

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT STRES PADA  
MAHASISWA PROGRAM STUDI DIV BIDAN PENDIDIK  
AANVULLEN STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA  
TAHUN 2014**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:  
Khoirunnisa'  
201310104329**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
'AISYIYAH YOGYAKARTA  
2014**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT STRES PADA  
MAHASISWA PROGRAM STUDI DIV BIDAN PENDIDIK  
AANVULLEN STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA  
TAHUN 2014**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:  
Khoirunnisa'  
201310104329**

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Sebagian  
Syarat untuk Mendapat Gelar Sarjana Sains Terapan Program Studi  
D IV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Mamnu'ah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. J  
Tanggal : 16 Juli 2014

Tanda Tangan : .....

## HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI DIV BIDAN PENDIDIK AANVULLEN STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA TAHUN 2014<sup>1</sup>

Khoirunnisa<sup>2</sup>, Mamnu'ah<sup>3</sup>

**Latar Belakang:** Faktor kepercayaan diri salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres. Di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta, terdapat mahasiswa program studi DIV Bidan Pendidik Aanvullen mengalami tanda gejala stres. Tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa dapat berdampak negatif secara fisik maupun psikologis. Stres pada mahasiswa juga dapat mempengaruhi proses belajar mengajar.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Anvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014.

**Metode:** Desain penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Subjek penelitian adalah semua mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proporsional random sampling* sebanyak 63 responden. Analisis data menggunakan uji analisis *Kendall Tau* ( $\tau$ ).

**Hasil:** Penelitian ini menunjukkan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi terdapat 25 responden (39,7%), kepercayaan diri sedang 36 responden (57,1%), kepercayaan diri rendah 2 responden (3,2%). Sedangkan mahasiswa yang mengalami tingkat stres normal (tidak stres) terdapat 25 responden (39,7%), tingkat stres ringan 17 responden (27,0%), tingkat stres sedang 14 responden (22,2%), dan tingkat stres berat 7 responden (11,1%). Hasil analisa menggunakan *Kendall Tau* diperoleh sebesar 0,512 dengan nilai signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga ada hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014.

**Simpulan:** Terdapat hubungan yang erat antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Anvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

**Saran:** Diharapkan kepada ketua program studi DIV Bidan Pendidik memberikan kebijakan program khusus untuk meningkatkan rasa percaya diri bagi mahasiswa. Sedangkan bagi mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan rasa percaya diri.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, Tingkat Stres, Mahasiswa

---

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Stres adalah respon tubuh tidak spesifik terhadap kebutuhan tubuh yang terganggu. Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak: fisik, sosial, intelektual, psikologis, dan spiritual (Rasmun, 2004).

Dampak stres pada mahasiswa muncul karena individu atau mahasiswa tersebut tidak mampu mengendalikan dan mengatasi stres. Pada mahasiswa dampak negatif stres secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, marah, frustrasi dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisik antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah, dan insomnia. Dampak negatif secara perilaku antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol, terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebihan serta berisiko tinggi (Heiman & Kanriv, 2005)

Allah SWT berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 155:

*Artinya: “ Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”*

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah SWT akan menguji hambanya dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Suatu gambaran yang menunjukkan bahwa manusia hidup di dunia ini tidak akan lepas dari masalah dan masalah itu sesungguhnya adalah ujian Allah SWT kepada hambanya untuk menguji sebesar mana kemampuan dan kadar keimanan manusia tersebut dalam menghadapi masalah. Banyak manusia yang merasa gembira, sedih, gundah, cemas bahkan stres yaitu suatu kondisi yang diikuti oleh gejala-gejala baik gejala fisik maupun psikis, misalnya: hilangnya kepercayaan pada diri sendiri.

