

**HUBUNGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA
KEPERAWATAN DENGAN STRES AKADEMIK SELAMA
MASA PANDEMI COVID-19**

(Studi di STIKes Ngudia Husada Madura)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Keperawatan**



Oleh:

KHOIRUL UMAM
17142010068

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA KEPERAWATAN DENGAN STRES AKADEMIK SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

(Studi di STIKes Ngudia Husada Madura)

NASKAH PUBLIKASI



Pembimbing

Dr. M. Hasinuddin, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0723058002

HUBUNGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA KEPERAWATAN DENGAN STRESS AKADEMIK SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

(Studi di STIKes Ngudia Husada Madura)

Khoirul Umam, Dr. M. Hasinuddin, S.Kep., Ns., M.Kep
Email: bobumam501@gmail.com

ABSTRAK

Stress akademik mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 merupakan suatu kondisi gangguan fisik dan emosional yang disebabkan pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran online. Strategi Koping menjadi jalan keluar dari permasalahan baik mental ataupun sikap, buat memahami, mentoleransi, kurangi ataupun meminimalisasikan sesuatu suasana ataupun peristiwa yang penuh tekanan. Hasil studi pendahuluan di STIKes Ngudia Husada Madura didapatkan 50% mahasiswa stress pada tingkat sedang. Tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan strategi koping mahasiswa keperawatan dengan stress akademik selama masa pandemi Covid-19.

Riset ini memakai pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di STIKes Ngudia Husada Madura. Variabel independen adalah strategi koping, variabel dependen adalah stress akademik mahasiswa. Pengambilan subjek menggunakan metode *proportionate stratified random sampling*. Analisa informasi memakai uji spearman rank. Riset ini sudah dicoba uji Kelaikan Etik yang dilaksanakan oleh KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.

Hasil analisa informasi dengan uji spearman rank menampilkan terdapat ikatan strategi koping mahasiswa keperawatan dengan stress akademik sepanjang masa pandemi Covid- 19(P value= 0, 000).

Berdasarkan hasil diatas disarankan untuk mahasiswa kurangi akibat stress mahasiswa dalam perkuliahan daring dicoba dengan pemilihan strategi koping yang efisien. Mahasiswa bisa membiasakan dirinya terhadap berbagai berbagai beban akademik yang dihadapi untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, tugas terselesaikan tepat waktu dan tidak jenuh dengan mata kuliah.

Kata Kunci : Strategi Koping, Stress Akademik Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19.

RELATIONSHIP COPING STRATEGIES OF NURSING STUDENTS WITH ACADEMIC STRESS DURING COVID-19 PANDEMIC

(Study at STIKes Ngudia Husada Madura)

Khoirul Umam , Dr. M. Hasinuddin, S.Kep., Ns., M.Kep

Email: bobumam501@gmail.com

ABSTRACT

Academic stress of students during the Covid-19 pandemic is a condition of physical and emotional disorders caused by face-to-face learning into online learning. Coping strategies become a way out of problems both mental and behavioral, to master, tolerate, reduce or minimize a stressful situation or event. The results of the preliminary study at STIKes Ngudia Husada Madura obtained 50% of stressed students at a moderate level. The purpose of the study was to analyze the relationship of nursing students' coping strategies with academic stress during the Covid-19 pandemic.

This study is a cross sectional study with a cross sectional approach. The study was conducted at STIKes Ngudia Husada Madura. Independent variables are coping strategies, dependent variables are student academic stress. Taking subjects using the proportionate stratified random sampling method. Data analysis uses spearman rank tests. This research has been conducted ethical feasibility test conducted by KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.

The results of the data analysis with spearman rank test showed there was a relationship between nursing students' coping strategies with academic stress during the Covid-19 pandemic (P value = 0.000).

Based on the above results it is recommended for students to reduce the impact of student stress in online lectures carried out by choosing an effective coping strategy. Students can adjust themselves to various kinds of academic burdens faced for the achievement of academic achievement increases, tasks are completed on time and are not saturated with courses.

