

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI
BELAJAR MAHASISWA TINGKAT II PRODI D-III
KEBIDANAN BANDA ACEH JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES NAD TA. 2011/2012**

*Related Stress Level Students With Learning Achievement Level II Prodi D-III
Midwifery Banda Aceh Department Midwifery Poltekkes Kemenkes Nad Ta.
2011/2012*

NUZULUL RAHMI¹

¹Tenaga Pengajar STIKes U'Budiyah Banda Aceh
Email: nuzulul.devid@yahoo.com

ABSTRAK

Stres merupakan gejala psikologi yang sering kita temui dalam kehidupan sehari-hari, dimana setiap individu pasti pernah mengalaminya. Gejala-gejala perilaku yang utama dari stres salah satunya adalah menurunnya prestasi belajar dan produktifitas seseorang. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di bagian akademik Prodi D-III Jurusan Kebidanan didapatkan data prestasi belajar mahasiswa semester ganjil yang diukur dengan Indeks Prestasi mahasiswa menurun drastis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh Tahun 2011.

Penelitian bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat II Prodi D-III kebidanan Banda Aceh Tahun 2011 dengan jumlah populasi 126 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi. Cara pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada responden. Selanjutnya dilakukan uji statistik dengan menggunakan *chi square test* dengan 0,05.

Rata-rata stress yang dialami oleh mahasiswa adalah katagori ringan, rata-rata prestasi yang diperoleh mahasiswa adalah katagori cukup dan ada hubungan antara tingkat stress dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II Prodi DIII Kebidanan Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012 dengan nilai probabilitas 0,005.

Kesimpulan dan Saran pada penelitian ini ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II Prodi DIII Kebidanan Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012. Mahasiswa diharapkan mampu mengelola stres sehingga dapat mengatasi dan menghindari sumber-sumber stres sehingga prestasi yang dicapai sangat memuaskan.

Kata kunci: Prestasi belajar, Tingkat stress

ABSTRACT

Stress is a psychological phenomenon that we often encounter in everyday life, in which every individual must have experienced. Behavioral symptoms of stress are the main one of which is declining academic achievement and productivity of a person. Based on a preliminary study conducted by researchers at the D-III academic subjects Prodi obtained data Midwifery student achievement as measured by the odd semester grade students dropped dramatically. The purpose of

this study to determine the correlation between stress and achievement of students of second-level students Prodi D-III Midwifery Programs Midwifery polytechnic MoH Aceh Year 2011.

Analytic research with cross sectional approach. The population in this study were all students at D-III II Prodi midwifery Banda Aceh Year 2011 with a population of 126 people. Sampling technique using total population. Method of data collection is done by distributing questionnaires to the respondents. Further statistical test was done using the chi square test with 0.05.

The average stress experienced by students is lightweight category, the average student's achievements are pretty and the category is no relationship between the level of stress to the students' learning achievement level II Prodi DIII Midwifery Programs Midwifery with a probability value of 0.005.

Conclusions and Recommendations in this study there is a relationship between stress levels of students learning achievement level II Prodi DIII Midwifery Programs Midwifery polytechnic Kemenkes NAD TA. 2011/2012. Students are expected to manage stress so that it can cope with and avoid sources of stress that is very satisfying achievement.

Keywords: Learning achievement, Stress Levels

PENDAHULUAN

Belajar di perguruan tinggi merupakan suatu pekerjaan yang berat yang menuntut upaya yang tidak sedikit. Banyak kegiatan belajar yang harus dimiliki oleh mahasiswa, seperti pemilihan cara belajar, pengaturan cara belajar, pengaturan waktu belajar, mengikuti kuliah secara teratur, memilih mata kuliah yang cocok, mempelajari buku-buku yang pada umumnya ditulis dalam bahasa asing, mengkaji bermacam teori dan penelitian, membuat laporan tertulis dan sebagainya (Sudrajat, 2008).

