

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada sub bab ini di sajikan data-data hasil penelitian terhadap 85 mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung pada tanggal 14 sampai 17 Juli 2021. Hasil data di sajikan dalam bentuk table yang terdiri dari table distribusi frekuensi.

5.1 Hasil Penelitian

Table 5.1

Karakteristik Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	10	11,6
Perempuan	75	88,2
Usia 18-19	18	21,2 %
Usia 20-21	47	55,3 %
Usia 22-23	19	22,4 %
Usia 24	1	1,2 %
Tingkat 1	16	18,8 %
Tingkat 2	19	22,4 %
Tingkat 3	28	32,9 %
Tingkat 4	22	25,9 %

Berdasarkan table 5.1 menunjukkan bahwa mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang menjadi responden dalam penelitian ini yaitu hampir seluruhnya perempuan sebanyak 75 orang (88,2%), Sebagian besar berusia 20-22 tahun sebanyak 47 orang (55,3%), dan hampir setengahnya adalah mahasiswa tingkat 3 yaitu sebanyak 28 orang (32,9%).

Table 5.2**Tingkat Kecemasan (Ansietas) Responden Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung**

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Kecemasan Normal	16	18,8
Kecemasan Ringan	8	9,4
Kecemasan Sedang	34	40,0
Kecemasan Parah	15	17,6
Kecemasan Sangat Parah	12	14,1
Total	85	100

Berdasarkan table 5.2, menunjukkan bahwa hampir setengahnya mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yaitu 34 orang (40,0%) memiliki tingkat kecemasan sedang.

Table 5.3**Tingkat Stres Responden Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung**

Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase
Stres Normal	55	64,7
Stres Ringan	17	20,0
Stres Sedang	10	11,8
Stres Parah	3	3,5
Stres Sangat Parah	-	-
Total	85	100,0

Berdasarkan table 5.3, menunjukkan bahwa sebagian kecil mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yaitu 3 orang (3,5%) mengalami stress parah.

Table 5.4**Tingkat Depresi Responden Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung**

Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase
Depresi Normal	42	49,4
Depresi Ringan	26	30,6
Depresi Sedang	13	15,3
Depresi Parah	3	3,5
Depresi Sangat Parah	1	1,2
Total	85	100,0

Berdasarkan table 5.4, menunjukkan bahwa sebagian kecil mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yaitu 1 orang (1,2%) mengalami depresi sangat parah.

5.2 Pembahasan

Berdasarkan table 5.2 menunjukkan bahwa kecemasan selama pembelajaran jarak jauh mahasiswa sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung hamper setengahnya berada pada tingkat kecemasan sedang 40,0% atau 34 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan sedang dalam menghadapi pembelajaran jarak jauh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dalam penelitian ini adalah perempuan, hal tersebut dikarenakan mahasiswa keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung mayoritas perempuan dibandingkan laki-laki sehingga hasil pemilihan sample secara acak lebih banyak perempuan. Mahasiswa perempuan lebih menggunakan perasaan dalam menghadapi sesuatu dan mahasiswa perempuan dikendalikan oleh hormone oksitosin, eserogen, lalu lebih cemas akan ketidakmampuannya dan lebih sensitive sedangkan mahasiswa laki-laki yang di tuntut untuk lebih kuat

daripada perempuan sehingga laki-laki lebih menggunakan akalnyanya daripada perasaannya (Diananda, 2018).

Adapun usia responden dalam penelitian ini menurut WHO termasuk dalam usia perkembangan remaja akhir yaitu usia 20-21 tahun. Usia ini merupakan masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal, sehingga orang pada usia ini biasanya rentan terhadap tekanan dan memasuki masa dewasa awal. Mereka juga memiliki pencemaran lingkungan atau status sosial ekonomi yang lemah, yang dapat menimbulkan perasaan rendah diri. Hal ini dikarenakan mereka masih labil dalam menangani emosinya, dan menghadapi masalah pengendalian diri atau self control selama masa transisi. (Diananda, 2018).

