

Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Keperawatan di Bandung – Indonesia

Psychological Well-Being of Nursing Students in Bandung

Rita Rahayu^{1,5}, Tukimin Bin Sansuwito¹, Nenden Lesmana Wati*², Rohman Hikmat³,
Dwi Agung Riyanto², Iyus Yosep⁴

¹ Universitas Lincoln, Malaysia

² Universitas Faletehan

³ Universitas 'Aisyiyah Bandung

⁴ Universitas Padjadjaran

⁵ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

Email korespondensi: nendenlesmana73@gmail.com

Submisi: 20 Februari 2025; Penerimaan: 15 Juni 2025; Publikasi 30 Juni 2025

Abstrak

Kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan merupakan faktor penting yang memengaruhi kualitas pendidikan dan kinerja mereka di lingkungan klinis. Namun, tekanan akademis yang tinggi dan tuntutan praktik klinis dapat menyebabkan stres yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Memahami kesejahteraan psikologis dapat menjadi dasar untuk mengembangkan dukungan yang tepat bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan teknik convenience sampling. Sampel penelitian ini sebanyak 50 responden yang merupakan mahasiswa keperawatan di Kota Bandung. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner Psychological Well-Being Scale yang terdiri dari 42 item pertanyaan yang mengukur dimensi kesejahteraan psikologis. Analisis data dilakukan dengan uji distribusi frekuensi untuk menggambarkan karakteristik responden dan tingkat kesejahteraan psikologisnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 21 sampai 23 tahun (60%) dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan (84%). Sebagian besar responden (56%) berada dalam kategori kesejahteraan psikologis sedang, dengan 24% berada dalam kategori rendah dan 20% berada dalam kategori tinggi. Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis meliputi stres akademik dan tuntutan praktik klinis. Penelitian ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung bervariasi, dan sebagian besar berada dalam kategori sedang. Pengembangan program dukungan psikologis yang lebih efektif diperlukan untuk membantu mahasiswa mengatasi stres akademik dan klinis. Penelitian ini memberikan dasar bagi pengembangan kebijakan pendidikan keperawatan yang lebih peka terhadap kebutuhan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: keperawatan, kesejahteraan psikologis, mahasiswa

Abstract

Psychological well-being of nursing students is an important factor influencing the quality of their education and performance in the clinical environment. However, high academic pressure and the demands of clinical practice can cause stress that impacts psychological well-being. Understanding psychological well-being can be the basis for developing appropriate support for students in facing educational challenges. This study aims to describe the psychological well-being of nursing students in Bandung City. This study used a descriptive research design with convenience sampling technique. The sample of this study was 50 respondents who were nursing students in Bandung City. Data collection was carried out by distributing the Psychological Well-Being Scale questionnaire consisting of 42 question items that measure the dimensions of psychological well-being. Data analysis was carried out by frequency distribution test to describe the characteristics of respondents and their level of psychological well-being. The results showed that the majority of respondents were aged between 21 and 23 years (60%) and most were female (84%). Most respondents (56%) were in the moderate psychological well-being category, with 24% in the low category and 20% in the high category. Factors that influenced psychological well-being included academic stress and clinical practice demands. This study confirms that the

psychological well-being of nursing students in Bandung City varies, with most being in the moderate category. The development of more effective psychological support programs is needed to help students cope with academic and clinical stress. This study provides a basis for developing nursing education policies that are more sensitive to the psychological well-being needs of students.

Keywords: nursing, psychological wellbeing, students

Pendahuluan

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam kehidupan individu yang mencerminkan kondisi optimal bagi seseorang untuk berkembang dan menjalani kehidupan yang bermakna (Moni et al., 2021). Kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penerimaan diri mencerminkan kemampuan individu dalam menerima kelebihan dan kekurangannya serta memandang masa lalu secara positif. Hubungan positif dengan orang lain berkaitan dengan kemampuan menjalin relasi yang sehat melalui empati, kasih sayang, dan kepercayaan. Otonomi menunjukkan kemandirian dalam berpikir dan bertindak tanpa terpengaruh tekanan sosial. Penguasaan lingkungan menggambarkan kemampuan individu dalam mengelola lingkungannya agar dapat memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan hidup. Tujuan hidup mencerminkan arah dan makna dalam kehidupan yang mendorong motivasi seseorang. Terakhir, pertumbuhan pribadi menunjukkan keinginan individu untuk terus berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, dan mampu belajar dari tantangan yang dihadapi. Dimensi-dimensi tersebut saling berkaitan untuk menciptakan keseimbangan emosional dan kapasitas adaptif yang baik terhadap tantangan hidup. Bagi mahasiswa, terutama yang sedang dalam masa transisi menuju dewasa, kesejahteraan psikologis merupakan kunci penting dalam mendukung pencapaian akademik, pengelolaan stres, dan pengembangan potensi diri (Kotera et al., 2022). Tanpa kesejahteraan psikologis yang memadai, siswa berisiko mengalami berbagai