Belajar lebih banyak berhubungan dengan aktifitas jiwa, dengan kata lain faktor-faktor psikis memang memiliki peran yang sangat menentukan dalam proses belajar dan hasilnya. Dalam keadaan stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan

perbuatan belajar tetapi perasaan dengan intensitas sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, stres, putus asa atau sangat gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi yang dicapai (Mustaqim, 2008).

Fakultas kedokteran Universitas Islam Indonesia angkatan 2008 mengadakan penelitian pada 133 mahasiswa dengan hasil Stres ringan dialami oleh 82 (61,7%) responden, dengan 20 (58,4%), sedangkan stres sedang dialami oleh 51 (38,3%) responden, dengan 13 (41,2%) responden. Namun, tidak ada satupun responden yang mengalami stres berat. Hasil penelitian lainnya dari Universitas Sumatera Utara tahun 2010 dengan jumlah sampel 90 mahasiswa kedokteran USU menunjukkan persentase stres

ringan, sedang, dan berat adalah 26,7%, 22,2%, dan 22,2%. Sekitar 28,9% mahasiswa kedokteran tidak mengalami stres.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa dapat mempengaruhi prestasi belajar dari mahasiswa tersebut. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di bagian akademik Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD tahun ajaran 2010/2011 didapatkan data prestasi belajar mahasiswa semester ganjil yang diukur dengan Indeks Prestasi sebagai berikut : mahasiswa tingkat I sebanyak 0,8 % mahasiswa mendapat IP dibawah 2,00, 30,4 % mahasiswa mendapat IP 2,00 sampai 2,74 dan 51,2 % mahasiswa mendapat IP 2,75 sampai 3,50, 17,6 % mendapat IP diatas 3,50. Sedangkan pada semester genap tahun ajaran 2010/2011 tingkat I mengalami penurunan prestasi belajar yang drastis yaitu sebanyak 2,4 % mahasiswa mendapat IP dibawah 2,00, 66,4 % mahasiswa mendapat IP 2,00 sampai 2,74, 28,8 % mahasiswa mendapat IP 2,75 sampai 3,50, dan 2,4 % mahasiswa mendapat IP diatas 3,50.

Mahasiswa tingkat II pada semester ganjil tahun ajaran 2010/2011 sebanyak 1 % mahasiswa mendapat IP dibawah 2,00, 50 % mahasiswa mendapat IP 2,00 sampai 2,74, 46,9 % mahasiswa mendapat IP 2,75 sampai 3,50, dan 2,1 % mendapat IP diatas 3,50. Pada semester genap tahun ajaran 2010/2011 tingkat II mengalami peningkatan prestasi belajar yaitu sebanyak 1% mahasiswa mendapat IP dibawah 2,00, hanya 6 % mahasiswa mendapat IP 2,00 sampai 2,74, 79 % mahasiswa mendapat IP 2,75 sampai 3,50, dan 14 % mendapat IP diatas 3,50.

Mahasiswa tingkat III pada semester ganjil tahun ajaran 2010/2011 tidak ada mahasiswa yang mendapat IP dibawah 2,00, 18,3 % mahasiswa mendapat IP 2,00 sampai 2,74, 63,4 % mahasiswa mendapat IP 2,75 sampai 3,50, dan 18,3 % mendapat IP diatas 3,50. IPK mahasiswa tingkat III tahun ajaran 2010/2011 sangat memuaskan yaitu 20 % mahasiswa mendapat IPK 4 sampai 3,51 dengan prediket lulusan lulus dengan pujian dan 80 % mahasiswa mendapat IPK 2,76 sampai 3,50 dengan prediket kelulusan sangat memuaskan.

Berdasarkan data di atas penulis tertarik untuk meneliti

mahasiswa tingkat I yang sekarang telah menjadi mahasiswa tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD Tahun Ajaran 2011/2012 yang mengalami penurunan prestasi belajar ditinjau dari tingkat stres.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan rumusan masalah yaitu, apakah ada hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan prestasi belajar mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD tahun ajaran 2011/2012?

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres mahasiswa dengan prestasi belajar mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD Tahun Ajaran 2011/2012.

Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk pengembangan ilmu

pengetahuan khususnya mahasiswi Prodi Diploma IV Bidan Pendidik Poltekkes Kemenkes NAD dalam menambah wawasan dan pengembangan ilmu pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD ta. 2011/2012, serta sebagai bahan referensi bagi perpustakaan dan hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar bagi penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis/Klinis

- a. Untuk Pengambilan Kebijakan
Diharapkan dapat mengambil kebijakan dalam menangani masalah stres khususnya pada mahasiswa. Sehingga apabila terjadi masalah atau kendala, bagian pendidikan dapat langsung memecahkan permasalahan yang terjadi.
- b. Untuk Tempat Penelitian
Bagi pihak jurusan atau dosen, dapat mengetahui bahwasannya setiap manusia dari berbagai lapisan bisa saja mengalami ketegangan hidup, yang diakibatkan adanya tuntutan dan tantangan, kesulitan,

ancaman ataupun ketakutan terhadap bahaya kehidupan yang semakin sulit dipecahkan. Sehingga sering kali didapati seseorang mengalami ketegangan psikologis.

Untuk Dasar Penelitian Selanjutnya, diharapkan dapat dimanfaatkan dan dijadikan sebagai bahan referensi untuk pustaka dan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut.

Kerangka konsep

Belajar lebih banyak berhubungan dengan aktifitas jiwa, dengan kata lain faktor-faktor psikis memang memiliki peran yang sangat menentukan dalam proses belajar dan hasilnya. Perasaan, emosi dan suasana hati sangat menentukan. Dalam keadaan

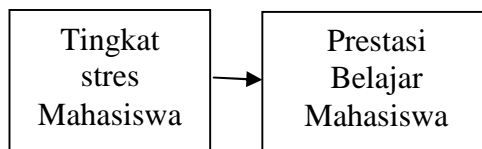
Hipotesis

Ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD Tahun Ajaran 2011/2012

stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan perbuatan belajar tetapi perasaan dengan intensitas sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, stres, putus asa atau sangat gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi yang dicapai (Mustaqim, 2008).

Menurut Markam (2007), gejala-gejala perilaku yang utama dari stres salah satunya adalah menurunnya prestasi dan produktivitas, menunda, menghindari pekerjaan dan absen dari perkuliahan.

V. Independen V.Dependen



Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode survey yang bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian untuk mendeteksi variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain di mana data yang menyangkut variabel bebas dan variabel terikat akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Nanggroe Aceh Darusalam. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 5 November 2011 hingga 8 November 2011.

Populasi dan Sampel

Kemenkes NAD TA. 2011/2012 menjadi sampel penelitian, tetapi hanya 118 responden yang terpilih dengan kriteria eksklusi :

- a. Mahasiswa yang tidak aktif semester III dan tidak berada di kampus
- b. Mahasiswa tingkat II yang tidak memiliki IP semester II.
- c. Mahasiswa yang memiliki IP semester II di atas 3,50 dan di bawah 2,0

Analisa Data

Data yang telah dikumpulkan akan dianalisis dengan menggunakan dua cara, yaitu :

- a. Analisis Univariat

Menurut Nursalam (2008) setelah dilakukan pengolahan data yang dilakukan secara manual, kemudian dilakukan analisa dengan menghitung

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Politeknik Kesehatan Kemenkes NAD TA. 2011/2012 yang berjumlah 125 responden.