Selanjutnya responden dalam penelitian ini hampir setengahnya mahasiswa keperawatan yaitu tingkat 3. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang berpendidikan tinggi dan situasi saat ini perlu beralih dari kuliah *offline* ke *online*, nilai jelek, ujian praktek dan tugas kuliah yang menakutkan mahasiswa. (Lurentius, 2020).

Berdasarkan aspek kecemasan didapatkan skor tertinggi dengan nilai 128 pada soal nomor 9 yaitu cemas yang berlebihan dalam situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir. Hal ini dapat mengurangi konsentrasi selama pembelajaran jarak jauh, menurut (Hallion, 2018). Panik berhubungan dengan syok, kecemasan, dan ketakutan. Kehilangan kendali akan menghancurkan detailnya, dan orang yang panik tidak akan berdaya bahkan jika mereka memiliki instruksi. Panik termasuk depersonalisasi, yang dapat menyebabkan

peningkatan aktivitas motorik, penurunan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain, distorsi kognitif, dan pemikiran irasional (Stuart, 2013).

Berdasarkan aspek kecemasan didapatkan skor terendah dengan nilai 21 pada soal nomor 23 yaitu kesulitan dalam menelan. Karena mahasiswa berulang kali mengalami kekhawatiran dan ketakutan yang berlebihan terhadap situasi yang dialaminya dan mencapai puncak kecemasan, keadaan tersebut merupakan tanda dan gejala panik, sehingga serangan panik dapat dikatakan sebagai salah satu gejala kecemasan dan mahasiswa orang yang paling suka panik, mengalami kesulitan menelan.

Berdasarkan table 5.3 mahasiswa mengalami stress normal 67,4%. Menurut Kaplan dan sadock ditinjau dari segi dinamika, merupakan fungsi dan ego, mereka menekankan pula adanya sumber-sumber pribadi serta mekanisme pertahanan sebagai ciri yang khusus individu tersebut, maka bila ego berfungsi baik maka semuanya berada dalam keseimbangan, apabila stressor yang dihadapi dapat diatasi secara memadai tidak akan timbul stress, apabila terjadi ketidakmampuan, maka timbul stress (Musradinur, 2016). Mahasiswa mengalami kecemasan parah hampir setengahnya 17,6% cemas yang berlebihan dalam situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir, dan yang mengalami kecemasan sangat parah hampir setengahnya 14,1% kelelahan. Hal ini kecemasan merupakan bentuk emosional yang tidak dapat dikendalikan oleh individu, yang membuat individu tersebut merasa tidak nyaman, merupakan pengalaman yang samar-samar, dan mereka merasakan ketidakberdayaan yang irasional (nnisa & Ifdil, 2016).

Mahasiswa yang mengalami stress parah 3,5%, kondisi yang membuat mahasiswa stress parah yaitu mahasiswa mudah merasa kesal dan sulit tidur/rileksasi. Hal ini menunjukkan bahwa stress dari setiap mahasiswa berbeda, respon tersebut tergantung pada kondisi kesehatan, kepribadian, pengalaman sebelumnya terhadap stress. Hasil penelitian lain menunjukkan 55,8% merasa stress selama pandemi Covid-19 disebabkan proses pembelajaran jarak jauh yang mulai membosankan (Livana, 2020). Tuntutan untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan dalam waktu yang terbatas dapat menyebabkan stress bagi mahasiswa (Oktaria, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dalam penelitian ini adalah perempuan, hal tersebut dikarenakan mahasiswa keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung mayoritas perempuan dibandingkan laki-laki sehingga hasil pemilihan sample secara acak lebih banyak perempuan. Hal ini menyatakan bahwa perempuan lebih rentan mengalami stress dibandingkan laki-laki karena adanya tuntutan peran yang lebih besar. Hal ini juga dibuktikan pada penelitian terdahulu bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat stress yang tinggi disebabkan karena perempuan lebih mengekspresikan emosinya (Azzahra, 2017).

Adapun usia responden dalam penelitian ini menurut WHO termasuk dalam usia perkembangan remaja akhir yaitu usia 20-21 tahun. Usia ini merupakan perkembangan dewasa awal yang memiliki beberapa tugas perkembangan yaitu belajar menyesuaikan diri terhadap pola-pola hidup baru, belajar untuk memiliki cita-cita yang tinggi, mencari identitas diri pada usia kematangannya,

mulai belajar memantapkan identitas diri, keberhasilan tersebut tidak selamanya berjalan dengan mulus dalam artian mengalami berbagai hambatan dalam menempuh studi sehingga mengakibatkan stress akademik.

