

Tingkat Kecemasan Mahasiswa Prodi Keperawatan UNP Kediri dalam Pembelajaran Praktik Klinik di Rumah Sakit

Muhammad Mudzakkir

Universitas Nusantara PGRI Kediri

mudzakkir@unpkediri.ac.id

ABSTRACT

Clinical practice is an essential part of nursing education that allows students to apply knowledge and skills in real-world healthcare settings. However, this process often triggers anxiety, which may affect students' learning ability and clinical performance. This study aimed to determine the level of anxiety among nursing students at the Nursing Program of Universitas Nusantara PGRI Kediri during clinical practice in hospitals. This research used a descriptive design with a quantitative approach. The sample was selected using total sampling, involving all 44 fourth-semester students. Data were collected using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The results showed that most students experienced mild anxiety (73%), while 20% had moderate anxiety and 7% experienced severe anxiety. These findings indicate that although the majority of students experienced mild anxiety, a portion still experienced moderate to severe anxiety. Therefore, psychological support and proper guidance—especially in performing nursing procedures and documenting nursing care—are needed to help students manage anxiety during clinical practice.

Keywords: anxiety, nursing students, clinical practice, hospital

ABSTRAK

Pembelajaran praktik klinik merupakan bagian penting dalam pendidikan keperawatan yang memungkinkan mahasiswa menerapkan pengetahuan dan keterampilan di lingkungan nyata. Namun, proses ini sering menimbulkan kecemasan yang dapat memengaruhi kemampuan belajar dan kinerja klinik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri dalam mengikuti pembelajaran praktik klinik di rumah sakit. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel diambil secara total sampling terhadap seluruh mahasiswa semester IV sebanyak 44 orang. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tingkat kecemasan menurut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan sebanyak 73%, kecemasan sedang sebesar 20%, dan kecemasan berat sebesar 7%. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan ringan, masih terdapat sebagian mahasiswa dengan kecemasan sedang hingga berat. Oleh karena itu, diperlukan dukungan psikologis dan pembinaan yang tepat terutama dalam pemberian bimbingan saat melakukan tindakan dan pendokumentasian asuhan keperawatan sehingga dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan selama praktik klinik.

Kata Kunci: kecemasan, mahasiswa keperawatan, pembelajaran praktik klinik, rumah sakit

PENDAHULUAN

Pembelajaran praktik klinik merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan keperawatan. Melalui praktik ini, mahasiswa keperawatan dituntut untuk menerapkan pengetahuan teoritis yang telah dipelajari di kelas

ke dalam situasi nyata di lapangan, seperti rumah sakit atau fasilitas pelayanan kesehatan lainnya. Praktik klinik memberikan pengalaman langsung kepada mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan teknis, komunikasi terapeutik, serta pengambilan keputusan klinis yang berlandaskan etika profesi. Oleh karena itu, keberhasilan praktik klinik menjadi kunci dalam mencetak lulusan perawat yang kompeten dan professional (Lestari, 2022)

Namun demikian, pelaksanaan praktik klinik sering kali menjadi sumber tekanan psikologis bagi mahasiswa. Mahasiswa dihadapkan pada lingkungan kerja yang kompleks, kondisi pasien yang kritis, serta tuntutan profesional dari pembimbing maupun tenaga kesehatan. Situasi ini dapat memicu reaksi emosional berupa kecemasan, terutama pada mahasiswa yang belum memiliki pengalaman klinis yang memadai. Kecemasan yang berlebihan dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam berkonsentrasi, mengambil keputusan, dan menjalankan tindakan keperawatan secara optimal, sehingga berpotensi menurunkan mutu asuhan keperawatan yang diberikan (Fitri & Rizky, 2024)

