

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Fakultas Kesehatan Masyarakat didirikan pada tanggal 11 maret 2002, beralamat di Jl. Urip Sumohardjo Km.5 Kampus II UMI, Makassar, Sulawesi Selatan. Saat ini FKM UMI terakreditasi B berada dibawah naungan perguruan tinggi terakreditasi institusi Unggul dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi(BAN-PT) tahun 2021 dengan fasilitas yang sudah sangat memadai dan memiliki laboratorium yang cukup memadai. Di Fakultas kesehatan masyarakat terdiri dari beberapa program studi yaitu kesehatan masyarakat (Sarjana-S1), kebidanan (Diploma-DIII), ilmu keperawatan (Sarjana-S1) dan Ners (Profesi).

Adapun visi-misi fakultas kesehatan masyarakat yaitu :

1. Visi

Terwujudnya fakultas kesehatan masyarakat yang unggul untuk menghasilkan tenaga islami, dan kompeten dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas pada tahun 2030.

2. Misi

- a. Menyelenggarakan pendidikan berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia(KKNI) untuk menghasilkan alumni yang memiliki kompetensi yang berilmu amaliah, amal ilmiah serta berakhlakul karimah, dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- b. Melaksanakan kegiatan penelitian yang berkontribusi tepat guna dibidang kesehatan, untuk memberikan cara memberikan solusi masalah kesehatan masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- c. Melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat bidang kesehatan, untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.
- d. Mengembangkan jejaring kemitraan dengan institusi pendidikan yang sejenis, industri, profesi, pemerintah dan organisasi lainya untuk bekerjasama meningkatkan derajat kesehatan dalam melayani masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan terbatas.

B. Hasil Penelitian

Penelitian dengan judul pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik pada mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan masyarakat universitas muslim indonesia telah dilaksanakan selama 1 bulan yang dimulai pada tanggal 4 November – 4 Desember 2022.

Penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik pada mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan masyarakat universitas muslim indonesia. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 34 orang, 17 orang kelompok intervensi dan 17 orang kelompok kontrol. Hasilnya disajikan dan dianalisis dalam bentuk tabel secara univariat dan bivariat. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah afirmasi positif yang dipengaruhi oleh variabel independen yaitu stres akademik.

1. Karakteristik Responden

Analisa univariat dalam penelitian ini meliputi karakteristik responden mulai dari jenis kelamin dan usia

Tabel 2
Karakteristik responden berdasarkan
jenis kelamin dan usia mahasiswa keperawatan
fakultas kesehatan masyarakat universitas
muslim Indonesia

Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
	n	%	N	%
Usia				
Remaja awal	1	5.9	1	5.9

Remaja Akhir	16	94.1	16	94.1
Jenis Kelamin				
Perempuan	15	88.2	14	82.4
Laki-laki	2	11.8	3	17.6

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 2 orang (11.8%) pada kelompok intervensi dan 3 orang (17.6%) pada kelompok kontrol dan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 orang (88.2%) pada kelompok intervensi dan 14 orang (82,4%) pada kelompok kontrol. Hal tersebut menyimpulkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.

2 Analisa Univariat

- a. Stres Akademik Sebelum dan Sesudah Dilakukan Afirmasi Positif pada Kelompok Intervensi

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan tingkat stres akademik sebelum dan sesudah afirmasi positif pada Kelompok Intervensi

Tingkat Stres Akademik	Pre test		Post Test	
	n	%	N	%
Ringan	3	17.6	9	52.9
Sedang	8	47.1	8	47.1
Berat	6	35.3	-	-

Sumber : data primer 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi sebelum dilakukan afirmasi positif mengalami stres akademik ringan sebanyak 3 orang (17,6%), stres akademik sedang sebanyak 8 orang (47,1%) dan sebanyak 6 orang (35,3%) mengalami stres akademik berat. Kemudian setelah dilakukan afirmasi positif menunjukkan sebanyak 8 orang (47,1%) mengalami stres akademik sedang dan sebanyak 9 orang (52,9%) mengalami stres akademik ringan.

