

# GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PENDIDIKAN PROFESI NERS DALAM MENGHADAPI UJIAN LABORATORIUM

Retno Puji Astuti<sup>1</sup>, Titik Nuryanti<sup>2</sup>, Eva Riantika Ratna Palupi<sup>3</sup>

[ayapujib@gmail.com](mailto:ayapujib@gmail.com)

Pendidikan Profesi Ners<sup>1</sup>, STIKes Rajekwesi Bojonegoro

## ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Dalam Menghadapi Ujian Laboratorium. Penelitian ini dilakukan atas dasar masalah meningkatnya tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian laboratorium di STIKes Rajekwesi Bojonegoro. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah semua mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKes Rajekwesi Bojonegoro yang mengikuti pelatihan ujian laboratorium sebanyak 21 orang. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* karena pengukuran variabel bebas dan variabel terikat dilakukan sekali dalam waktu yang sama. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *total sampling* dengan jumlah sampel 21 responden. Jumlah responden sebanyak 21 orang yang ditemui oleh peneliti, bersedia ikut dalam penelitian ini dengan menandatangani *informed consent*. Tingkat kecemasan ini diukur dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) versi bahasa Inggris yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia yang terdiri dari 14 item. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pada penelitian ini didapatkan 5 mahasiswa (23,9%) dengan tingkat kecemasan ringan, 7 mahasiswa (33,3%) dengan tingkat kecemasan ringan sampai sedang, 9 mahasiswa (42,8%) dengan tingkat kecemasan sedang sampai berat.

Kata Kunci: Mahasiswa, Tingkat Kecemasan, Ujian Laboratorium

## ABSTRACT

*This study discusses the description of the level of anxiety in Nursing Professional Education students in Facing Laboratory Examinations. This research was conducted on the basis of the problem of increasing student anxiety levels facing laboratory exams at STIKes Rajekwesi Bojonegoro. This study uses a descriptive quantitative approach. The population in this study were all students of the Nursing Professional Education Study Program of STIKes Rajekwesi Bojonegoro who participated in the laboratory exam training as many as 21 people. This study uses a cross-sectional approach because the measurement of the independent variable and the dependent variable is carried out once at the same time. The sampling technique was carried out using the total sampling method with a sample of 21 respondents. The number of respondents as many as 21 people who were met by the researcher, were willing to participate in this study by signing an informed consent. This level of anxiety was measured using the English version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire which has been translated into Indonesian which consists of 14 items. The results revealed that in this study 5 students (23.9%) with mild anxiety levels, 7 students (33.3%) with mild to moderate anxiety levels, 9 students (42.8%) with moderate to severe anxiety levels.*

*Keywords: Student, Anxiety Level, Laboratory Exam*

## Pendahuluan

Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, dan kesulitan bernapas (Ifdil & Annissa, 2016). Kecemasan yang timbul pada saat ujian praktik laboratorium diperkirakan dapat mengganggu konsentrasi dan kemampuan dalam berpikir serta bertindak saat ujian. Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap hasil yang akan dicapai saat ujian (Syarifah, 2013).

Kecemasan merupakan salah satu gangguan mental emosional berupa kekhawatiran atau ketakutan yang obyeknya atau sumbernya tidak jelas dan tidak diketahui terhadap ancaman yang akan datang. Menurut Nanda (2015), cemas merupakan perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respon otonom (sumber sering kali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu) perasaan takut yang disebabkan olehantisipasi terhadap

bahaya. Hal ini merupakan isyarat kewaspadaan yang memperingatkan individu akan adanya bahaya dan memampukan individu untuk bertindak menghadapi ancaman.