Secara nasional, fenomena Kesehatan mental khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda telah menjadi perhatian serius, dimana satu dari tiga remaja Indonesia mengalami gangguan mental, menurut survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur jumlah kasus gangguan mental pada remaja berusia 10 hingga 17 tahun di Indonesia. Selain itu, dalam 12 bulan terakhir, satu dari dua puluh remaja Indonesia mengalami gangguan mental. Data hasil survey tersebut juga menunjukkan bahwa gangguan mental yang paling umum diderita oleh remaja adalah gangguan cemas (gabungan antara fobia sosial dan gangguan cemas menyeluruh) sebesar 3,7%. Gangguan depresi mayor (1,0%), gangguan perilaku (0,9%), dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD) dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) masing-masing sebesar 0,5%. Data tersebut menggambarkan Masalah kesehatan mental yang paling sering terjadi di kalangan remaja adalah gangguan cemas. Oleh karena itu, upaya yang mendukung pengendalian gangguan cemas remaja harus diprioritaskan. Salah satu hal yang paling penting untuk diprioritaskan adalah instruksi remaja tentang kapan dan bagaimana mencari bantuan profesional untuk mengatasi gejala kecemasan yang dialami (Indonesia National Adolescent Mental Health Survei, 2022).

Adapun faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa dalam praktik klinik antara lain rasa takut melakukan kesalahan, kurangnya kepercayaan diri, tekanan dari pembimbing, serta belum terbiasa dengan kondisi klinis pasien yang kompleks (Stuart, 2023). Mahasiswa juga sering merasa ragu saat harus melakukan tindakan keperawatan, terutama yang berkaitan langsung dengan keselamatan pasien. Ketidakpastian dalam menghadapi situasi klinik dan persepsi negatif terhadap evaluasi kinerja turut memperparah tingkat kecemasan (Sugiharno et al., 2022)

Di Program Studi DIII Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri sendiri, belum ada secara data kuantitatif yang menggambarkan secara spesifik tingkat kecemasan mahasiswa selama menjalani praktik klinik. Meskipun demikian, laporan informal dari dosen pembimbing dan pengamatan selama praktik menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami rasa gugup, tidak percaya diri, serta enggan terlibat aktif dalam proses asuhan keperawatan di rumah sakit. Ketiadaan data tersebut menjadi kendala dalam perumusan kebijakan atau intervensi psikologis yang berbasis pada kebutuhan aktual mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian guna mengukur dan memetakan tingkat kecemasan mahasiswa secara sistematis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa semester IV Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri dalam menjalani praktik klinik di rumah sakit. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengambilan kebijakan institusional, pengembangan program pendampingan klinik yang lebih empatik dan responsif, serta sebagai upaya peningkatan kualitas pembelajaran dan kesehatan mental mahasiswa keperawatan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa semester IV Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri dalam mengikuti pembelajaran praktik klinik di rumah sakit. Pendekatan deskriptif dipilih karena sesuai untuk mengidentifikasi karakteristik atau status suatu fenomena tanpa memanipulasi variabel yang diteliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester IV Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri yang sedang menjalani praktik klinik di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Simbang Lima Gumul (SLG) Kabupaten Kediri. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel dalam penelitian. Jumlah responden sebanyak 44 orang mahasiswa, pengambilan data mulai tanggal 30 Juni – 5 Juli 2025.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Alat ukur ini terdiri dari 14 item pertanyaan yang mencerminkan gejala kecemasan baik secara psikologis maupun somatik. Setiap item dinilai dalam skala 0 sampai 4, dengan skor total menunjukkan kategori tingkat kecemasan. Interpretasi hasil dibagi menjadi kategori kecemasan ringan, sedang, berat, dan sangat berat/panik.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung kepada seluruh responden yang telah menyatakan kesediaannya berpartisipasi melalui formulir informed consent. Sebelum pengisian

kuesioner, peneliti memberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian serta menjamin kerahasiaan identitas responden. Data dikumpulkan selama masa praktik berlangsung di RS SLG, dengan tetap memperhatikan etika penelitian dan kenyamanan partisipan.

Setelah data terkumpul, analisis dilakukan secara deskriptif dengan menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan uraian naratif untuk mendukung interpretasi data serta penyusunan kesimpulan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebagaimana tersaji pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Laki-laki	6	13,6%
2	Perempuan	38	86,4%
Total		44	100%

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin hampir seluruhnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 38 orang (86%), dan sebagian kecil berjenis kelamin laki-laki sebanyak 6 orang (14%)

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No	Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	19	9	20,5%
2	20	24	54,5%
3	21	8	18,2%
4	22	3	6,8%
Total		44	100%

Berdasarkan tabel 2. responden didominasi oleh mahasiswa usia 20 tahun sebanyak 24 orang (54,5%), kemudian usia 19 tahun sebanyak 9 orang (20,5%), usia 21 tahun sebanyak 8 orang (18,2%), dan usia 22 tahun sebanyak 3 orang (6,8%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada dalam rentang usia perkembangan akhir remaja hingga dewasa awal.