masalah mental seperti kecemasan, depresi, dan burnout, yang pada akhirnya dapat mengganggu kualitas hidup dan kemampuannya untuk menyelesaikan pendidikan dengan baik (Aqeel et al., 2022).

Mahasiswa keperawatan menghadapi tantangan yang signifikan dalam pendidikan mereka, termasuk beban kerja akademis, praktik klinis, dan tuntutan profesional yang kompleks. Selain harus memahami dan menguasai materi pembelajaran yang padat, mereka juga dituntut untuk menerapkan teori untuk praktik langsung di lingkungan klinis yang penuh tekanan, seperti unit gawat darurat atau unit perawatan intensif, dengan tanggung jawab yang besar terhadap keselamatan pasien (Leung & Pong, 2021). Lebih jauh lagi, harapan untuk membangun empati, menjaga etika profesional, dan memberikan perawatan keperawatan holistik menambah lapisan tuntutan lain yang harus dipenuhi. Kombinasi tekanan-tekanan ini sering memicu stres, kecemasan, dan kelelahan yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka, mengurangi motivasi untuk belajar, mengganggu kesehatan mental, dan bahkan memengaruhi kesiapan mereka untuk menjalankan peran mereka sebagai perawat profesional (Dodd et al., 2021).

Mahasiswa keperawatan di Indonesia dan di seluruh dunia menghadapi prevalensi masalah psikologis yang relatif tinggi, dengan stres, kecemasan, dan depresi menjadi masalah yang paling sering dilaporkan. Penelitian global menunjukkan bahwa hingga 40% mahasiswa keperawatan mengalami tingkat stres yang signifikan, sementara penelitian di Indonesia menemukan bahwa lebih dari 50% mahasiswa keperawatan melaporkan kecemasan yang memengaruhi

kinerja akademis dan kehidupan sosial mereka (Melendez-Torres et al., 2021) . Selain itu, sekitar 20-30% mahasiswa keperawatan juga mengalami gejala depresi, yang sering kali terkait dengan tekanan akademis yang tinggi, praktik klinis yang menuntut, dan ketidakpastian tentang masa depan profesional mereka (Leshner & Scherer, 2021) . Sebuah studi di Indonesia menemukan bahwa hampir 60% mahasiswa keperawatan mengalami stres kronis, yang dapat menyebabkan burnout jika tidak dikelola dengan baik (Arslan et al., 2021) Tingginya prevalensi masalah psikologis menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap gangguan kesehatan mental, yang memerlukan perhatian khusus dari lembaga pendidikan dan profesional kesehatan (Aqeel et al., 2022) .

Perubahan pola kesehatan mental mahasiswa keperawatan semakin dipengaruhi oleh tuntutan era modern dan dampak pandemi COVID-19. Sebelum pandemi, tekanan pembelajaran tatap muka dan praktik klinis intensif sudah cukup mengganggu kesejahteraan psikologis mereka (Kökçam et al., 2022) . Namun, pandemi COVID-19 telah memperburuk hal ini dengan memaksa mahasiswa keperawatan untuk beradaptasi dengan pembelajaran daring, yang telah meningkatkan perasaan terisolasi, kesulitan akademis, dan stres karena ketidakpastian tentang masa depan (Mirabito & Verhaeghen, 2022) . Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa keperawatan meningkat tajam selama pandemi, dengan hampir 70% dari mereka melaporkan peningkatan stres karena pembatasan sosial dan ketakutan akan potensi penularan COVID-19 di rumah sakit. Mahasiswa yang terlibat langsung dalam merawat pasien COVID-19 juga melaporkan tingkat stres dan trauma yang lebih tinggi. (Gorczynski & Sims-Schouten, 2022) .