- b. Stres Akademik sebelum dan Sesudah Dilakukan Afirmasi Positif pada Kelompok Kontrol

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan tingkat stres akademik sebelum dan sesudah afirmasi positif pada Kelompok Kontrol

Tingkat Stres Akademik	Pre test		Post Test	
	n	%	N	%
Stres Sedang	13	76.5	11	64.7
Stres Berat	4	23.5	6	35.5

Sumber : Data Primer 2022

Tabel 4 menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol sebelum dilakukan afirmasi positif mengalami stres akademik sedang sebanyak 13 orang

(76,5%) dan sebanyak 4 orang (23,5%) mengalami stres akademik berat. Kemudian setelah dilakukan afirmasi positif menunjukan sebanyak 11 orang (64,7%) mengalami stres akademik sedang dan sebanyak 6 orang (35.5%) mengalami stres akademik berat.

3. Analisa Bivariat

Analisis *bivariat* dilakukan untuk menguji hipotesis dengan menganalisis hubungan dalam penelitian ini

Selanjutnya analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan variabel *independen* dengan variabel *dependen uji yang digunakan adalah* uji statistik korelasi rank spearman's dengan tabel kontingensi 2x2 dengan tingkat kepercayaan 95 % ($\alpha = 0,05$), berdasarkan tabel kontingensi (baris x kolom).

- a. Pengaruh afirmsi positif terhadap stres akademik pada kelompok intervensi

Tabel 5
Hasil Uji Wicoxon Pengaruh Afirmasi Positif terhadap
Stres Akademik pada kelompok Intervensi
Stres Akademik

Stres Akademik										Median Minimum- Maksimum	P= Value
Afirmasi positif	N	Meningkat		Menurun		Tetap					
		n	%	n	%	n	%				
Pre-Test										2 (1-3)	
	17	0	0,00	14	82,4	3	17,6			0,000	

Post-Test	1 (1-2)
------------------	---------

Sumber : data primer 2022

Berdasarkan tabel 5 dari hasil uji wilcoxon sebelum dan sesudah diberi afirmasi positif responden pada kelompok intervensi mengalami perubahan stres akademiknya menurun sebanyak 14 orang (82,4%), stres akademiknya tetap sebanyak 3 orang (17,6%).

- b. Pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik pada kelompok kontrol

Tabel 6
Hasil Uji Wicoxon Pengaruh Afirmasi Positif
terhadap Stres Akademik pada Kelompok Kontrol

Afirmasi positif	N	Stres Akademik						Median Minimum-Maksimun	P= Value
		Meningkat		Menurun		Tetap			
		n	%	n	%	n	%		
Pre-Test	17	2	11,8	0	0,00	15	88,2	2 (2-3)	0,000
Post-Test								2 (1-3)	

Berdasarkan tabel 6 hasil uji wicoxon sebelum dan sesudah dilakukan afirmasi positif mengalami peningkatan stres akademik sebanyak 2 orang (11,8%) dan stres akademiknya menetap sebanyak 15 orang (88,2%).

C. Pembahasan

1. Stres Akademik Mahasiswa Sebelum dilakukan Afirmasi Positif pada kelompok Intervensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan afirmasi positif sebagian besar responden pada kelompok intervensi 8 orang (47.1%) mengalami stres sedang sedangkan 6 orang (35,3%) mengalami stres berat dan 3 orang (17,6%) mengalami stres ringan. Hal ini dikarenakan belum adanya kegiatan mekanisme koping berupa afirmasi positif yang dilakukan oleh responden tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Zainiyah et al., 2018) bahwa mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan mengalami stres akademik berbeda beda hal ini disebabkan oleh tuntutan akademik yang harus diselesaikan dan perbedaan koping dalam menghadapi stresor tuntutan akademik. selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agustiningsih, 2019) mengatakan bahwa stres akademik pada mahasiswa keperawatan biasa terjadi karena harus memenuhi kompetensinya, maka untuk mengatasi stres akademik mahasiswa bisa menggunakan strategi koping

