

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Skripsi merupakan salah satu jenis karya ilmiah di perguruan tinggi yang dikerjakan oleh mahasiswa program sarjana (S1), sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Sugiyono, 2013). Skripsi adalah muara dari semua pengetahuan dan keterampilan yang pernah diperoleh sebelumnya untuk diterapkan dalam menggali permasalahan yang ada agar dengan penelitian dapat diperoleh temuan yang bermanfaat (Arikunto, 2010).

Banyak aktivitas yang berkaitan dengan penyusunan skripsi, seperti mencari dosen pembimbing yang terdiri dari beberapa profil pembimbing dan harus memahaminya sehingga proses pembimbingan dan penulisan berjalan lancar serta tidak ada hambatan secara psikologis. Mahasiswa dituntut mampu menguraikan latar belakang masalah pada BAB I, menguraikan sejumlah teori atau konsep pada BAB II, merancang kerangka penelitian pada BAB III, metode penelitian pada BAB IV, hasil dan pembahasan pada BAB V, dan berikutnya kesimpulan dan saran pada BAB VI (Sugiyono, 2013).

Mahasiswa juga di hadapkan dengan masalah dana yang tidak sedikit dalam proses penyelesaian skripsi karena harus melakukan revisi dengan dosen pembimbing beberapa kali. Hal-hal tersebut seringkali menimbulkan stres bagi mahasiswa (Salbiah & Fathi, 2013).

American Institute of Stress (2010) menjelaskan bahwa stres merupakan fenomena yang sangat subjektif dan berbeda untuk masing-masing individu. Stres pada seorang individu belum tentu stres pada individu yang lain. Stres merupakan

reaksi tertentu yang muncul pada tubuh yang bisa disebabkan oleh berbagai tuntutan, misalnya ketika manusia menghadapi tantangan yang penting, ketika dihadapkan pada ancaman atau ketika harus berusaha mengatasi harapan-harapan yang tidak realistis dari lingkungannya (Nasir & Muhith, 2011).

Penelitian mengenai stres telah dilakukan pada beberapa Universitas. Di Amerika Utara, penelitian yang dilakukan terhadap 100 partisipan menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah sebanyak 38% (Shannone, 1999). Penelitian sejenis dilakukan pada salah satu Universitas di Inggris yang melibatkan 165 partisipan tersebut menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa adalah 31,2%. Di Malaysia, dengan 396 partisipan, prevalensi stres mahasiswa adalah 41,9% dan di Saudi Arabia terhadap 494 partisipan, diketahui bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah 57% dimana 21,5% diantaranya merupakan stres ringan, 15,8% stres sedang, dan 19,6% stres berat (Sherina, 2004). Stres pada mahasiswa dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar, dan penurunan daya ingat (Carolin, 2010).

Secara alamiah baik disadari atau tidak, setiap individu sesungguhnya telah menggunakan strategi koping dalam menghadapi stres. Strategi koping adalah cara yang dilakukan untuk merubah lingkungan atau situasi untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi atau dirasakan. Koping yang efektif menghasilkan adaptasi menetap yang merupakan kebiasaan baru atau perbaikan dari situasi yang lama, sedangkan koping yang tidak efektif akan berakhir dengan maladaptif yaitu, perilaku yang menyimpang dan merugikan diri sendiri, orang lain ataupun lingkungan. Metode koping yang digunakan setiap individu bermacam-macam antara lain dengan melakukan latihan fisik untuk mengurangi

ketegangan atau masalah, berbicara dengan orang lain, melamun, banyak tidur, banyak merokok, menangis, mengonsumsi alkohol, dan obat-obatan (Rasmun, 2004).

Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi koping yang tidak efektif dan bersifat maladaptif. Merokok banyak disukai para remaja, meskipun sudah mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia merokok semakin bertambah muda. Konsumsi rokok di negara berkembang meningkat rata-rata 2,7% per tahun. Peningkatan jumlah perokok tersebut ternyata melebihi angka pertumbuhan penduduk (Hudoyo, 2000).

