



Optimalisasi Pelaksanaan Supervisi *Handover* Keperawatan pada Rumah Sakit di Jakarta Selatan  
**(Sri Herni Wigiarti, Krisna Yetti, Dudi Mashudi)**

Gambaran Fase Berduka pada Pasien Stroke di Wilayah Kerja Puskesmas Pembangunan  
**(Restiani Paripurna Sari, Titin Sutini, Iceu Amira DA)**

Optimalisasi Peran dan Fungsi Kepala Ruangan dalam Pelaksanaan Sosialisasi Regulasi dan Standar Prosedur Operasional Keselamatan Pasien  
**(Dina Warashati, Enie Novieastari, Tuti Afriani)**

Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stress pada Mahasiswa Junior Keperawatan di Indonesia  
**(Agus Hendra, Bella Risma Heryanti, Agni Laili Perdani)**

Kesiapsiagaan Perawat Rumah Sakit dalam Menghadapi Bencana : Tinjauan Sistematis  
**(Ramdani, Yanny Trisyani, Etika Emaliyawati)**

Modifikasi Asesmen *Early Warning System* Upaya Peningkatan Penerapan Keselamatan Pasien  
**(Veronika Hutabarat, Enie Novieastari, Satinah)**

Gambaran Status Gizi Ibu Hamil Primigravida dan Multigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Garut  
**(Lupita Sari, Restuning Widiasih, Hendrawati)**

Perbandingan Efektivitas Senam Prolanis dan Senam Diabetes terhadap Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2  
**(Faisal Kholid F.)**

JURNAL KEPERAWATAN KOMPREHENSIF	VOL. 6	NO. 2	Hal. 70-136	Bandung Juli 2020	ISSN 2354-8428 e-ISSN 2598-8727
------------------------------------	--------	-------	-------------	-------------------------	--

## DAFTAR ISI

Optimalisasi Pelaksanaan Supervisi <i>Handover</i> Keperawatan pada Rumah Sakit di Jakarta Selatan ( <b>Sri Herni Wigiarti, Krisna Yetti, Dudi Mashudi</b> ).....	70-80
Gambaran Fase Berduka pada Pasien Stroke di Wilayah Kerja Puskesmas Pembangunan ( <b>Restiani Paripurna Sari, Titin Sutini, Iceu Amira DA</b> ) .....	81-84
Optimalisasi Peran dan Fungsi Kepala Ruangan dalam Pelaksanaan Sosialisasi Regulasi dan Standar Prosedur Operasional Keselamatan Pasien ( <b>Dina Warashati, Enie Novieastari, Tuti Afriani</b> ).....	85-94
Gambaran Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stress pada Mahasiswa Junior Keperawatan di Indonesia ( <b>Agus Hendra, Bella Risma Heryanti, Agni Laili Perdani</b> ) .....	95-100
Kesiapsiagaan Perawat Rumah Sakit dalam Menghadapi Bencana : Tinjauan Sistematis ( <b>Ramdani, Yanny Trisyani, Etika Emaliyawati</b> ).....	101-111
Modifikasi Asesmen <i>Early Warning System</i> Upaya Peningkatan Penerapan Keselamatan Pasien ( <b>Veronika Hutabarat, Enie Novieastari, Satinah</b> ).....	112-120
Gambaran Status Gizi Ibu Hamil Primigravida dan Multigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Garut ( <b>Lupita Sari, Restuning Widiasih, Hendrawati</b> ) .....	121-131
Perbandingan Efektivitas Senam Prolanis dan Senam Diabetes terhadap Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 ( <b>Faisal Kholid F.</b> ).....	132-136

# GAMBARAN TINGKAT DEPRESI, KECEMASAN DAN STRESS PADA MAHASISWA JUNIOR KEPERAWATAN DI INDONESIA

Agus Hendra<sup>1</sup>, Bella Risma Heryanti<sup>2</sup>, Agni Laili Perdani<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Departemen Anak, STIKep PPNI Jawa Barat

