingkat kecemasan sedang. Mahasiswa mengalami kekhawatiran selama dalam pembelajaran klinik 68%. Hal tersebut karena kurangnya bimbingan serta dukungan dari perawat ruangan dalam mempelajari keterampilan (63%).

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Profesi Ners

Hasil analisis antara hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi ners didapatkan nilai $p = 0,005$ lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa profesi ners. Dukungan sosial adalah faktor utama dalam peran manusia sebagai makhluk sosial agar saling tolong menolong dalam membantu menghadapi sebuah permasalahan (Gunandar & Utami, 2019). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan teman sebaya yang tinggi dari teman sebayanya akan merasa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga meningkatkan rasa harga diri mereka. Mahasiswa dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil positif, dalam hal ini adalah keyakinan diri dalam menghadapi permasalahan. Keadaan ini akan membantu remaja dalam mengatasi stres yang sangat berat.

Stres merupakan hal yang wajar ditemui dalam kehidupan sehari-hari namun stres yang berlebihan juga akan menimbulkan masalah kesehatan jiwa. Stres juga akan menjadi beban apabila masalah tidak ada solusinya sedangkan stressor terus bertambah. Kondisi stres dialami oleh mahasiswa profesi ners yang sedang menjalankan praktik klinik di rumah sakit. Sebagai pendidikan lanjutan, tuntunan akademik profesi ners, memang begitu padat. Umumnya, mahasiswa yang sedang melaksanakan program profesi ners dituntut untuk dapat menyeimbangkan kemampuan yang ia miliki dengan beban kerjanya selama praktek di Rumah Sakit 7-8 jam tiap harinya. Hal itulah yang memicu terjadinya stres (Bali, 2022). Hasil penelitian Tandungan (2021) melakukan penelitian pada mahasiswa Universitas Hassanudin Makasar yang menjalani program profesi Ners, mahasiswa mengalami stress sedang (65,9%). Selain itu hasil penelitian di Universitas Muhammadiyah Surakarta menunjukkan bahwa mahasiswa profesi Ners mengalami stres sedang sebesar 61.5% (Saree, 2017). Hasil penelitian ini didukung dengan data karakteristik responden, peneliti menduga dengan adanya peer grup yang mendukung responden untuk mengurangi tingkat stres yang mereka rasakan, selain itu responden dengan jenis kelamin perempuan selalu lebih terbuka jika mengalami masalah dan mencari tempat untuk menceritakan masalah yang mereka hadapi. (Hidayah, Trisnayanti, & Rachmawanti, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian terkait, diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki dampak terhadap tingkat stres mahasiswa profesi ners. Hal ini disebabkan dukungan sosial teman sebaya akan memberikan dampak positif terhadap mahasiswa profesi ners. Mahasiswa yang menerima dukungan biasanya akan lebih merasa dicintai, merasa dihargai, tidak merasa sendiri dalam menghadapi masalah, sehingga meminimalisir rasa stres yang dialami mahasiswa tersebut. Sebaliknya, jika mahasiswa kurang mendapat dukungan sosial maka mahasiswa tersebut akan merasa tidak dihargai, sehingga tidak ada tempat untuk berkeluh kesah yang bisa menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami stres.

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Profesi Ners

Hasil analisis antara hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa profesi ners didapatkan nilai $p = 0,028$ lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa profesi Ners. Penelitian Maharani, Dewi dan Kurniyawan (2022) yang mendapati dukungan sosial berasal dari teman yang masuk kategori tertinggi. Sejalan dengan penelitian Monica (2018), Remaja khususnya mahasiswa tentu lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya, maka dari itu dukungan sosial dapat datang

dari teman atau khususnya teman yang umurnya tidak jauh berbeda yang disebut dengan teman sebaya karena mereka bisa saling membantu dalam melakukan sesuatu. Dampak positif dapat muncul dari dukungan sosial teman sebaya terhadap mahasiswa profesi ners yang sedang menjalankan praktik klinik, karena pada saat praktik klinik sering ditemui mahasiswa akan mengalami gangguan psikologis seperti cemas. Perasaan cemas adalah suatu masalah yang disebabkan oleh gagalnya saraf-saraf otak untuk mengontrol emosi dan rasa takut (Agustin, 2018). Gejala kecemasan yang sering dialami responden dalam penelitian ini yaitu dalam aspek perasaan cemas seperti sering mengalami firasat buruk dan mudah tersinggung. Selain itu, responden juga mudah lelah, sulit untuk memulai tidur, sakit dan nyeri otot, berat badan menurun, kepala terasa sakit, mengalami sedih dan berkurangnya kesukaan terhadap hobi. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui mahasiswa profesi ners sering mengalami kecemasan karena tuntutan akademik dan praktikum klinis yang intensif. Kecemasan pada mahasiswa profesi ners dapat berdampak pada kesehatan mental, prestasi akademik, dan kesiapan memasuki praktik keperawatan. Oleh karena itu menciptakan lingkungan dukungan sosial yang positif diantara mahasiswa profesi ners sangat penting untuk kesehatan mental mereka.