Berdasarkan penelitian tentang tingkat stres yang dilakukan oleh Abdulghani (2008) di Saudi Arabia terhadap 494 partisipan, diketahui bahwa prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 57% dimana 21,5% diantaranya merupakan stres ringan, 15,8% stres sedang, dan 19,6% stres berat. Di Iran, penelitian sejenis yang diikuti 129 partisipan menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 61,47% dimana 26,22% diantaranya merupakan stres ringan, 20,5% stres sedang, dan 14,75% stres berat (Marjani, A., Gharavi, A.M., Jahanshahi, M., Vahidirad, A., & Alizadeh, F., 2008).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Vilaseeni V. Pathmanathan, dan M. Surya Husada dalam E-Journal FK USU Vol. 1 No.1, 2013 yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013” hasil penelitian menunjukkan dari 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran USU, sebanyak 35 orang (35%) mengalami stres tingkat rendah, 61 orang (61%)

mengalami stres tingkat sederhana dan 4 orang (4%) mengalami stres tingkat tinggi.

Berdasarkan Undang-Undang Kesehatan dan Rumah Sakit tahun 2009 pada bab IX pasal 144 membahas mengenai kesehatan jiwa menjelaskan bahwa upaya kesehatan jiwa ditujukan untuk menjamin setiap orang dapat menikmati kehidupan kejiwaan yang sehat, bebas dari ketakutan, tekanan dan gangguan lain yang dapat mengganggu kesehatan jiwa. Dimana upaya tersebut terdiri atas preventif, promotif, kuratif, rehabilitatif pasien gangguan jiwa dan masalah psikologi. Pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat bertanggung jawab menciptakan kondisi kesehatan jiwa yang setinggi-tingginya dan menjamin ketersediaan aksesibilitas, mutu dan pemerataan upaya kesehatan jiwa (Undang-undang Kesehatan dan Rumah Sakit, 2009).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen pada tanggal 17 Februari 2014 melalui wawancara pada 10 mahasiswa. Berdasarkan wawancara pada 10 mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen diketahui bahwa mahasiswa merasa tertekan dan terbebani yang dikarenakan oleh proses perkuliahan yang membuat pikirannya kacau, mudah lupa, merasa tegang bila menghadapi masalah, bahkan ada yang merasa kehilangan semangat kuliah karena harapan tidak sesuai dengan rencana. Ini berarti didapatkan data bahwa mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen mengalami tanda-tanda stres.

Dampak dari stres yang dialami mahasiswa dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti mahasiswa sulit berkonsentrasi 8 mahasiswa (80%), sulit mengingat pelajaran 6 mahasiswa (60%), sulit memahami pelajaran 6 mahasiswa (60%), sulit memotivasi diri 6 mahasiswa (60%), merasa mudah marah, cemas, takut, kepercayaan diri menurun terdapat 8 mahasiswa (80%), frustrasi terdapat 4 mahasiswa (40%), gangguan kesehatan 1 mahasiswa (10%), daya tubuh menurun terhadap penyakit terdapat 6 mahasiswa (60%), sering pusing 4 mahasiswa (40%), badan merasa lesu, lemah terdapat 5 mahasiswa (50%), insomnia 4 mahasiswa (40%), menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah 8 mahasiswa (80%), malas kuliah terdapat 1 mahasiswa (10%), terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebihan serta beresiko tinggi ada 1 mahasiswa (10%).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014”.

Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan kepercayaan diri dengantingkat stres pada Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan metode atau desain penelitian *survey analitik* dengan menggunakan pendekatan waktu *cross sectional* yaitu pengumpulan data kepercayaan diri (variabel bebas) dan stres (variabel terikat) diambil dalam satu waktu. Populasi adalah wilayah generalisasi yang

terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Diploma IV Bidan Pendidik Aanvullen tahun ajaran 2013/2014 STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta dengan jumlah 253 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *proportionate random sampling*. Dari populasi sejumlah 253 mahasiswa didapatkan 63 mahasiswa dari hasil perhitungan  $253 \times 25\% = 63,25$  dan dibulatkan menjadi 63 mahasiswa. Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi variabel bebas: kepercayaan diri dan terikat: tingkat stres.

