

HUBUNGAN KOMUNIKASI SUPORTIF KELUARGA DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PROGRAM PROFESI FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS PADJADJARAN

Nanda Chaerunisa, Cecep Eli Kosasih, Valentina B. M. L*

Universitas Padjadjaran

e-mail: nanda14004@mail.unpad.ac.id

Abstract

*Komunikasi
Suportif,
Mahasiswa
Program Profesi,
Stres*

Mahasiswa profesi dihadapkan dengan berbagai stressor yang rentan menimbulkan stress dan berpengaruh negative. Komunikasi suportif merupakan bentuk dukungan yang berpotensi menurunkan stress. Penelitian ini adalah deskriptif korelasional yang mengidentifikasi bagaimana hubungan antara komunikasi suportif keluarga terhadap tingkat stress dengan metode total sampling yaitu 66 mahasiswa program profesi. Analisa bivariate dilakukan dengan uji metode Chi Square. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat korelasi antara komunikasi suportif keluarga terhadap tingkat stress.

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang No. 38 tahun 2014, keperawatan merupakan suatu bentuk pelayanan professional yang merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan yang didasarkan pada ilmu dan kiat keperawatan ditujukan kepada individu, keluarga, kelompok atau masyarakat, baik sehat maupun sakit. Dalam tahapannya menjadi perawat, seseorang harus memiliki Surat Tanda Registrasi (STR) sebagai bukti tertulis dan STR didapatkan dari hasil uji kompetensi dan sertifikat profesi yang diperoleh lulusan pendidikan profesi keperawatan sebagai surat tanda pengakuan untuk melakukan praktik keperawatan (Kementrian

Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2017).

Saat menjalani pendidikan profesi, mahasiswa cenderung lebih banyak mendapatkan tantangan dibandingkan saat menempuh pendidikan sarjana. Hal ini dikarenakan mahasiswa lebih ditekankan untuk melakukan pembelajaran dengan praktek dan bertemu klien secara langsung dibandingkan dengan pendidikan sarjana yang kebanyakan sistem pembelajarannya dilakukan di dalam kelas. Dari hasil penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Jamshidi, Molazem, Sharif, Torabizadeh dan Kalyani (2016), tantangan yang umum dihadapi saat mahasiswa menjalani pendidikan profesi

diantaranya adalah komunikasi yang tidak efektif, ketidaksiapan menghadapi lingkungan praktek dan reaksi emosional. Tantangan-tantangan ini bila tidak dapat diatasi dengan baik, dapat memicu munculnya beberapa masalah seperti stress yang nantinya dapat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan dari mahasiswa itu sendiri.

Salah satu penelitian yang mengukur tingkat stres pada mahasiswa profesi dilakukan oleh Anelia (2012) yang mengukur hubungan tingkat stres dengan mekanisme koping yang dilakukan pada mahasiswa program profesi ners di Universitas Indonesia, didapatkan hasil 63,6% dari total 87 responden mengalami stres dengan rata-rata mengarah pada stres sedang. Data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa angka kejadian stres pada mahasiswa program profesi cukup tinggi.

Tingginya tingkat stres dan ketidakmampuan mahasiswa program profesi dalam menghadapi tantangan-tantangan saat menghadapi pendidikan profesi dapat memiliki beberapa pengaruh negatif, dibuktikan oleh hasil penelitian yang dilakukan Rosiek, Rosiek-Kryszewska., Leksowski dan Leksowski (2016) yang menunjukkan bahwa stress dapat memiliki pengaruh negatif terhadap kesehatan mental seseorang dan dapat memicu pemikiran untuk melakukan bunuh diri. Stres berat dapat memicu seseorang untuk melakukan hal-hal negatif seperti merokok, mengonsumsi alkohol, tawuran, seks dan juga penyalahgunaan NAPZA (Widianti, 2007). Hasil studi menunjukkan bahwa stres berhubungan dengan perkembangan

