

## **Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Belajar Mahasiswa Baru Keperawatan Anestesiologi Saat Menghadapi Evaluasi Praktikum**

Velisya Nabila Amu<sup>1</sup>, Niken Anggraini<sup>2</sup>, Nia Handayani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: <sup>1</sup>[Author1@email.com](mailto:Author1@email.com), <sup>2</sup>[Author2@email.com](mailto:Author2@email.com), <sup>3</sup>[AuthorN@email.com](mailto:AuthorN@email.com)

Email Penulis Korespondensi: [dianismail78@gmail.com](mailto:dianismail78@gmail.com)

### **Article History:**

Received Jun 21<sup>st</sup>, 2026

Accepted Jun 29<sup>th</sup>, 2026

Publish Jul 13<sup>rd</sup>, 2026

### **Abstrak**

Stres merupakan kondisi psikologis yang umum dialami mahasiswa baru, terutama pada program studi keperawatan anestesiologi yang memiliki tuntutan akademik dan praktikum tinggi. Evaluasi praktikum memerlukan kesiapan kognitif, keterampilan, serta mental sehingga berpotensi memicu stres yang dapat memengaruhi kualitas belajar. Namun, dalam batas tertentu stres dapat bersifat positif (*eustress*) dan membantu meningkatkan performa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dan rancangan korelasional menggunakan uji *Spearman*. Sampel berjumlah 71 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Tingkat stres diukur menggunakan *Academic Stress Scale* (ASS), sedangkan kualitas belajar menggunakan kuesioner modifikasi *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ). Sebagian besar responden memiliki tingkat stres rendah (36,6%) dan sangat rendah (33,8%). Kualitas belajar berada pada kategori cukup tinggi (45,1%) dan tinggi (36,6%). Hasil uji *Spearman* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kualitas belajar ( $r$  sama dengan 0,078;  $p$  sama dengan 0,519). Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kualitas belajar. Stres yang dialami cenderung rendah dan bersifat *eustress*, serta didukung motivasi dan dukungan sosial yang baik sehingga kualitas belajar tetap terjaga.

**Kata Kunci :** Stres, Kualitas Belajar, Mahasiswa, Evaluasi Praktikum

### **Abstract**

*Stress is a common psychological condition experienced by first-year students, particularly in anesthesiology nursing programs that involve high academic and practical requirements. Practicum evaluations require cognitive preparedness, technical skills, and mental readiness, which may trigger stress and potentially affect learning quality. However, within certain limits, stress can be positive (eustress) and contribute to improved performance. The study aimed to determine the correlation between stress level and learning quality among first-year anesthesiology nursing student when facing practicum evaluations. The quantitative study employed a cross-sectional approach with a correlation design using the Spearman correlation test. A total of 71 respondents were selected through simple random sampling. Stress levels were measured using the Academic Stress Scale (ASS), while learning quality was assessed using a modified version of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ). Most of respondents had low (36.6%) and very low (33.8%) levels of stress. Learning quality was categorized as moderately high (45.1%) and high (36.6%). The results of the Spearman test indicated no significant correlation between stress level and learning quality ( $r=0.078$ ;  $p=0.519$ ). There was no significant correlation between stress levels and learning quality. The stress experienced by student tended to be low and characterized as eustress. Furthermore, adequate motivation and strong social support contributed to maintaining good learning quality.*

**Keyword :** Stress, Learning Quality, Students, Practical Evaluation

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan di bidang kesehatan bertujuan untuk menghasilkan tenaga professional yang tidak hanya memiliki pemahaman teoritis, tetapi juga kompeten dalam keterampilan praktik klinis. Untuk mencapai kompetensi tersebut, mahasiswa dituntut mampu mengintegrasikan pengetahuan teoritis dengan keterampilan teknis melalui kegiatan praktikum yang menjadi bagian penting dalam kurikulum pendidikan kesehatan. Praktikum berfungsi sebagai sarana penerapan teori ke dalam situasi klinis maupun simulasi praktik sehingga mampu menjembatani kesenjangan antara pembelajaran di kelas dan tuntutan profesi di lapangan (Wang *et al.*, 2020).

Sebagian bagian dari dalam keterampilan praktik klinis. Untuk mencapai kompetensi tersebut, mahasiswa dituntut mampu mengintegrasikan pengetahuan teoritis dengan keterampilan teknis melalui kegiatan praktikum yang menjadi bagian penting dalam kurikulum pendidikan kesehatan. Praktikum berfungsi sebagai sarana penerapan teori ke dalam situasi klinis maupun simulasi praktik sehingga mampu menjembatani kesenjangan antara pembelajaran di kelas dan tuntutan profesi di lapangan (Wang *et al.*, 2020).