Meskipun penelitian terkait kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan telah dilakukan di berbagai negara dan beberapa daerah di Indonesia, namun belum ada penelitian yang secara spesifik menggambarkan kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Bandung (Slykerman et al., 2022) . Mengingat beratnya tuntutan akademis, tekanan dalam praktik klinis, serta tantangan sosial dan emosional yang dihadapi oleh mahasiswa keperawatan, penelitian ini menjadi sangat penting untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis mereka di Kota Bandung. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang kesejahteraan psikologis yang dialami oleh mahasiswa keperawatan di Kota Bandung.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan sistematis tentang kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung. Penelitian deskriptif dipilih karena jenis penelitian ini memungkinkan penulis untuk menggambarkan karakteristik fenomena yang diteliti tanpa melakukan intervensi atau manipulasi variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa DIII keperawatan di menjadi anggota organisasi College Collaboration, sejumlah 315 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah convenience sampling. Sampel penelitian berjumlah 50 responden yang merupakan semua peserta yang mengikuti kegiatan Training dan lomba public speaking di Kota Bandung.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 42 item yang berasal dari instrumen Skala Kesejahteraan Psikologis (Ryff , 2014a). Instrumen ini mencakup berbagai dimensi kesejahteraan psikologis, meliputi penerimaan diri, hubungan positif

dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Item kuesioner mencakup pernyataan positif dan negatif. Responden memberikan jawaban mereka menggunakan skala Likert dengan enam poin: sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), agak tidak setuju (3), agak setuju (4), setuju (5), dan sangat setuju (6). Hasil penelitian ini menunjukkan kesejahteraan psikologis dengan kriteria berikut: kesejahteraan psikologis rendah (0–166), kesejahteraan psikologis sedang (167–182), dan kesejahteraan psikologis tinggi (183–252). Instrumen ini telah tervalidasi, dengan nilai korelasi item berkisar antara 0,380 dan 0,517, yang menegaskan validitasnya (Nuraeni et al., 2022) . Lebih

jauh, reliabilitas dikonfirmasi dengan nilai koefisien alpha Cronbach sebesar 0,887, yang menunjukkan konsistensi internal yang baik. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji distribusi frekuensi untuk mendeskripsikan karakteristik responden (umur, golongan, dan jenis kelamin) dan kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung. Hasil distribusi frekuensi disajikan dalam bentuk tabel untuk memudahkan pemahaman dan interpretasi. Analisis ini memberikan gambaran yang jelas tentang distribusi kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan berdasarkan kategori yang telah ditentukan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini memperoleh sampel sebanyak 50 responden. Tabulasi data berdasarkan data demografi meliputi usia, jenis kelamin, dan kelas dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik responden (n= 50)

Karakteristik		Frekuensi	Persentase
Usia	18 – 20 tahun	20	40
	21 – 23 tahun	30	60
Jenis kelamin	Laki - laki	8	16
	Perempuan	42	84

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur 21 sampai 23 tahun, yaitu sebesar 60% dari sampel, sedangkan sisanya sebesar 40% berada pada kelompok umur 18 sampai 20 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan dalam penelitian ini berada pada usia dewasa awal. Dari segi jenis kelamin, sebanyak 84% responden adalah perempuan, dan 16% adalah laki-laki, sehingga menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan perempuan lebih banyak dalam penelitian ini. Mengenai tahun ajaran, kelompok responden terbanyak berasal dari angkatan 2022, yaitu sebesar 32% dari sampel, diikuti oleh angkatan 2023 sebesar 26%, angkatan 2021 sebesar 22%, dan angkatan 2020 sebesar 20%.

Tabel 2. Hasil distribusi kesejahteraan psikologis (n=50)

Variabel	Berarti	Min - Maks	Frekuensi (f)			Persentase (%)		
			Tinggi	Sedang	Rendah	Tinggi	Sedang	Rendah
Psikologis kesejahteraan	170.34	120-250	10	28	12	20	56	24