<sup>2</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKep PPNI Jawa Barat

<sup>1,3</sup>PhD Student, Department of Nursing, College of Medicine,

National Cheng Kung University (NCKU) Taiwan

E-mail : alperdani1989@gmail.com

## Abstrak

Stress adalah masalah kesehatan yang akan menjadi epidemik global pada abad ke-21. Mahasiswa keperawatan adalah kelompok masyarakat yang rentan akan stress dan dipicu oleh faktor akademik, klinik dan lingkungan. Dinamika perubahan belajar dan perbedaan proses akademik dari sekolah ke perguruan tinggi dan hal tersebut menjadi sumber utama stress pada mahasiswa baru. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan tingkatan depresi, kecemasan, dan stress pada mahasiswa junior keperawatan.. Penelitian ini adalah *cross-sectional study* yang dilakukan di salah satu institusi keperawatan di Indonesia pada bulan Desember-January 2019. Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling* dengan Instrumen DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*). Pengambilan data menggunakan *online questionnaire form* dan teknik analisa *univariate* data dengan SPSS Version 25. Rata-rata usia pada tahap remaja 19.13 (SD±0.59), 82% perempuan dan 80.8% tinggal bersama orang tua kandung ( $p < 0.000$ ). Rata-rata tingkat depresi 16.24 (SD±9.71), kecemasan 13.71 (SD±0.59) atau berada pada kategori sedang dan rata-rata tingkat stress adalah 12.49 (SD±10.18) ( $p < 0.000$ ). Total 25 (32.1%), 28 (35.9%) dan 52 (66.7%) responden pada depresi, kecemasan dan stress adalah normal. Depresi - stress berada pada rata-rata tertinggi 1.14 (SD ± 0.89) dan terendah adalah kecemasan - stress (SD±0.68). Identifikasi data awal tingkat stress, depresi dan kecemasan pada mahasiswa junior dibutuhkan oleh institusi sebagai upaya dalam melakukan manajemen stress. Tindakan kolaboratif bersama dapat diupayakan oleh berbagai pihak meliputi pelatihan teknik relaksasi, pengenalan strategi koping efektif ataupun penyediaan sumber-sumber yang dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai upaya institusi dalam menciptakan proses akademik dan praktik klinis yang baik.

## Abstract

*Stress is a major health problem that will become a global epidemic in the 21st century. Nursing students are vulnerable population to stress caused by academic, clinical and environmental factors. The dynamics of learning change and differences in academic processes from school to college is a major source of stress on new students. The purpose of this study was to describe the levels of depression, anxiety, and stress in nursing junior students. This study was a cross-sectional study conducted at one of the nursing institutions in Indonesia from December-January 2019. A convenience sampling was applied used instrument DASS (Depression Anxiety Stress Scale). Data collection using online questionnaire form and univariate data analysis techniques with SPSS Version 25. The average age of adolescents is 19.13 (SD ± 0.59), 82% of women and 80.8% live with biological parents ( $p < 0.000$ ). The average depression level was 16.24 (SD ± 9.71), anxiety 13.71 (SD ± 0.59) or in the moderate category and the average stress level was 12.49 (SD ± 10.18) ( $p < 0.000$ ). Total of 25 (32.1%), 28 (35.9%) and 52 (66.7%) respondents in depression, anxiety and stress were normal. Depression - stress is at the highest average of 1.14 (SD ± 0.89) and the lowest is anxiety - stress (SD ± 0.68). Early identification of the level of stress, depression and anxiety among junior students is needed by the institution as an effort to manage stress. Collaborative action including training in relaxation techniques, introduction of effective coping strategies or providing resources that can be used by students as an institutional effort in creating academic processes and good clinical practice.*

## PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyatakan stress adalah masalah kesehatan yang akan menjadi epidemik global di seluruh dunia pada abad ke-21 dan memberikan efek

fisik dan emosional (WHO, 2006). Mahasiswa keperawatan adalah kelompok masyarakat yang rentan akan stress dan dipicu oleh faktor akademik, klinik dan lingkungan, 70% menyatakan bahwa akademik faktor seperti ketidakmampuan menyeimbangkan

antara belajar dan waktu istirahat adalah sumber dari stress dan 84% mahasiswa mengkhawatirkan karir di masa depan dan ketakutan tersebut menciptakan stres (Parveen & Inayat, 2017). Penelitian sebelumnya menunjukkan angka yang kritikal sebanyak 64% dari 455 mahasiswa keperawatan di Brazil (Cestari, et al. 2017) mengalami stress, 15-23% di Kanada menunjukkan gejala depresi, stress atau cemas (Chernomas, & Shapiro, 2013) dan 90,4% mahasiswa keperawatan di Indonesia mengalami kecemasan (Malfasari, Devita, Erlin, & Ramadania, 2018). Gangguan kejiwaan yang dipicu oleh stress dan terkait dengan manajemen koping maladaptive akan mengarah pada depresi, perubahan perilaku, penggunaan alkohol/ obat-obatan dan perilaku menyakiti diri sendiri/bunuh diri (WHO, 2013).