Sebagai bagian dari proses pembelajaran, evaluasi praktikum dilaksanakan untuk menilai pencapaian kompetensi mahasiswa pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Evaluasi ini berperan penting dalam menjamin mutu pendidikan, namun sering kali menjadi sumber tekanan psikologis bagi mahasiswa karena adanya tuntutan untuk menunjukkan performa terbaik di hadapan penguji (Sánchez *et al.*, 2022). Kondisi tersebut dapat memicu kecemasan dan stres, terutama ketika mahasiswa merasa khawatir tidak mampu memenuhi standar kompetensi yang ditetapkan atau memperoleh hasil evaluasi yang kurang memuaskan (Labrague, 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami berbagai tingkat stres saat menghadapi evaluasi praktikum, yaitu 16,8% mengalami stres ringan, 12,1% stres sedang, 8,9% stres berat, dan 1,6% stres sangat berat (Kusumaningtyas & Suparti, 2022).

Stres akademik merupakan respons fisiologis dan psikologis yang muncul ketika tuntutan akademik dianggap melebihi kemampuan individu untuk beradaptasi (Guo *et al.*, 2024). Mahasiswa yang mengalami stres akademik umumnya menunjukkan gejala berupa kesulitan berkonsentrasi, gangguan tidur, kelelahan emosional, serta menurunnya motivasi belajar (Dhawo *et al.*, 2024). Penelitian pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa 55,3% responden mengalami stres ringan dan 3,5% mengalami stres sedang selama proses pembelajaran dan evaluasi praktikum (Jamilah & Tumanggor, 2022). Meskipun demikian, stres tidak selalu berdampak negatif. Stres dalam tingkat tertentu dapat bersifat positif (eustress) yang mendorong mahasiswa untuk meningkatkan kesiapan belajar dan performa akademik. Sebaliknya, stres yang berlebihan (distress) dapat menimbulkan kecemasan, kelelahan mental, dan penurunan motivasi belajar sehingga berpotensi mengganggu proses pembelajaran (Anwar *et al.*, 2023; Zafra *et al.*, 2020).

Menurut Tsai *et al.*, (2024) kualitas belajar merupakan salah satu indikator keberhasilan pendidikan yang tidak hanya diukur melalui capaian akademik, tetapi juga melalui kemampuan mahasiswa dalam memahami, menguasai, dan mengaplikasikan ilmu yang dipelajari dalam praktik klinis. Penelitian Dogham *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa stres akademik berkorelasi negatif dengan pendekatan pembelajaran mendalam (*deep learning*) ( $r = -0,392$ ) dan berkorelasi positif dengan pendekatan pembelajaran dangkal (*surface learning*) ( $r = 0,365$ ). Temuan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan tingkat stres dapat menurunkan kualitas proses belajar mahasiswa dan menghambat pencapaian kompetensi yang diharapkan.

Hasil studi pendahuluan pada mahasiswa angkatan 2025 Program Studi Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan bahwa sembilan dari sepuluh mahasiswa yang pernah mengikuti evaluasi praktikum mengaku mengalami stres saat menghadapi

evaluasi tersebut. Sebagian mahasiswa menyatakan bahwa stres yang dirasakan mendorong mereka belajar lebih giat, namun sebagian lainnya mengaku mengalami kesulitan berkonsentrasi, kelelahan mental, dan penurunan motivasi belajar. Temuan ini mengindikasikan bahwa stres akademik berpotensi memengaruhi kualitas belajar mahasiswa keperawatan anestesiologi, khususnya pada masa awal adaptasi terhadap tuntutan akademik dan praktikum.

Penelitian mengenai stres akademik pada mahasiswa kesehatan telah banyak dilakukan dalam lima tahun terakhir. Sebuah penelitian menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan motivasi belajar mahasiswa fakultas kesehatan selama pembelajaran daring (Nisak *et al.*, 2024). Dilaporkan juga hubungan signifikan antara tingkat stres dan motivasi belajar pada mahasiswa kedokteran (Alotiby & Khalid, 2022). Sementara itu, Sari *et al.*, (2021) menemukan hubungan antara tingkat stres saat menghadapi *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan. Meskipun demikian, penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada motivasi belajar dan kualitas tidur sebagai luaran penelitian. Selain itu, subjek penelitian umumnya merupakan mahasiswa kesehatan atau keperawatan secara umum, bukan mahasiswa keperawatan anestesiologi. Hingga saat ini, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut sekaligus memberikan dasar ilmiah bagi pengembangan strategi manajemen stres dan dukungan akademik guna meningkatkan kualitas pembelajaran mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum ( $H_1$ ), sedangkan hipotesis nol ( $H_0$ ) menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

### 1) Tahapan Penelitian

Penelitian dilaksanakan melalui tahapan persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan, peneliti mengidentifikasi fenomena stres akademik yang dialami mahasiswa saat menghadapi evaluasi praktikum, kemudian melakukan uji validitas dan realibilitas instrument penelitian. Instrument yang digunakan meliputi kuesiones *Academic Stress Scale* (ASS) subskala stress dan kuesioner kualitas belajar. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti memperoleh izin penelitian dan persetujuan etik dari Komisi Etik Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Pada tahap pelaksanaan, data dikumpulkan dari responden yang memenuhi kriteria penelitian setelah diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani lembar *informed consent*. Kuesioner tingkat stress dan kualitas belajar kemudian dibagikan dan diperiksa kelengkapannya sebelum dilakukan pengolahan data. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat untuk menggambarkan karakteristik variabel penelitian dan secara bivariat untuk menguji hubungan antara tingkat stres dan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum. Hasil analisis digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan memberikan gambaran mengenai pengaruh tingkat stress terhadap kualitas belajar mahasiswa.