SIMPULAN

Mayoritas responden berumur 18-25 tahun sebanyak 68 orang (97,1%), mayoritas jenis kelamin responden yaitu perempuan sebanyak 66 orang (94,3%), dan responden saat penelitian dilakukan berada pada stase maternitas anak dan stase KMB sama sebanyak 35 orang (50,0%). Responden yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya mayoritas dengan kategori cukup sebanyak 56 orang (80,0%), tingkat stres responden pada kategori stres ringan sebanyak 32 orang (45,7%), dan tingkat kecemasan responden pada kategori cemas sedang sebanyak 29 orang (41,4%). Hasil analisis lebih lanjut mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa profesi ners diperoleh adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi ners dengan p value sebesar 0,005, dan hasil analisis mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners diperoleh adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners dengan p value sebesar 0,0028.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I. M., Hidayatullah, F., Aminoto, C., & Tau, K. (2018). Faktor Eksternal Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan dalam Adaptasi Proses Pembelajaran. *Proceeding of the 7th University Research Colloquium Bidang MIPA dan Kesehatan*. 172–181.
- Ahmad, E., Yani, A., & Azidin, Y. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Pengelolaan Pembelajaran Klinik. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 5(1), 8–19.
- AIPNI. (2015). Kurikulum Inti Pendidikan Ners Indonesia.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*. 5(1), 40-47.
- Amirudin, I., & Ranga, E. (2019). Stress Dan Motivasi Belajar Mahasiswa Profesi Keperawatan the Stress Levels and Learn Motivation in Nursing Program. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 4(1), 420.
- Ariviana, I, S., Wuryaningsih, E, W., & Kurniawan, E, H. (2021). Tingkat Stres, Ansietas, dan Depresi Mahasiswa Profesi Ners di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal ilmu*

- keperawatan jiwa. 4(4):741-752.
- Bali, S. W. M. (2022). Perencanaan Dan Pengaturan Manajemen Keperawatan. Manajemen Keperawatan.
- Cheung, H. S. & Sim, T. N. (2017). Social Support From Parents and Friends for Chinese Adolescents in Singapore. *Youth Soc.* 49(4): 548-64.
- Derang, I., Barus, M., & Manurung, E. M. (2024). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Ners Saat Praktik Klinik Perdana di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research.* 4(2) : 3477-3490.
- Dini, P. R., & Iswanto, A. (2019). Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health) Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 10(2), 88–97.
- Gunandar, M. S., & Utami, M. S. (2019). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(2), 98.
- Hardiyanto, H. (2020). Gambaran Stress Dan Mekanisme Koping Mahasiswa Stikes Kepanjen Saat Menjalani Praktek Profesi Keperawatan Medikal Bedah. *Journal of Nursing Care and Biomoleculer*, 5(2), 120–127.
- Hidayah, R., Trisnayanti, A., & Rachmawati, S. D. (2021). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Profesi Ners. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Huang, Y. & N. Zhao. (2020). Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms And Sleep Quality During Covid-19 Outbreak In China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *Psychiatri Research.* 288(112954):1–6.
- Ismoyomurti, B. (2017). Rentang Respon Kecemasan Mahasiswa Ners Universitas Muhammadiyah Surakarta Saat Melakukan Praktek Stase Keperawatan Gawat Darurat Dan Kritis. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Iswanti, D. I., Surantih, K., & Winasti, W. (2019). Hubungan Karakteristik dan Lingkungan Belajar Klinik dengan Kecemasan Mahasiswa saat Praktek Klinik di RSJD Dr Amino Gondohutomo Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(2), 107–113.
- Jannah, M. (2017). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2017 Tentang Keselamatan Pasien. Jakarta: kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, T., Issroyiatiningrum, R. & Sari, M. A. D. W. P. (2020). Hubungan Antara Minat Dengan Motivasi Mahasiswa S1 Keperawatan Dalam
- Melanjutkan Profesi Ners Di Unissula Semarang. *Prosiding Konferensi ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*.66-75.
- Lombu. (2018). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Ners Saat Praktik Klinik Perdana Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan *TALENTA Conference Series: Tropical Medicine (TM)*.
- Maharani, F. A., Ikhtiarini, D. E., & Kurniyawan, H. E. (2022). The Correlation of Peer Social Support with Anxiety Levels of Students Working on Undergraduate Thesis at

