

BAB I

PENDAHULUAN

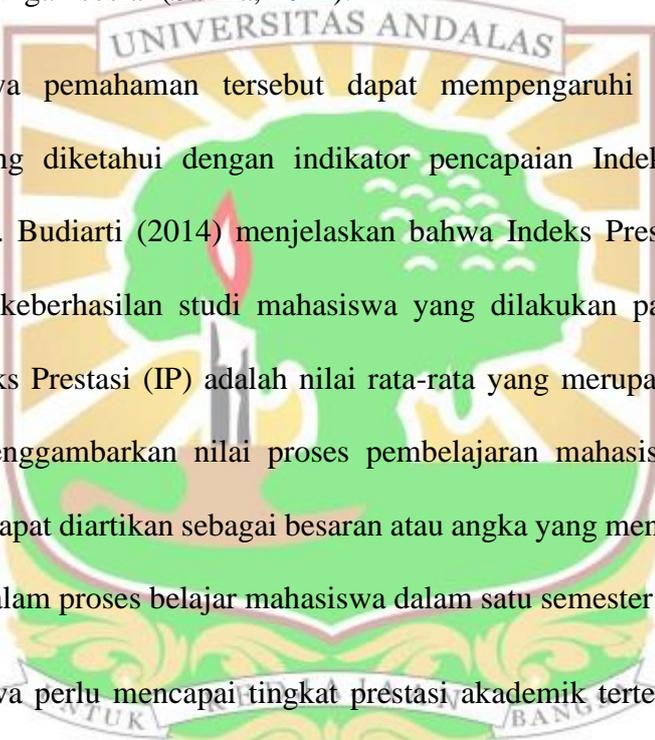
1.1 Latar Belakang

Proses adaptasi diri terhadap kehidupan di Perguruan Tinggi merupakan salah satu hal yang akan dihadapi oleh setiap mahasiswa yang memasuki Perguruan Tinggi untuk membentuk pribadi yang mampu menyikapi perubahan dalam proses kehidupan. Pada masa-masa inilah terjadi masa peralihan bagi seseorang, dari sebelumnya seorang siswa menjadi mahasiswa, karena di fase menjadi mahasiswa ini akan menghadapi lingkungan Perguruan Tinggi yang sebelumnya belum pernah dikenal bagaimana kehidupannya (Gan Hu & Zhang, 2010).

Nakalema dan Ssenyonga (2013) mengamati kehidupan Universitas bagi mahasiswa merupakan transisi yang besar karena mereka bebas dalam memutuskan apa yang harus dilakukan tanpa pengaruh dari orang tua. Periode tahun pertama di perkuliahan sering dianggap sebagai masa yang paling menantang oleh mahasiswa baru dimana pada masa tersebut mahasiswa akan menemui berbagai situasi baru yaitu seperti sistem perkuliahan, metode pembelajaran yang berbeda dari masa SMA, materi perkuliahan yang terasa lebih sulit, teman yang berasal dari berbagai daerah, ataupun lingkungan tempat tinggal yang baru (Feldt *et al.*, 2011).

Sistem pendidikan di Universitas dapat menjadi hal yang membingungkan bagi mahasiswa baru dan kebingungan ini dapat menjadi lebih besar ketika mahasiswa tersebut datang dari berbagai bahasa dan latar belakang budaya yang berbeda-beda (Bibi *et al.*, 2018). Perubahan lingkungan yang mesti dihadapi oleh

mahasiswa baru di Perguruan Tinggi akan membentuk persepsi mereka terutama mengenai kemampuannya untuk dapat mengatasi berbagai hambatan dan tantangan dalam kehidupan Universitas (Siah & Tan, 2015; Wider *et al.*, 2017). Sehingga mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan adanya perbedaan dari lingkungan dengan suasana kompetisi yang terjadi selama tahun pertama di perkuliahan, pengalaman mendapat tekanan dan tuntutan dari teman-teman, orang tua, serta lingkungan sosial (Sarina, 2012).