Data kesejahteraan psikologis menunjukkan skor rata-rata sebesar 170,34 dengan rentang 120 hingga 250. Di antara responden, 20% melaporkan kesejahteraan psikologis tinggi, 56% melaporkan kesejahteraan sedang, dan 24% melaporkan kesejahteraan rendah. Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung, dengan sebagian besar responden berada pada kategori kesejahteraan sedang. Temuan ini menunjukkan adanya tantangan psikologis yang dihadapi oleh mahasiswa, yang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti beban akademik, tuntutan praktik klinis, dan transisi kehidupan yang dialami oleh mahasiswa di usia muda. Penelitian sebelumnya juga telah mencatat adanya pengaruh stres akademik dan tuntutan praktikum yang tinggi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan (Wynter et al., 2021) . Meskipun beberapa mahasiswa menunjukkan kesejahteraan yang tinggi, sebagian besar responden menunjukkan kesejahteraan sedang, yang mungkin mencerminkan ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan kemampuan mereka dalam mengelola stres. Perbedaan ini menyoroti pentingnya dukungan yang lebih baik untuk kesehatan mental mahasiswa keperawatan, termasuk penguatan keterampilan coping untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (Zhou et al., 2022) .

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan berusia antara 21 sampai 23 tahun (60%), sedangkan 40% lainnya berusia antara 18 sampai 20 tahun. Temuan ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap awal dewasa, yang seringkali merupakan masa transisi psikologis yang penuh tantangan, termasuk perubahan identitas, pencarian makna hidup, dan pengambilan keputusan penting tentang masa depan. Usia muda seringkali dikaitkan dengan kecenderungan

peningkatan stres psikologis, terutama terkait dengan tuntutan akademis yang tinggi, serta keterlibatan dalam praktik klinis yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Milanti et al., 2016) . Selain itu, penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa pada usia ini seringkali mengalami stres dan kecemasan akibat tekanan untuk berprestasi, yang dapat berdampak pada kesehatan mental mereka (Armstrong et al., 2022) .

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan (84%), yang mencerminkan tren umum dalam pendidikan tinggi, terutama dalam keperawatan, di mana jumlah mahasiswa perempuan sering kali lebih banyak daripada mahasiswa laki-laki. Temuan ini relevan untuk dibahas lebih lanjut, karena gender dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, terutama dalam konteks akademis dan profesional. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan sering kali menghadapi tantangan sosial dan psikologis yang berbeda, seperti tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi, yang dapat dipicu oleh ekspektasi sosial dan peran gender yang mereka mainkan (Zhou et al., 2022) . Selain itu, beban ganda yang sering dialami perempuan, yaitu menyeimbangkan tuntutan akademis, pekerjaan rumah tangga, dan peran sosial, juga dapat meningkatkan tekanan psikologis mereka (Wynter et al., 2021) .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (56%) memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang, sedangkan 24% berada pada kategori kesejahteraan psikologis rendah dan 20% pada kategori tinggi. Temuan tersebut menggambarkan adanya variasi kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor utama yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis adalah stres akademik yang kerap kali meningkat seiring dengan

tuntutan tugas kuliah, ujian, dan praktik di lingkungan klinik. Stres akademik dapat berkontribusi terhadap menurunnya kesejahteraan psikologis, terutama apabila mahasiswa tidak memiliki keterampilan manajemen stres yang memadai (Leshner & Scherer, 2021) . Selain itu, tuntutan klinis yang melibatkan keterampilan teknis dan emosional juga dapat menambah beban psikologis mahasiswa mengingat mereka kerap kali dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan di rumah sakit atau fasilitas kesehatan. Dukungan sosial dari teman sebaya dan dosen dapat berperan penting dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis, dengan memberikan ruang bagi mahasiswa untuk berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan emosional (Panayiotou et al., 2021) .

Hasil penelitian mencerminkan bahwa para mahasiswa keperawatan mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dan lingkungan klinis, tetapi masih menghadapi tantangan dalam beberapa aspek psikologis. Misalnya, dalam dimensi penerimaan diri, mahasiswa masih memiliki kecenderungan untuk meragukan kemampuan mereka, terutama dalam menghadapi tekanan akademik dan praktik klinik. Hubungan interpersonal juga cukup baik, tetapi beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam membangun relasi yang mendukung akibat beban akademik yang tinggi. Selain itu, tingkat kemandirian mahasiswa dalam mengambil keputusan masih dipengaruhi oleh tekanan sosial dan ekspektasi dari lingkungan sekitar.