Tabel 3. Distribusi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Berdasarkan HARS

No	Tingkat kecemasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ringan	32	73,0%
2	Sedang	9	20,0%
3	Berat	3	7,0%
4	Panik	0	0%
Total		44	100%

Memperhatikan tabel 3. Tingkat kecemasan mahasiswa diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan sebanyak 32 orang (73%),

kemudian kecemasan sedang sebanyak 9 orang (20%), dan kecemasan berat sebanyak 3 orang (7%). Tidak terdapat mahasiswa yang masuk dalam kategori kecemasan sangat berat atau panik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester IV Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri yang menjalani praktik klinik di Rumah Sakit SLG Kabupaten Kediri Sebagian besar mengalami kecemasan pada tingkat ringan, yaitu (73%) dan hanya Sebagian kecil yang mengalami tingkat kecemasan berat yaitu (7%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan situasi klinik secara relatif baik, masih terdapat sebagian yang menunjukkan respons kecemasan yang cukup tinggi dan berpotensi mengganggu proses pembelajaran. Sehingga Kondisi psikologis mahasiswa terkait kecemasan ini harus diperhatikan agar proses pembelajaran klinik yang diikutinya berjalan dengan optimal dan tujuan pembelajaran bisa tercapai.

Temuan ini sejalan dengan teori Stuart (Stuart, 2023), yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan respons subjektif terhadap ancaman yang dirasakan, baik nyata maupun tidak, dan dapat memengaruhi kemampuan kognitif serta motorik individu. Ansietas atau kecemasan memiliki manfaat karena mengembangkan sikap konfrontasi (pertentangan), antisipasi yang tinggi, penggunaan pengetahuan, dan sikap terhadap pengalaman mengatasi kecemasan. Kecemasan pada mahasiswa keperawatan sering kali muncul sebagai bentuk reaksi adaptif terhadap situasi baru yang menuntut tanggung jawab profesional di lingkungan rumah sakit. Menurut penelitian (Chaabane et al., 2021), prevalensi stres dan kecemasan di kalangan mahasiswa keperawatan dapat mencapai lebih dari 50%, terutama saat mereka berada dalam lingkungan klinik yang penuh tekanan dan belum sepenuhnya familiar.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fitri & Rizky (2024) bahwa Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam praktek klinik didapatkan Sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan (78%), Sebagian kecil kecemasan sedang (18,2 %) dan kecemasan berat dan panik masing-masing 1,8%. Penelitian yang dilakukan oleh Azizah et al., (2024) juga menyatakan Tingkat kecemasan mahasiswa saat melakukan praktek klinik di *Intesive Care Unit* (ICU) mayoritas mengalami kecemasan ringan (38,7%), diikuti kecemasan berat (35,5%), Kecemasan sedang (19,4%) dan kecemasan sangat berat (6,5%). Kecemasan adalah keasyikan yang tidak jelas dan menyebar yang dikaitkan dengan perasaan ketidakpastian dan tidak berdaya, serta tidak memiliki tujuan khusus. Kebanyakan remaja mengalami ketidakstabilan sebagai akibat dari masa transisi ini. Dengan kata lain, mahasiswa merasa bingung yang mempengaruhi peningkatan emosi. Selain itu, mahasiswa praktik klinik tidak jarang mengalami kecemasan karena hal ini biasanya merupakan pengalaman baru bagi mereka. Kebanyakan dari mereka tidak menyadari

realitas klinis. Kurangnya pemahaman membuat siswa cemas, stres, dan mengalami ketergantungan (Sugiharno et al., 2022).

Distribusi tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh kasus kecemasan berat terjadi pada mahasiswa perempuan, dan perempuan juga mendominasi jumlah mahasiswa yang mengalami kecemasan sedang. Meskipun jumlah mahasiswa perempuan dalam populasi penelitian memang lebih banyak (86,4%), kecenderungan ini juga sejalan dengan hasil studi Wu et al., (2021), yang menyebutkan bahwa perempuan cenderung lebih rentan terhadap gangguan kecemasan dibandingkan laki-laki, karena perbedaan hormonal, sosial, dan gaya coping yang digunakan.