Kurangnya pemahaman tersebut dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa yang diketahui dengan indikator pencapaian Indeks Prestasi (IP) (Morita, 2014). Budiarti (2014) menjelaskan bahwa Indeks Prestasi (IP) adalah penilaian dari keberhasilan studi mahasiswa yang dilakukan pada setiap akhir semester. Indeks Prestasi (IP) adalah nilai rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan nilai proses pembelajaran mahasiswa pada setiap semester atau dapat diartikan sebagai besaran atau angka yang menyatakan prestasi keberhasilan dalam proses belajar mahasiswa dalam satu semester.

Mahasiswa perlu mencapai tingkat prestasi akademik tertentu untuk lulus. Prestasi akademik adalah hasil dan penilaian terhadap mahasiswa merangkum faktor afektif, kognitif, serta psikomotor setelah mengikuti prosedur pembelajaran dan diukur melalui tes evaluasi belajar (Daryanto, 2010). Prestasi akademik ditentukan oleh kinerja individu selama kegiatan kelas, tugas, presentasi dan ujian selama perkuliahan (Elias *et al.*, 2011).

Daely (2013) memaparkan bahwa indeks prestasi (IP) tinggi yang diperoleh mahasiswa dapat menjadi suatu indikasi bahwa mahasiswa tersebut mampu mengikuti proses pembelajaran atau perkuliahan dengan baik, sebaliknya indeks prestasi (IP) yang rendah mengindikasikan bahwa mahasiswa tersebut belum mampu mengikuti proses perkuliahan dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian prestasi akademik mahasiswa rendah karena stres pada mahasiswa keperawatan yang dilakukan oleh Pacheco Castillo, (2021) didapatkan indeks prestasi (IP) mahasiswa rata-rata mendapatkan 2,73. Pada penelitian Simarmata *et al.*, (2015) didapatkan indeks prestasi (IP) mahasiswa yang mendapatkan 2,00-2,75 sebanyak (29,8%) yang mendapatkan IP 2,76-3,50 sebanyak (52,6%). Pada penelitian Wibowo & Saraswati, (2018) didapatkan indeks prestasi (IP) mahasiswa sebanyak (20%) mendapatkan IP kurang dari 2,75 dan sebanyak (80%) mendapatkan nilai baik diatas 2,75. Berdasarkan hasil pendelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa masih terdapat mahasiswa yang memiliki prestasi akademik yang rendah.

Banyak masalah yang muncul di Perguruan Tinggi sehingga dapat menyebabkan prestasi akademik individu rendah. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya faktor psikologis yaitu efikasi diri, motivasi, sosial budaya (Saleh M., 2014). Kondisi psikologis dibedakan menjadi dua, yaitu psikologis positif dan psikologis negatif. Kondisi psikologis positif yaitu kondisi yang ditampilkan oleh mahasiswa dilihat dari motivasi individu itu sendiri untuk belajar yang dikategorikan tinggi sehingga dapat mencapai keberhasilan dalam hasil belajar. Sebaliknya, kondisi psikologis yang negatif yaitu terlihat dalam motivasi belajar mahasiswa yang cenderung memberikan hasil rendah dan dapat

berpengaruh pada fisiologis dan mental seseorang, kecemasan dalam belajar dapat terjadinya stres (Barseli et al., 2018).

Stres merupakan respon tubuh yang nonspesifik dalam kehidupan sehari-hari dan interaksi antara individu dengan lingkungannya yang akan menyebabkan munculnya ketegangan dan tantangan bagi individu untuk mengatasinya, sehingga dapat memberi dampak terhadap individu yaitu fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual (Sarfika, 2019 & Tamara *et al.*, 2018). Berdasarkan data dari *American College Health Association* (2009) menyatakan bahwa stres menjadi salah satu hambatan prestasi akademik yang paling banyak dialami oleh mahasiswa. Dalam filosofi negara dibagian timur, stres dianggap tidak ada kedamaian didalam batin, sedangkan dalam budaya barat, stres dapat digambarkan sebagai kehilangan kontrol emosi (Tamara & Chris, 2018).