Di sisi lain, kemampuan mahasiswa dalam mengelola lingkungan akademik dan klinik berada pada tingkat sedang, yang menunjukkan bahwa mereka mampu menyesuaikan diri tetapi masih memerlukan strategi yang lebih efektif dalam mengatur waktu dan menangani tekanan kerja. Selain itu, meskipun sebagian besar mahasiswa memiliki tujuan hidup yang cukup jelas, masih ada yang mengalami kebingungan dalam

menentukan arah karier dan pengembangan profesional mereka. Hal ini berdampak pada pertumbuhan pribadi mereka, di mana keinginan untuk berkembang tetap ada, tetapi kendala seperti stres akademik dan kurangnya strategi coping yang efektif menjadi hambatan dalam mencapai potensi maksimal.

Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa perawat, diperlukan pendekatan yang komprehensif. Intervensi yang dapat diterapkan meliputi dukungan psikososial melalui layanan bimbingan akademik dan konseling, pelatihan manajemen stres untuk membantu mahasiswa mengatasi tekanan, serta penguatan keterampilan interpersonal agar mereka dapat membangun hubungan sosial yang lebih baik. Selain itu, program mentoring juga dapat menjadi sarana bagi mahasiswa dalam menentukan tujuan hidup dan mengembangkan potensi mereka secara optimal. Dengan upaya ini, kesejahteraan psikologis mahasiswa perawat dapat ditingkatkan sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik dan profesional di masa depan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa beban akademik yang tinggi dan tuntutan praktik klinis merupakan faktor utama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan. Tekanan untuk memenuhi standar akademik yang ketat dan tantangan emosional dalam praktik klinis, seperti merawat pasien dengan kondisi medis yang serius, dapat menimbulkan stres yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka (Aqeel et al., 2022; Dhahri et al., 2020) . Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang kuat, baik dari teman sebaya maupun dosen, cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik karena merasa lebih mampu mengatasi stres (Popovic & Lim, 2020; Yosep et al., 2023) . Selain itu, manajemen stres yang efektif, seperti teknik relaksasi dan manajemen waktu

yang baik, juga terbukti membantu mahasiswa mengurangi dampak negatif dari stresor tersebut, memperkuat pentingnya dukungan sosial dan strategi koping yang baik dalam menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan (Hikmat et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka lembaga pendidikan keperawatan di Kota Bandung perlu mengembangkan program dukungan psikologis yang lebih terstruktur bagi mahasiswa. Program tersebut dapat berupa konseling psikologis yang mudah diakses, pelatihan keterampilan manajemen stres, dan forum kelompok diskusi untuk berbagi pengalaman dan solusi atas tantangan psikologis yang dihadapi mahasiswa. Dukungan semacam ini telah terbukti efektif dalam penelitian sebelumnya, di mana mahasiswa yang memiliki akses terhadap layanan dukungan psikologis menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan mampu mengatasi stres dengan lebih baik (Cobo-Rendón et al., 2020; Harith et al., 2022; Popovic & Lim, 2020). Oleh karena itu, penyediaan layanan tersebut dapat meningkatkan kualitas pembelajaran, mengurangi tingkat stres, dan membantu mahasiswa keperawatan untuk mengelola tuntutan akademik dan klinis dengan lebih baik. Selain itu, dukungan psikologis yang tepat akan meningkatkan kinerja mahasiswa di lingkungan klinis, meningkatkan kesiapan mereka sebagai profesional keperawatan, dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan (Gonot-Schoupsinsky et al., 2020; Zhou et al., 2022).

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik demografi mahasiswa keperawatan di Kota Bandung dan mendeskripsikan tingkat kesejahteraan psikologisnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 21 sampai dengan 23 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin

perempuan. Kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan di Kota Bandung bervariasi, dengan mayoritas berada pada kategori sedang (56%), sedangkan 24% memiliki kesejahteraan psikologis rendah dan 20% memiliki kesejahteraan psikologis tinggi. Faktor-faktor seperti beban akademik, tuntutan klinis, dan dukungan sosial sangat memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa, yang mengindikasikan adanya stres psikologis yang dirasakan oleh sebagian besar mahasiswa keperawatan.

Berdasarkan temuan tersebut, implikasi keperawatan dari penelitian ini adalah perlunya perhatian lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan sebagai bagian dari pembentukan profesional yang sehat mental. Pendidikan keperawatan perlu mengintegrasikan program dukungan psikologis yang mencakup konseling, pelatihan manajemen stres, dan pengembangan keterampilan koping yang efektif. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan menggunakan pendekatan longitudinal untuk menilai perubahan kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan dari waktu ke waktu.

