TINGKAT STRES DENGAN HASIL BELAJAR PADA MATA KULIAH SISTEM PENCERNAAN DI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

(Stress Levels and Exam Result at Gastrointestinal Lesson in School of Nursing)

Istianah, Suci Noor Hayati, Budi Rustandi

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali Bandung

ABSTRAK

Pendahuluan. Metode pembelajaran baru yaitu *Problem Based Learning* (PBL) dapat menjadi stresor yang berdampak positif maupun negatif terutama yang dialami oleh mahasiswa dalam menerima model pembelajaran baru tersebut. STIKES Rajawali merupakan institusi pendidikan yang baru menerapkan metode PBL murni pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan hasil belajar pada mata kuliah sistem pencernaan metode *problem based learning* (KBK 2010). **Metode.** Desain penelitian adalah *cross sectional study*. Sampel berjumlah 77 mahasiswa. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Student Stress and Coping Intervention* (SSCI) dan *check list* untuk menilai hasil belajar pada proses PBL mata kuliah sistem pencernaan. Analisis univariabel menggunakan analisis distribusi frekuensi dan bivariabel untuk mengidentifikasi hubungan kedua variabel menggunakan Uji Anova. **Hasil.** Hasil uji Anova menunjukkan ada perbedaan hasil belajar diantara ketiga tingkat stres dengan nilai $p=0,001$. Perbedaan yang sangat signifikan adalah hasil belajar pada kelompok responden dengan tingkat stres sedang dengan berat $p=0,001$. **Diskusi.** Hal ini dapat digunakan sebagai acuan dalam melaksanakan metode PBL pada kurikulum berbasis kompetensi. Dalam melaksanakan PBL diperlukan manajemen stres yang baik sehingga dapat meningkatkan outcome dalam pembelajaran yaitu hasil belajar yang memuaskan.

Kata Kunci: hasil belajar, Stres, *problem based learning*, Keperawatan.

ABSTRACT

Introduction. *Problem Based Learning* is new learning method that can be positive or negative effected students to accept this method. STIKES Rajawali used this education system for nursing collages. The purpose of this study was to know relationship between stress level and exam result at gastrointestinal lesson with PBL in School of Nursing. **Methods.** This study used Cross sectional design. The numbers of sample of this study were 77 collages. Collecting data used *Student Stress and Coping Intervention* (SSCI) questioner. Also use check list question to measure learning outcome at Gastrointestinal lesson with *Problem Based Learning's* system education. Univariable analyze used frequent distribution and bivariable for identified relation between variables used annova test. **Result.** Annova test's result showed that there was significant difference between learning outcome and stress level with $p\text{ point} = 0,001$ at midle stress' level. **Discussion.** It is can become reference in PBL method with competence based curricula. Good stress management could improve learning outcome at problem based learning system education.

Keywords: learning outcome, stress, *problem based learning*, nursing.

PENDAHULUAN

Tuntutan era globalisasi membuat setiap orang harus mampu untuk bersaing sesuai kompetensi yang dimiliki. Upaya pengembangan sumber daya manusia tertuju pada jenjang perguruan tinggi, dengan adanya jenjang yang lebih tinggi diharapkan proses pemahaman menjadi lebih berkembang dan dewasa daripada pendidikan sebelumnya. Mahasiswa sebagai sumber daya manusia (SDM) harus mampu untuk menempatkan dirinya sesuai kondisi fisik dan psikologisnya. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dapat masuk pada perguruan tinggi yang mampu

untuk meningkatkan mutu pendidikan. Upaya-upaya peningkatan prestasi belajar mahasiswa senantiasa dilakukan oleh lembaga pendidikan tinggi pada setiap faktor yang dapat meningkatkan prestasi belajar mahasiswa. Untuk melatih cara berfikir kritis di tingkat perguruan tinggi diperlukan model strategi pembelajaran yang sesuai. Model Belajar Berdasarkan Masalah (*Problem Based Learning*/PBL) dan Strategi Kooperatif tampaknya dapat diterapkan pada kurikulum berbasis kompetensi terutama sistem blok diperguruan tinggi kesehatan untuk mencapai tujuan dan melatih kecakapan berfikir kritis mahasiswa.

Model *Problem Based Learning* merupakan model pembelajaran baru yang dirancang berdasarkan masalah riil kehidupan yang bersifat tidak terstruktur, terbuka, dan menua. Melalui model PBL mahasiswa dirangsang untuk menganalisa dan mencari solusi dari masalah yang dihadapinya. Peran dosen dalam pembelajaran ini adalah menyajikan masalah, mengajukan pertanyaan, dan memfasilitasi proses pembelajaran. Tingkat stres dapat terjadi dimanapun dan pada siapa pun, juga pada mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri merupakan tingkat stressor tersendiri yang akan mempengaruhi proses belajar mengajar. Keberhasilan proses belajar-mengajar sebagai tujuan utama pendidikan tidaklah semata-mata ditentukan oleh faktor-faktor yang bersifat akademik, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor non akademik yang berasal dari eksternal maupun internal. Faktor eksternal dapat berupa dukungan maupun hambatan lingkungan, fasilitas, sistem sosial ekonomi, kondisi alam dan lain sebagainya. Adapun faktor internal dapat berupa kondisi kesehatan jasmani maupun kondisi kesehatan psikis atau emosional. Dengan metode pembelajaran PBL diharapkan dapat menghasilkan lulusan perawat yang dapat memberikan pelayanan kesehatan berkualitas. Mahasiswa keperawatan harus dapat beradaptasi dalam menghadapi perubahan metode pembelajaran dari *teacher center learning* menjadi *student center learning*.

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali merupakan program studi yang menerapkan metode PBL dalam sistem pembelajarannya. Terutama pada mata kuliah sistem di semester II dan IV. Metode PBL ini baru diterapkan pada tingkat I dan II. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 6 orang mahasiswa tingkat I didapatkan hasil bahwa mahasiswa mengatakan tingkat stress apabila tidak menemukan jawaban *learning objective* yang sesuai dengan materi yang dibahas atau tidak menemukan pakar yang sesuai dengan bahan kajiannya. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan hasil

belajar pada mata kuliah sistem pencernaan program studi S1 keperawatan STIKES Rajawali.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasional dengan rancangan *cross sectional study*, untuk melihat hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar pada mata kuliah sistem pencernaan dengan metode PBL pada program studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali. Populasi penelitian terdiri dari seluruh mahasiswa program studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali tingkat I semester II Tahun Akademik 2011/2012 yang berjumlah 77 orang. Sampel penelitian ini adalah total sampel, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Kuesioner tentang tingkat stress menggunakan alat ukur dari *Student Stresand Coping Inventory* (SSCI) yang terdiri dari 20 item dengan jawaban berskala likert dari 1–4. Daftar cek list untuk penilaian proses belajar mata kuliah sistem pencernaan yang terdiri dari 4 pokok penilaian yaitu kemampuan dalam partisipasi dan ketrampilan komunikasi, kerjasama, pemahaman/penalaran, dan pengetahuan/ketrampilan mengumpulkan informasi. Analisis univariabel untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden. Analisis bivariabel dilakukan dalam menguji hipotesis, yaitu untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres pada dengan hasil belajar pada matakuliah sistem pencernaan dengan metode PBL. Analisis menggunakan *One Way ANOVA*. Normalitas data ditentukan dari nilai p, apabila nilai $p > 0,05$. Sedangkan adanya hubungan dinyatakan oleh nilai $p < 0,000$.

HASIL

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif analitik korelasional dengan rancangan *cros sectional*. Pengambilan data dilakukan di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali, yang dimulai pada tanggal 1 Mei sampai dengan 30 Juni 2012 didapatkan 77 responden, selama penelitian berlangsung

tidak ada responden yang drop out. Berikut akan disajikan hasil analisis data penelitian ini.

Pada tabel 1 menunjukkan tingkat stres pada mata kuliah sistem pencernaan dengan metode PBL sebagian besar responden mengalami stres sedang sebanyak 43 orang (55,8%), stres ringan 32 orang (41,6%) dan yang mengalami stres berat hanya 2 orang (2,6%).

Tabel 2 menunjukkan analisis hasil belajar pada mata kuliah sistem pencernaan dengan metode PBL didapatkan rerata hasil belajar 73,19 SD 6,491 median 73 dengan minimum 53 dan maksimum 87 dengan tingkat kepercayaan 95% diyakini bahwa rerata hasil belajar pada rentang 71,72 – 74,67

Tabel 1 Gambaran tingkat stres pada mata kuliah sistem pencernaan Metode PBL di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali Tahun 2012

Tingkat Stress	Jumlah	Persentase
Ringan	32	41,6
Sedang	43	55,8
Berat	2	2,6
Total	77	100

dan hasil analisis lebih lanjut menggunakan *kolmogorov smirnov* didapatkan nilai $p = 0,187$ hal ini dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Rerata hasil belajar pada responden dengan stres ringan 76,34 dengan standar deviasi 6,157, pada responden dengan stres sedang 70,88 dengan standar deviasi 5,909, sedangkan pada responden dengan stres berat rata-rata nilainya 72,19 dengan standar deviasi 3,536. Hasil uji statistik didapat nilai $p=0,001$ berarti pada alpha 5% dapat disimpulkan ada perbedaan hasil belajar diantara ketiga tingkat stres. Analisis lebih lanjut membuktikan bahwa kelompok yang berbeda signifikan adalah tingkat stres sedang dengan berat, tingkat stres ringan dengan berat, dan tingkat stres ringan dengan sedang.

Pada tabel 4 diatas menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis lebih lanjut, didapatkan bahwa ada perbedaan yang bermakna rerata hasil belajar antara responden yang mengalami stres tingkat sedang versi berat dengan nilai $p=0,001$, begitu pula berikutnya ada perbedaan yang bermakna rerata hasil belajar antara responden yang mengalami stres tinggi versi rendah dengan nilai $p=0,001$, sedangkan antara responden

Tabel 2 Gambaran Hasil Belajar pada Mata Kuliah Sistem Pencernaan dengan Metode PBL di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali Tahun 2012

Variabel	Mean	SD	Median	Min-Max	95 % CI	p
Hasil belajar	73,19	6,491	73	53-87	71,72-74,67	0,187

Tabel 3 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Hasil Belajar pada Mata Kuliah Sistem Pencernaan dengan Metode PBL di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali

Variabel		Mean	SD	95% CI	p
Tingkat Stres	Ringan	76,34	6,157	74,12-78,56	0,001
	Sedang	70,88	5,909	69,07-72,70	
	Berat	72,19	3,536	40,73-104,27	

Tabel 4 Hasil Analisis Pos Hoc

Tingkat Stres	Perbedaan Rerata	95% CI	P
Sedang vs Berat	1,624	2,03-8,89	0,001
Tinggi vs Rendah	-5,356	-8,89-2,03	0,001
Ringan vs Sedang	-2,228	-14,54-6,85	1,000

yang mengalami stres ringan versi sedang tidak terdapat perbedaan nilai yang bermakna dengan nilai $p=1,000$.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Total responden 77 orang dan sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 63 orang (81,2 %) dan 14 orang laki-laki (18,8%). Rerata usia 18,47 tahun, usia ini tergolong pada usia remaja akhir (Thornburgh, 2008). Menurut Elkind dan Fostman (1990) mengutarakan bahwa perubahan sosial yang cepat mengakibatkan usia remaja akhir ini menjadi bingung serta harapan masyarakat yang menginginkan kedewasaan mereka menjadi stresor bagi remaja akhir sehingga stres menjadi meningkat. Responden pada semester II ini baru mengalami adaptasi terhadap proses pembelajaran dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, sehingga memerlukan penyesuaian baik psikologis maupun fisik. Stressor berikutnya adalah dengan diberlakukannya KBK pada program studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali juga merupakan perubahan metode pembelajaran dan lebih menekankan pada evaluasi proses pembelajaran. Proses pembelajaran PBL merupakan metoda yang baru dikenalkan pada semester II, hal ini merupakan stresor bagi peserta didik yang baru menginjak remaja akhir. Model PBL dengan memberikan "*Trigger case*" diharapkan mahasiswa mampu menyelesaikan masalah yang diberikan secara berkelompok, sehingga sifat dari "*Trigger case*" juga mempengaruhi proses pembelajaran. Dalam PBL ini evaluasi didasarkan pada kemampuan dalam partisipasi dan ketrampilan komunikasi, kerja sama, pemahaman/penalaran, dan pengetahuan/ketrampilan mengumpulkan informasi yang relevan dalam menyelesaikan tugas.

Gambaran tingkat stres pada mata kuliah sistem pencernaan metode PBL di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Rajawali menunjukkan bahwa tingkat stres responden ketika mengikuti mata kuliah sistem pencernaan dengan metode PBL sebagian besar mengalami stres sedang yaitu 43 orang (55,8%)

selanjutnya 32 orang (41,6%) mengalami stres sedang dan yang tinggi 2 orang (2,6%). Hal ini memperlihatkan bahwa proses PBL ini merupakan pengalaman pertama pada mata kuliah sistem pencernaan sehingga responden harus beradaptasi dengan pembelajaran kasus yang diberikan oleh tutor.

Gambaran Hasil Belajar

Sebagian besar responden yang mengikuti mata kuliah sistem pencernaan dengan metode PBL mengalami stres sedang sebanyak 43 orang (55,8%), stress ringan 32 orang (41,6%) dan yang mengalami stres berat hanya 2 orang (2,6%). Hal ini menunjukkan bahwa pada umumnya dalam proses pembelajaran PBL mahasiswa mengalami stres dan hal ini mempengaruhi hasil belajar mereka.

Hubungan antara Tingkat Stres Dengan Hasil Belajar

Terdapat perbedaan hasil belajar mahasiswa yang mengalami stres ringan, sedang, dan berat. Namun berdasarkan hasil analisis lebih lanjut dengan pos hoc didapatkan perbedaan nilai rata-rata hasil belajar yang signifikan antara kelompok mahasiswa yang mengalami tingkat stres ketiga tingkat stres tingkat sedang versi berat dengan nilai $p=0,001$, begitu pula berikutnya ada perbedaan yang bermakna rerata hasil belajar antara responden yang mengalami stres tinggi versi rendah dengan nilai $p=0,001$, sedangkan antara responden yang mengalami stres ringan versi sedang tidak terdapat perbedaan nilai yang bermakna dengan nilai $p=1,000$. Berdasarkan hasil analisis hubungan tingkat stres dengan hasil belajar, didapatkan rerata hasil belajar pada responden yang mengalami stres berat lebih rendah dibandingkan dengan responden yang mengalami stres ringan dengan $p=0,001$. Dalam teori Cohen dalam Sarafino yang menunjukkan bahwa stres dapat melemahkan ingatan dan perhatian dalam aktivitas kognitif sehingga memungkinkan bila kondisi stres membuat mahasiswa tidak dapat mengingat materi serta mempengaruhi keefektifan *performa* dalam melakukan sebuah tugas.

Keadaan ini berpotensi menurunkan prestasi siswa dalam hasil belajar. Stres juga dapat membuat mahasiswa merasa tidak sanggup untuk belajar. Atas dasar hal-hal diatas, maka manajemen stres diperlukan untuk menghindari efek buruk dari stres, menurut Mimura dan Griffiths (2003), mengungkapkan bahwa manajemen stres harus dilakukan bagi mahasiswa keperawatan dengan dukungan faktor internal, hal ini diperlukan agar mahasiswa tidak melakukan kesalahan dan mendapatkan hasil belajar yang optimal. Walaupun pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode PBL menjadi pemicu stres bagi mahasiswa namun banyak penelitian merekomendasikan penggunaan PBL dalam meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mencari materi yang dibutuhkan dengan aktif sehingga mahasiswa yang mengikuti proses PBL ini mempunyai kelebihan dibanding dengan mahasiswa yang tidak menggunakan metode PBL (Abraham, *et al.* 2007) Pendekatan yang mendalam melalui PBL mampu meningkatkan intelektualitas mahasiswa yang dapat bertahan dengan waktu yang cukup lama (Abraham, *et al.* 2007). Sangat direkomendasikan adanya penyamaan persepsi dari tutor, karena peran tutor dalam PBL sangat penting, di mana sebaiknya semua tutor mendapatkan materi pelatihan dalam mengimplementasikan proses PBL dengan pendekatan yang lebih dalam kepada mahasiswa. Terutama pada pendidikan tinggi keperawatan, PBL merupakan pendekatan metode pembelajaran mampu menghubungkan *the body of knowledge* dalam kesiapan mengeksplorasi pengetahuan yang dibutuhkan (Kahn dan O'Rourke, 2003).

Hal-hal yang mendukung keberhasilan PBL diantaranya juga pengendalian emosional mahasiswa. Birks, J. McKendree, dan I. Watt (2009) mengungkapkan bahwa *Emotional Intelligence* (EI) diperlukan untuk kesehatan mental bagi profesi kesehatan, di mana stres yang dialami oleh mahasiswa bidang kesehatan (*dental, nursing, medical*) beberapa penemuan menunjukkan bahwa dalam proses pembelajaran mahasiswa harus dilindungi dari keadaan stres yang dialami saat mengikuti perkuliahan. Dalam hal ini peran tutor adalah

sangat penting, sehingga stres yang muncul ketika mahasiswa mengikuti PBL dapat terpantau dan mahasiswa mampu melalui masa tersebut dengan baik dan memicu prestasi belajar. Disinilah perlunya manajemen stres yang kami rekomendasikan bagi semua tutor. Perubahan metode pembelajaran menjadi stressor bagi mahasiswa oleh karena itu setiap perubahan harus dilakukan sosialisasi untuk menghindari stres mahasiswa (Pharm, *et al.* 2009).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Stres yang dialami mahasiswa dalam model pembelajaran PBL menyebabkan hasil belajar mata kuliah sistem pencernaan yang menurun.

Saran

Ada hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar, hal ini dapat digunakan sebagai acuan dalam melaksanakan metode PBL pada kurikulum berbasis kompetensi. Dalam melaksanakan PBL diperlukan manajemen stres yang baik sehingga dapat meningkatkan *outcome* dalam pembelajaran yaitu hasil belajar yang memuaskan. Dalam mencapai hasil belajar mahasiswa yang optimal diperlukan perencanaan proses pembelajaran yang harus disusun dengan baik dan memperhatikan metode pembelajaran yang sesuai. Metode PBL yang digunakan dalam mata kuliah sistem sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar namun perlu juga diantisipasi adanya stres yang dialami oleh mahasiswa.

KEPUSTAKAAN

- Abraham, RR., P. Vinod., M.G. Kamath, K. Asha, K. Ramnarayan. (2007). Learning approaches of undergraduate medical students to physiology in a non-PBL- and partially PBL-oriented curriculum. *Adv Physiol Educ.* 32: 35–37.
- Birks, Y., J. McKendree, I. Watt. , 2009. Emotional intelligence and perceived stress in healthcare students: a multi-

- institutional, multi-professional survey. BMC Medical Education, 9: 61.
- Kahn, P., Karen O'Rourke., 2003. Guide to curriculum design: Enquiry-Based Learning. University of Manchester.
- Mimura, C., P. Griffiths., 2003. The Effectiveness of current Approaches to workplace stress management in the nursing profession: on evidence based literature review. Occup Environ Med. 60: 10–15
- Pharm, D., William H, Evan T., Diane E., Charles G., Pamela U, Adam.M, G. Pollack., 2009. AACP curricular Change Summit Supplement. Roles of Innovation in Education Delivery. American Journal of Pharmaceutical Education. 73 (3).