

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kemampuan Adaptasi Mahasiswa Keperawatan pada Awal Praktik Klinik di Universitas Eka Harap Palangka Raya

Nia Tutri Handayani¹, Vina Agustina², Wenna Araya³

^{1,2,3}Universitas Eka Harap

Email: niatutri8@gmail.com

Abstrak

Praktik klinik menuntut mahasiswa keperawatan mengintegrasikan teori, keterampilan, komunikasi terapeutik, dan tanggung jawab profesional dalam lingkungan yang baru. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kecemasan dan diduga memengaruhi kemampuan adaptasi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan kemampuan adaptasi mahasiswa keperawatan tingkat II pada awal praktik klinik di Universitas Eka Harap Palangka Raya. Penelitian menggunakan desain korelasional kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi berjumlah 144 mahasiswa dan sebanyak 127 mahasiswa yang memenuhi kriteria menjadi responden melalui *total sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), sedangkan kemampuan adaptasi diukur dengan kuesioner adaptasi yang diadopsi dari Riyani. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank. Kategori terbanyak pada tingkat kecemasan adalah tidak cemas sebanyak 37 responden (29,1%), sedangkan kemampuan adaptasi didominasi kategori baik sebanyak 116 responden (91,3%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai $p = 0,621$ dan koefisien korelasi $r_s = -0,044$. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kemampuan adaptasi mahasiswa pada awal praktik klinik. Arah hubungan negatif dengan kekuatan sangat lemah menunjukkan bahwa peningkatan kecemasan tidak diikuti penurunan kemampuan adaptasi secara konsisten pada penelitian ini.

Kata Kunci: Kemampuan Adaptasi, Kecemasan, Mahasiswa Keperawatan, Praktik Klinik

Abstract

Clinical practice requires nursing students to integrate theory, clinical skills, therapeutic communication, and professional responsibilities in a new environment. These demands may trigger anxiety and are presumed to affect students' ability to adapt. This study aimed to analyze the relationship between anxiety levels and adaptation ability among second-year nursing students during their initial clinical practice at Universitas Eka Harap Palangka Raya. A quantitative correlational design with a cross-sectional approach was employed. The population comprised 144 students, and 127 students who met the criteria participated through total sampling. Anxiety was measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), while adaptation ability was assessed using an adaptation questionnaire adopted from Riyani. Data were analyzed using univariate analysis and Spearman's rank correlation. The most frequent anxiety category was no anxiety, reported by 37 respondents (29.1%), while adaptation ability was predominantly good among 116 respondents (91.3%). Spearman's rank test yielded $p = 0.621$ and $r_s = -0.044$. There was no statistically significant relationship between anxiety level and adaptation ability during initial clinical practice. The very weak negative correlation indicated that greater anxiety was not consistently followed by poorer adaptation in this study.

Keywords: Adaptation Ability, Anxiety, Clinical Practice, Nursing Students

1. PENDAHULUAN

Praktik klinik merupakan komponen esensial pendidikan keperawatan yang mengintegrasikan teori dengan pelayanan nyata. Mahasiswa dituntut mengembangkan

kompetensi klinik, komunikasi terapeutik, berpikir kritis, dan sikap profesional. Transisi menuju lingkungan klinik sering menjadi pengalaman menantang karena mahasiswa berhadapan langsung dengan pasien, tenaga kesehatan, prosedur yang belum familier, evaluasi pembimbing, dan tanggung jawab terhadap keselamatan pasien [1], [2].

Kecemasan selama praktik klinik dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan kepercayaan diri, dan menghambat proses pembelajaran. Penelitian pada mahasiswa profesi ners di Indonesia melaporkan kecemasan ringan sebagai kategori yang paling banyak ditemukan [3]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pengalaman baru, tuntutan akademik, lingkungan praktik, dan minimnya pengalaman klinik menjadi sumber kecemasan mahasiswa [4], [5].

Survei pendahuluan terhadap 14 mahasiswa tingkat II Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Eka Harap menunjukkan bahwa 11 mahasiswa merasa cemas menghadapi praktik klinik pertama, 10 mahasiswa takut melakukan kesalahan, dan 8 mahasiswa mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Setiap responden dapat mengalami lebih dari satu kondisi. Temuan ini memperlihatkan bahwa kecemasan dan adaptasi perlu diperhatikan sebelum mahasiswa memasuki lingkungan klinik.