Mahasiswa junior keperawatan yang berada pada tingkat pertama perkuliahan menghadapi dinamika perubahan belajar dan perbedaan proses akademik dari sekolah ke perguruan tinggi dan hal tersebut menjadi sumber utama stress (Lim, Chua, Creedy, & Chan 2009). Tingkat stress dirasakan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tingkat kedua atau ketiga karena mahasiswa tingkat satu belum mendapatkan pengalaman praktik klinis sehingga kecemasan dalam melakukan kesalahan tindakan keperawatan kepada pasien atau diri sendiri (López Rodríguez, Morales Ruiz, Simón Gómez, 2013). Faktor-faktor stress dipengaruhi oleh karakteristik sosial demografik seperti jenis kelamin, riwayat pendidikan orang tua, status finansial dan kesehatan dan dapat mempengaruhi stress akademik dan stress dalam melaksanakan praktikum (Senturk & Dogan, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen stress membutuhkan upaya kolaboratif untuk pengelolaan bersama dengan melibatkan berbagai peneliti dan praktisi dengan mempertimbangkan pengaruh sosial-kultural dan sistem kesehatan yang ada saat ini (Tol et al., 2014). Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkatan depresi, kecemasan, dan stress pada mahasiswa junior keperawatan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah *cross-sectional study* dengan menggunakan deskriptif analitik yang dilakukan pada mahasiswa baru di salah satu institusi keperawatan di Indonesia pada bulan Desember-Januari 2019. Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling* dan sebanyak 78 responden mahasiswa junior tingkat awal setuju untuk berpartisipasi di dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan adalah DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) untuk mengukur tingkat depresi, stress dan kecemasan dikembangkan oleh Lovibond<sup>1</sup> & Lovibond<sup>2</sup> (1996) yang terdiri dari 42 pertanyaan dengan menggunakan skala Likert 0-3 (Tidak sesuai dengan saya - Sangat Sesuai). Kuisisioner DASS yang digunakan dalam penelitian ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dengan nilai *Cronbach Alpha* 0.9053 dan  $\alpha = .9483$  mengindikasikan hasil validity dan reability yang baik (Damanik, 2011). Pengambilan data menggunakan *online questionnaire form* dan teknik analisa *univariate* data dengan SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) Version 25.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1.**  
**Demografik karakteristik dan tingkat DAS mahasiswa junior keperawatan (n=78)**

Variabel	n (%)	p-value
Usia (mean ± SD)	19.13 ± 0.59	<b>0.000**</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
• Perempuan	64 (82.0)	
• Laki-laki	14 (17.9)	
<b>Tinggal bersama</b>		
• Kedua orang tua kandung	63 (80.8)	
• Salah satu orang tua kandung (ayah/ibu)/Wali	15 (19.2)	
<b>Tingkat DAS (mean ± SD)</b>		<b>0.000**</b>
• Depresi	16.24 ± 9.71	Sedang
• Kecemasan	13.71 ± 0.59	Sedang
• Stress	12.49 ± 10.18	Normal

**Tabel 2.**  
**Tingkat DAS mahasiswa junior keperawatan (n=78)**

Interpretasi n (%)	Depresi	Kecemasan	Stress
Normal	25 (32.1)	28 (35.9)	52 (66.7)
Ringan	6 (7.7)	4 (5.1)	5 (6.4)
Sedang	21 (26.9)	16 (20.5)	10 (12.8)
Berat	14 (17.9)	10 (12.8)	9 (11.5)
Sangat berat	12 (15.4)	20 (25.6)	2 (2.6)