Sumber data dalam penelitian ini adalah sumberdata primer. Instrumen/ alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah kuesioner. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *pearson product moment* sedangkan uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Pengolahan data penelitian ini menggunakan langkah-langkah yaitu *editing, scoring, entry dan tabulating*. Analisis ststistik menggunakan analisa unuvariat dan bivariat. Analisa univariat untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi responden serta untuk mendiskripsikan masing-masing variabel dan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Analisa bivariat menggunakan uji *Kendall Tau* dengan tingkat kesalahan 5%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen di STIKES 'Aisyiyah Tahun 2014

| Karakteristik Responden | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| 20                      | 1             | 1,6            |
| 21                      | 10            | 15,9           |
| 22                      | 26            | 41,3           |
| 23                      | 19            | 30,2           |
| 24                      | 7             | 11,1           |
| Tempat Tinggal          |               |                |
| Rumah Sendiri           | 16            | 25,4           |
| Kos                     | 47            | 74,6           |

Sumber : data primer 2014

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa umur responden yang paling banyak berumur 22 tahun yaitu sebanyak 26 orang (41,3%) dan paling sedikit berumur 20 tahun yaitu sebanyak 1 orang (1,6%). Mayoritas tempat tinggal dari responden adalah kos yaitu 47 mahasiswa (74,6%) dan paling sedikit yaitu tinggal di rumah sendiri (tidak kos) yaitu sebanyak 16 mahasiswa (25,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen di STIKES 'Aisyiyah Tahun 2014

| Kepercayaan Diri | Frekuensi(f) | Presentase (%) |
|------------------|--------------|----------------|
| Tinggi           | 25           | 39,7           |
| Sedang           | 36           | 57,1           |
| Rendah           | 2            | 3,2            |
| Jumlah           | 63           | 100,0          |

Sumber : data primer 2014

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa paling banyak responden mengalami kepercayaan diri sedang yaitu sebanyak 36 orang (57,1%) dan paling sedikit yaitu responden yang mengalami kepercayaan diri rendah sebanyak 2 orang (3,2%).

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai kepercayaan diri sedang yaitu sebanyak 36 orang (57,1%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Nuryati (2011) yang menyebutkan bahwa dari 69 responden mayoritas responden memiliki kepercayaan diri sedang yaitu sebanyak 88,4%. Menurut Walgito 1993 (dalam Sovitriana, R., *et al.*, 2012) Rasa percaya diri dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan atau sikap yang tidak perlu membanding-bandingkan diri sendiri dengan orang lain yang berisikan kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk menghasilkan sesuatu yang didasarkan oleh keyakinan akan kesuksesan dalam melaksanakannya. Lebih lanjut Thursan (2002) mengemukakan bahwa rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan semua responden memiliki rasa percaya diri dan yang paling banyak adalah rasa percaya diri dalam tingkatan sedang 36 orang (57,1%). Kondisi kepercayaan diri dalam penelitian ini terlihat dari responden yang berumur 22 tahun yang merupakan responden terbanyak dalam menjawab pertanyaan skala kepercayaan diri dengan skor jawaban sedang. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor internal salah satunya adalah umur. Umur yang reproduktif akan mempengaruhi cara berfikir rasional dan menangkap informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah baru. Seseorang yang lebih muda mudah mengalami kepercayaan diri rendah daripada seseorang yang lebih tua. Menurut Middenbrook (dalam Sovitriana, R., *et al.*, 2012) ada beberapa hal yang mempengaruhi rasa percaya diri antara lain keluarga, pola asuh, figur otoritas, hereditas, jenis kelamin, pendidikan, peranan fisik.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian Nuryati (2011) adalah bahwa seluruh responden merupakan wanita. Menurut Middenbrook (dalam Sovitriana, R., *et al.*, 2012), faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya adalah jenis kelamin. Kepercayaan diri pria lebih tinggi daripada wanita. Hal ini sesuai dengan Thaibsyah 1991 (dalam Indriani, R., 2001), perbedaan

kepercayaan diri antara dua jenis kelamin diawali perbedaan perlakuan orangtua terhadap anak laki-laki dan anak perempuan. Anak laki-laki sering ditempatkan pada peran yang lebih luas daripada anak perempuan. Pembagian kerja secara seksual akhirnya membentuk suatu konsep sehingga anak laki-laki merasa lebih superior daripada anak perempuan. Superioritas yang tinggi menjadikan anak laki-laki merasa lebih mampu dan percaya diri bila dihadapkan pada tugas yang menantang dibanding perempuan.