Dilihat dari usia, kelompok usia 20 tahun mendominasi jumlah mahasiswa dengan kecemasan sedang. Hal ini logis karena pada usia ini, mahasiswa berada pada fase transisi dari adaptasi awal ke peran profesional, di mana ekspektasi terhadap kinerja mereka meningkat. Selain itu, mahasiswa usia 20–21 tahun umumnya mulai menghadapi penilaian klinik yang lebih kompleks dan tuntutan dokumentasi keperawatan yang lebih tinggi, yang dapat menjadi pemicu kecemasan (García-Velasco et al., 2025).

Berdasarkan informasi ini, dapat diperoleh bahwa kecemasan dalam praktik klinik adalah keadaan yang nyata dan tidak dapat diabaikan selama proses pendidikan keperawatan. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik beresiko membahayakan keselamatan pasien dan menurunkan kualitas pembelajaran. Oleh karena itu, sangat penting bagi institusi pendidikan untuk membangun sistem pembelajaran klinik yang lebih suportif yang mencakup supervisi reflektif, bimbingan psikososial, dan pelatihan manajemen stress yang dapat dilakukan secara terstruktur. Metode ini tidak hanya membantu mahasiswa menyesuaikan diri secara psikologis, tetapi juga membantu mereka menjadi tenaga kesehatan yang Tangguh, bertanggungjawab dan berpengalaman.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester IV Program Studi Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri mengalami kecemasan ringan selama praktik klinik di RS SLG Kabupaten Kediri. Namun, terdapat pula mahasiswa dengan kecemasan sedang hingga berat, terutama pada area praktik keperawatan kegawatdaruratan. Faktor jenis kelamin, usia, dan unit kompetensi praktik berpengaruh terhadap variasi tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa.

Institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk menyediakan program pendampingan psikologis berbasis klinik, seperti pembekalan manajemen stres sebelum praktik, supervisi reflektif selama praktik, dan mentoring kelompok kecil saat melakukan bimbingan klinik, terutama bagi mahasiswa yang ditempatkan di unit berisiko tinggi. Pembimbing klinik juga

perlu diberdayakan untuk menciptakan suasana praktik yang empatik dan suportif.

DAFTAR RUJUKAN

- Azizah, A. N., Purnama sari, V., & Husni, N. (2024). Hubungan Self Efficacy Dengan Kecemasan Saat Praktik Klinik Di Intensive Care Unit Pada Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *The Shine Cahaya Dunia D-III Keperawatan*, 9(01). <https://doi.org/10.35720/tscd3kep.v9i01.468>
- Chaabane, S., Chaabna, K., Bhagat, S., Abraham, A., Doraiswamy, S., Mamtani, R., & Cheema, S. (2021). Perceived stress, stressors, and coping strategies among nursing students in the Middle East and North Africa: an overview of systematic reviews. *Systematic Reviews*, 10(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01691-9>
- Fitri, A., & Rizky, A. (2024). Faktor-Faktor Pemicu Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Praktik Klinik: Studi Kasus Di Universitas "X" Tahun 2023. *Menara Medika*, 7(1), 106–117. <https://doi.org/10.31869/mm.v7i1.5827>
- García-Velasco, L., Alcoceba-Herrero, I., García, S., López, M., Albertos-Muñoz, I., Castro, M. J., & Jiménez, J. M. (2025). Assessing anxiety and stress levels in undergraduate nursing students during their clinical placements: a quasi-experimental study. *BMC Nursing*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03264-w>
- Indonesia National Adolescent Mental Health Survei. (2022). National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Mental Health*, xviii. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
- Lestari, S. (2022). Praktik Reflektif Model PiKir 5D Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Mahasiswa Keperawatan di Lahan Praktik. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(02), 410–414. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i02.1695>
- Stuart, G. W. (2023). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Elseiver Singapore Pte Ltd.
- Sugiharno, R. T., Susanto, W. H. A., Ardiansa, A., Wospakrik, F., & Ester, E. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 717–724. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4698>
- Wu, C. S., Rong, J. R., & Huang, M. Z. (2021). Factors associated with perceived stress of clinical practice among associate degree nursing students in Taiwan. *BMC Nursing*, 20(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00602-6>