berbagai macam penyakit, seperti penyakit ginjal, pembekuan pembuluh darah arteri, serangan jantung, hipertensi, kanker dan berbagai gangguan mental (Avery, 1990).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmi (2013) mengenai hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa yang diteliti pada mahasiswa tingkat II prodi kebidanan Banda Aceh jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes, didapatkan hasil bahwa stres dapat menurunkan prestasi belajar. Menurut *Psychology Foundation of Australia* (2010), pada saat mahasiswa mengalami stres akademik berat, mahasiswa cenderung menjadi mudah marah dan tidak fokus yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kemampuan pemahaman dalam proses pembelajaran, dan semakin tinggi tingkat stres yang dialami maka semakin menurunkan energi dan respon adaptif seseorang. Stres serta rasa cemas juga dapat memicu depresi dan dapat menyebabkan kebingungan, perasaan tidak berdaya serta menyebabkan kelelahan (Varcarolis, 2013). Ketidakefektifan pembelajaran di lingkungan klinis ini dapat meningkatkan angka *drop out* serta berakibat pada ditinggalkannya profesi keperawatan (Shen & Spouse, 2007).

Istilah stress sering digunakan untuk mengungkapkan pengalaman atau peristiwa negatif (Rosiek et al, 2016). Stres diidentikkan dengan upaya adaptasi diri, dimana seseorang dikatakan adaptif jika ia bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan orang lain, dan ia juga bisa memenuhi kebutuhannya sendiri (Wiramihardja, 2007). Untuk dapat mengatasi stres, diperlukan adanya upaya manajemen stres serta dukungan sosial yang

memadai, dan sumber daya eksternal dan dukungan sosial merupakan salah satu hal yang penting yang dapat memberikan sumbangan yang besar terhadap lebih ringannya situasi stres (Wiramihardja, 2007).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Laksmiwati (2012) mengenai pengaruh dukungan sosial yang meliputi; dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif terhadap stres, didapatkan hasil bahwa dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan stres. Dukungan sosial biasanya diberikan oleh orang-orang terdekat, dan dukungan sosial utama berasal dari keluarga.

Salah satu bentuk dukungan keluarga yang telah diteliti berkaitan dengan penurunan stres dan berkaitan dengan kesehatan mental dapat diberikan melalui komunikasi (Cohen et al, 2000) dalam (MacGeorge, Samter, & Gillihan, 2005). Komunikasi yang suportif berpotensi menurunkan tekanan emosional, meningkatkan mekanisme koping, meningkatkan perlindungan kesehatan serta meningkatkan hubungan personal (Cunningham & Barbee, 2000 dalam Burleson, 2009). Studi menunjukkan bahwa interaksi sosial dengan keluarga, suami/ istri maupun teman dekat dapat membantu mengatasi stres dengan baik (Varcarolis, 2013). Dari segi fungsi, komunikasi dalam keluarga salah satunya memiliki fungsi komunikasi sosial, yakni untuk membangun konsep diri, aktualisasi diri, untuk kelangsungan hidup, memperoleh kebahagiaan, serta menghindarkan diri dari tekanan dan ketegangan (Djamarah, 2004).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap mahasiswa profesi, masalah yang sering timbul diantaranya adalah gangguan tidur, gangguan pola makan dan fluktuasi berat badan.

Hasil pengamatan langsung oleh peneliti terhadap mahasiswa profesi, tidak semua mahasiswa tinggal bersama keluarga pada saat pendidikan. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya tempat tinggal keluarga yang jauh dari tempat praktek dan lokasi praktek yang berpindah-pindah. Maka, dukungan sosial yang memungkinkan untuk dilakukan adalah dukungan sosial dalam bentuk komunikasi baik itu secara langsung dengan tatap muka ataupun menggunakan media seperti telepon.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimana hubungan dukungan sosial yang diberikan keluarga dalam hal ini komunikasi suportif dengan tingkat stres yang dialami mahasiswa profesi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan 2 kuesioner, komunikasi suportif diukur menggunakan *Experienced Support Instrument* dan stress diukur menggunakan *Student Stress Inventory*. Analisa bivariante diukur menggunakan uji *Chi-square*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menggunakan instrumen penelitian *Experienced Support Instrument*, didapatkan tingkat komunikasi suportif keluarga yaitu sebagai berikut:

Gambaran Distribusi Frekuensi Tingkat Komunikasi Suportif Mahasiswa Program Profesi Fakultas Keperawatan Unpad semester 1 tahun ajaran 2017/2018 (n=61)

Tingkat Komunikasi Suportif	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	18	29.5
Rendah	43	70.5

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa kebanyakan responden memiliki komunikasi suportif keluarga yang rendah yaitu sebanyak 43 orang (70.5%).

Hasil pengukuran tingkat stres yang diukur menggunakan instrumen *Student-Life Stress Inventory*, didapatkan hasil gambaran tingkat stres responden yaitu sebagai berikut Gambaran Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa Program Profesi Fakultas Keperawatan Unpad semester 1 tahun ajaran 2017/2018 (n=61)

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	15	24.6
Sedang	46	75.4

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa program profesi semester 1 tahun ajaran 2017/2018 didominasi oleh tingkat stres sedang yaitu sebanyak 46 dari total 61 responden.

PEMBAHASAN

Hubungan Komunikasi Suportif Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program

Profesi Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Semester 1 tahun ajaran 2017/2018 (n=61)

Komunikasi suportif	Tingkat Stres						p value
	Ringan		Sedang		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Tinggi	4	22.2	14	77.8	18	100	1.00
Rendah	11	25.6	32	74.4	43	100	

Berdasarkan hasil uji

Kolmogorov Smirnov dapat diketahui bahwa nilai $p= 1.000$ dan nilai $\alpha 0.05$. karena $p\ value\ 1.00 > \alpha 0.05$, maka nilai tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara komunikasi suportif keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa program profesi Fakultas Keperawatan Unpad Semester 1 tahun ajaran 2017/2018.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan *Kolmogrov Smirnov* ditemukan bahwa nilai $p\ value$ yang didapat adalah 1.00 dengan $\alpha=0.05$. karena $p>\alpha$, maka H_0 diterima, yang artinya tidak ada korelasi antara komunikasi suportif keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa program profesi semester 1 tahun ajaran 2017/2018 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya yang berjudul *Academic Stress, Supportive Communication and Health* oleh MacGeorge (2005) yang meneliti kaitan antara stres akademik dengan komunikasi suportif yang diberikan oleh teman dan keluarga dekat yakni stres akademik menurun dengan meningkatnya komunikasi suportif

yang didapatkan. Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh komunikasi suportif yang diberikan dalam penelitian sebelumnya adalah komunikasi suportif yang diberikan oleh teman dan keluarga sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti ini hanya komunikasi suportif yang didapat dari keluarga. Kemungkinan, komunikasi suportif dari teman dekat yang dilakukan peneliti sebelumnya lebih tinggi dibandingkan komunikasi suportif dari keluarga. Hal ini dapat terjadi karena dilihat dari karakteristik respondennya sendiri, mahasiswa lebih banyak tinggal di kost dibandingkan dengan tinggal bersama keluarga.

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya juga dapat dimungkinkan karena adanya ketidaksamaan jumlah responden. Penelitian yang dilakukan MacGeorge (2005) melibatkan 739 mahasiswa sebagai responden sedangkan dalam penelitian ini hanya melibatkan 61 orang sebagai responden.

Walaupun beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga termasuk di dalamnya komunikasi suportif berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami, kemungkinan ada beberapa faktor yang dapat menghambat atau berpengaruh terhadap keberhasilan komunikasi suportif tersebut. Sebagaimana teori yang dikatakan oleh Burleson (2009) mengenai *dual process theory* yang menyangkut 4 faktor yang memengaruhi keberhasilan komunikasi suportif. Pada penelitian ini besar kemungkinan ada pengaruh dari salah satu atau lebih faktor (sumber, penerima, pesan atau konteks).