### 2) Tahapan Analisis Data Penelitian

Analisis data dilakukan menggunakan program IBM SPSS Statistic versi 24.0. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian, yaitu tingkat stres dan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi saat

menghadapi evaluasi praktikum. Hasil analisis yang disajikan dalam bentuk frekuensi, presentase, rerata, dan standar deviasi sesuai dengan jenis data yang diperoleh.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress sebagai variabel independent dan kualitas belajar sebagai variabel dependen. Pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* karena data berskala ordinal dan tidak diasumsikan berdistribusi normal (Setyawan, 2022). Nilai koefisien korelasi ( $r_s$ ) digunakan untuk menentukan arah dan kekuatan hubungan antar variabel, sedangkan nilai  $p < 0,05$  menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistic. Interpretasi kekuatan hubungan mengacu pada kategori yang dikemukakan oleh Irnawati dan Samcay (Irnawati & Samcay, 2020).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1) Hasil

##### Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah jenis kelamin. Pengelompokan responden berdasarkan karakteristik responden penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

| Karakteristik Responden | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| <b>Jenis Kelamin</b>    |               |                |
| Laki-laki               | 15            | 21.1           |
| Perempuan               | 56            | 78.9           |
| <b>Total</b>            | 71            | 100            |

Tabel 1 menggambarkan kategori karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dengan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 56 responden (78,9%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki berjumlah 15 responden (21,1%).

##### Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai distribusi frekuensi setiap variabel yang diteliti, meliputi tingkat stres dan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi dalam menghadapi evaluasi praktikum. Tabel berikut akan menjelaskan distribusi responden berdasarkan tingkat stress dan berdasarkan kualitas belajar.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Stres

| Tingkat Stres | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Sangat Rendah | 24            | 33.8           |
| Rendah        | 26            | 36.6           |
| Sedang        | 18            | 25.4           |
| Berat         | 3             | 4.2            |
| Sangat Berat  | 0             | 0              |
| <b>Total</b>  | 71            | 100            |

Tabel 2 hasil analisis statistic deskriptif data hasil pengukuran Tingkat stress menunjukkan terdapat 24 orang (33,8%) dengan tingkat stres rendah, 26 orang (36,6%) dengan tingkat stres rendah, 18 orang (25,4%) dengan tingkat stres sedang, 3 orang (4,2%) dengan tingkat stres berat, dan tidak ada yang memiliki tingkat stres sangat berat.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Kualitas Belajar

| Kualitas Belajar | Frekuensi(f) | Presentase (%) |
|------------------|--------------|----------------|
| Sangat Rendah    | 0            | 0              |

|               |           |            |
|---------------|-----------|------------|
| Rendah        | 0         | 0          |
| Cukup Rendah  | 0         | 0          |
| Sedang        | 6         | 8.5        |
| Cukup Tinggi  | 32        | 45.1       |
| Tinggi        | 26        | 36.6       |
| Sangat Tinggi | 7         | 9.9        |
| <b>Total</b>  | <b>71</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil analisis statistik deskriptif data dari hasil pengukuran kualitas belajar, terdapat 6 responden (8,5%) dengan kualitas belajar sedang, 32 orang (45,1%) dengan kualitas belajar cukup tinggi, 26 orang (36,6%) dengan kualitas belajar tinggi, 7 orang (9,9%) dengan kualitas belajar sangat tinggi, dan tidak ada yang mengalami kualitas belajar sangat rendah, rendah, dan cukup rendah.

## Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan guna mengetahui hubungan antara kedua variabel yang diteliti, yakni tingkat stres dan kualitas belajar mahasiswa baru anestesiologi dan keperawatan pada saat evaluasi praktikum, serta mengetahui keeratan hubungan tingkat stress dengan kualitas belajar.

Tabel 4 Uji Korelasi *Rank Spearman* Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Belajar Mahasiswa Baru Keperawatan Anestesiologi Saat Menghadapi Evaluasi Praktikum & Hasil Keeratan

| Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Belajar |                        |               |                                  |         |    |
|------------------------------------------------|------------------------|---------------|----------------------------------|---------|----|
| Variabel                                       | Koefisien Korelasi (r) | Arah Hubungan | Keeratan Hubungan                | p-value | N  |
| Tingkat Stres x Kualitas Belajar               | 0,078                  | Positif       | Tidak terdapat keeratan hubungan | 0,519   | 71 |

Berdasarkan tabel 4 hasil uji korelasi *Spearman* yang diperoleh dengan menggunakan *software* SPSS 24 menunjukkan nilai koefisien korelasi  $r=0,078$  dengan arah hubungan positif dan nilai  $p\text{-value} = 0,519$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru, dan nilai koefisien korelasi yang mendekati angka nol menunjukkan bahwa tidak terdapat keeratan hubungan antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru. Arah hubungan positif menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki kecenderungan meningkat secara searah, namun hubungan tersebut sangat kecil, sehingga dapat dikatakan tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik.