Kecemasan merupakan gejala yang normal terjadi pada setiap individu, namun apabila gejala tersebut menetap dapat mengganggu kegiatan sehari-hari yang dilakukan individu. Menurut Isona, Amir, dan Iryani, (2016) kecemasan ditandai kesulitan untuk beristirahat, kesulitan untuk berkonsentrasi, mengalami gangguan tidur dan perasaan tegang yang berlebihan. Hal tersebut diakibatkan karena kecemasan mempengaruhi organ visceral, motorik, pikiran, dan persepsi seseorang, maka dari itu akan timbul kecemasan yang berlebihan. Kondisi seperti ini apabila tidak segera diatasi, dapat berkembang ke arah yang lebih negatif dan menimbulkan masalah maupun gangguan kejiwaan dari yang ringan sampai berat (Apriady, Yanis, & Yulistini, 2016). Oleh sebab itu, kecemasan dapat menghambat fungsi pikiran yang berpengaruh pada performa ketika ujian (Isona, Amir, & Iryani, 2016).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2013, prevalensi gangguan jiwa berat pada penduduk Indonesia 1,7 per mil. Gangguan jiwa berat terbanyak di DI Yogyakarta, Aceh, Sulawesi Selatan, Bali, dan Jawa Tengah. Proporsi rumah tangga yang pernah memasung ART gangguan jiwa berat 14,3 persen dan terbanyak pada penduduk yang tertinggi di pedesaan (18,2%), serta pada kelompok penduduk dengan kuintil indeks kepemilikan terbawah (19,5%). Prevelensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia 6,0 persen. Provinsi dengan prevalensi gangguan mental emosional tertinggi adalah Sulawesi Tengah, Sulawesi Selatan, Jawa Barat, DI Yogyakarta, dan Nusa Tenggara Timur.

Kecemasan umumnya adalah suatu hal yang sulit, tidak menyenangkan dan tidak menikmati situasi-situasi tertentu. Namun, masyarakat lebih sering menghindari situasi yang membuat mereka merasa cemas. Akibatnya masyarakat kehilangan kesempatan untuk menikmati hidup mereka atau sesuatu yang sangat mereka nikmati (Richard & Susun, 2010). Jika tidak diobati, maka tingkat kecemasan yang dimulai pada kehidupan cenderung akan bertambah meningkat dan menyebabkan gangguan jiwa (Essau, Sasagawa & Ishikawa, 2010). Mahasiswa pun rentan mengalami kecemasan, tuntutan sehari-hari yang dihadapi mahasiswa biasanya berupa perubahan lingkungan belajar, tugas, praktikum laboratorium dan ujian. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa terutama kecemasan sedang hingga panik. Karena semakin tinggi level kecemasan maka perlu adanya mekanisme coping yang di gunakan individu dalam mengatasi kecemasan yang terjadi. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa menghadapi ujian laboratorium.

## Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Desain penelitian yang dipakai adalah *cross sectional*. Populasi penelitian ini mahasiswa Pendidikan Profesi Ners STIKes Rajekwesi Bojonegoro berjumlah 21 orang. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *total sampling* berjumlah 21 mahasiswa. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2011). Sebanyak 21 mahasiswa yang ditemui oleh peneliti, bersedia ikut dalam penelitian ini dengan menandatangani *informed consent*. Setelah menandatangani *informed consent*, subjek akan diberikan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) versi bahasa Inggris yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia yang terdiri dari 14 item.

## Hasil

Tabel 1: Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi ners (N= 21)

| Variabel | N  | Min | Max |
|----------|----|-----|-----|
| Usia     | 21 | 19  | 20  |

Tabel 1 menunjukkan mayoritas berada pada usia 19-20 tahun dimana usia tersebut masuk kategori remaja akhir. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang diantaranya adalah usia dan tahap perkembangan, pengetahuan/ tingkat pendidikan, stres yang ada sebelumnya, dukungan sosial, kemampuan mengatasi masalah coping, lingkungan, budaya dan etnis, dan kepercayaan. Menurut Santrock (2006), ciri remaja akhir adalah menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya tidak pernah dialami dan harus bisa menyesuaikan dengan orang dewasa diluar lingkungan sekolah ataupun keluarga. Untuk bisa memperoleh tujuan dari pola sosialisasi dewasa, maka seorang remaja harus bisa menyesuaikan dan yang terpenting adalah dalam urusan berperilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial serta nilai baru dalam seleksi pemimpin yang juga memiliki hubungan implikasi psikologi perkembangan dalam pendidikan.

Tabel 2: Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Progam Studi Pendidikan Profesi Ners

| Jenis kelamin | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| Perempuan     | 19        | 90,5           |
| Laki-laki     | 2         | 9,5            |
| Total         | 21        | 100            |

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 19 mahasiswa (90,5%) dan jenis kelamin laki-laki berjumlah 2 mahasiswa (9,5%). Menurut potter & perry (2005) menyatakan bahwa ada perbedaan moral dan intelektual anatara laki-laki dan perempuan dimana perempuan cenderung melakukan segala sesuatu dengan perasaan sementara laki-laki lebih menggunakan logika. Menurut Marini (2008) mengemukakan diagnostik gangguan mental adalah sama untuk semua jenis kelamin. Namun wanita lebih rentan terkena gangguan mental emosional disebabkan perubahan hormonal dan perbedaan karakteristik antara laki laki dan perempuan. Selain perubahan hormonal, karakteristik wanita yang lebih mengedepankan emosional dari pada rasional juga berperan dimana perempuan ketika menghadapi suatu masalah cenderung menggunakan perasaan.

