

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN MINAT BELAJAR MAHASISWA
TINGKAT II DI AKADEMI KEPERAWATAN YARSI SAMARINDA
TAHUN AKADEMIK 2014/2015**

SKRIPSI



Diajukan Oleh:

SENIATY ADELIA

NIM:1311308230810

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
SAMARINDA**

2015

Hubungan Tingkat Stres dengan Minat Belajar Mahasiswa

Tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda

Tahun Akademik 2014/2015

Seniaty Adelia¹, Edi Sukamto², Jumberi³

INTISARI

Latar Belakang: Belajar di perguruan tinggi merupakan suatu proses belajar yang jam belajarnya melebihi dari proses belajar pada umumnya. Sebagai seorang mahasiswa diperlukan minat besar dalam belajar. Dalam perkuliahan banyak tuntutan-tuntutan yang harus diselesaikan sebagai mahasiswa. Stres sering melanda para mahasiswa dalam menyelesaikan tuntutan-tuntutan yang ada. Sehingga diperlukan coping yang baik bagi mahasiswa, agar stres dapat tertangani sehingga dapat belajar dan melakukan kewajiban lainnya dengan tenang.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan tingkat stres dengan minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.

Metode Penelitian: Penelitian non eksperimental dengan metode deskriptif analitik menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, dengan jumlah sampel penelitian 83 responden, sedangkan instrumen penelitian menggunakan kuesioner, pada analisa bivariat menggunakan uji *pearson chi square*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian didapatkan mahasiswa yang tidak mengalami stres sebanyak 41 orang (49.4%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 23 orang (27.7%) dan minat belajar rendah sebanyak 18 orang (21.7%). Mahasiswa yang mengalami stres sebanyak 42 orang (50,6%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 18 orang (21.7%) dan minat belajar rendah sebanyak 24 orang (28.9%). Hubungan tingkat stres dengan minat belajar menggunakan uji *pearson chi square* dengan tingkat kesalahan (α) 0,05, hasil *p value* yang didapatkan tidak signifikan ($p=0,324$) yang berarti *p value* > 0,05, maka H_0 diterima, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres dengan minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.

Kesimpulan: Dari semua mahasiswa sebagian besar tingkat stresnya normal, ringan dan sedang dan mahasiswa juga memiliki minat belajar yang tinggi dan rendah dalam jumlah yang seimbang.

Kata kunci: Minat Belajar, Tingkat Stres, Mahasiswa

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda

²Dosen Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda

³Dosen Program Studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda

A Correlation Between The Level of Stress and Learning Motivation of Sophomore Student in Yarsi Nursing Academy Samarinda Academic Year 2014/2015

Seniaty Adelia¹, Edi Sukamto², Jumberi³

Abstract

Background: Studying in university was a learning process that requires much more time allocation than others learning phase. As a university student, an enthusiastic learning motivation in studying was demanded. In the learning process, lot of duties need to be done by the student. Feelings like under pressure and stress is a close companion for a student when finishing the assignment. It needed a good coping for student to handle the stress feeling, so they could study and doing others duties relaxed.

The purpose: to know the relationship between the level of stress and learning motivation of sophomore student in Yarsi Nursing Academy Samarinda Academic year 2014/2015

The research methods: the non experimental research with analytical descriptive method which used cross sectional study approach. The sampling technique was total sampling technique, with total amount of sample were 83 respondents, meanwhile the research instrument was using questionnaire in bivariat analysis using pearson chi square test.

The research result: The result showed that students who did not had a stress was 41 people (49.4%) with high learning motivation was 23 people (27.7%) and low learning motivation was 18 people (21.7%). Student who had a stress was 42 people (50,6%) with high learning motivation was 18 people (21.7%) and low learning motivation was 24 people (28.9%). The correlation between stress level and learning motivation used Pearson chi square test with the level of error 0,05 (alpha), the result of p Value that had gain was not significant ($p=0,321$) that means $p\text{ value} > 0,05$, so H_0 was accepted. So it can be conclude that there is no relationship between the level of stress and learning motivation of sophomore student in Yarsi Nursing Academy Samarinda Academic year 2014/2015

Conclusion: Most of student had normal, light and fair stress level and the student also had high and low learning motivation, both of them were balanced.

Key word: learning motivation, stress level, university student.

¹Undergraduate nursing student of STIKES Muhammadiyah Samarinda

² Lecturer of Strata 1 Nursing Study Program of STIKES Muhammadiyah Samarinda

³ Lecturer of Strata 1 Nursing Study Program of STIKES Muhammadiyah Samarinda

PENDAHULUAN

Belajar di perguruan tinggi merupakan suatu proses belajar yang jam belajarnya melebihi dari proses belajar pada umumnya. 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 berbagai macam teori dan penelitian, membuat laporan tertulis dan sebagainya. (Sudrajat, 2008).

Sebagai seorang mahasiswa, diperlukan minat yang besar dalam belajar, tetapi minat belajar seorang mahasiswa dalam belajar juga dipengaruhi dengan berbagai tuntutan saat proses perkuliahan. Seorang mahasiswa memiliki respon yang berbeda-beda terlebih ketika seorang mahasiswa dihadapkan pada tuntutan-tuntutan perkuliahan yang berhubungan dengan belajar dan kegiatan kuliah, contohnya tenggang waktu tugas yang berdekatan, saat menjelang ujian, dan kegiatan di luar jam perkuliahan lainnya. Baik atau tidaknya minat belajar mahasiswa, ditentukan dari koping individu dalam menghadapi proses belajar yang didapatkan, terutama dalam manajemen dirinya untuk memberikan koping positif dari stres yang ada di dalam diri masing-masing individu (Purwanto, 2009).

Penting bagi mahasiswa untuk memiliki perasaan tenang karena dapat menolong individu untuk meningkatkan minatnya terutama dalam belajar tetapi stres dengan intensitas tinggi dapat menyebabkan individu kehilangan kontrol normal terhadap dirinya, misalnya takut, marah, putus asa atau sangat gembira. Itu semua menghambat proses belajar terutama minat belajar seseorang, karena apabila seseorang mahasiswa senang terhadap disiplin ilmu yang dipilihnya maka minat belajarnya akan

tinggi dan begitu sebaliknya (Mustaqim, 2008).

Stres merupakan kata yang sering kita dengar dan kita alami. Stres dapat dialami oleh siapa saja tidak memandang jenis kelamin dan usia dan dapat berdampak positif maupun negatif. Stres adalah kondisi ketika individu berada dalam situasi yang penuh tekanan atau ketika individu merasa tidak sanggup mengatasi tuntutan yang dihadapi. Dalam kondisi secara psikologis setiap mahasiswa yang mengalami stres bisa mengalami gangguan daya ingat seperti menurunnya daya ingat dan mudah lupa dengan sesuatu hal dan mahasiswa memiliki berbagai respon sebagai koping diri terhadap stres (Yosep, 2009).

Agustin (2012), memaparkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Skovholt (2003 dalam Agustin 2012) pada beberapa perguruan tinggi di Amerika Serikat faktor pemicu stres dalam proses belajar adalah rutinitas akademik dan penelitian yang dilakukan oleh Jacobs *et al* (2003 dalam Agustin 2012) dari 149 mahasiswa (103 perempuan dan 46 laki-laki) ditemukan bahwa 30% mahasiswa perempuan mengalami stres dan 70% mahasiswa laki-laki juga mengalami stres keduanya mengalami stres karena tekanan psikologis akibat beban perkuliahan yang menyebabkan minat belajar mereka menurun.

Stres merupakan salah satu pencetus terjadinya depresi, dari hasil riskesdas pada tahun 2013, prevalensi penduduk Indonesia pada umur ≥ 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional secara nasional adalah 6,0% dan di Kalimantan Timur, prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional adalah 3,2%.

Dari pengalaman yang pernah dialami oleh penulis di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda pada tahun 2011 hingga tahun 2014, mahasiswa mengeluh stres meningkat pada tingkat II disebabkan jam perkuliahan yang begitu padat, tugas perkuliahan dan beberapa mahasiswa

berpendapat bahwa stres itu dapat mengakibatkan kejenuhan dan kelelahan untuk belajar sehingga minat untuk mengulang pelajaran atau belajar berkurang. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Akper Yarsi Samarinda pada tanggal 3 Mei 2014, didapatkan bahwa 4 dari 10 orang mahasiswa tingkat II Akper Yarsi Samarinda, menyatakan pernah mengalami stres sedang akibat tugas kuliah. Mereka memilih untuk pergi ke tempat hiburan (mall dan bioskop) untuk menghilangkan stres dan mereka menyatakan minat mereka dalam belajar rendah. 6 dari 10 orang menyatakan stres ringan akibat tugas kuliah. Mereka memilih untuk mendengarkan musik dan menonton acara televisi dan mereka menyatakan minat belajar mereka tinggi.

Dari latar belakang di atas, penulis ingin meneliti tentang hubungan tingkat stres dengan minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini, untuk mengidentifikasi :

- a. Karakteristik mahasiswa tingkat II tahun akademik 2014/2015 sebagai responden penelitian.
- b. Tingkat stres mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.
- c. Minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.
- d. Menganalisa hubungan tingkat stres dengan minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, penelitian ini

mementingkan adanya variabel-variabel sebagai objek penelitian dan variabel tersebut harus didefinisikan dalam bentuk operasionalisasi masing-masing variabel (Siregar, 2011). Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti akan menggunakan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional study* yaitu untuk mengetahui gambaran masing-masing variabel dan mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti (Arikunto, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat II Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015, dengan jumlah mahasiswa 83 orang.

Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2009). Dengan demikian sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat II Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015 dengan jumlah 83 orang.

Penelitian ini mulai dilakukan tanggal 9 September 2014, dengan jumlah responden sebanyak 83 responden di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Akper Yarsi Samarinda terletak di jalan Gurami no.14 kelurahan Sungai Dama, Samarinda 75115, Kalimantan Timur. Akper ini berdiri pada tahun 2004, akper Yarsi mempunyai 8 ruang kelas, 1 ruang aula, 1 ruang kantor dosen, 1 ruang tata usaha, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang laboratorium bahasa, 2 laboratorium praktik keperawatan dan asrama yang terletak terpisah dari kampus akper Yarsi. Akper Yarsi terdiri dari 13 orang pengajar tetap, 6 orang kemahasiswaan dan 6 orang pengajar yang sedang melanjutkan kuliah.

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik responden

Proporsi tertinggi dari umur yaitu 19 tahun sebanyak 37 orang (44.6%), 18 tahun sebanyak 22 orang (26.5%), 20 tahun sebanyak 16 orang (19.3%), 17 tahun, 21 tahun dan 26 tahun sebanyak 2 orang (2.4%), 23 tahun dan 24 tahun sebanyak 1 orang (1.2%). Proporsi tertinggi dari jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 51 responden (61.4%) dan terendah yaitu laki-laki sebanyak 32 responden (38.6%).

Proporsi tertinggi dari suku yaitu Kutai sebanyak 33 responden (39.8%), Banjar 21 orang (25.3%), Jawa 17 orang (20.5%), Bugis 11 orang (13.3%) dan Buton 1 orang (1.2%). Proporsi tertinggi dari tempat tinggal yaitu kos sebanyak 48 orang (57.8%), rumah orang tua sebanyak 21 orang (25.3%), rumah saudara sebanyak 12 orang (14.5%), asrama sebanyak 2 orang (2.4%). Proporsi tertinggi dari status yaitu belum menikah sebanyak 81 orang (97.6%) dan menikah sebanyak 2 orang (2.4%).

b. Tingkat Stres

Dari 83 responden yang tidak mengalami stres sebanyak 41 orang (49.4%) dan yang mengalami stres sebanyak 42 orang (50.6%).

c. Minat Belajar

Dari 83 responden yang memiliki minat belajar tinggi sebanyak 41 orang (49.4%) dan memiliki minat belajar rendah 42 orang (50.6%).

1. Analisa Bivariat

Mahasiswa yang tidak mengalami stres sebanyak 41 orang (49.4%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 23 orang (56,1%) dan minat belajar rendah sebanyak 18 orang (43,9%). Mahasiswa yang mengalami stress sebanyak 42 orang (50,6%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 18 orang (42,9%) dan minat belajar rendah sebanyak 24 orang (57,1%). Hubungan

tingkat stress dengan minat belajar menggunakan uji *pearson chi square* dengan tingkat kesalahan (α) 0,05, hasil *p value* yang didapatkan tidak signifikan ($p=0,324$) yang berarti *p value* > 0,05, maka H_0 diterima, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres dengan minat belajar mahasiswa tingkat II di Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda tahun akademik 2014/2015.

Hasil *Odds ratio* diperoleh nilai 1,704 yang menunjukkan bahwa mereka yang tidak mengalami stress 1,704 kali memiliki minat belajar rendah dibandingkan dengan mereka yang mengalami stress. Nilai (*CI* 95%=0,704-4,060) menunjukkan bahwa mengalami stress bersifat netral dan tidak berperan sebagai faktor risiko minat belajar.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a) Umur responden

Berdasarkan karakteristik responden dilihat dari umur, proporsi tertinggi dari umur paling banyak yaitu umur 19 tahun sebanyak 37 orang (44,6%), hal ini terjadi karena responden adalah mahasiswa tingkat II tahun akademik 2014/2015 yang sewajarnya masih berusia 19 tahun.

Menurut perkembangannya masa remaja dibagi menjadi 3 tahap yaitu: masa remaja dini (10-13 tahun), masa remaja pertengahan (14-16 tahun) dan masa remaja akhir (17-21 tahun) (Rudolph, 2006).

Masa remaja adalah masa goncang yang terkenal dengan berkecambuknya perubahan-perubahan emosional. Enung (2006) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa *strom and stress*, yaitu terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat

dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi seperti pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari berbagai macam pengaruh, seperti lingkungan, tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebayanya, serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut asumsi peneliti bahwa umur mempengaruhi minat belajar dari mahasiswa, karena sesuai dengan proses perkembangan psikologis dan emosi pada remaja akhir yang dapat memberikan suatu tekanan pada diri mahasiswa terutama selama proses perkuliahan yang dapat menimbulkan stres yang sesuai dengan masanya dikenal sebagai masa *storm and stress*.

b) Jenis Kelamin

Berdasarkan karakteristik dari responden dilihat dari jenis kelamin, proporsi tertinggi dari jenis kelamin yang paling banyak yaitu perempuan sebanyak 51 orang (61.4%). Jumlah mahasiswi lebih banyak dibandingkan dengan jumlah mahasiswa, hal itu dikarenakan jumlah populasi mahasiswa Akper Yarsi Samarinda mayoritas perempuan sehingga saat pengambilan sampel peluang besar sampel adalah perempuan, hal ini dikarenakan jurusan ini lebih diminati oleh perempuan.

Perempuan dan laki-laki memiliki banyak letak perbedaan berdasarkan anatomi dan fisiologinya (Anderson, 2008) terutama dalam mengelola stres atau bahaya pada dirinya. Perempuan dikenal lebih baik dalam mengatasi stress dibandingkan dengan laki-laki. Seorang peneliti dari Prince Henry's Institute di Melbourne, Dr Joohyung Lee, mengungkapkan bahwa adanya satu gen dalam diri pria yang disebut dengan gen SRY.

Gen ini bisa mempengaruhi suasana hati dan otak manusia selama stres, sehingga menyebabkan

peningkatan tekanan darah dan menimbulkan reaksi agresif atau justru membebaskan dirinya, berbeda dengan perempuan yang tidak memiliki gen SRY (Huffington Post dalam Kompas.com, 2012).

Menurut asumsi peneliti bahwa perempuan lebih dapat mengelola stres dengan baik daripada laki-laki sehingga stres yang didapatkan baik dari lingkungan perkuliahan, proses belajar ataupun penugasan tidak berkepanjangan yang mempengaruhi *mood* belajar pada mahasiswa terganggu.

c) Suku

Berdasarkan karakteristik responden dilihat dari suku, proporsi tertinggi dari suku yang paling banyak yaitu Kutai sebanyak 33 orang (39.8%). Jumlah mahasiswa yang bersuku kutai paling banyak dikarenakan Samarinda merupakan kota yang tidak jauh dari wilayah Kutai Kertanegara atau yang sudah berdomisili di Samarinda dan sekitarnya.

Suku merupakan sebagai suatu identitas (*labeling*) terhadap diri seseorang dan suku dapat dikatakan satu dari sumber stres yang termasuk dalam sumber sosial psikologik (Sarafino, 2008). Suku kutai merupakan suku asli dan tertua di wilayah Kalimantan Timur yang merupakan bagian dari rumpun melayu tua yang memiliki sifat *socio-religius*, yang berarti leluhur-leluhur bangsawan Kutai Kertanegara memiliki sifat yang berbaur dan peduli dengan sesama serta garis keturunannya pun memiliki sifat *heroic* yang terlihat pada jaman peperangan. (wikipedia.org dikutip tanggal 5 oktober 2014).

Menurut asumsi peneliti bahwa, dari berbagai macam suku yang ada di Indonesia memiliki berbagai ragam budaya yang menjadi ciri khas, terutama dari berbagai suku yang ada

di Kalimantan Timur khususnya Samarinda, karena sekarang adalah era globalisasi yang tidak hanya suku kutai saja yang mendiami wilayah Samarinda namun suku lainpun bisa. Dilihat dari berbagai suku maka dilihat lagi dari mahasiswa masing-masing bagaimana mengelola jam belajar yang baik agar tidak menimbulkan stres yang dapat mengganggu jam belajar.

d) Tempat Tinggal

Berdasarkan karakteristik responden dilihat dari tempat tinggal, proporsi tertinggi dari tempat tinggal yang paling banyak yaitu kos sebanyak 48 orang (57.8%). Jumlah mahasiswa yang tinggal di kos-kosan lebih banyak, hal ini dikarenakan lebih banyak mahasiswa yang datang dari luar daerah daripada yang tinggal di wilayah Samarinda.

Tempat tinggal merupakan hal yang penting dalam hidup karena tempat tinggal sebagai tempat untuk bernaung dan meminta pertolongan. Tetapi tempat tinggal sebagai salah satu sumber pencetus stres (Sarafino, 2008), disebabkan oleh beberapa hal yaitu, buruknya kualitas sirkulasi udara, letak yang dekat dengan jalan sehingga menimbulkan kebisingan, terganggunya masa istirahat, tinggal dengan orang lain, gangguan akomodasi tempat tinggal dan berkurangnya ruang gerak pribadi.

Menurut asumsi peneliti bahwa mahasiswa yang tinggal di berbagai tempat tinggal memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing, tinggal di tempat kos melatih diri untuk menjadi lebih mandiri yang bisa membuat kita bisa lebih stres karena harus mengatur semuanya sendiri, namun membuat mahasiswa sendiri menjadi lebih tenang karena tinggal sendiri sehingga waktu luang untuk belajar semakin tinggi.

e) Status Perkawinan

Berdasarkan karakteristik responden dilihat dari status perkawinan, proporsi tertinggi dari status perkawinan yang paling banyak yaitu belum menikah 81 orang (97.6%).

Menurut sebuah penelitian yang dilakukan Florida State University pada tahun 2010 yang mengamati 1.621 mahasiswa, ternyata mereka yang belum menikah lebih rentan terhadap stres psikologis dibanding dengan mereka yang menikah. Potter dan Perry 1989 dalam Rasmun (2009) mengemukakan bahwa stresor tidak hanya datang dari hal negatif saja namun dari hal positif juga salah satunya ialah menikah. Status hubungan ternyata memiliki pengaruh terhadap produksi kortisol dan adrenal selama stres muncul. Sementara penelitian lain di *Journal of Family psychology* dalam Surono (2012) menemukan bahwa wanita dengan dukungan pasangan mengalami ketegangan perkawinan yang rendah. Hal ini akan membuat lebih baik dalam menghadapi stres dan dapat membantu pasangannya dalam menghadapi stres (Surono, 2012).

Menurut asumsi peneliti bahwa keadaan sebelum menikah lebih banyak menghadapi banyak hal sendiri yang dapat menjadikan diri fokus, terutama fokus dalam belajar. Sebagai mahasiswa ilmu kesehatan dibutuhkan lebih banyak waktu untuk belajar sehingga keadaan belum menikah dapat membantu mahasiswa untuk membangkitkan semangat belajarnya dan bisa bercerita dengan teman apabila terdapat suatu keadaan stres, sehingga stres dapat berkurang.

f) Tingkat Stress

Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa sebagian besar mahasiswa Akper Yarsi Samarinda memiliki tingkat stres yang normal. Dari 83 responden, mahasiswa yang

memiliki tingkat stres normal sebanyak 42 orang (50.6%), mahasiswa yang memiliki tingkat stres ringan sebanyak 24 orang (28.9%), mahasiswa yang memiliki tingkat stres sedang sebanyak 17 orang (20.5%) dan tidak ada mahasiswa yang mengalami tingkat stres berat dan sangat berat.

Menurut Hawari (2011) stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya, misalnya bagaimana respon tubuh seseorang yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres. Tetapi sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut mengalami stres.

Stres dapat disebabkan karena sesuatu yang disebut dengan Stresor. Stresor adalah variabel yang dapat diidentifikasi sebagai penyebab timbulnya stres, datangnya stresor dapat sendiri-sendiri atau dapat pula bersamaan. Sumber stres dapat berupa biologik, fisiologik, kimia, sosial psikologik dan spiritual. Terjadinya stres karena stresor tersebut dirasakan dan dipersepsikan oleh individu sebagai suatu ancaman sehingga menimbulkan kecemasan yang merupakan tanda umum dan awal dari gangguan kesehatan fisik dan psikologis. Tidak hanya stresor negatif yang menyebabkan stres tetapi stresor positifpun dapat menyebabkan stres, misalnya : kenaikan pangkat, promosi jabatan, tumbuh kembang, menikah, mempunyai anak dan lain-lain. Semua perubahan yang terjadi sepanjang

daur kehidupan (Potter dan Perry 1989 dalam Rasmun, 2009).

Sumber stres dapat berubah seiring dengan berkembangnya individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap saat selama hidup berlangsung. Menurut Sarafino (2008) sumber datangnya stres ada 3 yaitu dari diri individu, keluarga dan komunitas masyarakat.

Sumber stres yang berasal dari diri individu berkaitan dengan adanya konflik yang dibedakan menjadi 3 jenis yaitu *approach-approach conflict* yaitu sumber stres yang timbul ketika kita tertarik terhadap dua tujuan yang sama-sama baik, *avoidance-avoidance conflict* yaitu sumber stres yang muncul ketika dihadapkan pada satu pilihan antara dua situasi yang tidak menyenangkan, orang yang berada dalam konflik ini biasanya menunda atau menghindari dari keputusan, *approach-avoidance conflict* yaitu sumber stres yang muncul ketika kita melihat kondisi yang menarik dan tidak menarik dalam satu tujuan dan situasi.

Selain dari hal diatas, sumber stres juga dapat berasal dari keluarga, komunitas dan masyarakat. Prilaku, kebutuhan dan kepribadian dari setiap anggota keluarga berdampak pada interaksi dengan orang dari anggota lain dalam keluarga yang dapat menyebabkan stres. Selain keluarga sumber stres juga berasal dari lingkungan sekitar seperti teman, suasana kelas dan pengajar dapat mempengaruhi stres seseorang.

Menurut Potter dan Perry (1989 dalam Rasmun 2004) menyebutkan ada 3 hal macam tingkat stres yaitu stres ringan yang berhubungan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari yang dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif, stres ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran dan biasanya terjadi dalam beberapa

menit atau beberapa jam. Stres sedang umumnya memungkinkan individu untuk fokus pada hal-hal yang penting. Stres berat terjadi biasanya dalam beberapa minggu bahkan tahunan misalnya hubungan suami istri yang tidak harmonis.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 83 responden dan berdasarkan teori yang ada, dari 83 responden sebanyak 42 orang yang memiliki tingkat stres normal, 24 orang memiliki tingkat stres ringan dan 17 orang memiliki tingkat stres sedang, peneliti berasumsi bahwa mahasiswa yang tidak memiliki stres atau tingkat stres normal dikarenakan mahasiswa memiliki coping yang baik dengan dalam mengelola stres yang ada pada dirinya dan menganggap stres itu sebagai pemacu semangatnya sebagai mahasiswa, sedangkan mahasiswa yang memiliki stres dikarenakan mahasiswa dalam menjalani perkuliahan dihadapkan pada ketegangan yang dapat berasal dari berbagai sumber contohnya saja dari dalam diri sendiri, keluarga, teman kuliah dan lingkungan, biaya perkuliahan yang mahal, lapangan pekerjaan yang sedikit. Dengan perbedaan, mahasiswa yang tidak mengalami stres dapat mengatasinya dengan cepat. Sedangkan mahasiswa yang mengalami stres dapat mengatasinya dengan membutuhkan waktu lebih dari mahasiswa yang mengalami stres ringan untuk dapat mengatasi ketegangan yang ada.

g) Minat Belajar Mahasiswa

Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa terdapat perbandingan angka yang tidak jauh antara mahasiswa yang memiliki minat belajar tinggi dan minat belajar rendah. Dari 83 responden, mahasiswa yang memiliki minat belajar tinggi sebanyak 41 orang (49.4%), mahasiswa yang memiliki minat belajar rendah sebanyak 42 orang (50.6%).

Menurut Syah (2008) minat belajar adalah sesuatu keinginan atau kemauan yang disertai perhatian dan keaktifan yang

disengaja yang akhirnya melahirkan rasa senang dalam perubahan tingkah laku, baik berupa pengetahuan, sikap dan keterampilan.

Berdasarkan bentuk dari cara pengekspresiannya, Uno (2006) mengklasifikasikan minat menjadi empat jenis diantaranya *expressed interest* yaitu minat yang diekspresikan melalui verbal yang menunjukkan seseorang menyukai atau tidak menyukai suatu objek atau aktivitas. *Manifest interest* yaitu minat yang disimpulkan dari keikutsetaan individu ada suatu kegiatan tertentu. *Tested interest* yaitu minat yang disimpulkan dari tes pengetahuan atau keterampilan dalam suatu kegiatan. *Inventoried interest* yaitu minat yang diungkapkan melalui inventori minat atau daftar aktivitas dan kegiatan yang sama dengan pernyataan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 83 responden dan berdasarkan teori yang ada, dari 83 responden sebanyak 41 orang yang memiliki minat belajar tinggi dan 42 orang yang memiliki minat belajar rendah, peneliti berasumsi bahwa, mahasiswa yang minat belajarnya tinggi memiliki rasa suka terhadap pelajaran yang diminatinya sehingga menimbulkan rasa tertarik untuk terus fokus dalam memperhatikan pelajaran yang akan dipelajarinya, yang didorong dengan rasa ingin tahu dan semangat yang besar terhadap suatu pelajaran sehingga minat belajarpun tumbuh. Sedangkan mahasiswa yang memiliki minat belajar rendah, peneliti berasumsi bahwa minat belajar pada sebagian mahasiswa mempunyai rasa malas disebabkan karena belum tumbuhnya rasa minat belajar. Hal ini dikarenakan seorang mahasiswa belum mengetahui manfaat dari belajar, belum ada suatu target pencapaian atau kelelahan dalam beraktivitas dalam atau diluar jam perkuliahan sehingga rasa keingintahuan dan kebutuhan akan belajar kurang tumbuh dari mahasiswa. Selain dari dalam diri mahasiswa sendiri, faktor eksternal

mempengaruhi, seperti sikap orang tua terutama mahasiswa yang berasal dari luar daerah, sikap atau peranan dosen sebagai orang tua pengganti selama mahasiswa berada di lingkup kampus, sikap teman yang selalu memberikan semangat atau sebaliknya.

2. Analisa bivariat

Berdasarkan analisa dengan uji statistik *pearson chi square* diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat stres normal sebanyak 42 orang (50.6%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 24 orang (28.9%) dan minat belajar rendah sebanyak 18 orang (21.7%). Mahasiswa yang memiliki tingkat stres ringan sebanyak 24 orang (28.9%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 12 orang (14.5%) dan minat belajar rendah sebanyak 12 orang (14.5%). Mahasiswa yang memiliki tingkat stres sedang sebanyak 17 orang (20.5%) dengan minat belajar tinggi sebanyak 5 orang (6.0%) dan minat belajar rendah sebanyak 12 orang (14.5%). Hubungan tingkat stres dengan minat belajar menggunakan uji *pearson chi square* dengan tingkat kesalahan (α) 0,05, hasil *p value* yang didapatkan tidak signifikan ($p=0,155$) yang berarti $p value > 0,05$ yang artinya kemungkinan ada faktor lain yang mempengaruhi minat belajar selain tingkat stres.

Berdasarkan dari hasil penelitian dapat dikatakan bahwa walaupun subjek penelitian mengalami stres tetapi tidak berhubungan dengan minat belajar mereka. Mahasiswa mempunyai stres yang bersifat pribadi yang dapat memunculkan stres yang tidak berpengaruh terhadap minat belajarnya sebagai mahasiswa. Menurut Lazarus (1984 dalam Fadilah 2013) ada tipe kejadian yang dapat menyebabkan stres personal (*personal stressor*). *Personal stressor* adalah ancaman atau gangguan yang lebih kuat atau kehilangan terhadap sesuatu yang terjadi pada level individu seperti

kehilangan orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan, masalah mengatur keuangan dan masalah pribadi lainnya.

Menurut Uno (2011) pada minat belajar yang tinggi faktor lain yang lebih mempengaruhi selain stres. Terdapat empat indikator minat belajar yang dikemukakan oleh Slameto (2004) yaitu mempunyai kesukacitaan terhadap sesuatu yang ingin dipelajari secara terus-menerus, mempunyai rasa kesukaan yang berlebih sehingga menimbulkan ketertarikan terhadap sesuatu yang dimintai dan ingin dipelajari, mempunyai kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan suatu pelajaran yang telah dipelajari, rasa kesukaan yang besar dimanifestasikan melalui partisipasi dan keterlibatan pada aktifitas dan kegiatan. Hal itu sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa stres tidak mempengaruhi minat belajar, karena mahasiswa pasti mempunyai minat belajar yang tinggi atau rendah karena ada cita-cita yang ingin dicapai.

Selain hal di atas tingkat stres tidak berpengaruh terhadap minat belajar pada mahasiswa disebabkan dari pengelolaan stres yang baik. Menurut Rickard (2000), sebenarnya stres dapat menumbuhkan minat yang dibutuhkan oleh seseorang untuk melakukan sesuatu, karena stres merupakan suatu energi yang dapat digunakan secara efektif, sehingga stres tersebut dapat merupakan tantangan yang membuat orang bergerak kearah yang lebih baik. Tetapi stres yang terlalu berat akan menjadi penderitaan bagi yang mengalaminya.

Menurut Sarafino (2008) terdapat satu jenis stres yang berbahaya dan merugikan, disebut dengan *distress*. Satu jenis lainnya justru bermanfaat atau konstruktif yang disebut dengan *eustress*. Stres jangka pendek yang mungkin mempunyai akibat yang bermanfaat, tetapi jika stres

berlangsung secara terus menerus akibat yang terjadi adalah negatif karena akan mengganggu kesehatan dan kehidupan pada umumnya.

Menurut Jex dan Bliese (2001), ada individu yang tampaknya beresiko terhadap stres tetapi juga ada yang tidak, salah satunya tergantung dari psikologis masing-masing individu. Salah satu faktor psikologis yang digunakan untuk meningkatkan daya tahan stres adalah melalui efikasi diri. Efikasi diri adalah kepercayaan individu tentang kemampuannya yang dimiliki untuk menunjukkan suatu perilaku. Sumber stres akan lebih menjadi ancaman bagi mereka yang merasa dirinya tidak mampu melakukan tugas. Diharapkan dengan semakin tinggi kesadaran seseorang akan kemampuannya, semakin mudah mereka mengatasi persoalan yang dihadapi secara konstruktif.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat stres tidak memiliki hubungan atau pengaruh yang cukup kuat dengan minat belajar mahasiswa, karena kemungkinan ada faktor lain yang mempengaruhi minat belajar responden, dalam penelitian ini responden yang lebih banyak adalah responden perempuan dan lebih mudah mengalami stres karena perempuan sedang atau dalam keadaan stress, hormon oksitosin akan melindungi wanita dari stres dengan memberikan efek tenang dan mengurangi rasa takut dan ditambah lagi dengan adanya hormon estrogen yang memperkuat efek menenangkan dari hormon oksitosin. Sehingga tanpa disadari tubuh akan menyeimbangkan kondisinya dalam menghadapi stres dan efek berikatan yang membuat perempuan tergerak untuk bercerita atau mengkonsultasikan masalahnya (Huffington Post dalam Kompas.com, 2012). Wanita memiliki sifat stres yang konstruktif yang disebut eustress, walaupun demikian sangat penting bagi seorang mahasiswa untuk dapat

menelola stres dengan baik menyelesaikan masalah dengan baik bukan lari dari masalah sebagai proses menuju tahap pendewasaan. Wajib sebagai seorang mahasiswa untuk belajar, karena ada tujuan yang akan dicapai, tidak hanya dalam masa perkuliahan saja, belajar namun hingga akhir hayatpun rasa ingin tahu dan belajar harus tetap tumbuh. Apabila ada masalah yang dihadapi meliputi permasalahan akademik maka sebaiknya untuk membicarakan kepada pembimbing akademik masing-masing.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari rumusan penelitian yang ditetapkan maka dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden

Karakteristik responden berdasarkan umur mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda yang proporsi tertinggi yaitu umur 19 tahun sebanyak 37 responden (44.6%) dan proporsi terendah yaitu umur 22 dan 23 tahun sebanyak 1 responden (1.2%).

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda yang proporsi tertinggi yaitu jenis kelamin perempuan 51 responden (61,4%) dan terendah yaitu laki-laki 32 responden (38,6%).

Karakteristik responden berdasarkan suku mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda yang proporsi tertinggi dari suku yaitu kutai sebanyak 33 responden (39.8%) dan terendah yaitu Buton sebanyak 1 responden (1.2%).

Karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda yang proporsi tertinggi dari tempat tinggal yaitu kos sebanyak 48 orang (57.8%)

dan proporsi terendah yaitu asrama sebanyak 2 orang (2.4%)

Karakteristik responden berdasarkan status perkawinan mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda yang proporsi tertinggi dari status perkawinan yaitu belum menikah sebanyak 81 orang (97.6%) dan menikah sebanyak 2 orang (2.4%).

2. Tingkat stres pada mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda, sebanyak 41 orang tidak mengalami stres dan 42 orang yang mengalami stres.
3. Minat belajar pada mahasiswa akademi keperawatan Yarsi tingkat II Samarinda sebanyak 41 orang yang memiliki minat belajar tinggi dan 42 orang yang memiliki minat belajar rendah.
4. Hasil penelitian ini H_0 diterima yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan minat belajar dengan nilai $p=0,324$ lebih dari 0,05.

Berdasarkan kesimpulan yang ditetapkan maka dapat menjadi bahan pertimbangan untuk Bagi Ilmu Pengetahuan dapat memberikan sumbangsih informasi dan wawasan ilmu pengetahuan terbaru khususnya tentang stres dan minat belajar mahasiswa. Bagi Peneliti, Peneliti ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang analisa bivariat. Bagi Peneliti Selanjutnya, peneliti selanjutnya mampu melibatkan faktor-faktor lain yang berpengaruh pada minat belajar mahasiswa, misalnya memodifikasi variabel independennya atau memodifikasi instrumen penelitian. Bagi Institusi, pentingnya pembimbing akademik lebih aktif dalam membimbing mahasiswanya, sehingga mahasiswa mampu menghadapi masalah dan mahasiswa mampu meningkatkan kreatifitas dan minat belajar.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, M. (2012). *Model Konseling Kognitif-Prilaku Untuk Menangani Kejenuhan Belajar Mahasiswa*. Disertasi. Bandung. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia. [http://file.upi.edu/FIP/Mubiar_Agustin/Artikel/pdf/html.\(15 Mei 2014\).](http://file.upi.edu/FIP/Mubiar_Agustin/Artikel/pdf/html.(15%20Mei%202014).)

Anderson, P.D. (2013). *Anatomi & Fisiologi Tubuh Manusia: Latihan dan Panduan Belajar*. Jakarta: EGC.

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Enung, F. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.

Fadilah, A.E.R. (2013). Stres Dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Volume 1, Nomor 3, 2013*

Hawari, H.D. (2011). *Manajemen stress, cemas dan depresi*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.

Jex, S.M. & Bliese, Paul D. (2001). The Impact of Self Efficacy On Stressor Strain Relation: Coping Style As An Explanatory Mechanism. *Journal Of Applied Psychology*.

Mustaqim. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Yogyakarta.

Potter dan Perry. (2005). *Keperawatan Fundamental Vol.1 Edisi Terjemahan*. Jakarta: EGC.

Purwanto. (2009). *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Rasmun. (2004). *Stres, Koping dan Adaptasi*. <http://tingkat/stres/rasmun.html>.(3 Mei 2014).

Rasmun. (2009). *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta : CV. Sagung Seto.

Rickard, J. (2000). *Relaksasi Untuk Anak-Anak*. Jakarta: PT. Grasindo

Rudolph M. A., Jlien I. E., Rudolph, C.D. (2006). *Buku Ajar Pediatri Rudolph Ed.20 Vol.1*. Jakarta: EGC

Sarafino. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition. United States : John Willey & Sons, Inc.*(e-book
<http://sumber/stres/undip/sumberstres/sarafino/2008.htm>).

Siregar, S. (2011). *Statistik Deskriptif untuk Penelitian : Dilengkapi Perhitungan manual dan Aplikasi SPSS versi 17*. Ed. 1. Jakarta: Rajawali Pers.

Slameto. (2004). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sudrajat, A. (2008). *Pengertian Pendidikan, Strategi, Metode, Teknik dan Model Pembelajaran*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

Surono, Agus. (2012). Stres pada Status Pernikahan, artikel dipostkan pada tanggal 3 Agustus 2012. Dikutip 4

Syah, M. (2008). *Psikologi Pebelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Uno, B. (2006). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

_____.(2011). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran Jilid 4*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

www.kompasvemale.com dipostkan oleh Dini 18 Maret 2012. Dikutip 5 Oktober 2014.

www.wikipedia.org Karakteristik Suku Kutai dipostkan 2012. Dikutip 5 Oktober 2014.

Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT Refika Aditama.