## 2) Pembahasan

### Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan pengelompokan individu berdasarkan karakteristik biologis dan fisiologis yang telah dimiliki sejak lahir. Pengelompokan ini ditentukan oleh faktor biologis, seperti susunan kromosom dan ciri-ciri fisik tertentu, sehingga individu dapat diklasifikasikan sebagai laki-laki, perempuan, atau interseks. Dalam penelitian ilmiah, jenis kelamin digunakan sebagai karakteristik dasar untuk menggambarkan kondisi biologis responden dan membantu memberikan gambaran awal mengenai komposisi subjek penelitian (Zoe & Carcel, 2020). Karakteristik berdasarkan jenis kelamin melalui analisis hasil uji statistik tabel 3.1 menunjukkan bahwa dominasi responden adalah mahasiswa perempuan yang berjumlah 56 orang (78,9%), sementara responden laki-laki mencapai 15 orang (21,1%). Dominasi responden perempuan ini mencerminkan karakteristik umum mahasiswa di bidang kesehatan, terutama keperawatan anestesiologi yang secara demografis memang lebih banyak diminati oleh Perempuan.

Hal ini didukung oleh penelitian Budiman *et al.*, (2025) yang menunjukkan bahwa pendidikan keperawatan secara demografi masih didominasi oleh mahasiswa perempuan, dengan proporsi 71,4% perempuan dan 28,6% laki-laki. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa ternyata pada bidang keperawatan/kesehatan perempuan merupakan kelompok yang dominan. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan lebih banyak menjadi subjek dalam berbagai penelitian di bidang keperawatan/kesehatan.

## **Tingkat Stres Mahasiswa Baru**

Stres merupakan salah satu penyakit mental yang sering dialami oleh mahasiswa, khususnya pada tahap awal memasuki lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa baru keperawatan cenderung memiliki kerentanan terhadap tingkat stres karena harus beradaptasi dengan sistem akademik yang intens serta beban praktikum yang menuntut kesiapan fisik dan mental (Ibrahim *et al.*, 2025). Hal ini didukung oleh penelitian (Yaqutin *et al.*, 2024) bahwa stres pada mahasiswa umumnya muncul akibat tuntutan akademik yang tinggi serta proses adaptasi terhadap lingkungan perkuliahan, yang dapat memengaruhi kondisi psikologis dan kemampuan belajar mahasiswa.

Hasil penelitian mengenai tingkat stres yang diteliti peneliti menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori stres rendah, 26 orang (36,6%), dan stres sangat rendah, 24 orang (33,8%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik ringan hingga sedang, namun tetap dianggap adaptif dan dapat diatasi dalam proses pembelajaran. Stres dalam tingkat tertentu sebenarnya diperlukan oleh mahasiswa sebagai bentuk respons adaptif terhadap tuntutan akademik. Tingkat stres yang ringan dapat membantu meningkatkan kesiapan, fokus, dan motivasi dalam belajar. Namun, tingkat stres yang terlalu rendah juga dapat berdampak kurang baik karena dapat menurunkan kewaspadaan, motivasi, serta dorongan untuk mencapai hasil akademik yang optimal.

Hal ini sejalan dengan penelitian dari Noriza & Sinaga, (2021) yang menjelaskan bahwa stres dalam tingkat tertentu diperlukan sebagai bentuk adaptasi yang dapat membantu meningkatkan kesiapan, kewaspadaan, dan motivasi individu dalam menghadapi tuntutan akademik. Tingkat stres yang terlalu tinggi dapat menurunkan efektivitas proses belajar, konsentrasi, dan motivasi mahasiswa. Sebaliknya, tingkat stres yang terlalu rendah juga dapat menyebabkan kurangnya dorongan dan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik (Mahardika *et al.*, 2023).

Berdasarkan penjelasan tersebut, disimpulkan bahwa tingkat stres yang dirasakan mahasiswa dalam penelitian ini masih berada dalam kategori yang cukup terkendali. Mayoritas responden mengalami tingkat stres yang ringan hingga sedang, menunjukkan bahwa mahasiswa dapat beradaptasi dan mengatasi tekanan akademis selama belajar. Keadaan ini menunjukkan bahwa stres adalah elemen dari dinamika akademis mahasiswa baru, tetapi masih dalam batas yang dapat diatasi dengan cara yang positif. Namun tetap perlu dijaga agar tidak terlalu rendah maupun terlalu tinggi sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung secara optimal.

## **Kualitas Belajar Mahasiswa**

Kualitas belajar merupakan tingkat pencapaian tujuan pembelajaran yang dipengaruhi oleh proses belajar mengajar, keterlibatan aktif mahasiswa, serta dukungan sarana dan prasarana pembelajaran. Kualitas pembelajaran tercermin dari perilaku mahasiswa dalam pembelajaran, kejelasan materi, penggunaan media pembelajaran, serta sistem pembelajaran yang diterapkan oleh institusi pendidikan (Ibrahim *et al.*, 2025).