2. Stres Akademik Mahasiswa Sesudah dilakukan afirmasi positif pada kelompok Intervensi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan afirmasi positif pada kelompok intervensi sebanyak 8 orang (47,1%) berada pada stres akademik sedang dan 9 orang (52,9%) berada pada stres akademik ringan, pada hasil penelitian ini mahasiswa yang sebelumnya mengalami stres akademik berat menurun menjadi stres akademik sedang dan ada yang menurun ke tingkat stres akademik ringan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Zainiyah et al., 2018) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan teknik relaksasi positif terhadap stres akademik pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi, hal tersebut dijelaskan bahwa orang yang melakukan afirmasi positif bisa merasa tenang, nyaman dan damai karena mempengaruhi sistem syaraf parasimpatis dan syaraf simpatis untuk memicu sekresi hormon endrfin, mengurangi tekanan darah, melambatkan pernafasan, dan mengurangi ketegangan pada tubuh.

Menurut asumsi peneliti dalam menghadapi stres akademik dapat dilakukan dengan beberapa cara mekanisme koping, afirmasi positif dapat direkomendasikan sebagai mekanisme

koping saat mengalami stres akademik sebab cara menggunakannya sangat mudah dapat dilakukan oleh diri sendiri dengan menegaskan kata-kata positif.

3. Stres akademik mahasiswa sebelum dan sesudah afirmasi positif pada kelompok kontrol

Hasil penelitian ini menunjukan mengalami stres akademik sedang sebanyak 13 orang (76,5%) dan sebanyak 4 orang (23,5%) mengalami stres akademik berat. Kemudian setelah dilakukan afirmasi positif menunjukan sebanyak 11 orang (64,7%) mengalami stres akademik sedang dan sebanyak 6 orang (35,5%) mengalami stres akademik berat, hal ini disebabkan pada kelompok kontrol tidak menggunakan afirmasi positif sebagai mekanisme koping.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Bagus Mas, 2018) yang menyatakan stres akademik yang dialami menunjukan reaksi berupa berpikir negatif pada diri sendiri dan lingkungannya. Menurut asumsi peneliti berubahnya keadaan stres akademik dari tingkatan sedang ke berat dipengaruhi oleh cara individu berpikir dalam merespon stresor berupa tuntutan akademik yang harus diselesaikan.

4. Pengaruh Afirmasi Positif terhadap stres akademik

Hasil penelitian yang didapatkan berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon dengan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya ada pengaruh afirmasi positif terhadap stres akademik pada mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan masyarakat universitas muslim indonesia. Hal ini dapat terjadi karena afirmasi positif merupakan jenis mekanisme koping yang mudah dilakukan dengan penegasan kata kata positif sehingga memicu kerja hormon endorfin yang menurunkan stres akademik. Afirmasi positif merupakan serangkaian kata positif untuk diucapkan ke diri sendiri, dimana kata kata yang diucapkan tersebut di respon oleh tubuh melalui gelombang suara diri sendiri dan di ubah dalam bentuk energi yang mempengaruhi sistem saraf simpati dan parasimpati.

saat stres akademik terjadi sistem tubuh segera meresponnya dengan detak jantung yang meningkat, pernafasan lebih cepat, otot-otot tubuh menegang hal tersebut terjadi karena kerja hormon-hormon yang berpengaruh kedalam darah.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu responden kurang kooperatif ketika dilakukan kontrak waktu, sehingga peneliti harus melakukan penelitian sesuai dengan waktu luang responden.

Responden tidak di lakukan tes uji ketersugestian sehingga peneliti memberikan intervensi tanpa mengetahui tingkat ketersugestian reponden.