Sampel dalam penelitian ini yaitu total populasi dimana seluruh mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Jurusan Kebidanan Banda Aceh Politeknik Kesehatan persentase dari tiap-tiap variabel dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisa univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel. Ditentukan persentase perolehan (*P*) untuk tiap-tiap kategori dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Budiarto, 2004) :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

- P = Persentase
- f = Frekuensi yang teramati
- n = Jumlah Sampel

Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel

terikat yaitu prestasi belajar mahasiswa dan variabel bebas yaitu tingkat stres mahasiswa.

b. Analisa Bivariat

Notoadmodjo (2007) menyatakan bahwa analisis bivariat merupakan hasil dari variabel-variabel bebas yang diduga mempunyai hubungan dengan variabel terikat. Untuk menguji hipotesis, dilakukan analisa statistik dengan menggunakan uji statistik *chi-square* (x^2), sehingga diketahui ada tidak hubungan yang bermakna secara statistik. Perhitungan analisis dengan menggunakan program komputer SPSS for window. Dengan batas kemaknaan (CL = 95%) atau ($\alpha = 0,05$). Data masing-masing variabel dimasukkan ke dalam tabel *contingency*. Kemudian tabel-tabel *contingency* tersebut di analisa dengan menggunakan

uji statistik *chi-square* (x^2). Melalui perhitungan *chi-square* (x^2) selanjutnya dibuat suatu kesimpulan, bila nilai $P \leq 0,05$ maka

H_0 ditolak dan H_a diterima yang menunjukkan ada hubungan bermakna antara variabel terikat dengan variabel bebas (Arikunto, 2006).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar
Mahasiswa Tingkat II Prodi DIII Kebidanan Jurusan
Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD
TA.2011/2012

No	Tingkat Stres	Prestasi Belajar				Total		P Value
		Baik		Cukup		F	%	
		F	%	F	%			
1	Normal	15	55,6	12	44,4	27	100	0,005
2	Ringan	18	25,0	54	75,0	72	100	

3	Sedang	1	20,0	4	80,0	14	100
4.	Berat	1	7,1	13	92,9	5	100
	Jumlah	35	29,7	83	70,3	118	100

Signifikan $P < 0,05$

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa persentase mahasiswa berprestasi baik lebih banyak dijumpai pada tingkat stres normal (55,6%) dibandingkan pada mahasiswa tingkat stres ringan (25,0%) dan sedang (20,0%).

Sedangkan mahasiswa berprestasi baik dengan tingkat stres berat (7,1%) hampir sembilan kali lebih kecil dibandingkan dengan tingkat stres normal.

Hasil analisa statistik menggunakan *pearson chi square* test dengan batas kemaknaan (CL = 95%) atau ($\alpha = 0,05$) didapatkan nilai P 0,005 sehingga hipotesis dari penelitian ini terbukti yaitu ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar yang diperoleh mahasiswa Tingkat II Prodi DIII Kebidanan Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012.

Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi belajar

Penelitian ini ingin melihat hubungan antara variabel bebas dan terikat yaitu tingkat stres mahasiswa dengan prestasi belajar dengan jumlah

populasi 125 mahasiswa dan yang menjadi responden adalah 118 responden yang sesuai dengan kriteria eksklusi yang ditetapkan peneliti.

Dari hasil penelitian diperoleh data yang mengalami tingkat stres ringan yaitu 61,0% dari 118 responden, sedangkan pada prestasi belajar responden yang memiliki prestasi belajar cukup yaitu 70,3% dari 118 responden.

Persentase mahasiswa berprestasi baik lebih banyak dijumpai pada tingkat stres normal (55,6%) dibandingkan pada mahasiswa tingkat stres ringan (25,0%) dan sedang (20,0%). Sedangkan mahasiswa berprestasi baik dengan tingkat stres berat (7,1%) hampir sembilan kali lebih kecil dibandingkan dengan tingkat stres normal.

Dari hasil analisa statistik dengan menggunakan uji *pearson chi square* test program SPSS for window versi 16 menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres mahasiswa dengan prestasi belajar, dengan nilai p value 0,005 ($P < 0,05$).

Penelitian ini terdapat perbedaan dengan penelitian Dhona Fitria Sari (2007) yang

analisa data menunjukkan p value 1,00 yaitu lebih dari 0,05 sehingga tidak ada hubungan antara toleransi stres dengan indeks prestasi pada 63 mahasiswa. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nuriana Al Banjary (2009) juga juga terdapat perbedaan dimana hasil analisa data menunjukkan p value 1,00 yaitu lebih dari 0,05 sehingga tidak ada hubungan yang bermakna antara insidensi stres dengan prestasi belajar pada 61 mahasiswa.

Hal ini berbeda dengan teori yang dikemukakan oleh Mustaqim (2008), belajar lebih banyak berhubungan dengan aktifitas jiwa, dengan kata lain faktor-faktor psikis memang memiliki peran yang sangat menentukan dalam proses belajar dan hasilnya. Perasaan, emosi dan suasana hati sangat menentukan. Dalam keadaan stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan perbuatan belajar tetapi perasaan dengan intensitas sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, stres, putus asa atau sangat gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi yang dicapai. Menurut Markam (2007), gejala-gejala perilaku yang utama dari stres

salah satunya adalah menurunnya prestasi dan produktivitas, menunda, menghindari pekerjaan dan absen dari perkuliahan.

Menurut asumsi peneliti keadaan psikologis seseorang berpengaruh pada tingkah laku, hubungan antar individu dan pencapaian yang dicapai seseorang seperti pencapaian prestasi belajar pada mahasiswa. Hal ini disebabkan karena terganggunya kesehatan fisik akibat stres yang dialami seorang mahasiswa sehingga menyebabkan ia mudah lelah, gangguan pernafasan, sakit kepala, sulit berkonsentrasi sehingga mengganggu mahasiswa tersebut pada saat proses belajar atau ujian sehingga menyebabkan prestasi belajar mahasiswa tersebut tidak maksimal. Mahasiswa dengan perolehan prestasi belajar yang baik maka stres yang dialami juga pada tingkat yang lebih rendah.

Berdasarkan data yang diperoleh oleh peneliti dari kuesioner yang diisi oleh responden, mahasiswa yang mengalami stres yang lebih tinggi dari pada yang tingkat stresnya rendah lebih cenderung marah karena hal-hal sepele, tidak dapat merasa perasaan positif, sulit untuk bersantai, mudah kesal, kehilangan minat

akan segala hal, merasa gelisah dan sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu. Perasaan, emosi dan suasana hati ini lah yang menyebabkan mahasiswa menjadi sulit berkonsentrasi dan menjadi hal yang mengganggu sehingga prestasi belajar yang dicapai tidak maksimal.

Penyebab mahasiswa mengalami stres sangat beragam, diantaranya karena tugas-tugas perkuliahan, kuis, ujian, tidak lulus mata kuliah, sidang dan sebagainya. Bukan berarti mahasiswa tidak boleh diberikan tugas atau ujian tetapi bagaimana cara mahasiswa mengelola stres sehingga tidak terjadi penurunan prestasi belajar atau bahkan prestasi belajar yang dicapai rendah.

Kesimpulan

Ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa tingkat II Prodi DIII Kebidanan Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012 dengan nilai $p = 0,005$.

Saran

1. Mahasiswa diharapkan mampu mengatasi stres seperti menghindari sumber-sumber stres

sehingga prestasi yang dicapai sangat memuaskan.

2. Diharapkan kepada pengelola Prodi DIII Kebidanan agar dapat mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi mahasiswa sehingga stres yang dialami mahasiswa dapat tertangani dengan baik sehingga tidak mengganggu pencapaian prestasi belajar mahasiswa.
3. Diharapkan pada peneliti selanjutnya agar dapat meneliti lebih mendalam penyebab mahasiswa mengalami stres dan dapat meneliti variable-variabel yang mempengaruhi prestasi belajar lainnya seperti latihan, kepribadian, keluarga, sarana belajar, lingkungan, aktifitas organisasi, kemampuan kognitif, motifasi dan minat.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiarto, Eko. 2004. *Biostatistika Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. EGC. Jakarta.

- Mustaqim. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Penerbit Pustaka Belajar. Yogyakarta.
- Markam, S dan Slamet, S. 2007. *Pengantar Psikologi Klinis*. Penerbit Universitas Indonesia. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Penerbit Salemba Medika. Jakarta.