Stres dapat merusak fungsi kognitif dengan mengganggu perhatian seseorang. Akan tetapi tidak hanya stres yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif seseorang, tapi kondisi kognitif juga dapat mempengaruhi tingkat stres seseorang. Dari hubungan dua arah tersebut antara stres dengan fungsi kognitif sangat penting dalam proses berpikir yang dikenal dengan executive functioning. Executive functioning adalah kemampuan kognitif seseorang untuk menentukan regulasi dan arah pikiran seperti halnya memfokuskan perhatian, menghambat respon yang tidak dibutuhkan, mengatur kapasitas memori dan memilih berbagai macam respons yang dibutuhkan (Sarafino et al., 2014).

Stres dapat menurunkan perhatian, mengurangi konsentrasi, serta menghambat proses pengambilan keputusan, tingginya derajat kerentanan stres pada mahasiswa berkaitan dengan rendahnya prestasi akademik mahasiswa (Sani M, 2012 & Bunevicius A. *et al.*, 2016). Tingkat stres pada mahasiswa baru dirasakan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tingkat kedua ataupun yang lebih tinggi dikarenakan pengalaman praktik klinis merupakan hal yang baru bagi mahasiswa tingkat satu, sehingga mereka masih sangat awam dalam mengelola stres yang mereka alami (López Rodríguez *et al.*, 2013). Mahasiswa pada tahun pertama salah satunya mahasiswa keperawatan merupakan subjek yang rentan mengalami stres, seperti tekanan terhadap proses akademik, keraguan terhadap masa depan, serta kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru di kampus (Aris, 2018 & Kumar & Nancy, 2011).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gan Hu & Zhang (2010) didapatkan bahwa terdapat 86,6% mahasiswa keperawatan tahun pertama mengalami stres pada kehidupan akademik, 53,3% dalam kehidupan sosial, dan 32,5% karena masalah keuangan. Peneliti Cestari, *et al* (2017) di Brazil menunjukkan angka yang kritikal yaitu sebanyak 64% dari 455 mahasiswa keperawatan mengalami stres. Penelitian yang dilakukan oleh Raja, (2021) di Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa Mahasiswa Keperawatan tingkat pertama mengalami stres berat (47,5%), stres sedang (35,6%), dan stres ringan (16,8%). Kemudian peneliti Aris, (2018) di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas didapatkan sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami stres tingkat sedang (83,6%), Sebagian kecil mengalami stres tingkat ringan (16,4%).

Pada hasil penelitian hubungan stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa keperawatan tahun pertama yang dilakukan oleh Mentari, (2018) didapatkan mahasiswa yang mengalami stres ringan sebanyak 17%, stres sedang sebanyak 16% sedangkan stres berat sebanyak 0,9%, namun prestasi akademik mahasiswa yang mendapat 2,00-2,75 sebanyak (54,2%) dan < 2,00 sebanyak (0,9%). Pada penelitian Usman, (2010) didapatkan yang mengalami stres ringan sebanyak (63,5%) dengan indeks prestasi memuaskan (12,0%), sedangkan yang mengalami stres sedang sebanyak (35%) dengan indeks prestasi 2,76-3,51 sebanyak (7,5%) dan yang mendapat 2,00-2,75 sebanyak (2,0%). Dari data di atas didapatkan semakin tinggi tingkat stres maka semakin rendah hasil indeks prestasi (IP) mahasiswa.

Proses belajar pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas yang disusun lebih menitik beratkan kepada proses pembelajaran yang berorientasi pada mahasiswa (*student center learning*) dan berorientasi kepada kompetensi yang harus dipunyai oleh lulusan dari fakultas tersebut (Panduan Akademik Keperawatan, 2012) kurikulum yang disusun adalah Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) (Ristekdikti, 2013). Tekanan dan tuntutan yang ada untuk meraih prestasi dan keunggulan akademik dapat membebani seseorang sehingga menyebabkan perasaan tertekan yang dapat menimbulkan stres (Alvin 2007). Pada penelitian (Pacheco-Castillo *et al.*, 2021) yang diperoleh data dari *Consejo de Educacion Superior de Puerto Rico* didapatkan bahwa kurang dari 40% mahasiswa yang dapat memperoleh gelarnya, dan lebih dari 50% dikeluarkan dari Perguruan Tinggi dalam tahun pertama dan di Universitas tersebut mengadakan

