

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Sejarah berdirinya STIKES Sari Mulia Banjarmasin berdasarkan hasil perolehan data secara dokumentasi tidak dapat dipisahkan dari perjalanan Yayasan Indah Banjarmasin sebagai sesuatu kesehatan yang telah berpengalaman selama bertahun-tahun dibidang pelayanan kesehatan dengan memiliki Rumah Sakit Umum Swasta Sari Mulia Banjarmasin. STIKES Sari Mulia berada di Jl. Pramuka No.2, Pemutus Luar, Kec. Banjarmasin Timur., Kota Banjarmasin., Provinsi Kalimantan Selatan, Kode pos 70238, Indonesia. Di bidang pendidikan pun Yayasan Indah telah lebih dahulu memiliki Akademi Kebidanan Sari Mulia Banjarmasin, baru pada tahun 2009 mendirikan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin dan memiliki dua program studi yaitu Sarjana Program Studi Ilmu Keperawatan dan Diploma IV Bidan pendidik dengan ijin Menteri Pendidikan Nasional Nomor 44/D/2009 tertanggal 7 April 2009.

Untuk mengembangkan STIKES Sari Mulia Banjarmasin menuju Perguruan Tinggi swasta yang bermutu diawali dengan mengadopsi dedikasi bersama terhadap mutu oleh ketua yayasan, ketua program studi, staf dosen, staf administrasi, mahasiswa dan masyarakat. Proses diawali dengan mengembangkan visi dan misi program studi khususnya Program Studi Keperawatan. Adapun visi dan misi Program Studi Keperawatan STIKES Sari Mulia Banjarmasin adalah sebagai berikut.

1. Visi

Menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan unggulan di bidang kegawatdaruratan serta menghasilkan lulusan profesional sesuai standar profesi tahun 2020

2. Misi

- a) Melaksanakan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi melalui dukungan sumber daya internal dan eksternal secara optimal serta menjalin kemitraan dengan institusi lain untuk mendukung pencapaian visi.
- b) Meningkatkan kualitas pelayanan dan PkM dalam bidang kegawatdaruratan untuk menunjang program pembangunan di bidang kesehatan.
- c) Menyelenggarakan pendidikan profesional yang berkualitas berkesinambungan dan memiliki daya saing dalam kebutuhan tenaga kesehatan pada tingkat regional Kalimantan dan nasional.

Mahasiswa merupakan komponen utama dalam perkuliahan dan merupakan obyek sekaligus subyek dalam pendidikan. Jumlah mahasiswa yang terdaftar aktif di Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Sari Mulia Banjarmasin sebanyak 4 angkatan yang berjumlah 293 orang mahasiswa.

Perkembangan mahasiswa yang ada di Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Sari Mulia Banjarmasin mulai menampilkan peningkatan perkembangan dari tahun ke tahun. Seiring berjalannya peningkatan perkembangan mahasiswa juga diharapkan menghasilkan output yang berkualitas guna ikut turut serta meningkatkan pembangunan kesehatan di wilayah regional maupun nasional.

Pada perkembangannya, sejak tahun 2009 lokasi kampus Program Studi Ilmu Keperawatan bertempat dalam satu gedung dengan bangunan Rumah Sakit Umum Sari Mulia Banjarmasin, barulah sejak tahun 2013 Program Studi Ilmu Keperawatan memiliki gedung kampus secara mandiri sebagian besar dan prasarana seperti laboratorium komputer, laboratorium skill keperawatan, perpustakaan, wifi, ruang tutorial, ruang kelas dengan

fasilitas AC dan LCD, sudah tersedia di kampus ini dapat dikatakan baik walaupun jumlahnya masih terbatas.

Sejak didirikan pada tahun 2009, Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Sari Mulia dari angkatan I telah menjalani kurikulum berbasis kompetensi di mana pada kurikulum ini mahasiswa dituntut memiliki kompetensi yang memadai dan mempersempit antara jurang pemisah antara teori yang dipelajari mahasiswa dengan kondisi lingkungan yang dihadapi.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2017 yang bertempat di STIKES Sari Mulia, dengan jumlah responden dalam penelitian ini adalah 30 orang responden dan di ambil dengan menggunakan teknik *random sampling*.

Adapun hasil penelitian ini di uraikan dengan menampilkan hasil analisis berbentuk univariat dan bivariat terhadap masing-masing karakteristik variabel penelitian.