- The Faculty of Nursing, University of Jember. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(2), 56–62.
- Mansur, T. M., Sulaiman, Abdullah, A., & Ali, H. (2020) *Ilmu Sosial dan Budaya Dasar: Berbasis General Education*. Aceh : Syiah Kuala university Press.
- Mukhoirotin, Efendi, S., Limbong, M., Hidayat, W., Rumerung, C. L., Sihombing, R. M., & Lubbn, S. (2021). *Pengantar Keperawatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Muttaqin, D., & Ripa, S. (2021). Psychometric properties of the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scale: Factor structure, reliability, gender, and age measurement invariance. *Psikohumaniora:Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 61-76.
- Mutia, M. S., & Virgo, S. (2020). Hubungan Minat Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Motivasi Calon Sarjana Keperawatan Untuk Melanjutkan Profesi Ners Di Universitas Pahlawan. 4(23): 47-55.
- Nelwati, Putri, T. H., & Rahayuningsih, A. 2012. Hubungan Lingkungan Belajar Klinik dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa pada Program Pendidikan Ners. *NERS JURNAL KEPERAWATAN*. 8(1) : 16-22
- Nurhidayati, T., & Muhsinatun. (2018). Gambaran Kecemasan Mahasiswa Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 1.
- Pane, J. P., Lase, Y. A., & Barus, M. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Ners Tingkat III dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 4(3).
- Patriyani, R. E., Ningsih, S. R., Sulistyowati, E. C., Sunaryati, B., Suyanto, Setyawati, D., Indriati, R. (2022). *Konsep Dasar Keperawatan*. Sukoharjo: Tahta Media Group.
- Potter, P. A. & A. G. Perry. (2009). *Fundamental of Nursing Fundamental keperawatan*. Buku 1 Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika.
- Riskesdas (2018). Hasil utama Riskesdas 2018, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan.
- Santoso, M. D. Y. (2020). Review Article: Dukungan Sosial Dalam Situasi Pandemi Covid 19. *Jurnal Litbang Sukowati Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1),11–26.
- Saree, A. (2017). *Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Tugas Akhir.
- Saryati. (2020). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Ners Saat Praktik Klinik. *Community of Publishing in Nursing*. 10.
- Sugiharno, R. T., Ari Susanto, W. H., & Wospakrik, F. (2022). FaktorFaktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles of Psychiatric Nursing*. Edisi 10. Mosbu: Elsevier.
- Sumarna, U., Sumarni, N, & Rosidin, U. (2018). *Bahaya Kerja serta FaktorFaktor yang Memengaruhinya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sumoked, A., Wowiling, F.,&Rompa, S. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester III Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*,

7(1).

Suryani. (2023). Buku Panduan Akademik dan Kemahasiswaan.

Sutjipto, M., Kandou, G. D., & Tucunan, A. A. T. (2015). Internal and external factors correlated with stress levels medical students University of Sam Ratulangi. *JIKMU*, 5(1), 30-42.

Tandungan, A. A. (2021). Gambaran Tingkat Stres Dan Mekanisme Koping Mahasiswa Profesi Ners Universitas Hasanuddin Makassar Terhadap Kejadian Pandemi Covid-19. Thesis, Universitas Hasanuddin

Taslim, R., & Cahyani, A. R. (2021). Stres Akademik dan Penanganannya. Bogor: Guepedia.

World Health Organization. (2018). mhGAP Intervention Guide Mental Health Gap Action Programme Version 2.0 for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings. World Health Organization.

Xie, X., Wang, Y., Wang, P., Zhao, F., & Lei, L. (2018). Basic psychological needs satisfaction and fear of missing out: Friend support moderated the mediating effect of individual relative deprivation. *Psychiatry Res.* 268:223-8.