Keywords: Coping Strategies, Academic Stress of Students During the Covid-19 Pandemic.

PENDAHULUAN

Tekanan pikiran akademik merupakan sesuatu kondisi ataupun keadaan berbentuk kendala raga, mental ataupun Emosional yg ditimbulkan ketidak sesuaian antara tuntutan zona menggunakan asal energi aktual yg dipunyai murid sebagai akibatnya mereka terbebani menggunakan bermacam tekanan dan tuntutan pada sekolah. Pandemi Covid- 19 bawa akibat signifikan dalam proses pendidikan, tercantum pembelajaran besar. Pandemi Covid- 19 mengganti pendidikan tatap muka jadi pendidikan online. Pendidikan online merupakan faktor tekanan pikiran untuk siswa. Tekanan pikiran akademik pada pelajar hendak timbul kala harapan buat pencapaian prestasi akademik meningkat, bermasalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran (Riyadi, 2018).

Bersumber pada World Health Organization, Informasi 30 April 2020, Covid- 19 telah dikonfirmasi dalam 3. 096. 686 orang menggunakan perseteruan baru 72. 955 pada segala dunia, kebalikannya nomor kematian dekat 9. 859, sebagai akibatnya total kematian karena Covid- 19 sebesar 223. 198 orang. Angka tadi bertambah

jauh jika pada bandingkan menggunakan fakta 28 April 2020 dimana jumlah pengidap Covid- 19 2. 957. 350 orang menggunakan jumlah kematian 207. 961 orang.

Keadaan tersebut menimbulkan Departemen Pembelajaran serta Kebudayaan mempersiapkan skenario belajar berdasarkan tempat tinggal hingga akhir tahun 2020. mengungkapkan hingga hari ini tercatat sebesar 97, 6 % sekolah sudah melaksanakan pendidikan jeda jauh. Sisanya sebesar 2, 4 % belum melaksanakan karena wilayahnya nir terkena corona ataupun nir memiliki fitur pendukung. Dari jumlah 97, 6 % tadi, sebesar 54 % sekolah sudah melaksanakan pendidikan jeda jauh seluruhnya, adalah pengajar dan murid mengajar dan belajar berdasarkan tempat tinggal . 46 % yg lain, Gurunya masih mengajar berdasarkan sekolah, namun muridnya pada tempat tinggal (muslim,2020). Berdasarkan data hasil penelitian yg di lakukan kepada seluruh mahasiswa S1 Keperawatan Unusa diseleksi dengan metode purposive sampling dengan jumlah 132 responden didapatkan hasil jumlah presentase paling banyak diantara responden yakni dalam usia 20 tahun

sebesar 76 orang(57, 6%) (Andikawati fitriasari,2020). Sedangkan menurut studi pendahuluan yang di lakukan oleh peneliti pada mahasiswa STIKes Ngudia Husada Madura Keperawatan Semester enam dilakukan survey pada 21 mahasiswa yg sedang melakukan pembelajaran daring pada masa pandemi pada bulan januari 2021 di dapatkan hasil data bahwa 10% mahasiswa pada tingkat ringan, 50% mahasiswa pada tingkat sedang dan 40% masiswa berada pada tingkat tinggi. Pada survey tersebut mahasiswa selama perkuliahan daring merasa tidak nyaman karena terkendala di bagian koneksi internet yg tidak memadai, tugas yg di berikan dosen terlalu banyak, dan kejenuhan saat di rumah saja.

Faktor pertama penyebab mahasiswa mengalami peningkatan stress adalah lingkungan, dimana siswa yang biasanya belajar di Sekolah dan di dalam ruang kelas kini harus belajar di rumah dengan berbagai macam kondisi yang terjadi entah itu keributan anggota keluarga. seorang yang belum membiasakan dirinya terhadap berbagai beban Akademik yang ia hadapi hendak menjadikan ia jenuh serta hadapi

Tekanan pikiran Akademik (Kusuma,2020).