**Tabel 3.**  
**Sepuluh Pernyataan dengan Nilai Paling Tinggi Pada Mahasiswa Junior Keperawatan**

Pertanyaan (Nomer)	(Mean ± SD)	Variabel	p-value
Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir (9)	1.14±0.89	Depresi- Stress	<b>0.000*</b>
Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu) (14)	0.88±0.64	Depresi - Kecemasan	
Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal (11)	0.81±0.58	Depresi – Kecemasan	
Saya merasa bibir saya sering kering (2)	0.78±0.59	Depresi - Stress	
Saya takut bahwa saya akan ‘terhambat’ oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan (30)	0.77±0.77	Depresi -Stress	
Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele (1)	0.74±0.59	Depresi - Kecemasan	
Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung (18)	0.74±0.63	Depresi – Kecemasan	
Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal (29)	0.65±0.59	Depresi - Kecemasan	
Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas (12)	0.63±0.74	Depresi - Kecemasan	
Saya merasa sedih dan tertekan (13)	0.63±0.68	Kecemasan - Stress	

Berdasarkan hasil tabel 1 menunjukkan rata-rata usia mahasiswa junior keperawatan pada tahap remaja 19.13 (SD±0.59), 82% berjenis kelamin perempuan dan 80.8% tinggal bersama orang tua kandung dengan hasil statistik yang signifikan ( $p < 0.000$ ). Rata-rata tingkat depresi adalah 16.24 (SD±9.71) dan kecemasan 13.71 (SD±0.59) atau berada pada kategori sedang dan rata-rata tingkat stress adalah 12.49 (SD±10.18) atau pada kategori normal dengan hasil statistik yang signifikan ( $p < 0.000$ ) (Tabel 1).

Total sejumlah 25 (32.1%), 28 (35.9%) dan 52 (66.7%) orang responden berada pada kategori normal di ketiga variabel tingkatan depresi, kecemasan dan stress (Tabel 2). Analisa pertanyaan dijelaskan pada Tabel 3 dengan variabel depresi - stress yang berada pada rata-rata tertinggi 1.14 (SD ± 0.89) dan terendah adalah kecemasan - stress (SD±0.68) dengan variabel depresi - kecemasan yang paling banyak dirasakan oleh mahasiswa junior keperawatan.

## PEMBAHASAN

Tingkat stress dalam studi ini berada pada kategori normal dan lebih rendah dibandingkan dua studi yang dilakukan di Filipina dan Nepal yang mendeskripsikan mahasiswa keperawatan di dua negara tersebut berada pada kategori sedang (Devkota, & Shrestha S. 2018 ; Labrague, 2014). Hal ini dapat disebabkan oleh perbedaan tingkat semester mahasiswa pada kedua penelitian tersebut, mahasiswa tingkat kedua dan ketiga menunjukkan tingkat stress lebih tinggi dibandingkan mahasiswa junior meskipun sumber stress utama dari semua tingkat mahasiswa adalah dari stress dari akademik. Kedua negara tersebut merupakan negara berkembang dengan sistem pendidikan keperawatan yang serupa dengan studi ini yang dilakukan di Indonesia. Kurikulum

pendidikan keperawatan akan mempengaruhi stress mahasiswa. Stress akademik meliputi tugas, kuis, ujian, laporan dan beban kerja lainnya. Dalam studi ini mahasiswa mendeskripsikan bahwa "*Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir*" dan "*Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan*". Dua pernyataan ini termasuk kedalam 10 pernyataan tertinggi dari 42 pernyataan yang diteliti dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini tingkat depresi dan kecemasan mahasiswa junior keperawatan pada tingkat sedang lebih tinggi dibandingkan studi yang dilaksanakan di Kanda yang menunjukkan kategori normal dimana mahasiswa senior pada penelitian tersebut menunjukkan kematangan proses berfikir yang lebih baik yang dipengaruhi oleh persepsi mengenai praktik di klinik, strategi koping, masalah internal dan kemampuan dalam mengatur kehidupan sekolah, pekerjaan dan masalah pribadi (Chernomas, & Shapiro 2013). Berdasarkan analisa sepuluh pernyataan tertinggi pada penelitian ini variabel depresi - kecemasan paling banyak dirasakan oleh mahasiswa junior keperawatan. Masalah yang ditunjukkan adalah tidak sabar ketika mengalami penundaan, mudah merasa kesal, menjadi marah karena hal-hal sepele, merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal, mudah marah karena hal-hal sepele, mudah tersinggung dan kelelahan karena cemas. Depresi berhubungan dengan *self-esteem* atau tingkat harga diri seseorang dan berpengaruh pada aspek mental, fisik dan sosial, meskipun masalah kesehatan yang dirasakan oleh mahasiswa keperawatan tidak dihubungkan dengan depresi (Furegato, Santos, & Silva 2008).