Hasil penelitian mengenai kualitas belajar menunjukkan bahwa dari segi kualitas pembelajaran, mayoritas responden berada pada kategori cukup tinggi sebanyak 32 orang (45,1%) dan kategori tinggi sebanyak 26 orang (36,6). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa secara umum mempunyai kemampuan belajar yang baik.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kualitas belajar mahasiswa dalam penelitian ini berada pada kategori yang baik. Mayoritas responden menunjukkan kualitas belajar pada tingkat cukup tinggi hingga sangat tinggi, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa mampu berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran dan memanfaatkan sistem serta fasilitas pembelajaran yang tersedia secara optimal.

### Hubungan Tingkat Stress Dan Kualitas Belajar

Hasil analisis hubungan tingkat stres dengan kualitas pembelajaran yang ditunjukkan pada Tabel 4 menunjukkan nilai koefisien korelasi *Spearman* sebesar  $r = 0,078$  dengan  $p\text{-value} = 0,519$  dari total 71 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat stres dan kualitas pembelajaran sangat kecil dan tidak signifikan secara statistik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres tidak mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kualitas pembelajaran pada mahasiswa baru keperawatan anestesiologi pada penelitian ini.

Temuan ini berbeda dengan beberapa teori dan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa peningkatan kadar stres dapat berdampak pada kualitas pembelajaran karena terganggunya konsentrasi, motivasi, dan kesiapan mental mahasiswa. Perbedaan tersebut diyakini ada kaitannya dengan kondisi empiris responden dalam penelitian ini, dimana sebagian besar mahasiswa mempunyai tingkat stres rendah hingga sangat rendah, sedangkan kualitas pembelajaran cenderung berada pada kategori cukup tinggi hingga sangat tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan variasi tingkat stres relatif terbatas, sehingga pengaruh stres terhadap kualitas belajar tidak tampak secara signifikan. Respons awal yang dialami mahasiswa saat menghadapi stres umumnya muncul ketika berada pada situasi yang menekan, seperti saat menghadapi evaluasi praktikum diikuti dengan reaksi fisiologis seperti jantung berdebar atau perasaan tegang, namun mahasiswa masih mampu mengendalikan diri dan mengelola tekanan yang muncul, sehingga stres yang dialami tidak berkembang menjadi kondisi yang mengganggu proses belajar. Sejalan dengan penelitian Levani *et al.*, (2020), yang menyatakan bahwa respons awal yang muncul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau menimbulkan tekanan, sehingga pada kondisi ini tubuh secara otomatis mengaktifkan sistem *fight or flight* sebagai bentuk kesiapsiagaan terhadap stresor yang dihadapi dan diikuti dengan gejala fisik, seperti jantung berdebar, sakit kepala, atau ketegangan otot.

Sementara itu, tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas pembelajaran juga dapat dipengaruhi oleh adanya faktor-faktor pendukung yang dimiliki siswa, seperti faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal, termasuk dukungan orang tua dan lingkungan sosial memungkinkan siswa mengatasi stres dengan lebih adaptif. Hal ini didukung oleh penelitian dari Anjani *et al.*, (2024) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi stres akademik dan dapat menghadapi tekanan perkuliahan dengan cara yang lebih positif, sehingga proses belajar tetap berjalan dengan baik. Selain faktor eksternal adapun faktor internal seperti metode belajar, cara responden dalam mengatur waktu, *self efficacy* dan motivasi belajar yang tinggi dapat membuat mahasiswa mampu mengelola stres dengan lebih baik sehingga mencapai hasil akademik yang optimal. *Self-efficacy* merupakan faktor psikologis yang berperan dalam meningkatkan kesiapan, kepercayaan diri, serta performa atau keterampilan mahasiswa Saputri, & Pramita, (2026). Sementara itu motivasi mendorong siswa untuk tetap fokus, mengupayakan hasil belajar yang optimal, dan menggunakan tekanan akademik sebagai insentif untuk meningkatkan kinerja belajar guna menghadapi penilaian. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Nabila *et al.*, 2022) yang menyatakan bahwa mahasiswa siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi stres akademik. Dengan adanya faktor-faktor pendukung tersebut, maka stres yang dialami tidak berkembang menjadi stres yang mengganggu, melainkan tetap pada tingkat yang dapat dikendalikan dalam proses pembelajaran atau penilaian.