Pergantian pendidikan ini berakibat pada psikologis mahasiswa semacam jadi stress sepanjang menjajaki perkuliahan online. mahasiswa belum sanggup membiasakan Pola belajarnya menggunakan tuntutan keadaan perkuliahan, kaget menggunakan rentang saat belajar yg panjang dan tidak sinkron, & belum sanggup mengendalikan saat belajar(Tuasikal, Retnowati, 2019). tiap stressor merupakan pemicu orang hadapi kecemasan, hingga secara otomatis timbul upaya buat mengatasinya dengan bermacam mekanisme koping (Lestari,2018).

Strategi Koping menjadi jalan keluar dari permasalahan yang telah di jelaskan diatas, Strategi koping menunjuk bermacam upaya, baik mental ataupun sikap, buat memahami, mentoleransi, kurangi ataupun meminimalisasikan sesuatu suasana ataupun peristiwa penuh tekanan. Dengan perkataan lain, coping yakni suatu proses dimana orang berupaya buat menanggulangi stress yang dihadapinya dengan

metode pergantian kognitif ataupun sikap guna mendapatkan rasa nyaman dalam dirinya (Hanifah, 2020).

METODE

Riset ini ialah kuantitatif dengan pendekatan Cross sectional. memakai pendekatan ini, ialah tipe riset yang menekankan waktu pengukuran/ observasi. Dengan pendekatan cross sectional peneliti mengumpulkan data dalam satu waktu secara bersamaan (Nursalam 2016). Sampel dalam riset ini merupakan mahasiswa keperawatan Semester 6 sebanyak 44 mahasiswa.

HASIL

4.1 Data Umum

4.1.1 Data Demografi

Responden dalam riset ini merupakan mahasiswa aktif keperawatan semester enam STIKes Ngudia Husada Madura yg sedang menjalani proses pembelajaran daring dampak covid-19, dengan jumlah responden sebanyak 43 orang yang dilakukan mulai dari tanggal 21 Juni 2021 sampai dengan 28 Juni 2021.

4.1.2 Karakteristik Responden

a. Karakteristik responden berdasarkan kelas mahasiswa

No.	Kelas Mahasiswa	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	6A Keperawatan	15	34,8
2	6B Keperawatan	14	32,6
3	6C Keperawatan	14	32,6
	Jumlah	43	100

Dari tabel bahwa karakteristik responden di STIKes Ngudia Husada Madura menurut kelas mahasiswa. Dari 43 responden berasal dari kelas 6A Keperawatan sebanyak 15 orang (34,8%).

b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mahasiswa

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Laki-laki	14	32,6
2	Perempuan	29	67,4
	Jumlah	43	100

Dari tabel bahwa karakteristik responden di STIKes Ngudia Husada Madura menurut jenis kelamin mahasiswa. Dari 43 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang dengan

persentase 67,4%.

4.2 Data Khusus

4.2.1 Tingkat Strategi Koping

No.	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Tinggi	13	30,2
2	Sedang	21	48,9
3	Rendah	9	20,9
	Jumlah	43	100

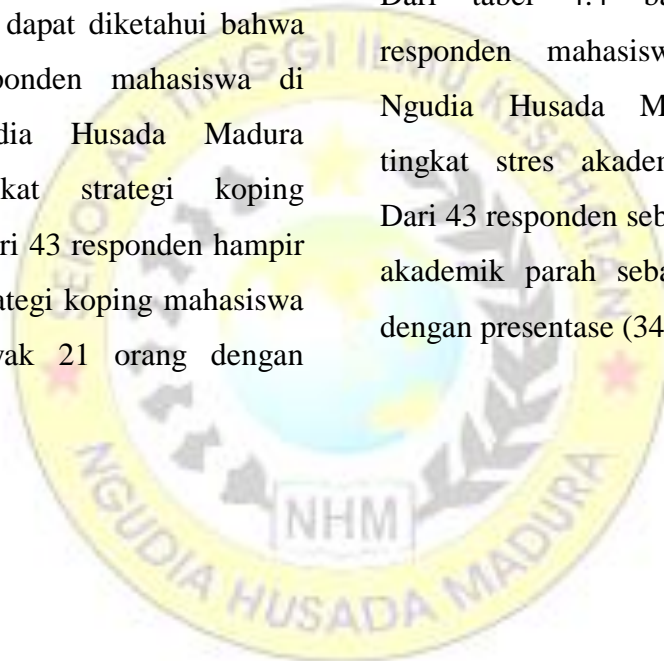
Dari tabel dapat diketahui bahwa distribusi responden mahasiswa di STIKes Ngudia Husada Madura menurut tingkat strategi koping mahasiswa. Dari 43 responden hampir separuhnya strategi koping mahasiswa sedang sebanyak 21 orang dengan