## KESIMPULAN

Identifikasi data awal tingkat stress, depresi dan kecemasan pada mahasiswa junior dibutuhkan oleh institusi sebagai upaya dalam melakukan manajemen stress. Penelitian longitudinal dapat dilakukan bertahap setiap semester sebagai tindakan monitoring dan evaluasi dalam mengobservasi status mental mahasiswa sehingga performa akademik dapat tercapai secara maksimal. Tindakan kolaboratif bersama dapat diupayakan oleh berbagai pihak meliputi pelatihan teknik relaksasi, pengenalan strategi koping efektif ataupun penyediaan sumber-sumber yang dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai upaya institusi dalam menciptakan proses akademik dan praktik klinis yang baik.

## Ucapan Terima Kasih.

Peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dan mahasiswa kelas 4B 2019/2020 yang telah membantu dalam proses penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cestari, V. R. F., Barbosa, I. V., Florencio, R. S., de Paula Pessoa, V. L. M., & Moreira, T. M. M. (2017). Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities. *Acta paulista de enfermagem*, 30(2), 190.
- Chernomas, W. M., & Shapiro, C. (2013). Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students. *International journal of nursing education scholarship*, 10(1), 255-266.
- Damanik, E. D. (2011). The measurement of reliability, validity, items analysis and normative data of Depression Anxiety Stress Scale (DASS). Retrieved from <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/Indonesian/Damanik%20Indonesian%20translation>.
- Devkota, R & Shrestha S. (2018). Stress among Bachelor Level Nursing Students. *Nepal Medical College Journal*. 20(1-3): 33-40
- Furegato, A. R. F., Santos, J. L. F., & Silva, E. C. D. (2008). Depression among nursing students associated to their self-esteem, health perception and interest in mental health. *Revista latino-americana de enfermagem*, 16(2), 198-204.
- Lim, C. C., Chua, T. L., Creedy, D. K., & Chan, M. F. (2009). Preliminary study of stress in undergraduate nursing students in Singapore. *Asia-Pacific Psychiatry*, 1(2), 74-80.
- Labrague, L. J. (2014). Stress, stressors, and stress responses of student nurses in a government nursing school. *Health Science Journal*. Volume 7 (2013), Issue 4
- López Rodríguez, I., Morales Ruiz, L., & Simón Gómez, Á. (2013). Stress perception in nursing students facing their clinical practices. *Enfermeria Global*, (31), 244.
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1996). Manual for the depression anxiety stress scales. Psychology Foundation of Australia.
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Ramadania, I. (2018). Lingkungan Rumah Sakit dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Saat Melakukan Praktek Klinik. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 2(2), 117-125.
- Parveen, A., & Inayat, S. (2017). Evaluation of factors of stress among nursing students. *Adv Practice Nurs*, 2(2), 136.

- Sharif, F., & Masoumi, S. (2005). A qualitative study of nursing student experiences of clinical practice. *BMC nursing*, 4(1), 6.
- Senturk, S., & Dogan, N. (2018). Determination of the stress experienced by nursing students' during nursing education. *International Journal of Caring Sciences*, 11(2), 896-904.
- Tol, W. A., Barbui, C., Bisson, J., Cohen, J., Hijazi, Z., Jones, L., ... & Silove, D. (2014). World Health Organization Guidelines For Management Of Acute Stress, PTSD, And Bereavement: Key Challenges On The Road Ahead. *PLoS medicine*, 11(12).
- World Health Organization (WHO). (2006). The World Health Report 2006: Working Together For Health. World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2013). Guidelines For The Management Of Conditions That Are Specifically Related To Stress. World Health Organization.