Tabel 3: Distribusi frekuensi nilai kecemasan mahasiswa pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners

| Variabel penelitian | Kategori         | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------------|------------------|-----------|----------------|
| Kecemasan           | Kecemasan ringan | 5         | 23,9           |
|                     | Kecemasan sedang | 7         | 33,3           |
|                     | Kecemasan berat  | 9         | 42,8           |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kategori cemas ringan pada mahasiswa perempuan sebanyak 3 mahasiswa dan laki-laki 2 mahasiswa, kategori cemas sedang pada perempuan berjumlah 7 mahasiswa, dan untuk kategori cemas berat pada perempuan berjumlah 9 mahasiswa. Disimpulkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan responden laki-laki.

## Pembahasan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mary (2014) yang menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa timbul ketika menghadapi tes keterampilan (OSCE). Agustiar (2010) mengatakan bahwa timbulnya kecemasan menghadapi ujian karena ujian dipersepsikan sebagai suatu yang sulit, menantang dan mengancam, individu memandang dirinya sendiri sebagai seorang yang tidak sanggup atau mampu mengerjakan ujian. Selain itu, individu hanya terfokus pada bayangan-bayangan konsekuensi buruk yang tidak diinginkannya.

Menurut Colbert-Getz JM, et al., (2013) mahasiswa yang mengalami kecemasan dengan tingkat kecemasan ringan mempunyai performa dan prestasi yang baik yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang memiliki tingkat sedang dan berat. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbar (2015) yang menjelaskan bahwa prestasi mahasiswa yang dipengaruhi oleh rasa cemas seperti misalnya mahasiswa yang memiliki kecemasan yang berat tidak akan bisa berprestasi sebaik siswa yang memiliki kecemasan yang rendah. Dengan kata lain mahasiswa yang memiliki kecemasan yang tinggi akan memiliki prestasi yang lebih rendah dari pada siswa yang mengalami kecemasan rendah.

Menurut Stuart (2013) ketika mahasiswa mengalami kecemasan, individu menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mengatasi cemas, kemampuan individu, dukung sosial, asset material, keyakinan positif individu. Apabila individu tidak mampu mengatasi keccemasan secara konstruktif, maka dapat menjadi penyebab terjadinya perilaku yang patologis. Sikap optimis sering dihubungkan dengan adanya hasil positif termasuk harapan mengenai masa depan, kesehatan secara umum, kesehatan mental yang lebih baik, peningkatan keberhasilan dalam kerja dan strategi koping ketika menghadapi situasi yang mengarah pada stres (Parashar, 2012). Zhao, et al., (2015), menyatakan bahwa strategi koping yang baik melalui sikap optimis mahasiswa keperawatan terbukti mampu membawa mereka kehasil ujian keterampilan yang baik, mengurangi stres, dan menimbulkan kepercayaan diri ketika akan menghadapi situasi ujian.

Menurut Semiun (2006), kecemasan muncul ketika kita berada dalam bahaya, karena adanya stimulus yang berlebihan yang menjadikan sumber kecemasan seseorang. Begitu pula dengan yang di alami oleh mahasiswa program studi Pendidikan Profesi Ners ketika menempuh ujian praktikum. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa keperawatan selama ujian praktikum dapat menghambat kesesuaian hasil yang akan dicapai, terutama kecemasan

sedang hingga panic karena semakin tinggi level kecemasan maka cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat berakibat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Kaplan dan Saddock, 2010).

Faktor penting lainnya yang berpengaruh terhadap kecemasan adalah mekanisme koping individu. Menurut Ihdaniyati (2008), koping adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan dan respon terhadap situasi yang mengancam. Mekanisme koping ada dua macam yaitu adaptif dan maladaptif. Mekanisme koping adaptif bersifat positif dan konstruktif sedangkan maladaptif bersifat negatif dan merugikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ihdaniyati (2008) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping.

