

---

## STRESS PADA MAHASISWA APIKES BANDUNG YANG SEDANG MENYUSUN ARTIKEL ILMIAH TAHUN 2020

Oleh

Teguh Redy Senjaya<sup>1</sup>, Ariana Ramdhan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Akademi perekam Medis dan Informatika Kesehatan (APIKES) Bandung

E-mail: <sup>1</sup>[teguhredysenjaya@apikesbandung.ac.id](mailto:teguhredysenjaya@apikesbandung.ac.id)

---

### Article History:

Received: 03-11-2021

Revised: 11-12-2021

Accepted: 20-12-2021

### Keywords:

Stress,

Artikel Ilmiah,

Mahasiswa Apikes.

**Abstract:** Stress adalah respon individu untuk beradaptasi dengan tuntutan-tuntutan yang dibebankan padanya. Stress pada mahasiswa dapat terjadi karena tuntutan untuk membuat dan menyelesaikan karya tulis ilmiah. Selain itu, keadaan pandemi saat masa pembuatan Artikel Ilmiah saat ini menyebabkan perubahan pada kehidupan para mahasiswa seperti belajar online dan social distancing yang dapat meningkatkan kemungkinan stress. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat dan frekuensi stress yang dialami oleh Mahasiswa APIKES Bandung yang sedang Menyusun Artikel Ilmiah 2020. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif dan menggunakan Teknik sampling insidental. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah dari 73 responden, mahasiswa yang mengalami stress sebanyak 62 orang atau sebesar 84,9%, yang terdiri dari 5 orang mengalami stress ringan (6,8%), 1 orang stress sedang (1,4%), 11 orang stress parah (15,1%), dan 45 stress sangat parah (61,6%). Selain itu, responden merasa sulit beristirahat dan merasa sangat cemas selama proses pembuatan Artikel ilmiah dan merasa lega jika sudah selesai. Para responden juga mengalami gangguan-gangguan baik secara fisik maupun psikis seperti : kelelahan, mudah marah, tidaksabaran, jantung berdebar dan sulit untuk bersantai.

---

## PENDAHULUAN

Stress merupakan reaksi individu ketika dirinya merasakan ancaman, menerima tekanan atau menghadapi suatu perubahan. Stress terjadi akibat situasi yang menjadi pikiran individu yang membuat orang tersebut menjadi, gugup, cemas, marah atau bersemangat. Tekanan dalam stress ini terjadi baik secara fisik maupun psikologis.

Stress identik dengan proses adaptasi. Seseorang dikatakan adaptif apabila ia mampu beradaptasi dengan tuntutan orang lain dan mampu memenuhi kebutuhannya sendiri. Jika

individu tidak dapat menghadapi keadaan tersebut, maka ia akan mengalami stress.

Pada mahasiswa, stress dapat terjadi ketika periode pembuatan karya tulis ilmiah atau KTI. Bagi mahasiswa, pembuatan KTI merupakan suatu hal yang baru sehingga ketika dihadapkan pada perubahan dalam masa pembuatan KTI, mahasiswa akan merasa stress. Dwiharini (dalam Ningrum, 2011) menjelaskan bahwa pada mulanya mahasiswa mempunyai minat, motivasi, dan semangat yang tinggi ketika mau menyusun KTI. Namun, dengan seiring berjalannya waktu, mulai banyak kendala- kendala bermunculan yang menyebabkan dirinya putus asa dan tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Menurut Dwiharini (dalam Rahmadhani, 2012) menyatakan bahwa stress yang tidak ditangani dengan baik akan memiliki dampak yang buruk, yang mempengaruhi kesehatan seperti : daya tahan tubuh menurun, pusing, merasa lesu dan insomnia. Selain itu, stress yang tidak ditangani dengan baik akan berdampak pula pada perilaku individu seperti : sering menunda penyelesaian tugas, merasa malas, penyalahgunaan obat dan alcohol serta mencari kesenangan yang beresiko.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dwiharini Puspitaningsih (2015) di kampus X menemukan bahwa dari total 117 orang mahasiswa yang dijadikan sampel, 19 orang dinyatakan normal (16,2%), 22 orang mengalami stress ringan (18,8%), 26 orang mengalami stress sedang (22,2%), 27 orang mengalami stress berat (23,1%) dan 23 orang dinyatakan mengalami stress sangat parah (19,7%). Lalu di penelitian lain yang hamper mirip, dilakukan oleh Farida Raudah, Lia Yulia Budiarti , dan Dhian Ririn Lestari (2015) yang dilakukan di kampus Y memperoleh hasil 37 orang menderita stress ringan, 37 orang menderita stress sedang, dan 6 orang menderita stress berat dari total 80 orang mahasiswa.