DAFTAR PUSTAKA

- Anelia, N. (2012). Hubungan Tingkat Stres Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Reguler Program Profesi Ners FKI UT¹. *Skripsi UI*.
- Avery, G. C. (1990). *Psychology at Work*. 2nd edition. Prentice Hall of Australia Pty Ltd
- Bulo, J. G. (2014). Source of Stress Among College Students. *CVCITC Research Journal*, 1(1).
- Burleson, B. R. (2009). Understanding the outcomes of supportive communication: A dual-process approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 21–38. <https://doi.org/10.1177/0265407509105519>
- Dusselier L, Dunn B, Wang Y, Shelley MC 2nd, Whalen DF. (2005). Personal, health, academic, and environmental predictors of stress for residence hall students. *Journal of American College Health*, 54(1) : 15-24.
- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: Identification of and Reactions to Stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>
- Harapan, E. & Ahmad, S. (2014). *Komunikasi Antarpribadi: Perilaku Insani dalam Organisasi Pendidikan*. Depok: PT Rajagrafindo Persada

- Jain, A., Sandeep, V. S. (2016). *Prevalence of Stress and Coping Strategies Among College Students*. *J Adv Med Dent Scie Res*, 4(6): 95-99.
- Jamshidi, N., Molazem, Z., Sharif, F., Torabizadeh, C., & Kalyani, M. N. (2016). The Challenges of Nursing Students in the Clinical Learning Environment: A Qualitative Study, 2016.
- Liliweri, Alo. (2011). *Dasar - dasar Komunikasi Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- MacGeorge, E. L., Samter, W., & Gillihan, S. J. (2005). Academic stress, supportive communication, and health. *Communication Education*, 54(4), 365-372. <https://doi.org/10.1080/03634520500442236>
- Nasir, A., Muhith, A., Sajidin, Muhammad & Mubarak, W. I. (2009). *Komunikasi dalam Keperawatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan*. Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika
- Paususeke, L. J., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2015). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado*.
- Pratiwi, I. H. & Laksmiwati, H. (2012). *Pengaruh Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental dan Dukungan Informatif terhadap Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang*. Surabaya: Jurnal Ilmiah UNESA.
- Rahmi, N. (2013). Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat Ii Prodi D-iii Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Nad Ta. 2011/2012. *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah*, 2(1), 66-76. Retrieved from http://www.ejournal.uui.ac.id/jurnal/Nuzulul_Rahmi-hqv-6-jurnal_nuzulul.pdf
- Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi. Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Rosiek, A., Rosiek-Kryszewska, A., Leksowski, Ł., & Leksowski, K. (2016). Chronic stress and suicidal thinking among medical students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph13020212>
- Shen, J., & Spouse, J. (2007). Learning to nurse in China - Structural factors influencing professional development in practice settings: A

- phenomenological study. *Nurse Education in Practice*, 7(5), 323–331.
<https://doi.org/10.1016/j.nepr.2006.10.003>
- Sullivan, K. T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effect of religiosity of newlywed couples: *Journal of Family Psychology*, Vol 15, Page 610-626.
- Varcarolis, E. M. (2009). *Essential of Psychiatric Mental Health Nursing second edition*. Elsevier
- Widianti, F. (2007). Remaja dan Permasalahannya: Bahaya Merokok, Penyimpangan Seks pada Remaja dan Bahaya Penyalahgunaan Minuman Keras dan Narkoba. <http://prov.bkkbn.go.id>
- Wiramihardja, S. A. (2007). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Xu, Y., & Burleson, B. R. (2001). Effects of sex, culture, and support type on perceptions of spousal social support: An assessment of the “support gap” hypothesis in early marriage. *Human Communication Research*, 27(4), 535–566. <https://doi.org/10.1093/hcr/27.4.5>