

BAB 6

PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan terhadap 146 mahasiswa Program Studi Keperawatan semester dua dan semester delapan selama bulan Februari 2020. Penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir. Karakteristik responden berdasarkan masa studi diketahui sebanyak 73 responden (50%) adalah mahasiswa semester 2, dan 73 lainnya (50%) adalah mahasiswa semester 8. Hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini perbandingan jumlah mahasiswa semester 2 dan semester 8 seimbang. Pada mahasiswa semester 2, responden didominasi oleh mahasiswi. Sebanyak 56 diantaranya (76,7%) merupakan responden perempuan, dan 17 responden lainnya (23,3%) merupakan responden laki-laki. Sedangkan karakteristik usia pada mahasiswa semester 2 diketahui usia minimum responden adalah 17 tahun, usia maksimum 21 tahun, dan rata-rata usia sebesar 18,75 tahun dengan simpangan baku sebesar 0,759 tahun. Pada mahasiswa semester 8, diketahui dari 73 responden, 57 diantaranya (78,1%) adalah responden perempuan, dan 16 lainnya (21,9%) responden laki-laki. Selain itu dari 73 responden semester 8 dalam penelitian ini, usia minimum responden adalah 17 tahun, usia maksimum 23 tahun, dan rata-rata usia 21,55 tahun dengan simpangan baku sebesar 0,882 tahun.

Kecemasan mahasiswa dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner BAI (*Beck Anxiety Inventory*). Skor yang didapatkan berdasarkan kuesioner berkisar ada 0 hingga 63 yang menunjukkan tingginya kecemasan seseorang. Hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya perbedaan skor kecemasan mahasiswa semester dua dan mahasiswa semester delapan. Pada mahasiswa semester dua rata-rata kecemasan diketahui sebesar 18,068 sedangkan pada mahasiswa semester delapan sebesar 14,397, sehingga menunjukkan adanya perbedaan yang cukup signifikan pada tingkat kecemasan mahasiswa semester 2 dan 8, dengan hasil tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada mahasiswa semester 2.

Pada penelitian kali ini didapatkan rerata skor kecemasan yang lebih tinggi pada mahasiswa tingkat pertama. Mahasiswa tahun pertama, adalah kelompok yang rentan terhadap stres akibat transisi kehidupan dalam lingkungan universitas. Mereka harus menyesuaikan diri pada kondisi yang jauh dari rumah untuk pertama kalinya, mempertahankan prestasi akademik, dan menyesuaikan dengan lingkungan sosial yang baru. Pada penelitian lain juga disebutkan bahwa stressor paling besar pada mahasiswa kedokteran pada tahun pertama terdiri dari adaptasi dengan kurikulum yang baru, mempertahankan kompetensi diri, akomodasi, dan tinggal jauh dari rumah (Ramadhan, 2019). Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Cheung (2016), pada penelitiannya, mahasiswa tingkat awal memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa tingkat akhir. Dalam penelitiannya juga dijelaskan mengapa mahasiswa tingkat awal memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi, yaitu oleh karena mereka harus dapat beradaptasi dengan lingkungan yang baru, menyesuaikan dengan kurikulum yang tentunya berbeda dari jenjang pendidikan sebelumnya, dan juga perubahan lingkungan sosial. Ia juga menyebutkan bahwa tingginya tingkat kecemasan juga dipengaruhi oleh usia, kebiasaan hidup yang buruk, masalah keuangan, dan kurangnya hiburan (Cheung, 2016). Berbeda dengan hasil penelitian ini maupun penelitian yang dilakukan oleh Cheung, dalam penelitian yang dilakukan oleh Cestari (2017) di Brazil, mendapatkan kesimpulan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkatan kecemasan yang lebih tinggi. Dalam penelitiannya juga dijelaskan mengapa terjadi demikian, hal ini terjadi oleh karena pada mahasiswa tingkat akhir di Brazil banyak yang sudah menikah atau tinggal bersama pasangannya, dan bahkan sudah memiliki anak, sehingga mereka harus bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarganya dan membiayai kuliahnya sendiri (Cestari, 2017).

Skor kecemasan masing-masing mahasiswa dapat dikelompokkan berdasarkan tiga tingkatan, yaitu 0-21 (kecemasan ringan); 22-35 (kecemasan sedang), dan; 36-63 (kecemasan berat). Mahasiswa semester delapan didominasi oleh mahasiswa dengan tingkat kecemasan ringan, yaitu sebanyak 57 responden (78,1%), 13 responden (17,8%) dengan tingkat kecemasan sedang, dan 3 responden lainnya (4,1%) dengan tingkat kecemasan berat. Sedangkan pada

mahasiswa semester dua diketahui sebanyak 43 responden (58,9%) dengan tingkat kecemasan ringan, 21 responden (28,8%) dengan tingkat kecemasan sedang, dan 9 lainnya (12,3%) dengan tingkat kecemasan berat.

Tingkat kecemasan mahasiswa semester dua dan semester delapan tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan uji chisquare. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,033 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan mahasiswa semester dua dan mahasiswa semester delapan program studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Kecemasan terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga. Kecemasan pada mahasiswa keperawatan dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar dan penurunan daya ingat. Faktor yang mempengaruhi antara lain faktor internal, yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggung jawab baru dan perubahan kebiasaan belajar. Faktor eksternal, yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan (Bulo, 2014).