presentase (48,9%).

4.2.2 Stres Akademik Mahasiswa

No.	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Normal	13	30,2
2	Ringan	9	20,9
3	Sedang	6	14,0
4	Parah	15	34,9
	Jumlah	43	100

Dari tabel 4.4 bahwa distribusi responden mahasiswa di STIKes Ngudia Husada Madura menurut tingkat stres akademik mahasiswa. Dari 43 responden sebagian besar stres akademik parah sebanyak 15 orang dengan presentase (34,9%).



4.2.3 Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Dalam Menghadapi Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

		Stres Akademik								Total	
		Parah		Sedang		Ringan		Normal			
		f	%	F	%	f	%	f	%	f	%
Strategi Koping	Tinggi	0	0,0	1	7,7	0	0,0	12	92,3	13	30,2
	Sedang	1	4,8	14	66,7	6	28,6	0	0,0	21	48,8
	Rendah	8	88,9	1	11,1	0	0,0	0	0,0	9	20,9
Total		9	20,9	16	37,2	6	14,0	12	27,9	43	100

Uji Spearman Rank
 $\alpha = 0,05$
P value = 0,000

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa strategi koping mahasiswa tinggi dengan stres akademik normal sejumlah 12 (92,3%), strategi koping mahasiswa sedang dengan stres akademik sedang sejumlah 14 (66,7%) dan strategi koping mahasiswa rendah dengan stres

akademik parah sejumlah 8 (88,9%).

Dari hasil uji spearman rank diperoleh nilai *P value* = 0,000 berarti nilai *P value* < α (0,05). Dengan demikian bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan strategi koping mahasiswa dalam menghadapi stres akademik selama pandemi Covid-19.

PEMBAHASAN

5.1 Strategi Koping Mahasiswa S1 Keperawatan Selama Masa Pandemi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 43 responden sebagian besar strategi koping mahasiswa S1 Keperawatan selama masa pandemi kategori sedang sebanyak 21 orang dengan presentase (48,8%). Pada penelitian ini ditunjukkan dalam data umum bahwa lebih dari separuhnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang (67,4%). Wanita lebih cenderung memakai emotional focused coping sebab mereka lebih memakai perasaan ataupun lebih emosional sehingga tidak sering memakai logika ataupun rasio sedangkan pria memakai problem focused coping sebab pria umumnya memakai rasio ataupun logika serta langsung mengalami sumber permasalahan.

Praghopati & Ulfitri (2019) mengungkapkan hal yang sama bahwa mekanisme koping yang sangat digunakan oleh mahasiswa pada saat stres yaitu sedang. Riset ini sejalan dengan riset Wijayanti (2013) yang berkata ada beberapa cara dalam membuat strategi koping yang baik, agar koping dapat teratasi yang

memicu penurunan tingkat stres dengan cara mengendalikan diri, berfikir positif, selalu mengerjakan sesuatu yang baik serta memperhatikan diri sendiri.

Penelitian yang sama juga dijelaskan oleh Rositoh, Sarjuningsih, & Sa'adati (2017) yang menjelaskan bahwa dengan melakukan upaya mengontrol diri agar tidak terpengaruh terhadap kasus yang dirasakan dengan melaksanakan penyesuaian diri serta bersahabat terhadap kondisi yang dijalani.