Selain itu, mahasiswa baru Keperawatan Anestesiologi memiliki tuntutan akademik dan profesional yang tinggi, sehingga mendorong terbentuknya dorongan internal untuk berprestasi. Dorongan tersebut berperan dalam menjaga fokus, kedisiplinan, dan keterlibatan aktif mahasiswa dalam proses belajar, meskipun menghadapi tekanan evaluasi praktikum. Kondisi ini menunjukkan bahwa stres yang dialami mahasiswa merupakan jenis stres positif, yang dimana jenis stres ini tidak menurunkan kualitas belajar, melainkan dapat meningkatkan kualitas belajar sehingga stres ini dapat dikelola secara positif. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hidayati & Harsono, (2021) menjelaskan bahwa *eustress* atau stres positif dapat mendorong seseorang untuk lebih termotivasi dalam belajar, sehingga mampu mengembangkan diri, meningkatkan performa akademik, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan perkuliahan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukannya hubungan antara tingkat stres dengan kualitas pembelajaran pada mahasiswa baru keperawatan anestesiologi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Sebagian besar responden memiliki tingkat stres rendah hingga sangat rendah, sedangkan kualitas pembelajaran berada pada kategori cukup tinggi hingga sangat tinggi. Selain itu, terdapat faktor pendukung seperti dukungan sosial dari orang tua dan lingkungan serta motivasi belajar yang tinggi turut membantu mahasiswa dalam mengelola stres secara lebih adaptif. Tuntutan akademik pada mahasiswa baru Keperawatan Anestesiologi justru mendorong terbentuknya stres positif (*eustress*), yang dapat meningkatkan motivasi, fokus, dan kedisiplinan dalam proses pembelajaran. Kondisi ini menyebabkan stres yang dialami tidak berdampak negatif terhadap kualitas belajar, tetapi dapat dikelola secara positif sebagai dorongan untuk mencapai hasil akademik yang optimal. Ketika individu berada pada tingkat stres positif, maka kondisi tersebut dapat meningkatkan semangat belajar kemampuan beradaptasi, serta performa akademik, sehingga stres tidak menurunkan kualitas belajar melainkan berperan sebagai faktor pendukung. Hal ini memperkuat bahwa tidak ada hubungan yang dapat ditemukan antara tingkat stres dan kualitas belajar dalam penelitian ini disebabkan karena stres yang dialami responden cenderung bersifat positif (*eustress*). Oleh karena itu, dalam penelitian ini tingkat stres bukanlah faktor utama yang mempengaruhi kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi.

## Keeratan Hubungan

Pada Tabel 4 hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,078. Nilai tersebut mendekati angka nol yang menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anestesiologi tergolong sangat rendah atau tidak memiliki keeratan hubungan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan April & Husnaldi, (2024) menyatakan bahwa nilai koefisien korelasi pada rentang 0,00-0,199 termasuk dalam kategori hubungan sangat rendah, sehingga menunjukkan bahwa tingkat keeratan antara dua variabel tersebut sangat kecil. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat stres hanya memberikan kontribusi pada yang sangat kecil terhadap variasi kualitas belajar mahasiswa dalam menghadapi evaluasi praktikum.

Arah hubungan yang positif menunjukkan adanya kecenderungan bahwa peningkatan tingkat stres diikuti oleh peningkatan kualitas belajar. Meskipun arah hubungan bernilai positif, hubungan antara kedua variabel tidak bermakna secara statistik. Dalam penelitian ini dikatakan bahwa arah hubungannya ke arah positif dikarenakan hubungan antara kedua variabel bersifat searah, yaitu apabila tingkat stres meningkat maka kualitas belajar juga cenderung meningkat. Namun, nilai koefisien korelasi yang mendekati nol menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak memiliki keeratan yang bermakna.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbar *et al.*, (2023) menjelaskan bahwa koefisien korelasi yang bertanda positif menunjukkan hubungan yang searah, yaitu ketika satu variabel meningkat maka variabel lain juga cenderung meningkat. Namun jika koefisien korelasinya negatif maka hubungannya terbalik, yaitu kenaikan suatu variabel diikuti dengan penurunan variabel

yang lain. Hubungan kedua variabel tersebut sangat lemah dan secara praktis tidak menunjukkan keterkaitan yang berarti. Kondisi ini menandakan bahwa stres yang dialami mahasiswa belum berada pada tingkat yang mampu memengaruhi kualitas belajar secara nyata, baik dalam bentuk penurunan maupun peningkatan yang signifikan.

Tidak adanya keeratan hubungan ini dapat dipahami dari kondisi responden penelitian, di mana sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat stres rendah hingga sangat rendah, sementara kualitas belajar cenderung berada pada kategori cukup tinggi hingga sangat tinggi. Rendahnya variasi tingkat stres menyebabkan hubungan antara kedua variabel menjadi tidak ada keeratan, sehingga stres tidak muncul sebagai faktor utama yang menentukan kualitas belajar mahasiswa. Pernyataan ini didukung oleh penelitian dari Dogham *et al.*, (2024) yang menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang cenderung rendah dan homogen dapat mengakibatkan hubungan antara stres akademik dan proses belajar menjadi lemah akibat terbatasnya variasi data di antara responden.