Kemampuan adaptasi membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan budaya kerja, berkomunikasi dengan pasien dan tenaga kesehatan, mengikuti arahan pembimbing, serta menghadapi tuntutan akademik. Adaptasi dipengaruhi pula oleh kesiapan akademik, strategi *koping*, efikasi diri, pengalaman, motivasi, dan dukungan sosial [6]–[8]. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan kemampuan adaptasi mahasiswa keperawatan pada awal praktik klinik di Universitas Eka Harap Palangka Raya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di Universitas Eka Harap Palangka Raya pada 22 Juni–4 Juli 2026. Populasi penelitian adalah 144 mahasiswa tingkat II Program Studi Sarjana Keperawatan yang menjalani awal praktik klinik. Teknik yang digunakan adalah *total sampling*; sebanyak 127 mahasiswa yang hadir, bersedia berpartisipasi, dan memenuhi kriteria penelitian menjadi responden [9], [10].

Data primer dikumpulkan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan kuesioner kemampuan adaptasi yang diadopsi dari Riyani. Skor HARS dikategorikan menjadi tidak cemas (< 14), ringan (14–20), sedang (21–27), berat (28–41), dan sangat berat (42–56). Kemampuan adaptasi mencakup respons kognitif, afektif, fisiologis, perilaku, dan sosial, kemudian dikategorikan baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (< 56%).

Pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, *entry*, dan *cleaning* menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26. Analisis univariat digunakan untuk menyajikan frekuensi dan persentase, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank karena kedua variabel berskala ordinal. Hubungan dinyatakan signifikan apabila $p \leq 0,05$. Penelitian menerapkan *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, dan *beneficence*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Penelitian melibatkan 127 mahasiswa. Sebagian besar responden berusia 20 tahun sebanyak 78 orang (61,4%), diikuti usia 19 tahun sebanyak 34 orang (26,8%), usia 21 tahun sebanyak 11 orang (8,7%), usia 22 tahun sebanyak 3 orang (2,4%), dan usia 18 tahun sebanyak 1 orang (0,8%). Responden didominasi perempuan sebanyak 102 orang (80,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 25 orang (19,7%).

b. Tingkat Kecemasan

Tabel 1. Distribusi Tingkat Kecemasan Mahasiswa pada Awal Praktik Klinik

Kategori	<i>f</i>	%
Tidak Cemas	37	29,1
Ringan	33	26,0
Sedang	33	26,0
Berat	22	17,3
Sangat Berat	2	1,6
Total	127	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 1 menunjukkan bahwa kategori terbanyak adalah tidak cemas, yaitu 37 responden (29,1%). Namun, jika seluruh tingkat kecemasan digabungkan, terdapat 90 responden (70,9%) yang mengalami kecemasan dari tingkat ringan sampai sangat berat. Artinya, walaupun satu kategori terbesar adalah tidak cemas, kecemasan tetap dialami oleh sebagian besar mahasiswa dalam tingkat yang beragam.

Kecemasan pada awal praktik klinik merupakan respons terhadap lingkungan, tuntutan, dan tanggung jawab baru. Kesiapan teori, praktikum laboratorium, pembekalan klinik, dukungan pembimbing, dan mekanisme *koping* dapat membantu mahasiswa mengendalikan kecemasan [3], [5]. Temuan adanya mahasiswa pada setiap tingkat kecemasan menunjukkan bahwa respons psikologis bersifat individual dan perlu dipantau, meskipun sebagian mahasiswa mampu mempertahankan kecemasan dalam batas yang dapat dikelola.

c. Kemampuan Adaptasi

Tabel 2. Distribusi Kemampuan Adaptasi Mahasiswa pada Awal Praktik Klinik

Kategori	<i>f</i>	%
Baik	116	91,3
Cukup	8	6,3
Kurang	3	2,4
Total	127	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2, sebanyak 116 responden (91,3%) memiliki kemampuan adaptasi baik, 8 responden (6,3%) cukup, dan 3 responden (2,4%) kurang. Dominasi kategori baik menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan belajar, komunikasi dengan pasien dan tenaga kesehatan, aturan, serta tuntutan praktik klinik.