Ucapan terimakasih

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada College Collaboration dan Rifa Corporation atas dukungannya dalam penelitian ini. Kami juga menghargai masukan yang membangun dari rekan-rekan kami, untuk dapat meningkatkan kualitas naskah ini.

Referensi

Aqeel, M., Rehna, T., Shuja, KH, & Abbas, J. (2022). Perbandingan Kesejahteraan Mental, Kecemasan, Depresi, dan Kualitas Hidup Siswa Selama Lockdown Penuh dan Sebagian (Smart) Akibat COVID-19:

- Studi Lanjutan dengan Interval 5 Bulan. *Frontiers in Psychiatry* , 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.835585>
- Armstrong, SJ, Porter, JE, Larkins, J.-A., & Mesagno, C. (2022). Kelelahan, stres, dan ketahanan rumah sakit regional Australia selama COVID-19: studi longitudinal. *BMC Health Services Research* , 22 (1), 1115. <https://doi.org/10.1186/s12913-022-08409-0>
- Arslan, G., Allen, K.-A., & Tanhan, A. (2021). Bullying di Sekolah, Kesehatan Mental, dan Kesejahteraan pada Remaja: Mediasi Dampak Orientasi Psikologis Positif. *Child Indicators Research* , 14 (3), 1007–1026. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09780-2>
- Cobo-Rendón, R., Pérez-Villalobos, M. V, Páez-Rovira, D., & Gracia-Leiva, M. (2020). Sebuah studi longitudinal: Kesejahteraan afektif, kesejahteraan psikologis, efikasi diri, dan prestasi akademik di kalangan mahasiswa sarjana tahun pertama. *Scandinavian Journal of Psychology* , 61. <https://doi.org/10.1111/sjop.12618>
- Dhahri, AA, Arain, SY, Memon, AM, Rao, A., & Mian, MA (2020). “Dampak psikologis COVID-19 terhadap pendidikan kedokteran mahasiswa tingkat akhir di Pakistan: Sebuah studi lintas sektor.” *Annals of Medicine and Surgery* , 60 , 445–450. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2020.11.025>
- Dodd, RH, Dadaczynski, K., Okan, O., McCaffery, KJ, & Pickles, K. (2021). Kesejahteraan psikologis dan pengalaman akademis mahasiswa di Australia selama pandemi COVID-19. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat* , 18 (3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph1803086>
- Gonot-Schoupinsky, FN, Garip, G., Sheffield, D., Omar, OM, & Arora, T. (2020). Meresepkan tawa untuk memperbaiki kesehatan mental, tidur, dan kesejahteraan pada mahasiswa: Protokol untuk studi kelayakan uji coba terkontrol acak. *Contemporary Clinical Trials Communications* , 20 , Nourazari, S., Davis, SR, Granovsky, R., Austin. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.conctc.2020.100676>
- Gorczyński, P., & Sims-Schouten, W. (2022). Mengevaluasi literasi kesehatan mental di kalangan mahasiswa AS: studi cross-sectional. *Jurnal Kesehatan Perguruan Tinggi Amerika* . <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2063690>
- Harith, S., Backhaus, I., Mohbin, N., Ngo, HT, & Khoo, S. (2022). Efektivitas intervensi kesehatan mental digital untuk mahasiswa: tinjauan menyeluruh. *PeerJ* , 10. <https://doi.org/10.7717/peerj.13111>
- Hikmat, R., Yosep, I., Hernawaty, T., & Mardhiyah, A. (2024). Tinjauan Cakupan Intervensi Anti-Bullying: Mengurangi Efek Traumatis Bullying di Kalangan Remaja. *Jurnal Kesehatan Multidisiplin* , 17 (null), 289–304. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S443841>
- Kökçam, B., Arslan, C., & Traş, Z. (2022). Apakah Ketahanan Psikologis dan Kecerdasan Emosional Berbeda di Antara Profil Stres pada Mahasiswa? Analisis Profil Laten. *Frontiers in Psychology* , 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.788506>
- Kotera, Y., Green, P., & Sheffield, D. (2022). Psikologi Positif untuk Kesejahteraan Mental Mahasiswa