1. Analisis Univariat

Hasil penelitian ini diuraikan dengan menampilkan hasil analisis univariat terhadap masing-masing karakteristik responden yang meliputi analisis distribusi frekuensi dan analisis deskriptif respon indikator responden terhadap indikator kuesioner. Penelitian ini terdapat 2 variabel yang diamati yaitu variabel independen (tingkat stres) dan variabel dependen (kejadian insomnia pada mahasiswa).

a. Tingkat Stres

Gambaran tingkat stres kepada 30 mahasiswa PSIK yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres di STIKES Sari Mulia

No	Tingkat stres	Frekuensi (f)	Persen (100%)
1	Tidak stres	18	60
2	Stres ringan	3	10
3	Stres sedang	6	20
4	Stres parah	3	10
5	Stres sangat parah	0	0
	Jumlah	30	100

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan hasil tingkat stress, sebagian responden mengalami stres ringan 3 responden (10%) dan stres sedang 6 responden (20%).

b. Gambaran Insomnia

Gambaran kejadian insomnia kepada 30 mahasiswa PSIK yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia dapat dilihat pada table 4.2 berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Insomnia di STIKES Sari Mulia

No	Insomnia	Frekuensi (f)	Persen (100%)
1	Tidak insomnia	13	43,33
2	Insomnia	17	56,67
	Jumlah	30	100

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan insomnia yang tertinggi berada pada kategori insomnia 17 responden (56,67%).

2. Analisis Bivariat

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia dapat di lihat pada tabel 4.3 berikut :

Tabel 4.3 Analisis Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.

Tingkat stres	Insomnia				Total	
	Tidak insomnia		Insomnia		N	%
	N	%	N	%		
Tidak stres	9	30	9	30	18	60
Stres ringan	2	6,66	1	3,34	3	10
Stres sedang	1	3,34	5	16,66	6	20
Stres parah	1	3,34	2	6,66	3	10
Stres sangat parah	0	0	0	0	0	0
Total	13	43,34	17	56,66	30	100
Uji Spearman's rho (p) value 0,293 > $\alpha = 0,05$ R (Corelation Coefitent) = 0,199						

Berdasarkan tabel 4.3 hasil analisis Spearman's rho berdasarkan tabel diatas 30 responden sebanyak 2 responden (6,66%) dari 30 responden (100%) dengan stres ringan namun tidak mengalami insomnia dan hanya 5 responden (16,66%) dari 30 responden (100%) yang mengalami stres sedang namun mengalami insomnia.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *Spearman Rank* (Rho) memperlihatkan nilai p (**0,293**) > α (0,05) yang berarti tidak ada hubungan (korelasi) antara Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia sehingga H_0 diterima dengan Koefisien korelasi (r) dengan nilai $r = 0,199$ menunjukkan kekuatan hubungan sangat lemah (0,00-0,24).

C. Pembahasan

1. Tingkat stres pada mahasiswa skripsi

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa tingkat stres yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian mengalami stres ringan 3 responden (10%) dan stres sedang 6 responden (20%).

Hasil penelitian ini didukung dengan teori Potter & Perry (2009) menjelaskan bahwa tingkat stres sedang adalah stres karena menghadapi stresor kronis, yaitu dalam hitungan tahun. Stres yang dihadapi responden merupakan stres sedang karena intensitas stresor yang dihadapi kurang dari enam bulan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Potter & Perry (2009) menjelaskan bahwa stres sebagai respon yang tidak dapat dihindari oleh individu yang diperlukan untuk memberikan stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan. Tingkatan stres dilihat dari stres ringan, stres sedang dan stres berat. Sedangkan menurut teori Safaria & Seputar (2009) Penilaian individu terhadap stresor akan mempengaruhi kemampuan individu untuk melakukan tindakan pencegahan terhadap stresor yang membuat stres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra (2013) hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 83 responden terdapat 47 orang (56,6%) mengalami tingkat stres ringan, 27 orang (32,5%) mengalami tingkat stres sedang, dan terdapat 9 orang (10,8%) mengalami tingkat stres berat.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Destanti (2011) pada mahasiswa Universitas Indonesia juga menunjukkan bahwa mahasiswa

tidak mengalami stres berat. Selain itu, responden penelitian ini merupakan mahasiswa S1 yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa DIII. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Darmawan (2008) masih ditemukan mahasiswa yang mengalami stres berat dan sangat berat ketika sedang menyelesaikan tugas akhir.