Dilihat dari sisi lain, kepercayaan diri dapat terlihat dari lingkungan tempat tinggal. Pada penelitian ini mayoritas responden adalah bertempat tinggal di kos sebanyak 47 orang (74,6%). Menurut Middelbrook (dalam Sovitriana, R., *et al.*, 2012), faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya adalah keluarga/ lingkungan (tempat tinggal).

Keharusan manusia untuk percaya diri terdapat dalam surat At Tin ayat 4 yang artinya "*Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*" Manusia diciptakan Allah dalam bentuk yang paling baik jadi manusia harus percaya bahwa manusia mampu melakukan dan mencapai tujuan hidupnya. Manusia harus senantiasa menghargai dirinya sendiri dan juga harus mampu menghargai orang lain dan percaya diri. Tidak ada alasan manusia merasa ragu dan tidak yakin kepada kemampuan dirinya. Dalam hal ini peneliti menitikberatkan pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta sebagai manusia yang telah diciptakan Allah SWT dengan bentuk yang sebaik-baiknya.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen di STIKES 'Aisyiyah Tahun 2014

| Tingkat Stres        | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Sangat Berat         | 0             | 0              |
| Berat                | 7             | 11,1           |
| Sedang               | 14            | 22,2           |
| Ringan               | 17            | 27,0           |
| Normal (tidak Stres) | 25            | 39,7           |
| Jumlah               | 63            | 100,0          |

Sumber : data primer 2014

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa paling banyak responden mengalami tingkat stres tidak stres (normal) yaitu sebanyak 25 orang (39,7%) dan paling sedikit yaitu tingkat stres sangat berat berjumlah 0 mahasiswa.

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa paling banyak responden mengalami tidak stres/ normal yaitu 25 orang (39,7%). Hal ini sesuai dengan penelitian tentang tingkat stres yang dilakukan oleh Abdulghani (2008) di Saudi Arabia terhadap 494 partisipan, diketahui bahwa 43% mahasiswa tidak mengalami stres. Prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 57% dimana 21,5% diantaranya merupakan stres ringan, 15,8% stres sedang, dan 19,6% stres berat. Menurut Crawford & Henry, 2003 (dalam Purwati, S., 2012), stres normal adalah stres yang dihadapi secara teratur dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan. Seperti dalam situasi: kelelahan setelah

mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, merasakan detak jantung berdetak lebih keras setelah aktivitas. Stres normal alamiah dan menjadi penting, karena setiap orang pasti pernah mengalami stres. Bahkan sejak dalam kandungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa paling banyak responden mengalami tidak stres/ normal yaitu 25 orang (39,7%) dengan mayoritas responden berumur 22 tahun. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanti, S (2012). Bahwa paling banyak responden mengalami stres sedang sebanyak 51% pada usia 19 tahun. Menurut Purwanti, S (2012), semakin tinggi tingkat usia, maka tingkat stres cenderung mengalami semakin rendah. Stres pada mahasiswa adalah suatu bentuk reaksi fisik maupun psikologis yang berbeda-beda pada setiap individu mahasiswa terhadap suatu perubahan lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Menurut Heiman & Kanriv (2005) salah satu pemicu dari tingkat stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya, dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran.

Manusia hidup di dunia ini tidak akan lepas dari masalah dan masalah itu sesungguhnya adalah ujian Allah SWT kepada hambanya. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah ayat 155. Artinya: “ *Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar*”. Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT akan menguji hambanya dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Suatu gambaran yang menunjukkan bahwa manusia hidup di dunia ini tidak akan lepas dari masalah dan masalah itu sesungguhnya adalah ujian Allah SWT kepada hambanya untuk menguji sebesar mana kemampuan dan kadar keimanan manusia tersebut dalam menghadapi masalah. Banyak manusia yang merasa gembira, sedih, gundah, cemas bahkan stres yaitu suatu kondisi yang diikuti oleh gejala-gejala baik gejala fisik maupun psikis.