Selain itu, stres yang dialami mahasiswa cenderung bersifat adaptif dan masih dapat dikelola dengan baik. Adanya motivasi belajar yang tinggi serta dukungan dari orang tua dan lingkungan sekitar memungkinkan mahasiswa untuk tetap fokus dan aktif dalam proses belajar meskipun menghadapi tekanan evaluasi praktikum. Menurut Wicaksono *et al.*, (2025) ketika individu berada dalam lingkungan yang memberikan dukungan positif, hal tersebut dapat membantu individu bertahan dalam menghadapi berbagai tekanan tanpa mengalami penurunan performa. Dukungan sosial berperan dalam meningkatkan motivasi belajar dan membantu individu mengelola stres secara lebih adaptif, sehingga tingkat stres akademik dapat menurun dan kualitas belajar tetap terjaga dengan baik (Arianti & Ruhaena, 2024). Dengan demikian, tekanan akademik yang dialami tidak berkembang menjadi hambatan yang berarti terhadap kualitas belajar dikarenakan tidak semua individu yang mengalami stres akan mengalami penurunan kualitas belajar.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara tingkat stres dengan kualitas pembelajaran pada penelitian ini ditemukan tidak ada keeratan, sehingga tingkat stres bukan merupakan faktor utama dalam menentukan kualitas pembelajaran mahasiswa baru mata kuliah keperawatan anesthesiologi.

Selain itu, hasil uji signifikansi menunjukkan bahwa  $p$ -value mencapai 0,519 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres bukanlah faktor utama yang mempengaruhi kualitas pembelajaran pada penelitian ini. Meskipun stres merupakan suatu kondisi yang umum dialami siswa, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres responden tidak cukup tinggi untuk memberikan dampak yang berarti terhadap kualitas pembelajaran siswa secara keseluruhan.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terkait hubungan tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru pada saat evaluasi magang yang dilakukan terhadap 71 responden, dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas belajar mahasiswa baru keperawatan anesthesiologi saat menjalani evaluasi praktikum dengan menggunakan hasil uji korelasi *Spearman*, nilai koefisien korelasi  $r = 0,078$  dengan  $p$ -value = 0,519. Kemudian, tingkat stres mahasiswa baru keperawatan anesthesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum sebagian besar berada pada kategori rendah hingga sangat rendah.

Hal ini berbanding terbalik dengan kualitas belajar mahasiswa anesthesiologi saat menghadapi evaluasi praktikum berada pada kategori cukup tinggi hingga sangat tinggi. Keeratan hubungan

antara keduanya menunjukkan tidak ada keeratan hubungan, namun memiliki arah hubungan yang positif, sehingga tingkat stres bukan merupakan faktor penentu utama dalam kualitas belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Akbar, R., Sukmawati, U. S., & Katsirin, K. (2023). *Analisis Data Penelitian Kuantitatif ( Pengujian Hipotesis Asosiatif Korelasi )*. 1(3). <https://doi.org/10.59996/jurnalpelitanusantara.v1i3.350>
2. Alotiby, A. A., & Khalid, B. (2022). The Correlation between Stress Levels among Undergraduate Medical Students and Their Motivation for Studying Medicine. *Education Research International*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/1605435>
3. Anjani, R. P., Utari, E. D., & Jakarta, U. N. (2024). *Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi yang Merantau Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran , Fakultas Ekonomi*. 3(4), 55–76.
4. Anwar, K., Maruf, N., Arifani, Y., & Mansour, M. (2023). Affective Factors and Eustress-Distress of Nursing English Students: A Comparison Analysis. *JEES (Journal of English Educators Society)*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.21070/jees.v8i1.1711>
5. April, M., & Husnaldi, A. (2024). *Pengaruh Kesehatan dan Keselamatan Kerja ( K3 ) dan Kompensasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT . Kutalaga Jaya Abadi Kota Sawahlunto*. 2(2), 172–180.
6. Arianti, E. F., & Ruhaena, L. (2024). Hubungan Antara Efikasi Diri , Dukungan Sosial Dan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid-19 Muhammadiyah Surakarta menunjukkan. *Jurnal Talenta Psikologi, XIII*, 12–26.
7. Budiman, A., Surya, M., Ashari, P., Nurshandy, M., & Ghifari, A. (2025). *The Relationship Between Stress Levels , Learning Motivation , and Academic Performance of Nursing Students in Hybrid Learning at Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*. 4(2), 283–293.
8. Carcel, B. Z. W. & C. (2020). Sex and gender in health research: updating policy to reflect evidence. *The Sex and Gender Sensitive Research Call to Action Group, MJA 212 (2)*, 57–63. <https://doi.org/10.5694/mja2.50426>
9. Dhawo, M. S., Sadu, B., & Wicaksono, U. (2024). The Effect of Diaphragmatic Breathing on Reducing Stress Levels in Nurses. *Babali Nursing Research*, 5(1), 20–31. <https://doi.org/10.37363/bnr.2024.51309>
10. Dogham, R. S., Ali, H. F. M., Ghaly, A. S., Elcokany, N. M., Seweid, M. M., & El-Ashry, A. M. (2024). Deciphering the influence: academic stress and its role in shaping learning approaches among nursing students: a cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01885-1>
11. Guo, L., Yan, D., Yan, J., & Jiao, R. (2024). Correlation of academic emotion and hardness personality of undergraduate nursing students. *BMC Nursing*, 23(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01796-1>
12. Hidayati, L. N., & Harsono, D. M. (2021). Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen. Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30.