Responden penelitian ini menilai skripsi sebagai ancaman yang masih wajar sehingga masih mampu mengatasi stresor yang dihadapi selama menyelesaikan skripsi. Hal tersebut terlihat pada hasil penelitian yang menunjukkan mayoritas responden tidak mengalami stres dan hanya beberapa responden yang mengalami stres parah jumlah 3 (10%) responden. Selain itu, berdasarkan informasi yang didapat dari responden diketahui bahwa skripsi yang diselesaikan responden merupakan usulan atau penelitian lanjutan dari masing-masing dosen pembimbing. Hal ini yang mempengaruhi mahasiswa banyak di bantu oleh dosen dalam penyelesaian skripsi dan menilai skripsi sebagai hal yang wajar.

2. Insomnia pada mahasiswa skripsi

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa jumlah responden yang mengalami insomnia lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengalami insomnia. Yang mengalami insomnia jumlah 17 responden (90%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 10 pernyataan "insomnia" terdapat 7 pernyataan negatif dan 3 pernyataan positif.

Hasil penelitian ini didukung dengan teori Potter & Perry (2009) mengatakan bahwa tidur dan terjaga diatur oleh dua mekanisme serebral yang bekerja secara *intermittent*, mekanisme tersebut adalah *Reticular Activating System (RAS)* dan *Bulbar System Reticular (BSR)*. Responden mengalami gangguan tidur karena peningkatan

stimulus yang diterima oleh RAS sehingga hormon katekolamin disekresi dan membuat responden terjaga atau terbangun. Sebaliknya, ketika responden stimulus ke RAS menurun, maka stimulus ke BSR meningkat sehingga hormone serotonin disekresi dan menyebabkan responden yang tidak Mengalami gangguan tidur dapat tidur atau tetap tertidur.

Sedangkan menurut teori Audrey & Shirlee (2004) Mekanisme RAS akan bekerja ketika menerima stimulus audio, visual,nyeri, dan taktil sehingga mengeluarkan hormon katekolamin, hormon untuk tetap terjaga. Hasil penelitian ini menunjukkan responden banyak Mengalami gangguan tidur. Responden dapat menerima segala stimulus yang akan meningkatkan stimulus ke RAS dan menurunkan stimulus ke BSR atau sebaliknya karena BSR dan RAS bekerja secara *intermittent*. Stimulus tersebut berasal dari kebiasaan atau kondisi kamar ketika akan tidur,misalnya diiringi suara musik atau televisi atau cahaya kamar yang berlebihan, menjadi stimulus yang akan diterima oleh RAS. Stimulus ke RAS membuat katekolamin disekresikan dan menyebabkan individu terjaga. Namun, ketika stimulus tersebut menghilang atau individu mentoleransinya, maka stimulus ke RAS oleh BSR untuk mengeluarkan serotonin sehingga individu dapat tidur atau tetap tertidur.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh DeLauner & Ladner (2002) bahwa tidur dipengaruhi kondisi lingkungan kamar seperti luas kamar, suhu ruangan kamar, ventilasi dan pencahayaan kamar, dan kondisi tempat tidur. Responden penelitian banyak mengalami gangguan tidur karena mayoritas responden berada jauh dari orang tua sehingga kurang dukungan keluarga terhadap

responden. Lingkungan fisik kamar individu baik di dalam maupun di luar dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk tertidur atau tetap tertidur. Sedangkan responden yang tinggal bersama orang tua merasa nyaman dengan kondisi atau segala fasilitas kamar yang biasa digunakan untuk tidur seperti tempat tidur, luas kamar, toilet, ventilasi, jendela dan lain-lain. Selain itu, responden yang tinggal bersama orang tua telah mengenal lingkungan di sekitar kamarnya sehingga responden tidak kesulitan untuk beradaptasi dengan perubahan disekitar kamar untuk tidur.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Potter & Perry (2009) Responden mengalami gangguan tidur karena aktifitas yang dilakukan sepanjang hari. Penelitian ini secara umum menunjukkan bahwa reponden melakukan beberpa aktivitas selama skripsi. Aktivitas ini dapat menyebabkan reponden mengalami kelelahan fisik. Kelelahan fisik sepanjang hari menyebabkan gangguan tidur. Individu dengan kelelahan sepanjang hari akan merasakan ketidaknyamanan pada tubuh saat malam hari. Hal ini akan menyebabkan individu sulit rileks sehingga sulit untuk tertidur. Namun, tingkat rileks setiap individu berbeda-beda DeLaude & Ladner (2002) sehingga walaupun ada beberapa responden yang tidak melakukan aktivitas lain tidak mengalami kelelahan, responden tetap dapat meraskan kesulitan untuk rileks karena hanya melakukan hal yang sepanjang hari.