Tabel 4. Tabel Silang Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa D IV Bidan Pendidik Aanvullen di STIKES ‘Aisyiyah Tahun 2014

| Kepercayaan<br>Diri | Tingkat Stres |      |        |      |        |      |       |      |              |   | Total |       |
|---------------------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|------|--------------|---|-------|-------|
|                     | Normal        |      | Ringan |      | Sedang |      | Berat |      | Sangat Berat |   |       |       |
|                     | F             | %    | F      | %    | F      | %    | F     | %    | F            | % | F     | %     |
| Rendah              | 0             | 0    | 1      | 1,6  | 0      | 0    | 1     | 1,6  | 0            | 0 | 2     | 3,2   |
| Sedang              | 7             | 11,1 | 11     | 17,5 | 12     | 19,0 | 6     | 9,5  | 0            | 0 | 36    | 57,1  |
| Tinggi              | 18            | 28,6 | 5      | 7,9  | 2      | 3,2  | 0     | 0    | 0            | 0 | 25    | 39,7  |
| Total               | 25            | 39,7 | 17     | 27,0 | 14     | 22,2 | 7     | 11,1 | 0            | 0 | 63    | 100,0 |

Sumber: data primer 2014

Hasil tabulasi silang kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta dalam tabel 4. menunjukkan bahwa paling banyak terdapat responden yang mengalami kepercayaan diri tinggi mengalami tingkat stres normal (tidak stres) yaitu sebanyak 18 responden (28,6%). Pengujian selanjutnya untuk hubungan kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta dilakukan uji statistik dengan uji korelasi *Kendall Tau* ( $\tau$ ) menggunakan program komputer.

Berdasarkan hasil uji korelasi *Kendall Tau* diperoleh sebesar 0,512 dengan nilai signifikansi ( $\rho$ ) 0,000. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014. Menentukan hipotesis diterima atau ditolak dengan cara membandingkan besarnya nilai signifikansi ( $\rho$ ) dibandingkan dengan taraf kesalahan 0,5% (0,05). Jika  $\rho > 0,05$  maka dinyatakan tidak ada hubungan antara kedua variabel dan bila  $\rho < 0,05$  maka dinyatakan ada hubungan antara kedua variabel.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $\rho$  lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014. Berdasarkan nilai koefisien korelasi *Kendall Tau* (0,512) maka dapat diambil kesimpulan bahwa hubungan antara kedua variabel termasuk dalam tingkat keeratan hubungan sedang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa paling banyak terdapat responden yang mengalami kepercayaan diri tinggi mengalami tingkat stres normal (tidak stres) yaitu sebanyak 18 responden (28,6%). Pada penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa/ individu maka akan semakin rendah tingkat stres yang dialami. Menurut Atkinson & Hilgard, salah satu yang mempengaruhi tingkat stres adalah kepercayaan diri (perasaan mampu). Kepercayaan diri seseorang atas kemampuannya menanggulangi stres merupakan faktor utama dalam menentukan kerasnya stres. Menurut Slameto (2003), mahasiswa dengan kesulitan menyesuaikan diri/ kepercayaan diri rendah dapat merupakan stres tersendiri yang akhirnya merupakan masalah bagi dirinya yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga dapat mempengaruhi studinya. Keberhasilan mahasiswa dalam menjalani studinya tidak semata-mata ditentukan faktor-faktor akademik tetapi dipengaruhi oleh faktor-faktor non akademik baik bersifat eksternal maupun internal. Faktor eksternal berupa lingkungan baru, dukungan sosial, sedangkan internal berupa kondisi kesehatan jasmani maupun kesehatan psikis.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri sedang dengan tingkat stres berat yaitu sebesar 6 responden (9,5%). Hal ini tidak sesuai dengan hipotesa bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah tingkat stres. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dan ada variabel pengganggu dalam penelitian ini yang tidak dikendalikan antara lain pola asuh.