Indonesia merupakan urutan pertama dengan jumlah perokok terbanyak di Asia Tenggara (WHO, 2008). Menurut data hasil *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2011, persentase perokok aktif di Indonesia mencapai 67% (laki-laki) dan 2,7% (perempuan) dari jumlah penduduk, yang disebabkan oleh berbagai faktor yaitu murahnya harga rokok, dan penjualan yang agresif dari pabrik rokok itu sendiri (GATS, 2011). Prevalensi merokok di Indonesia sangat tinggi di berbagai lapisan masyarakat, terutama pada laki-laki mulai dari anak-anak, remaja, dan dewasa. Hampir 80% perokok mulai merokok ketika usianya belum mencapai 19 tahun. Provinsi Sumatera Barat menduduki urutan ke-6 di Indonesia yang tercatat sebagai perokok aktif (RISKESDAS, 2013).

Kondisi yang paling banyak untuk merokok yaitu ketika subjek dalam tekanan (stres) yaitu 40,86%, yang kedua ketika berkumpul dengan teman sebaya (27,96%). Konsumsi rokok ketika stres merupakan upaya-upaya pengatasan masalah yang bersifat emosional atau sebagai kompensatoris kecemasan yang dialihkan terhadap perilaku merokok (Komalasari & Helmi, 2000).

Penelitian yang dilakukan oleh Parrot mengenai hubungan antara stres dengan merokok yang dilakukan pada orang dewasa dan pada remaja menyatakan bahwa ada perubahan emosi selama merokok. Merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi. Menurut Parrot, perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok, mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Keinginan untuk merokok kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok, yang berarti bahwa para perokok merokok kembali agar menjaga mereka untuk tidak menjadi stres (Parrot, 2004).

Berdasarkan wawancara pendahuluan yang telah dilakukan peneliti terhadap beberapa responden, mereka menyatakan bahwa tahap penyelesaian skripsi di Fakultas Teknik Universitas Andalas memiliki berbagai prosedur yang harus diselesaikan yaitu: syarat pengerjaan skripsi yang harus didahului dengan kerja praktik, seminar kerja praktik, dan ujian komprehensif dan prosedur-prosedur tersebut membutuhkan waktu yang cukup lama. Selain itu prosedur penyelesaian skripsi pun cukup banyak diantaranya: ujian proposal, ujian hasil I dan II, kemudian sidang. Responden mengakui bahwa dengan banyaknya dan sulitnya prosedur tersebut membuat mereka merasa tertekan (stres).

Dalam penelitian ini diambil subjek dari Fakultas Teknik karena populasi mahasiswa di fakultas tersebut lebih banyak berjenis kelamin laki-laki. Pada angkatan 2012, terdapat 241 mahasiswa dan 78 mahasiswi yang masih aktif (Fakultas Teknik Universitas Andalas, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa stres merupakan kondisi yang umum dialami oleh mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir karena adanya skripsi untuk mendapatkan gelar sarjana dan timbulnya perilaku merokok

untuk menghilangkan stres. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti adakah hubungan tingkat stres mahasiswa dalam penulisan skripsi dengan derajat merokok mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara tingkat stres mahasiswa dalam penulisan skripsi dengan derajat merokok mahasiswa di Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres mahasiswa dalam penulisan skripsi dengan derajat merokok mahasiswa di Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa dalam penulisan skripsi di Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012.

1.3.2.2 Untuk mengetahui derajat merokok mahasiswa dalam penulisan skripsi di Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012.

1.3.2.3 Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres mahasiswa dalam penulisan skripsi dengan derajat merokok mahasiswa di Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2012.



1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi mahasiswa

1.4.1.1 Memberikan pengetahuan terhadap mahasiswa mengenai hubungan stres dengan derajat merokok.

1.4.1.2 Memberikan informasi kepada mahasiswa untuk memahami masalah mengenai skripsi dan stres sehingga mengetahui cara pencegahan stres yang tepat.

1.4.1.3 Dapat meningkatkan pengetahuan tentang stres dan mendapatkan gambaran tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir.

1.4.2 Manfaat bagi peneliti

1.4.2.1 Meningkatkan pemahaman peneliti dalam bidang penelitian.

1.4.2.2 Sebagai salah satu syarat menyelesaikan program pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Universitas Andalas.

1.4.3 Manfaat bagi institusi pendidikan

1.4.3.1 Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi dunia pendidikan tentang tingkat stres dengan derajat merokok.