5.2 Stress Akademik Mahasiswa S1 Keperawatan Selama Masa Pandemi

Berdasarkan hasil penelitian dari 43 responden sebagian besar stres akademik parah sebanyak 15 orang dengan presentase (34,9%). Pada penelitian ini ditunjukkan dalam data umum bahwa hampir separuhnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang (67,4%). Wanita hendak kilat rentan terserang tekanan pikiran dibanding pria. Ini diprediksi kalau pria kala mengalami tuntutan akademik cenderung lebih santai serta hendak mengorientasikan stresnya kepada perihal yang mengasyikkan. Sebaliknya wanita kala mengalami

tuntutan hendak lebih cenderung lebih takut serta risau.

Penelitian ini sejalan dengan Hamzah & Rahmawati (2020), Harahap (2020), Utami (2020) yang menjelaskan bahwa rata-rata mahasiswa selama masa pandemi covid-19 memiliki tingkat stress sedang dan berat. Beberapa penelitian diberbagai Negara dan wilayah di Indonesia menunjukkan bahwa kondisi stress mahasiswa disebabkan oleh berbagai faktor. Hal ini juga disebutkan dalam penelitian Utami, Rufaidah, & Nisa (2020) dan PH, Mubin, & Basthomi, (2020) menjelaskan bahwa penyebab stress dikalangan mahasiswa selama masa pandemi COVID-19 disebabkan oleh stress akademik dan tugas perkuliahan.

Kondisi stress yang dialami oleh mahasiswa akibat faktor perubahan sistem pembelajaran dan penugasan memerlukan proses adaptasi yang baik, tentunya harus didukung oleh penggunaan mekanisme koping yang tepat oleh mahasiswa dalam menghadapi masalah baru. Bagi sebagian orang proses penyesuaian diri tidaklah perihal yang susah serta mengecam sebab mereka cuma membutuhkan waktu yang

pendek buat bisa menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut. Tetapi untuk sebagian yang lain, proses penyesuaian diri ialah perihal yang susah serta memerlukan waktu yang lumayan lama sehingga merangsang timbulnya tekanan pikiran pada individu (Anelia, 2012).

Mahasiswa keperawatan mempunyai tingkatan tekanan pikiran akademik yang lebih besar dari pada mahasiswa yang lain yang belajar di kementerian yang tidak terpaut dengan kesehatan sebab sebagian mahasiswa keperawatan mulai belajar tanpa mengenali banyak perihal serta pula hadapi permasalahan menyesuaikan diri.

5.3 Hubungan Strategi Koping Dengan Stress Akademik Mahasiswa Keperawatan Selama Masa Pandemi

Berdasarkan data diatas didapatkan hasil bahwa strategi koping mahasiswa tinggi dengan stres akademik normal sejumlah 12 (92,3%), strategi koping mahasiswa sedang dengan stres akademik sedang sejumlah 14 (66,7%) dan strategi koping mahasiswa rendah dengan stres akademik parah sejumlah 8 (88,9%). Hasil uji statistik spearman rank

simpel diperoleh $P \text{ value} < \alpha (0, 05)$. Sehingga H_0 ditolak serta H_a diterima yang berarti terdapat ikatan strategi koping mahasiswa dalam mengalami tekanan pikiran akademik sepanjang pandemi Covid- 19 di STIKes Ngudia Husada Madura.

Pada penelitian ini ditunjukkan dalam data umum bahwa hampir separuhnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang (67,4%). Pria serta wanita bersama memakai kedua wujud strategi koping dalam meghadapi masalahnya. Masing-masing individu memiliki strategi koping stress yang berbeda dalam mengatasi masalahnya. Bagaimanapun pula, strategi pada tiap orang pastinya tidak sinkron satu sama lain, ditimbulkan taktik koping ditentukan sang latar kembali budaya, pengalaman pada hadapi permasalahan, aspek zona, karakter, konsep diri, aspek sosial dan lain- lain yg sangat menghipnotis dalam keahlian orang pada menyelesaikan permasalahan(Lazarus dan Folkman pada Maryam, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian Apriliana N (2021) kalau ada ikatan yg signifikan dan positif antara taktik koping menggunakan tekanan benak

akademik dalam mahasiswa Universitas Mulawarman dalam saat melaksanakan kuliah daring sepanjang masa pandemi Covid- 19. Sistem pendidikan yg ekstrem berganti bawa dampak terhadap tertekan & kepanikan baik untuk mahasiswa juga pengajar. Akibat psikologis untuk mahasiwa juga bermacam- macam serta sangat bergantung pada mekanisme koping yang dipunyai.