Selanjutnya responden dalam penelitian ini hampir setengahnya mahasiswa keperawatan yaitu tingkat 3. Hal ini yang dialami mahasiswa di tingkat lebih tinggi yaitu beban, tekanan, tugas yg diterima, ujian, persaingan antar mahasiswa. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lubis pada tahun 2021 bahwa di tingkat ini tuntutan untuk dapat menguasai materi dan keterampilan dalam waktu singkat membuat mahasiswa semakin tertekan, sehingga memunculkan kondisi stress akademik.

Berdasarkan aspek stress didapatkan skor tertinggi dengan hasil 104 pada soal nomor 11 mudah merasa kesal. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, salah satu respon stress yang dapat dirasakan adalah respon emosional. Adanya berbagai macam tuntutan tersebut dapat membuat mahasiswa merasa lelah, sedih, kesal, gelisah, dan marah. Keadaan emosional mahasiswa yang belum siap mengatasi masalah dalam kehidupan sehari-hari akan berakibat pada penyelesaian tugasnya

Berdasarkan aspek stress didapatkan skor terendah dengan hasil 58 pada soal nomor 35 tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang anda lakukan. Karena penyelesaian masalah individu melakukan idrntifikasi dan menetapkan msalah penyebab stress kemudia dengan kemampuan kognitif menyelesaikan masalah dengann

cara memilih dan melaksanakan alternative dan mengevaluasi keberhasilan dan keefektifan upaya yang dilakukannya (Colbert, 2011).

Didapatkan hasil mahasiswa mengalam stress normal sebagian besar 64,7%, mahasiwa mengalami stress ringan hampir setengahnya 20,0%, dan mahasiswa mengalami stress sedang hampir setengahnya 11,0%. Menurut penelitian sebelumnya yag dilakukan oleh Nurcita dkk (2020) Dari 100 responden didapatkan sebagian besar mahasiswa yang menyelesaikan pembelajaran jarak jauh mengalami kecemasan sedang (12%), kecemasan berat (88%), dan tidak ada satupun responden yang tidak mengalami gejala kecemasan atau kecemasan ringan. Hal ini dikarenakan mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh adalah penurunan perhatian belajar, yang mengarah pada penurunan daya pikir dan memori, yang mempengaruhi interaksi dalam proses pembelajaran jarak jauh. Selain itu, dengan adanya pandemi COVID-19 jika tidak segera dikendalikan dan ditangani dapat menimbulkan kecemasan yang berkelanjutan dan mempengaruhi kinerja mahasiswa serta ketidakmampuan siswa dalam memenuhi peran dan kewajibannya. (Kristianto, 2013).

Berdasarkan table 5.4 didapatkan hasil hampir setengahnya 49,4 % mahasiswa mengalami depresi normal. Karena dilihat dari kemampuan pemecahan masalah yang dimiliki masing-masing individu, kemampuan pemecahan masalah sangat berperan besar terhadap kondisi depresi individu yang tidak mampu memecahkan masalahnya sehingga menyebabkan individu focus terhadap masalah tanpa dapat menemukan inti permasalahan serta

menemukan jalan keluarnya, kondisi tersebut mengakibatkan perasaan tidak berdaya dan tidak berguna yg merupakan gejala awal depresi.

Berdasarkan aspek depresi sebagian kecil berada pada tingkat depresi parah 1,2% atau 1 mahasiswa, dan sebagian kecil pada tingkat depresi parah 3,5% atau 3 mahasiswa. Hal ini dikarenakan kondisi lingkungan pandemi saat ini, sistem pertemuan online, dan kondisi lain yang menyebabkan depresi. pandemi, Penurunan motivasi belajar, peningkatan tekanan untuk belajar mandiri, pengabaian kehidupan sehari-hari, dan kemungkinan putus sekolah (Grubic B. &, 2020). Dan mahasiswa usaha untuk mengurangi tingkat depresi dengan cara konseling (Schwitzer, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dalam penelitian ini adalah perempuan, hal tersebut dikarenakan mahasiswa keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung mayoritas perempuan dibandingkan laki-laki sehingga hasil pemilihan sample secara acak lebih banyak perempuan. Hal ini dikarenakan tidak dilakukan pengukuran terkait depresi kepada para mahasiswa. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hasanah, dkk pada tahun 2020 konsekuensi dari tidak teridentifikasinya mahasiswa yang mengalami depresi sangat fatal.