13. Ibrahim, M. C., Pomalango, Z. B., & Suleman, I. (2025). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama Dalam Menjalani Perkuliahan Di Universitas Negeri Gorontalo An Overview of Stress Levels of First-Year Nursing Students During Their Studies at Gorontalo State University*. 8(11), 7036–7048. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i11.9248>
14. Iriawati, J., & Samcay, S. (2020). Pengaruh Kompensasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT Gratia Prima Indonesia. *JURNAL MANDIRI : Ilmu Pengetahuan, Seni, Dan Teknologi*, 4(1), 1–13. <https://doi.org/10.33753/mandiri.v4i1.101>
15. Jamilah, U., & Tumanggor, R. D. (2022). Tahun 2022| Hal 30-35 CARING. *CARING: Indonesian Journal of Nursing Science (IJNS)*, 4(2), 30–35.
16. Kusumaningtyas, R. U., & Suparti, S. (2022). Stress and Anxiety Level of Nursing Students in Facing Practical Exam During Pandemic 19. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 3, 98–103. <https://doi.org/10.30595/pshms.v3i.627>
17. Labrague, L. J. (2024). Umbrella Review: Stress Levels, Sources of Stress, and Coping Mechanisms among Student Nurses. *Nursing Reports*, 14(1), 362–375. <https://doi.org/10.3390/nursrep14010028>
18. Levani, Y., Hasanah, U., & Fatwakiningsih, N. (2020). Stress dan Kesehatan Mental di Masa Pandemi COVID-19. *Proceeding Umsurabaya*, 134–144.
19. Mahardika, D. M., Dewi, S. R., & Arsana, I. W. E. (2023). Hubungan antara Stres dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Medical Journal*, 3(2), 254–260.
20. Nabila, W., Nanik, I., & Partini, P. (2022). DITINJAU DARI MOTIVASI DARING DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Abdi Psikonomi*, 3(1).
21. Nisak, C., Munir, Z., & Hafifah, V. N. (2024). Hubungan Tingkat Stress dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kesehatan dalam Pembelajaran Online pada Masa Pandemi Covid-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo. *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, Dan Humaniora*, 5(3), 427–437. <https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i3.8975>
22. Noriza, S., & Sinaga, T. M. (2021). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa STMB Multismart Yang Kuliah Sambil Kerja. *Jurnal Manajemen Indonesia*, 11(1), 31–36.
23. Sánchez-Conde, P., Beltrán-Velasco, A. I., & Clemente-Suárez, V. J. (2022). Analysis of the Objective and Subjective Stress Response of Students and Professors in Practical Nursing Exams and Their Relationship with Academic Performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159121>
24. Saputri, Niken Anggraini Sri Pramita, E. S. (2026). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 8, 53–58.
25. SARI, P., MAKSITEK, D. M.-J. I., & 2021, undefined. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (Osce) Dengan Kualitas Tidur Pada. *Makarioz.Sciencemakarioz.Org*, 3, 9391–9403.
26. Setyawan, D. A. (2022). Buku Ajar Statistika Kesehatan Analisis Bivariat Pada Hipotesis Penelitian. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 2, Issue February).

27. Tsai, L. H., See, L. C., Fan, J. Y., Tsai, C. C., Chen, C. M., & Peng, W. S. (2024). Trajectory of change in perceived stress, coping strategies and clinical competence among undergraduate nursing students during clinical practicum: a longitudinal cohort study. *BMC Medical Education*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05332-2>
28. Wang, L., Khalaf, A. T., Lei, D., Gale, M., Li, J., Jiang, P., Du, J., Yinayeti, X., Abudurehman, M., & Wei, Y. (2020). Structured oral examination as an effective assessment tool in lab-based physiology learning sessions. *Advances in Physiology Education*, 44(3), 453–458. <https://doi.org/10.1152/ADVAN.00059.2020>
29. Wicaksono, T. N., Utami, N. I., & Belajar, M. (2025). *Dukungan sosial teman sebaya dengan motivasi belajar pada mahasiswa*. 5(4), 4191–4196.
30. Yaqutin, E. N., Handayani, N., & Purnamasari, V. (2024). PENGARUH EDUKASI STRATEGI KOPING STRES DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA Sebuah organisasi kesehatan yaitu World Health Organization ( WHO ) pada tahun lingkungan baru dapat menyebabkan tingkat stres yang signifikan. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 12(September), 95–104.
31. Zafra, M. D. O., Munoz, J. J. F., Martinez, E. F., Sanchez, F. J. G., Sanchez, A. A., & Fernandez, M. L. P. (2020). Anxiety, Perceived Stress and Coping Strategies in Nursing Students: A Cross-Sectional Correlational Descriptive Study. *BMC Medical Education*, 20(370), 1–9.