Dari hasil rata-rata skor kecemasan yang didapat pada kelompok mahasiswa semester dua dan delapan, didapatkan hasil nilai yang dikategorikan kedalam tingkat kecemasan ringan. Meskipun demikian, ada beberapa mahasiswa yang dikategorikan dalam tingkat kecemasan sedang dan berat. Akan menjadi suatu hal yang serius dan membutuhkan tindakan lanjutan berupa penggabungan pendekatan psikoterapeutik, farmakoterapeutik, dan suportif, apabila kecemasan yang dialami bersifat patologis (Kaplan dan Saddock, 2017). Untuk mengetahui apakah kecemasan yang dialami bersifat patologis atau tidak, diperlukan pemeriksaan lebih lanjut. Hal ini merupakan salah satu kekurangan pada penelitian ini, oleh karena pada penelitian ini hanya dapat mengukur tingkatan kecemasan pada responden tanpa mengetahui apakah kecemasan yang dialami bersifat patologis atau tidak. Oleh sebab itu, dalam penelitian ini hanya terdapat rekomendasi penanganan kecemasan secara umum. Terdapat beberapa rekomendasi untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa keperawatan berdasarkan analisa oleh Purfeest (2011). diantaranya adalah, dengan mentoring dari mahasiswa yang lebih senior kepada mahasiswa tingkat di bawahnya, dengan

membagikan pengalaman maupun tips menjalani kegiatan perkuliahan untuk mengurangi kecemasan yang disebabkan oleh kegiatan perkuliahan. Kemudian yang selanjutnya adalah konseling berupa pemberian sugesti dan meyakinkan mahasiswa pada suatu hal positif. Selanjutnya adalah dengan membangun hubungan yang baik antara mahasiswa dengan dosen pengajar maupun staf fakultas, dan disarankan agar pemangku kebijakan fakultas untuk lebih kreatif dan menciptakan strategi untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswanya (Purfeest, 2011).

Menurut peneliti, salah satu penyebab dari tingkat stres yang lebih tinggi pada mahasiswa kesehatan tahun pertama adalah padatnya jadwal perkuliahan dan praktikum pada kurikulum di tahun pertama daripada tahun kedua. Jadwal yang padat ini pada akhirnya akan sangat menyita waktu dari mahasiswa tahun pertama tersebut. Pendapat ini didukung oleh penelitian yang sebelumnya dilakukan di Pakistan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu faktor pencetus stress pada mahasiswa tahun pertama adalah kurangnya waktu untuk diri sendiri, keluarga, teman dan hiburan. Alasan lain yang memungkinkan adalah kurangnya sarana rekreasi yang disediakan oleh pihak kampus (Ramadhan, 2019). Faktor-faktor tersebut merupakan hasil analisa peneliti dari penelitian-penelitian sebelumnya, bukan berdasarkan data yang diperoleh melalui responden pada penelitian ini. Hal tersebut merupakan kekurangan dari penelitian ini dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan masalah kecemasan dan jenjang pendidikan, dan sebagai dasar yang dapat dijadikan acuan oleh pemangku kebijakan fakultas untuk memberi tindak preventif maupun kuratif bagi mahasiswa yang mengalami kecemasan.

Dari penelitian ini, terdapat beberapa hal yang menjadi keunggulan dan juga perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Di Indonesia belum banyak penelitian dengan topik kecemasan pada mahasiswa S1 keperawatan, sebagian besar dari penelitian dengan topik ini tidak dibedakan berdasarkan jenjang akademiknya, melainkan hanya menggunakan usia dan jenis kelamin sebagai distribusi karakteristik pada respondennya (Nurhidayati, 2018), sehingga pada penelitian ini lebih spesifik dan akan menjadi lebih mudah dalam memberikan

rekomendasi pada mahasiswa agar tidak mengalami kecemasan, hal tersebut merupakan salah satu dari kelebihan pada penelitian ini. Selain itu, dalam penelitian ini juga terdapat sedikit kajian islam pada tinjauan pustaka, yang tidak terdapat pada penelitian sebelumnya (Nurhidayati, Cheung 2016, Cestari 2017).

Ada beberapa hal yang dapat dijadikan sebagai potensi pengembangan pada penelitian selanjutnya, yaitu perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menganalisis faktor-faktor karakteristik mahasiswa yang dapat menyebabkan kecemasan. Selain itu peneliti memberikan rekomendasi agar penelitian serupa dilakukan pada mahasiswa kedokteran sebagai institusi kesehatan lainnya yang mahasiswanya juga berpotensi mengalami kecemasan dikarenakan padatnya kurikulum. Dari penelitian ini dapat memberikan saran untuk pendampingan maupun konseling kepada mahasiswa S1 keperawatan sesuai dengan penyebab tingginya tingkat kecemasan yang dialami, juga dapat dilakukan analisa penyebab tingginya tingkat kecemasan pada masing-masing responden pada penelitian selanjutnya (Cheung 2016, Cestari 2017).