Selain itu, tekanan pada mahasiswa semakin bertambah dengan keadaan wabah covid-19 yang sedang terjadi sekarang. Hal ini mengakibatkan perubahan pada system perkuliahan yang mengakibatkan meningkatnya frekuensi tugas, keterbatasan pencarian literatur dan kesulitan dalam mendapatkan data untuk bahan penelitian.

Berdasarkan latar belakang dan teori yang dikemukakan diatas peneliti menduga bahwa Mahasiswa Apikes Bandung 2020 yang sedang menyusun artikel ilmiah mengalami stress dengan tingkat dan frekuensi stress yang beragam.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode survei. Menurut Neuman W.Laurance (dalam Sugiyono, 2017:35) penelitian survey adalah penelitian kuantitatif. Ketika melakukan penelitian, peneliti menanyakan beberapa orang atau responden tentang keyakinan, pendapat, karakteristik suatu objek dan perilaku yang telah lalu atau sekarang. Penelitian survey bertanya dengan keyakinan dan perilaku dirinya sendiri.

Populasi yang diteliti merupakan seluruh mahasiswa Apikes Bandung yang sedang menyusun Artikel Ilmiah pada tahun 2020 dengan jumlah total sebanyak 111 orang.

Sampling pada penelitian ini menggunakan tipe Non probability Sampling dengan metode sampling incidental. Dengan digunakannya teknik ini, peneliti menemui 73 orang/responden yang dinilai cocok menjadi sumber data.

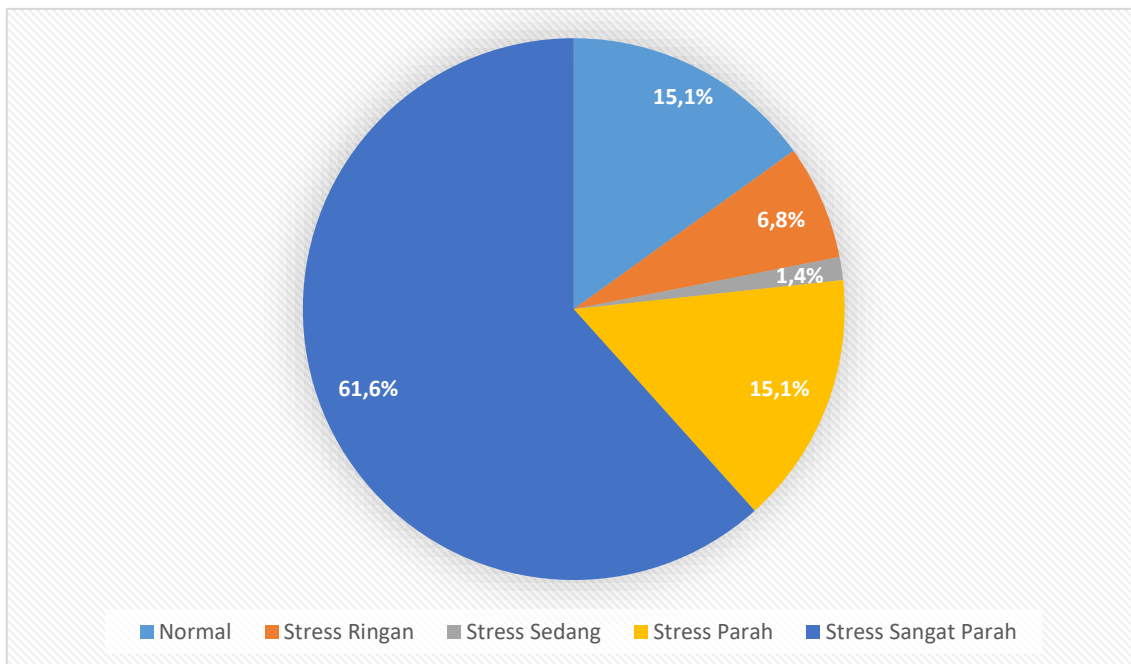
Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuisioner. Pembagian angket dilakukan secara online melalui aplikasi google.form dengan detail