Sedangkan pendapat yang dikemukakan oleh DeLade & Ladner (2002) Budaya dan tuntutan sosial mempengaruhi tidur. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa mengalami gangguan tidur dan sebagian lainnya tidak mengalami gangguan tidur. Mahasiswa yang tidak memiliki gangguan mengutamakan tidur di malam hari dari pada aktivitas lainnya.

Mahasiswa yang mengalami gangguan tidur menilai bahwa tidur dapat diartikan setelah tuntutan sosial atau tugas telah selesai dikerjakan. Sebagian lainnya menilai tidur sebagai kebutuhan yang memiliki aturan waktu pelaksanaan sehingga bisa tidur kapanpun yang diinginkan.

Hasil penelitian ini tidak senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulumuddin (2012) Penelitian terhadap mahasiswa bagian kesehatan menunjukkan bahwa jumlah responden yang mengalami gangguan tidur lebih sedikit dibandingkan dengan responden penelitian ini yang merupakan mahasiswa rumpun nonkesehatan. Hal ini terjadi karena pengetahuan dan persepsi yang berbeda terhadap gangguan tidur. Pengetahuan responden penelitian ini tentang jenis gangguan tidur, insomnia adalah gangguan tidur karena jumlah tidur yang kurang dari 8 jam per hari. Responden lainnya menilai gangguan tidur tidak membahayakan bagi kesehatan atau tidak memiliki dampak terhadap kesuksesan akademik.

3. Hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa skripsi

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa hasil analisis menggunakan *Spearman Rank* (Rho) menunjukkan nilai p (**0,293**) $> \alpha$ (0,05) yang berarti tidak ada hubungan (korelasi) antara Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia. Koefisien korelasi (r) dengan nilai $r = 0,199$ menunjukkan kekuatan hubungan sangat lemah (0,00-0,24), sehingga H_0 diterima.

Hasil penelitian didukung dengan teori (Potter & Perry, 2009) Stres dan depresi secara bertahap dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan tidur. Kualitas tidur seseorang juga dipengaruhi

oleh kenyamanan, dimana pada saat seseorang mengalami stres maka kenyamanan akan sulit didapatkan. kurangnya waktu tidur akibat banyaknya tugas juga dapat mengganggu irama tidur. Hal ini dapat berdampak pada pola tidur seseorang, kurangnya waktu tidur ditunjang dari beban perkuliahan yang tinggi tentunya dapat menimbulkan stres. Ketika seorang stres maka pikiran akan terpusat pada masalah yang sedang dihadapi. Hal inilah yang menyebabkan seseorang menjadi tidak rileks

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2012) hasil penelitian menunjukkan 61,6% responden mengalami stres sedang dan tidak ada yang mengalami stres berat, 44,6% responden mengalami gangguan tidur, dan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi (95% CI; $p= 0.675$; $\alpha= 0.05$).

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melanin (2013) hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa profesi yang mengalami stres ringan sebanyak (30%), sedang (13%) dan berat (32%) dan mahasiswa yang mengalami insomnia sebanyak (60%) disimpulkan bahwa ada hubungan antara stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa profesi nets di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh (*P-value* 0,002).

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviana (2011) dengan pembahasan tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan insomnia pada mahasiswa DIV bidan pendidik di STIKES Aisyiyah Yogyakarta didapat hasil mahasiswa yang mengalami stres cenderung akan melakukan aktifitas dan kebiasaan yang membuat dirinya menjadi susah tidur (insomnia), seperti aktifitas didepan laptop

yang lama, berpikir negatif tentang target yang tidak tercapai dalam menyusun skripsinya.

Pada akhirnya banyak dari mahasiswa kepenatan dan kelelahan yang berakibat insomnia bahwa beban pikiran dan menyibukkan diri merupakan penyebab terbanyak yang dikeluhkan oleh mahasiswa sebagai penyebab insomnia.

D. Keterbatasan

Pada penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami oleh peneliti. Beberapa keterbatasan yang bisa diidentifikasi oleh peneliti pada saat melaksanakan penelitian Adanya perbedaan kemampuan pemahaman responden terhadap pernyataan yang ditanyakan, sehingga dalam menjawab kuesioner responden didampingi dan diberi penjelasan yang detail bahkan menggunakan bahasa daerah (bahasa banjar) yang berdampak pada penggunaan waktu penelitian yang lebih lama untuk setiap responden.