Di Indonesia permasalahan kesehatan psikologis/ kesehatan jiwa ini sudah menjadi perhatian khusus yang tercantum dalam Undang-Undang Kesehatan dan Rumah Sakit tahun 2009 pada bab IX pasal 144. Berdasarkan Undang-Undang Kesehatan dan Rumah Sakit tahun 2009 pada bab IX pasal 144 membahas mengenai kesehatan jiwa menjelaskan bahwa upaya kesehatan jiwa ditujukan untuk menjamin setiap orang dapat menikmati kehidupan kejiwaan yang sehat, bebas dari ketakutan, tekanan dan gangguan lain yang dapat mengganggu kesehatan jiwa. Dimana upaya tersebut terdiri atas preventif, promotif, kuratif, rehabilitatif pasien gangguan jiwa dan masalah psikologi. Pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat bertanggung jawab menciptakan kondisi kesehatan jiwa yang setinggi-tingginya dan menjamin ketersediaan aksesibilitas, mutu dan pemerataan upaya kesehatan jiwa (Undang-undang Kesehatan dan Rumah Sakit, 2009).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hubungan kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014, maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014 sebagian besar memiliki kepercayaan diri sedang yaitu sebesar 36 responden (57,1%). Tingkat stres pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014 sebagian besar mengalami tingkat stres normal yaitu sebesar 25 responden (39,7%). Ada hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa DIV Bidan Pendidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2014 dengan keeratan hubungan sedang dengan ditunjukkan hasil uji *Kendall Tau* diperoleh  $\rho$  sebesar 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,512.

### **Saran**

Bagi mahasiswa agar dapat menerapkan pengetahuan yang dimilikinya untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan cara mengikuti organisasi seperti BEM, IMM, HIMABIDA, PIK-M agar dapat mengelola stres yang dialaminya sehingga tidak mengganggu aktifitas belajarnya. Bagi Pembimbing Akademik Program Studi DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. Bagi Pembimbing Akademik Program Studi DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta agar dapat melakukan evaluasi dan memberikan motivasi kepada mahasiswa agar mahasiswa merasa percaya diri dan mampu menyelesaikan tugas/ permasalahan yang dihadapinya. Selain itu diharapkan ada program khusus yang menangani mahasiswa yang mengalami stres agar mahasiswa dapat menangani stres yang dialaminya dengan bantuan program studi. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengendalikan variabel pengganggu yaitu pola asuh.

## SUMBER RUJUKAN

Al Qur'anul karim

Abdulghani, H.M., 2008. *Stress and Depression Among Medical Students: A Cross Sectional Study at a Medical College in Saudi Arabia*. *Pak Journal Medical Science*, 24 (1): 12-17.

Anggota IKAPI, 2009. *Undang-Undang Kesehatan dan Rumah Sakit Tahun 2009 Beserta Penjelasannya*. Nuha Medika. Yogyakarta.

Heiman & Kariv, 2005. *Task-Oriented versus Emotion-Oriented Coping Strategies: The Case of College Students*. *College Student Journal*, 39 (1): 72-89.

Indriani, R., 2001. *Pengaruh Kebugaran Fisik terhadap Kepercayaan Diri pada Wanita*. Yogyakarta : Program Studi Psikologi FPSB UII

Marjani, A., Gharavi, A.M., Jahanshahi, M., Vahidirad, A., & Alizadeh, F., 2008. *Stress among Medical Students of Gourgane (South East of Caspian Sea), Iran*. *Kathmandu University Medical Journal*, 6 (3): 421-425.

Nuriyati, S. (2011). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Kelas pada Mahasiswa DIV STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta : STIKES 'Aisyiyah.

Purwati, S. 2012. *Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Jakarta : Universitas Indonesia

Rasmun. 2004. *Stres Koping dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Jakarta: Sagung Seto.

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta

Sovitriana, R., et al. 2012. *Studi Kasus Kepercayaan Diri dan Harga Diri pada Wanita Tuna Susila di Jakarta*. Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan PKM : Sosial, Ekonomi dan Humaniora. ISSN 2089-3590 : Vol. 3, No.1, Th 2012

Thursan, H. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara

Vilaseeni, V. P., & Surya Husada. 2013. *Overview of Stress Level Among the Students in Medical Faculty of North Sumatera University Odd Semester Academic Year 2012/2013*. E-Journal FK USU Vol. 1 No.1

(Anonim). *Depression Anxiety stress Scales (DASS)*. Tersedia dalam [www.psy.unsw.edu.au/dass/](http://www.psy.unsw.edu.au/dass/) . Diakses tanggal