Hasil riset tersebut cocok dengan hasil riset yang ditulis oleh Jehan S(2017) mengungkapakan kalau ada ikatan positif serta signifikan antara tekanan pikiran akademik dengan strategi koping mahasiswa, dimana terus menjadi besar stress akademik yang dirasakan mahasiswa, hingga hendak terus menjadi besar strategi koping yang dicoba.

Strategi koping memiliki kaitan erat dengan stress akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19. Karena stress mahasiswa yang terjadi selama pandemi sangat tergantung pada kemampuan beradaptasi dan menggunakan mekanisme koping dalam menghadapi system yang metode pembelajaran yang baru.

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Strategi koping mahasiswa S1 Keperawatan selama masa pandemi sebagian besar kategori sedang di STIKes Ngudia Husada Madura.
2. Stress akademik mahasiswa S1 Keperawatan selama masa pandemi sebagian besar kategori sedang di STIKes Ngudia Husada Madura.
3. Ada hubungan strategi koping dengan stress akademik Mahasiswa S1 Keperawatan selama masa pandemi di STIKes Ngudia Husada Madura.

6.2 Saran

a. Teoritis

Riset ini digunakan selaku referensi supaya bisa menyusun riset lebih baik lagi dengan mengenakan media yang dimodifikasi, subjek riset yang lebih luas serta dengan mengenakan instrumen studi yang lebih mendalam dan komprehensif serta ukuran variabel yang lebih bervariasi yang diharapkan bisa berhubungan pada strategi koping dengan stress akademik dalam suasana pandemi Covid- 19.

b. Praktis

1. Responden

Responen diharapkan lebih tingkatan lagi kepedulian terhadap kesehatan masing- masing terutama dalam menghadapi stress akademik dengan strategi koping yang baik.

2. Bagi tempat penelitian

Diharapkan riset ini bisa menjadi acuan untuk STIKes Ngudia Husada Madura dalam strategi koping dan stress akademik selama masa pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Apriliana, N. 2021. Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psikoborneo Jurnal Imiah Psikologi* Volume 9 No 1

lestari, suci endah. pengaruh pola asuh orang tua dan kebiasaan belajar terhadap motivasi belajar siswa kelas v sekolah dasar negeri gugus sudirman kecamatan pangkah kabupaten tegal. diss. universitas negeri semarang, 2020.

Maryam, S. 2017. "Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya". *Jurnal Konseling Andi Matappa* 1 (2): 101 – 107

Muslim, Moh. 2020 "Manajemen stress pada masa pandemi covid-19." *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis* 23.2 192-201

Nursalam, 2016. Konsep dan

Penerapan Metodologi
Penelitian Ilmu
Keperawatan, Jakarta:
Salemba Medika

- Praghopati, A., & Ulfitri, W. 2019. Gambaran Mekanisme *Coping* Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung, 3(2).
- Rodameria, Aveena Arreola, and Annastasia Ediaty. 2020 "Strategi koping terhadap stres dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa tingkat pertama." *Empati* 7.3: 886-891.
- Rositoh, F., Sarjuningsih, & Sa'adati, T. I. 2017. Strategi *Coping* Stres Mahasiswi Yang Telah Menikah Dalam Menulis Tugas Akhir, 1(2), 59-74.
- Utami, S., Rufaidah, A., & Nisa, A. 2020. Kontribusi *Self-efficacy* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020. *Terapeutik*, 4(1). <https://doi.org/10.26539/terapeutik.41294>
- Wijayanti, N. 2013. Strategi Coping Menghadapi Stres Dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan