

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Multimedia Tumpang, Kabupaten Malang, Jawa Timur. SMK Multimedia memiliki 2 gedung sekolah yaitu di jalan Kamboja No.01, Desa Malangsuko Kecamatan Tumpang, Kabupaten Malang. SMK Multimedia Tumpang terbentuk pada tahun 2012, dengan luas lahan 1.280 m².

SMK Multimedia Tumpang memiliki 5 paket keahlian diantaranya asisten keperawatan, multimedia, farmasi, bisnis marketing dan perhotelan.

Di Smk Multimedia Tumpang terdapat 13 guru. Jumlah siswa kelas 12 keperawatan sebanyak 50 siswa. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 – 31 Desember 2020 di SMK Multimedia Tumpang. Peneliti telah melakukan penelitian terhadap 50 siswa keperawatan untuk mengetahui tingkat stres dalam menghadapi persiapan ujian kompetensi keahlian dengan kurun waktu penelitian tiga hari.

4.1.2 Data Umum

Hasil observasi karakteristik responden yang peneliti dapatkan pada penelitian ini berdasarkan usia, jenis kelamin, kelas, faktor lingkungan, keluarga dan penyakit adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Data Umum Penelitian

Keterangan	f	%
Usia		
16-17 tahun	0	0
18-19 tahun	50	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	3	6
Perempuan	47	94
Lingkungan		
Layanan konsultasi pada guru (BK)	30	60
Pendampingan keagamaan atau spiritual	20	40
Keluarga		
Keinginan dan cita-cita yang bertentangan	30	60
Broken home	11	22
Anggota keluarga yang sakit	9	18
(Internal) Penyakit		
Jantung berdebar	7	14
Otot tegang	12	24
Nyeri kepala (pusing)	31	62
Total	50	100

Sumber : Kuisisioner google form, 2020)

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui bahwa : pada data usia, seluruhnya (50 siswa 100%) berusia 18-19 tahun, untuk jenis kelamin hampir seluruhnya (47 siswa 94%) berjenis kelamin perempuan, untuk riwayat lingkungan sebagian besar (30 siswa atau 60%) mengikuti layanan konsultasi pada guru BK, untuk riwayat keluarga sebagian besar (30 siswa atau 60%) menyatakan adanya pertentangan antara keinginan dan cita-cita yang berlawanan, dan untuk riwayat penyakit didapatkan

data sebagian besar (31 siswa atau 62%) mengalami nyeri kepala (pusing).

4.1.3 Data Khusus

Data khusus karakteristik berdasarkan tingkat stres siswa kelas 12 keperawatan di SMK Multimedia Tumpang.

Tabel 4.2 Tingkat Stres Dalam Menghadapi Ujian Kompetensi Keahlian.

No	Tingkat stres	Frekuensi (orang)	Presentasi (%)
1	Tidak Stres	4	8
2	Ringan	9	18
3	Sedang	23	46
4	Berat	12	24
5	Sangat berat	2	4
	Total	50	100

(Sumber: Data Primer, 2020)

Berdasarkan hasil pada tabel 4.2, maka dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya (23 siswa atau 46%) dari responden mengalami stres sedang, sebagian kecil (2 siswa atau 4%) responden mengalami stres sangat berat.

Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum

Data Umum	Tingkat Stres										Jumlah	
	Tidak Stres		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Usia												
16-17 tahun	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
18-19 tahun	4	8	9	18	23	46	12	24	2	4	50	100
Jenis Kelamin												
Laki-laki	0	0	1	2	1	2	1	2	0	0	3	6
Perempuan	4	8	8	16	22	44	11	22	2	4	47	94
Apakah anda mengikuti kegiatan yang dilakukan oleh pihak sekolah untuk menghadapi persiapan UKK selain pendalaman materi?												
Mengikuti layanan konsultasi kepada guru BK	3	6,4	4	8,5	12	25,7	7	15	2	4,2	28	60
Pendampingan keagamaan atau spiritual	1	1,8	5	9	11	20	5	9	0	0	22	40

Apakah anda sering mengalami konflik dalam keluarga?

Keinginan dan cita-cita yang berlawanan	3	6,2	6	12,4	12	24,8	7	14,4	1	2	29	60
Broken home	0	0	0	0	8	17,6	2	4,4	0	0	10	22
Anggota keluarga yang sakit	1	1,6	3	5	3	5	3	5	1	1,6	11	18
Apakah anda merasakan gejala penyakit stres seperti?												
Jantung berdebar	0	0	2	4	3	6	0	0	2	4	7	14
Otot tegang	0	0	4	8	5	10	3	6	0	0	12	24
Nyeri kepala/pusing	4	8	3	6	15	30	9	18	0	0	31	62

Sumber : (Kuisisioner google form,2020)

Berdasarkan tabel 4.3 diatas diketahui bahwa sebagian kecil siswa yang tidak mengalami stres (4 siswa atau 8%) berusia 18- 19 tahun, sebagian kecil (4 siswa atau 8,5%) berjenis kelamin perempuan, sebagian kecil (3 siswa atau 10,7%) mengikuti kegiatan layanan konsultasi pada guru BK, sebagian kecil (3 siswa atau 10,3%) mengalami pertentangan antara keinginan dan cita-cita dengan orang tua, sebagian kecil (4 siswa atau 12,9%) mengalami gejala penyakit stres nyeri kepala.

Dan sebagian kecil (9 siswa atau 18%) berusia 18-19 tahun mengalami stres ringan, sebagian kecil (8 siswa atau 17%) berjenis kelamin perempuan, sebagian kecil (5 siswa atau 22,7%) mengikuti kegiatan pendampingan keagamaan atau spiritual, sebagian kecil (6 siswa

atau 20,5%) mengalami pertentangan antara keinginan dan cita-cita yang berlawanan dengan orang tua, hampir setengahnya (4 siswa atau 33,4%) mengalami gejala penyakit stres yaitu otot tegang atau sulit rileks.

Sedangkan hampir setengahnya (23 siswa atau 46%) berusia 18-19 tahun mengalami stres sedang, hampir setengahnya (22 siswa atau 46,7%) berjenis kelamin perempuan, pada data faktor lingkungan hampir setengahnya (12 siswa atau 42,9%) mengikuti layanan konsultasi kepada guru BK, pada data konflik dalam keluarga hampir setengahnya (12 siswa atau 41,3%) mengalami konflik dengan keluarga antara keinginan dan cita-cita yang berlawanan dengan orangtua, pada data faktor penyakit hampir setengahnya (15 siswa atau 48,3% mengalami nyeri kepala atau pusing.

Pada data selanjutnya, sebagian kecil (12 siswa atau 24%) mengalami stres berat berusia 18-19 tahun, sebagian kecil (11 siswa atau 23,5%) berjenis kelamin perempuan, pada data faktor lingkungan sebagian kecil (7 siswa atau 25%) mengikuti layanan konsultasi kepada guru BK, pada data konflik dengan keluarga sebagian kecil (7 siswa atau 24,1%) mengalami pertentangan antara keinginan dan cita-cita yang berlawanan dengan orangtua, dan pada data faktor penyakit hampir setengahnya (9 siswa atau 29,2%) mengalami gejala penyakit stres yaitu nyeri kepala atau pusing.

Pada data diatas diketahui bahwa sebagian kecil (2 siswa atau 4%) mengalami stres sangat berat berusia 18-19 tahun, sebagian kecil (2 siswa atau 4,3%) berjenis kelamin perempuan, sedangkan pada data

faktor lingkungan sebagian kecil (2 siswa atau 7,2%) mengikuti kegiatan layanan konsultasi pada guru BK, pada faktor keluarga sebagian kecil (1 siswa atau 3,4%) mengalami pertentangan antara keinginan dan cita-cita dengan orang tua, pada data faktor penyakit hampir setengahnya (2 siswa atau 28,6%) mengalami gejala penyakit stres berupa jantung berdebar.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada bulan Desember 2020 dengan jumlah responden 50 siswa, diperoleh data hasil bahwa hampir setengahnya mengalami stres sedang sebanyak 23 responden (46%), sebagian kecil stres berat sebanyak 12 responden (24%), sebagian kecil stres ringan sebanyak 9 responden (18%), sebagian kecil sangat berat sebanyak 2 responden (4%) dan sebagian kecil normal sebanyak 4 responden (8%). Dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu kondisi yang tidak seimbang antara sumber stres seseorang dengan tuntutan yang dibebankan dan timbul dari interaksi dengan lingkungannya sehingga dirasa mengancam dirinya yang pada akhirnya direspon oleh fisik, perilaku, pikiran dan psikologis. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres juga disebabkan adanya faktor internal dan eksternal.

Faktor pertama yang mempengaruhi tingkat stres siswa kelas 12 keperawatan tentang lingkungan. Berdasarkan pada data umum pada tabel 4.1, sebagian besar (30 siswa atau 60%) siswa mengalami stres sedang. Sedangkan berdasarkan data silang pada tabel 4.3, hampir setengahnya (12 siswa atau 42,9%) mengikuti kegiatan konsultasi pada guru BK. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Evanjeli, 2012) yang

menjelaskan stres sebagai kondisi individu yang dipengaruhi oleh lingkungan. Kondisi stres terjadi karena ketidakseimbangan antara tekanan yang dihadapi individu dan kemampuan untuk menghadapi tekanan tersebut. Menurut Santrock, (2012) faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi tingkat stres siswa adalah kegiatan yang dilakukan oleh sekolah untuk menghadapi persiapan ujian kompetensi keahlian selain pendalaman materi. Melakukan pendampingan konsultasi kepada guru bk tentang pelajaran yang sulit, masalah yang dialami, melakukan pendampingan mental dan psikologis sebagai dukungan. Menurut peneliti kegiatan tersebut sangat membantu siswa agar siap menghadapi ujian kompetensi keahlian. Namun dukungan sosial atau integrasi dalam jaringan sosial tidak semua dapat diterima oleh siswa karena setiap individu memiliki karakteristik kepribadian yang berbeda seperti introvert-ekstrovert sehingga masih banyak siswa yang masih rentan mengalami stres. Sistem dukungan sering kali diperlukan untuk bertahan terhadap stres. Keterikatan yang dekat dan positif dengan orang lain secara konsisten ditemukan sebagai pertahanan yang baik terhadap stres. Pendampingan mental dan psikologis dapat mendorong siswa untuk mempunyai semangat yang tinggi dan optimis. Dengan model berpikir seperti ini diharapkan dapat lebih kapasitas dirinya lebih jernih sehingga mampu melakukan antisipasi terhadap kegagalan dan keberhasilan serta mampu mengatasi hambatan baik dari dalam maupun dari luar.

Faktor kedua yang mempengaruhi tingkat stres siswa kelas 12 keperawatan tentang persiapan ujian kompetensi keahlian adalah

keluarga. Berdasarkan data umum pada tabel 4.1, sebagian besar (30 siswa atau 60%) mengalami stres sedang. Sedangkan berdasarkan data silang pada tabel 4.3, hampir setengahnya (12 siswa atau 41,3%) mengalami konflik dengan keluarga. Menurut Hardjana (2011) keluarga juga dapat menjadi sumber stres, karena peristiwa yang berkaitan dengan anggota keluarga seperti ada anggota yang sakit, keinginan dan cita-cita yang berlawanan, hubungan anak dan orang tua tidak harmonis dapat mendatangkan stres yang tinggi bagi siswa tingkat akhir sehingga akan menjadi beban pikiran.

Menurut peneliti faktor keluarga sangat mempengaruhi stres yang dialami siswa saat menghadapi persiapan ujian kompetensi keahlian. Ketika siswa mengalami stres akibat tuntutan dari orang tua maka kemungkinan besar siswa akan memberontak karena keinginan mereka tidak dipenuhi sehingga menjadi beban bagi siswa dan dapat menimbulkan hal-hal seperti menyepelkan hasil akhir ujian kompetensi keahlian sehingga dapat menunjukkan kepada orang tua bahwa dirinya tidak ahli dalam bidang tersebut. Beberapa siswa yang sudah lulus SMK banyak yang tidak mau melanjutkan masuk ke perguruan tinggi kesehatan melainkan memilih jurusan apa yang diinginkan sejak dulu. Peran orang tua dalam mengatasi stres pada anak usia remaja sangat diperlukan, salah satunya yaitu dengan menjaga komunikasi dengan anak untuk mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan sehingga anak tidak merasa sendirian dalam menghadapi stressornya.

Faktor ketiga yang mempengaruhi stres siswa kelas 12 keperawatan tentang persiapan ujian kompetensi keahlian adalah faktor internal. Berdasarkan data umum 4.1, sebagian besar (31 siswa atau 62%) mengalami stres sedang akibat faktor internal. Sedangkan berdasarkan data silang pada tabel 4.3, hampir setengahnya (15 orang atau 48,3) mengalami faktor internal atau merasakan gejala penyakit sakit kepala, sulit rileks dan jantung berdebar. Menurut Hardjana (2010) faktor internal merupakan faktor yang bersumber dalam diri seseorang. Seseorang dapat mengalami stres lewat penyakit (Illness). Menderita penyakit membawa tuntutan fisik dan tuntutan psikologis pada orang yang menderitanya. Tinggi rendah dan berat ringannya tuntutan tergantung dari macam penyakit dan usia orang yang menderita. Penyakit ringan pada umumnya mendatangkan stres ringan sampai sedang saja. Seperti mengalami otot tegang atau susah rileks, nyeri kepala atau pusing sampai jantung berdebar. Menurut peneliti cara siswa usia remaja mengatasi stres dapat memiliki konsekuensi penting terhadap perkembangan kesehatan fisik dan emosional. Sehingga dapat menyebabkan masalah kesehatan, mental dan psikologisnya. Pada usia muda daya tahan terhadap penyakit lebih kuat daripada usia lanjut, maka terhadap penyakit yang sama rasa stres pada usia muda bisa berbeda. Selain itu strategi coping yang digunakan untuk meminimalisir gejala penyakit stres juga dibutuhkan seperti menyelesaikan masalah yang ada pada individu dan harus berusaha untuk mengatur perasaan atau tindakannya.

Dari hasil penelitian berdasarkan tabel frekuensi diatas menunjukkan seluruhnya (50 siswa atau 100%) berusia 18-19 tahun. Seluruhnya (47 siswa atau 100%) siswa berjenis kelamin perempuan. Seluruhnya (29 siswa atau 100%) mengalami pertentangan keluarga yaitu keinginan dan cita-cita yang berlawanan dengan orang tua. Berdasarkan data pada tabel frekuensi tentang kegiatan lingkungan sekolah seluruhnya (28 siswa atau 100%) mengikuti layanan konsultasi pada guru BK. Seluruhnya (31 siswa atau 100%) siswa mengalami gejala penyakit stres yaitu nyeri kepala atau pusing. Hal ini menunjukkan tingkat stres yang dialami siswa kelas 12 keperawatan dengan kategori **stres sedang** adalah mereka dihadapkan pada banyaknya tuntutan dari orang tua, perubahan yang relatif cepat seperti perubahan kurikulum, batas waktu persiapan ujian, menentukan pilihan karir dan program pendidikan lanjut serta kehidupan sosialnya. Sehingga dapat mempengaruhi proses berlangsungnya pembelajaran atau penerimaan materi sehingga sulit untuk dipahami karena terdapat beban yang terjadi karena tuntutan keberhasilan ujian kompetensi keahlian. Kegagalan dapat memotivasi dirinya melakukan semua yang diperlukan untuk meyakinkan dirinya bahwa siswa akan baik-baik saja pada saat ujian kompetensi keahlian tersebut. Hal ini membuat siswa dapat mempersiapkan diri untuk situasi yang mengakibatkan stres yang akan datang. Menurut peneliti dapat disimpulkan bahwa hal ini yang menyebabkan siswa mengalami stres sedang karena tuntutan persiapan ujian kompetensi keahlian dari orang tua dan pihak sekolah. Dengan membayangkan masalah yang mungkin

muncul, siswa dapat mengembangkan strategi yang relevan untuk menghadapinya atau mencegah hal-hal yang negatif.