### **Kesimpulan Dan Saran**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 20 tahun, dimana pada usia tersebut termasuk ke dalam tahap usia remaja akhir. Hasil penelitian ditemukan bahwa 5 mahasiswa (23,9%) dengan tingkat kecemasan ringan, 7 mahasiswa (33,3%) dengan tingkat kecemasan ringan sampai sedang, 9 mahasiswa (42,8%) dengan tingkat kecemasan sedang sampai berat. Penelitian ini dapat memberikan persiapan yang matang kepada mahasiswa sebelum menempuh ujian praktikum dan praktik klinik. Pengarahan oleh dosen sesuai kompetensi dan bimbingan yang baik diharapkan bisa mengurangi kecemasan pada mahasiswa dan dapat menjalankan ujian praktikum sampai praktik klinik secara lebih optimal.

### **Daftar Pustaka**

- Agustiar, W., & Asmi, Y. (2010). Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional dan Motivasi belajar pada Siswa Kelas XII SMA Negeri "X" Jakarta Selatan. *Jurnal Psikologi*. Vol 8. No1, 9 - 15.
- Akbar, Djumadi. (2015). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Prestasi Akademik Mahasiswa di Fakultas Psikologis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Naskah Publikasi.
- Apriady, T., Yanis, A., & Yulistini. (2016). Prevalensi ansietas menjelang ujian tulis pada mahasiswa Kedokteran Fk Unand tahap akademik. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3). (tidak dipublikasikan): Fakultas Kedokteran Unand. Diunduh dari: [http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jk\\_a/article/viewFile/596/484](http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jk_a/article/viewFile/596/484). (diakses pada Mei 2021).
- Colbert - Getz JM. (2013). How do gender and anxiety affect students' self - assessment and actual performance on a high - stakes clinical skills examination?. *Academic Medicine*; 88(1): 44 - 8.
- Essau, C.A, Sasagawa, S, Ishikawa, S. (2010). Early Learning Lxperience and Adolescent Anxiety: A Ross-cultural Comparison Between Japan and England. *Springer*. 20 (1), 196-204.
- Ihdaniyati, Atina Inayah dkk (2008). hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada pasien gagal jantung kongestif di RSU Pandan Arang Boyolali. *Berita Ilmu Keperawatan* ISSN 1979-2697, Vol.1, No. 4, Desember 2008, 163-168
- Isrona, L., Amir, D. P., & Iryani, D. (2016). Hubungan tingkat kecemasan dalam menghadapi objective structured clinical examination (OSCE) dengan kelulusan OSCE pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 5(1). (Skripsi. tidak dipublikasikan): Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Diunduh dari: [http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jk\\_a/article/view/458](http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jk_a/article/view/458). (diakses pada Mei 2021).
- Kaplan HI, Saddock BJ, Grebb JA. (2010) *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Tangerang: Bina Rupa Aksara.
- Marini. (2008). Faktor-Faktor Yang berpengaruh Terhadap Kejadian Depresi Pada Usia Lanjut Di Poli Geriatri RSU Ciptomangunkusumo Tahun 2006-2008. Thesis. UI. Jakarta.

- Mary R. A., Marslin, G., Franklin G., & Sheeaba, C. J. (2014). Test Anxiety Level of Board Exam Going Student in Tamil Nadu, India. Hindawi Publishing Corporation. No: 1- 9.
- Nanda. (2015). Definisi & Klasifikasi 2015-2017. Alih bahasa. Budi Anna Kelia [et al.]. Ed.10. Jakarta : EGC.
- Parashar, F. (2012). Optimism And Pessimism. Diakses Mei 2021. <http://Positivepsychology.Org.Ik/Pp-Theory/Optimism/98-OptimismAnd-Pessimism.Html>.
- Richard. (2010). Coping with Stress In a Changing World. New York: McGrawHill.
- Riset Kesehatan Dasar (2013). Diakses Mei 2021. <http://www.depkes.go.id/Hasil%20Risesdas%202013.pdf>
- Santrock, J. W. (2006). Human Adjustment . University Of Texas at Dallas. Mc Graw Hill Companies.
- Semiun, Yustinus. (2006).Teori Kepribadian Dan Terapi Psikoanalitikk freud. Yogyakarta : Kanisius
- Stuart, G. W. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5. Alih Bahasa Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Afabeta
- Syarifah, S. N. (2013). Gambaran tingkatan kecemasan mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian skill lab di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. (Skripsi. tidak dipublikasikan): Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. (diakses pada Mei 2021).
- Zhao, F. F., Lei, X. L., He, W., Gu, Y. H., & Li, D. W. (2015). The Study Of Perceived Stress, Coping Strategy And Self - Efficacy Of Chinese Undergraduate Nursing Students In Clinical Practice, International. Journal Of Nursing Practice. Vol. 21. Issue 4, 401 - 409.