- Terapi di Inggris: Hubungan dengan Keterlibatan, Motivasi, Ketahanan, dan Kasih Sayang pada Diri Sendiri. *Jurnal Internasional Kesehatan Mental dan Kecanduan* , 20 (3), 1611–1626.
<https://doi.org/10.1007/s11469-020-00466-y>
- Leshner, AI, & Scherer, LA (2021). Kesehatan mental, penyalahgunaan zat, dan kesejahteraan dalam pendidikan tinggi. Dalam *Kesehatan Mental, Penyalahgunaan Zat, dan Kesejahteraan dalam Pendidikan Tinggi* .
<https://doi.org/10.17226/26015>
- Leung, CH, & Pong, HK (2021). Studi cross-sectional tentang hubungan antara kesejahteraan spiritual dan kesehatan psikologis di kalangan mahasiswa. *PLOS ONE* , 16 (4), e0249702.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249702>
- Melendez-Torres, GJ, Warren, E., Viner, R., Allen, E., & Bonell, C. (2021). Analisis mediasi yang dimoderasi untuk menilai mekanisme intervensi terhadap dampak pada viktimisasi, masalah psikososial, dan kesejahteraan mental: Bukti dari uji coba acak realis INCLUSIVE. *Ilmu Sosial & Kedokteran* (1982) , 279 , 113984.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113984>
- Milanti, A., Metsälä, E., & Hannula, L. (2016). Mengurangi tekanan psikologis pada pasien yang menjalani kemoterapi. *British Journal of Nursing* , 25 (4), S25–S30.
<http://10.0.50.168/bjon.2016.25.4.S25>
- Mirabito, G., & Verhaeghen, P. (2022). Pemberian intervensi Koru Mindfulness secara jarak jauh bagi mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Perguruan Tinggi Amerika* .
<https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2060708>
- Moni, ASB, Abdullah, S., Abdullah, MFILB, Kabir, MS, Alif, SM, Sultana, F., Salehin, M., Islam, SMS, Cross, W., & Rahman, MA (2021). Distres psikologis, ketakutan, dan cara mengatasinya di kalangan warga Malaysia selama pandemi COVID-19. *PLoS ONE* , 16 (9 September).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257304>
- Nuraeni, F., Hendrawati, S., & Ramdhanie, GG (2022). Deskripsi Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Yang Memiliki Anak Penderita Thalasemia. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada* , 22 (2).
- Panayiotou, G., Panteli, M., & Leonidou, C. (2021). Menghadapi musuh yang tak terlihat: Peran regulasi emosi dan kesadaran dalam kualitas hidup selama pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Perilaku Kontekstual* , 19 , 17–27.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.11.002>
- Popovic, M., & Lim, F. (2020). Kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Manajemen Nyeri* , 13 (4), 319–322.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=rzh&AN=150048839&site=ehost-live>
- Sahin, S., & Tuna, R. (2022). Pengaruh kecemasan terhadap tingkat keberhasilan mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Collegian* , 29 (3), 263–270.
<https://doi.org/10.1016/j.colegn.2021.10.004>
- Slykerman, RF, Li, E., & Mitchell, EA (2022). Pengalaman Mahasiswa dalam Pendidikan Universitas Online Selama Pandemi COVID-19: Hubungannya dengan Kesehatan

Psikologis. *Student Success* , 13 (1), 32–40.
<https://doi.org/10.5204/ssj.2023>

Wynter, K., Redley, B., Holton, S., Manias, E., McDonall, J., McTier, L., Hutchinson, AM, Kerr, D., Lowe, G., Phillips, NM, & Rasmussen, B. (2021). Depresi, kecemasan, dan stres di kalangan mahasiswa keperawatan dan kebidanan Australia selama pandemi COVID-19: studi lintas seksi. *Jurnal Internasional Beasiswa Pendidikan Keperawatan* , 18 (1), 1–11. <https://doi.org/10.1515/ijnes-2021-0060>

Yosep, I., Mardhiyah, A., & Sriati, A. (2023). Intervensi Mindfulness untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Selama Pandemi COVID-19: Tinjauan Cakupan. *Jurnal Kesehatan Multidisiplin* , 16 , 1425–1437. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S411849>

Zhou, L., Sukpasjaroen, K., Wu, Y., Gao, L., Chankoson, T., & Cai, E. (2022). Dukungan Sosial yang Dirasakan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Keperawatan: Dijelaskan dengan Kasih Sayang pada Diri Sendiri dan Konsep Diri Profesional. *Jurnal Frontiers in Psychology* , 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.835134>