pertanyaan seperti tercantum pada tabel 1. Dengan begitu, data mengenai stress pada mahasiswa Apikes Bandung yang sedang menyusun Artikel Ilmiah 2020 dapat dikumpulkan. Teknik yang dipakai untuk menganalisis data adalah statistic deskriptif

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian yang disajikan hanya hasil analisis dan hasil pengujian hipotesis saja yang perlu dilaporkan, bukan proses analisis data seperti perhitungan statistik dan proses pengujian hipotesis tidak perlu disajikan. Tabel dan grafik dapat digunakan untuk memperjelas penyajian hasil penelitian secara verbal, dan harus diberi komentar atau dibahas. Untuk penelitian kualitatif, bagian hasil memuat bagian-bagian rinci dalam bentuk sub topik-sub topik yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian dan kategori-kategori.



Gambar 1.

Tingkat Stress pada Mahasiswa Semester Akhir Apikes Bandung.

### Pembahasan

Dari grafik diatas ditemukan bahwa hamper seluruh responden yang ada mengalami stress sebanyak 84,9% atau sebanyak 62 orang dengan rincian 5 orang mengalami stress ringan (6,8%), 1 orang mengalami stress sedang (1,4%), 11 orang mengalami stress parah (15,1%), 45 orang mengalami stress sangat parah (61,6%) dan hanya 15,1% responden yang dalam keadaan normal. Hasil ini membuktikan bahwa hipotesis yang disebutkan memang benar adanya.

Dilihat dari data kuisoner terdapat 2 keadaan yang dinilai sangat cocok/sesuai/sering sekali dialami yaitu sulit untuk beristirahat dan merasa cemas yang berlebihan namun akan

merasa lega jika suatu hal/situasi itu berakhir. Hal ini menunjukkan bahwa para responden mengalami stress yang disebabkan oleh tekanan (pressure) seperti yang dikatakan oleh Roges and Dorothy (dalam Sutardjo, 2015:49) yang disebabkan oleh goal yang perlu dicapai yaitu pembuatan artikel ilmiah yang baik dan benar karena akan menentukan kelulusan dan akan merasa lega jika sudah selesai.

Kemudian, dilihat dari data kuisioner para responden mengalami gangguan-gangguan seperti : kelelahan, jantung berdebar, susah tidur, gemetar yang merupakan gejala stress secara fisik. Selain itu, responden juga mengalami gangguan-gangguan berupa : mulai marah, bereaksi secara berlebihan, sulit untuk bersantai, tidak sabaran yang merupakan gejala stress secara psikis. Gangguan-gangguan ini dirasakan secara beragam, baik jarang maupun sering. Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh Hidayat (dalam Dwiharani, 2015:21) mengenai gejala stress.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Hampir seluruh mahasiswa Apikes Bandung yang sedang Menyusun Artikel Ilmiah tahun 2020 mengalami stress para responden juga mengalami gangguan-gangguan baik secara fisik maupun psikis seperti : kelelahan, mudah marah, tidak sabaran, jantung berdebar dan sulit untuk bersantai.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] A. Wiramihardja, S. (2015). Pengantar Psikologi Abdnormal (M. D. Wildani (ed.)). PT Refika Adimata.
- [2] Puspitaningsih, D. (2015). Stres Mahasiswa Saat Penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Poltekkes Majapahit Mojokerto. Hospital Majapahit, 7(1), 19–29.
- [3] Raudah, F., Budiarti, L. Y., & Lestari, D. R. (2015). Fakultas Kedokteran UNLAM yang sedang Menyusun Karya Tulis Ilmiah ( KTI ). 3(1), 44–55.
- [4] Sujono, E. (2018). Membuat Karya Tulis Ilmiah, Makalah dan Paper serta Menyusun Panduannya. ALFABETA.
- [5] Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif (Setiyawami (ed.)). ALFABETA.