Adapun usia responden dalam penelitian ini menurut WHO termasuk dalam usia perkembangan remaja akhir yaitu usia 20-21 tahun. Usia ini mahasiswa merupakan kelompok khusus yang bertahan pada periode transisi dari masa remaja hingga dewasa dan mungkin mengalami masa menegangkan dalam hidup menjadi transisi ini dapat menyebabkan peningkatan resiko depresi.

Selanjutnya responden dalam penelitian ini hampir setengahnya mahasiswa keperawatan yaitu tingkat 3. Pada tingkat ini dan kondisi seperti mahasiswa sulit mengendalikan emosi maka itu akan mempengaruhi operasi kecerdasan, tingkat pemisahan tertentu dan kecenderungan untuk bertindak, yang tidak terpuji (Nadhiroh, 2015).

Berdasarkan aspek depresi di dapatkan skor tertinggi dengan hasil 86 pada soal nomor 10 yaitu pesimis. Orang yang pesimis memandang negative terhadap diri sendiri, dunia, dan masa depannya sehingga hal ini akan menimbulkan perasaan putus asa. Orang yang cara berfikirnya negative memiliki resiko yang lebih besar untuk menjadi depresi jika dihadapkan pada pengalaman hidup yang menekan atau mengecewaka (Sari, 2019). Karena mereka dituntut untuk aktif menggunakan teknologi media online yang telah ditetapkan masing-masing dosen akademik, hal ini dapat membuat mahasiswa menjadi pesimis melaksanakan pembelajaran secara online. Belum lagi mahasiswa akan merasa bosan dan jenuh pada saat dirumah yang mana pada umumnya mahasiswa lebih sering menghabiskan waktu diluar bersama teman-temannya, hal ini dapat menjadi factor mahasiswa mengalami pesimis dan memunculkan emosi negative (Romadhona, 2020). Menurut Mardia (2013) menyatakan yang mengalami depresi akan menunjukkan gejala seperti merasa putus asa, gairah belajar berkurang, tidak ada inisiatif. Fitriani & Hidayah (2012) menyatakan bahwa usia 15-24 tahun sangat rentan untuk mengalami gangguan depresi. Survei yang dilakukan oleh Avenoli dan Steinberg (2012)

kira-kira 25% remaja merasakan muncul depresi dan 3% masuk kategori depresi klinis.

Berdasarkan aspek depresi didapatkan skor terendah dengan hasil 27 pada soal nomor 37 yaitu tidak ada harapan untuk masa depan. Karena mahasiswa yang mengalami depresi menunjukkan respon menangis, murung, dan mengalami putus asa, yang menyebabkan mahasiswa merasa depresi karena situasi pembelajaran jarak jauh. Teori Depresi Beck menjelaskan bahwa depresi terjadi karena pemikiran individu tersebut dibiasakan pada interpretasi negative. Interpretasi negative tentang diri sendiri gambaran pesimis tentang diri sendiri, dunia, dan masa depan. Keyakinan negative dipicu oleh peristiwa-peristiwa hidup yang negative seperti asumsi bahwa “saya harus sempurna”, sikap-sikap negative kan membuat dan memicu depresi. Menurut Maulida (2012) menyebutkan 59,4% mahasiswa merasa bersalah atas beberapa hal yang telah dilakukan, 43,8% mahasiswa merasa kecil hati tentang masa depan, dan 37,5% mahasiswa kehilangan percaya diri. Maka perasaan bersalah, kecil hati tentang masa depan, dan kehilangan kepercayaan diri merupakan penyebab kognitif yang mengidentifikasi adanya depresi karena tiga hal tersebut merupakan interpretasi negative tentang diri yang akan berkajut menjadi depresi.