Adaptasi merupakan proses mempertahankan keseimbangan ketika individu menghadapi perubahan lingkungan. Pengalaman belajar, kesiapan akademik, kompetensi klinik, dukungan pembimbing, dan teman sejawat dapat memperkuat respons adaptif mahasiswa [6]–[8]. Hasil ini selaras dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengalaman selama praktik membantu mahasiswa memahami lingkungan, meningkatkan keterampilan, dan membangun kepercayaan diri [6].

d. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kemampuan Adaptasi

Tabel 3. Tabulasi Silang Tingkat Kecemasan dan Kemampuan Adaptasi

Tingkat kecemasan	Baik <i>n</i> (%)	Cukup <i>n</i> (%)	Kurang <i>n</i> (%)	Total
Tidak Cemas	33 (89,2)	3 (8,1)	1 (2,7)	37

Tingkat kecemasan	Baik <i>n</i> (%)	Cukup <i>n</i> (%)	Kurang <i>n</i> (%)	Total
Ringan	31 (93,9)	2 (6,1)	0 (0,0)	33
Sedang	29 (87,9)	2 (6,1)	2 (6,1)	33
Berat	21 (95,5)	1 (4,5)	0 (0,0)	22
Sangat Berat	2 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	2
Total	116 (91,3)	8 (6,3)	3 (2,4)	127
Uji Spearman Rank: $r_s = -0,044$; $p = 0,621$				

Sumber: Data Primer, 2026

Pada setiap tingkat kecemasan, sebagian besar responden tetap memiliki kemampuan adaptasi baik. Uji Spearman Rank menghasilkan $p = 0,621$ ($p > 0,05$), sehingga H_0 gagal ditolak. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kemampuan adaptasi. Koefisien $r_s = -0,044$ menunjukkan arah negatif dengan kekuatan sangat lemah.

Tidak ditemukannya hubungan dapat dipengaruhi oleh distribusi kemampuan adaptasi yang sangat terkonsentrasi pada kategori baik. Mahasiswa dengan kecemasan ringan hingga sangat berat tetap dapat beradaptasi melalui kesiapan akademik, pengalaman laboratorium, mekanisme *koping*, motivasi, efikasi diri, serta dukungan dosen, pembimbing klinik, dan teman sejawat [5], [7], [8]. Dengan demikian, kecemasan tetap penting diperhatikan karena dapat memengaruhi kenyamanan dan konsentrasi, tetapi pada penelitian ini kecemasan bukan faktor yang secara mandiri menggambarkan kemampuan adaptasi.

4. KESIMPULAN

Kategori tunggal tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan adalah tidak cemas, sedangkan kemampuan adaptasi didominasi kategori baik. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kemampuan adaptasi mahasiswa keperawatan pada awal praktik klinik di Universitas Eka Harap Palangka Raya ($r_s = -0,044$; $p = 0,621$). Kemampuan adaptasi mahasiswa kemungkinan berkaitan pula dengan kesiapan akademik, pengalaman belajar, mekanisme *koping*, motivasi, efikasi diri, dan dukungan lingkungan praktik.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. F. A. Ahmed et al., "Satisfaction and anxiety level during clinical training among nursing students," BMC Nursing, vol. 22, no. 1, pp. 1–11, 2023.
- [2]. A. A. Punyuwa, "Hubungan efikasi diri dengan kecemasan praktik klinik pada mahasiswa keperawatan," Journal of Language and Health, vol. 5, no. 2, pp. 801–810, 2024.
- [3]. M. N. Fadhilah, A. Haryani, Y. Binteriawati, and H. Alifiani, "Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa profesi ners dalam mengikuti praktik klinik keperawatan," Nursing Current: Jurnal Keperawatan, vol. 11, no. 1, p. 26, 2023.
- [4]. B. Teteng et al., "Gambaran kondisi psikologis menghadapi praktik klinik keperawatan dasar mahasiswa tingkat II semester III STIKES Dirgahayu Samarinda," Caritas Et Fraternitas: Jurnal Kesehatan, vol. 2, no. 2, 2023.
- [5]. N. Natanael, M. Hartono, B. Santoso, and Y. P. T. Dharma, "Hubungan mekanisme *koping* dengan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat III STIKES Panti Kosala dalam menghadapi praktik klinik," KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan, vol. 11, no. 2, pp. 163–171, 2023.
- [6]. K. H. Fitje and R. Erna, "Pengalaman belajar mahasiswa keperawatan dalam praktik klinik," Journal of Telenursing (JOTING), vol. 4, no. 1, pp. 279–288, 2022.
- [7]. F. Li et al., "Stressors and coping styles of nursing students in the middle period of clinical practicum: A qualitative study," BMC Nursing, vol. 23, no. 1, pp. 1–12, 2024.

- [8]. L. H. Tsai et al., “Trajectory of change in perceived stress, coping strategies and clinical competence among undergraduate nursing students during clinical practicum,” *BMC Medical Education*, vol. 24, no. 1, pp. 1–11, 2024.
- [9]. Nursalam, *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika, 2020.
- [10]. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019.