tindakan pencegahan dalam layanan, bantuannya yaitu pengawasan pada tahun pertama dari dekan kemahasiswaan untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah mereka.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan bahwa 6 dari 10 orang selalu merasa sulit untuk beristirahat, 5 orang merasa selalu cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu kondisi, 5 orang selalu merasa menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas, 7 orang merasa selalu mudah gelisah, dan 5 orang selalu merasa sulit untuk bersantai. Namun lebih dari setengah responden mengungkapkan bahwa tidak ada tempat bertanya kepada senior, sehingga responden merasa cemas akan dunia perkuliahan. Hal tersebut dapat meningkatkan stres pada mahasiswa sehingga dapat mengakibatkan penurunan prestasi belajar. Pencapaian prestasi belajar tersebut ditunjukkan dengan data hasil studi pendahuluan yang memaparkan 6 orang mahasiswa masih mendapatkan IP < 3,00 sebelum mengikuti remedial. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, maka sangat mungkin bahwa IP yang dicapai mahasiswa pada awal semester dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya karena faktor stres.

Pada hasil studi pedahuluan mengenai kampus sehat yang dilakukan peneliti melalui wawancara kepada ketua kampus sehat di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas didapatkan bahwa program-program yang akan diadakan di kampus sehat sedang dalam tahap penyusunan, namun setelah pertemuan dilakukan, didapatkan bahwa program kampus sehat lebih menitik beratkan kepada pengelolaan lingkungan seperti saluran pembuangan/aliran air di kantin-kantin, Penyakit Tidak Menular (PTM), kesehatan fisik seperti obesitas, mahasiswa atau

civitas akademik yang masih merokok. Dan kampus sehat juga dalam perencanaan untuk mengadakan program olahraga di kampus seperti senam, bersepeda, jogging yang diadakan sekali dalam seminggu.

Program Kesehatan psikologis sendiri memang tidak dibahas secara tersendiri, akan tetapi seperti yang telah disampaikan oleh ketua kampus sehat di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, pengadaan penguatan fisik secara tidak langsung juga bermaksud untuk menyehatkan psikis mahasiswa sehingga mampu menghadapi kehidupan di Perguruan Tinggi yang berbeda dari sebelumnya dan ditujukan agar mahasiswa lebih mampu dalam manajemen stres dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 Di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sehingga hasil dari penelitian tersebut dapat dijadikan bahan untuk diajukan ke fakultas agar konseling psikis bisa diwujudkan dan menjadi salah satu program utama dalam program kampus sehat, serta dapat diadakannya deteksi dini stres pada mahasiswa baru adalah upaya prioritas, mengingat kemungkinan untuk berhasil menghadapinya dengan menggunakan strategi yang dapat mengurangi atau menghilangkan faktor tersebut.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini selain mengisi kesenjangan ilmiah dan teoritis tentang mengelola stres, juga dapat dijadikan landasan dimana teknik pengelolaan stres yang dapat diajarkan dan dipelajari secara efektif dan lebih dini kepada mahasiswa baru.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan antara stres dengan prestasi akademik Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 Di Universitas Andalas?”

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan prestasi akademik Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 di Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres pada Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi Indeks Prestasi (IP) akademik Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- c. Mengetahui hubungan tingkat stres dengan Indeks Prestasi (IP) akademik Mahasiswa Keperawatan Program A Angkatan 2021 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.



1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmu pengetahuan para pembaca atau sebagai evaluasi mengenai mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2021 di Universitas Andalas.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan, sumber informasi dan masukan bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran selama di Perguruan Tinggi khususnya mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas agar mahasiswa dapat mengerti, memahami, dan mampu menghadapi stres sehingga dapat meraih Indeks Prestasi (IP) akademik yang memuaskan.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan masukan untuk masyarakat dalam memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa yang sedang dalam proses pembelajaran selama di Perguruan Tinggi khususnya di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sehingga dapat menurunkan tingkat stres pada mahasiswa.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi terkait stres dan diharapkan peneliti mampu untuk mengembangkan penelitian

yang lebih mendalam mengenai stres pada mahasiswa selama di Perguruan Tinggi.

