

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan jiwa sangatlah penting bagi manusia. Kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi sehat emosional, psikologis, dan sosiologis yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan coping yang efektif, konsep diri yang positif dan kestabilan emosional (Videbeck, 2011). Menurut Stuart dan Laraia (2012) kesehatan jiwa adalah keadaan yang dikaitkan dengan kebahagiaan, kepuasan, prestasi dan harapan.

Menurut data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2016 sekitar 35 juta orang mengalami stres, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta orang terkena skizofrenia, serta 47,5 juta orang terkena demensia. Data Riskesdas (2013) menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia, sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat, seperti skizofrenia mencapai 1,7% per 1.000 penduduk.

Prevalensi penderita gangguan mental emosional di Sumatera Barat yaitu 4,5 % dan 1,9 % mengalami gangguan jiwa berat atau urutan ke 9 dari 33 provinsi di Indonesia (Riskesdas, 2013). Berdasarkan hasil data Badan Pusat Statistik (BPS) Sumatera Barat tahun 2015 jumlah penduduk Sumatera Barat sekitar 5.196.370 jiwa, jadi berarti sekitar 233.836 jiwa yang menderita

gangguan mental emosional dan sekitar 98.731 jiwa yang menderita gangguan jiwa berat. Kota Padang tahun 2015, jumlah pasien yang melakukan kunjungan dengan gangguan jiwa adalah sebanyak 11.995 orang yang terdiri dari laki-laki 7.026 orang dan perempuan 4.969 orang (DKK Padang, 2015).

Ketidakmampuan individu dalam menghadapi suatu masalah dapat menyebabkan individu mengalami gangguan jiwa, seperti cemas dan stres (Hardjana, 2002). Stres merupakan suatu keadaan fisik, emosional, dan psikososial yang sering menyebabkan pertumbuhan atau menguasai seseorang dan dapat menyebabkan suatu penyakit (Varcarolis & Halter, 2010). Kata stres biasanya sering kita kaitkan dengan makna tertentu yaitu orang yang sudah gila (Saam & Wahyuni, 2012).

Stres dapat terjadi pada berbagai tingkat usia dan pekerjaan, termasuk mahasiswa. Hasil penelitian *National College Health Assesment* (2013) terhadap 125.000 mahasiswa dari 150 perguruan tinggi dan universitas di Amerika Serikat didapatkan bahwa 30% mahasiswa mengalami stres (American Psychological Association, 2014). Hasil penelitian lain terhadap 1.224 mahasiswa di India menunjukkan bahwa 299 mahasiswa (24,4%) mengalami stres dengan prevalensi stres berat 10%, stres sedang 7,6% dan stres ringan 6,8% (Waghachavera, 2013).

Stres disebabkan oleh adanya stresor. Stresor adalah stimulasi yang menyebabkan situasi yang mengurangi kemampuan untuk merasa senang, nyaman, bahagia dan produktif (Saam & Wahyuni, 2012). Penelitian yang

dilakukan terhadap 1.400 mahasiswa Universitas Midwestern menunjukkan stresor pada mahasiswa dapat bersumber dari tuntutan akademik dan tekanan keuangan (40%), masalah dengan teman atau hubungan sosial lainnya (27%), kekhawatiran karir (22%) dan penampilan fisik mereka (20%) (Prichard, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eva et al (2015) bahwa tuntutan akademik merupakan stresor utama pada mahasiswa, salah satunya adalah skripsi.

Skripsi merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi sebagai bagian untuk mendapatkan gelar akademik pada jenjang strata satu (S-1) atau sarjana (Sugiaro, 2017). Bagi mahasiswa program sarjana harus telah lulus minimal 110 SKS dengan IPK minimal 2,00 tanpa nilai E dan nilai D tidak lebih dari 2 buah (Jamarun et al, 2013). Selain itu, di dalam mengerjakan skripsi mahasiswa dihadapi dengan tuntutan waktu dan kesiapan dari mahasiswa tersebut untuk menguraikan pengetahuan dan keterampilan yang sudah diperoleh sebelumnya bersamaan dengan proses penyelesaian SKS yang ada (Arikunto, 2010).

Selama menyelesaikan skripsinya, mahasiswa dihadapkan banyak kendala, baik dari internal maupun eksternal. Kendala internal meliputi banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, malas mengerjakan skripsi, serta kesulitan dalam memahami metodologi *research*. Kendala eksternal meliputi kesulitan dalam mencari judul skripsi, kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing, waktu

bimbingan yang tidak menentu, tekanan dari orangtua dan masalah biaya dalam pembuatan skripsi (Firmansyah, 2014).

Kegagalan dalam penyusunan skripsi juga disebabkan oleh adanya kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, koordinasi yang kurang baik antara mahasiswa dengan dosen pembimbing, dan kurangnya kemampuan dalam melakukan penelitian (Broto, 2016). Apabila masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa maka dapat menyebabkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa (Gunawati & Hartati, 2006). Hasil penelitian Scarfi (2014) terhadap 374 mahasiswa Universitas Andalas yang sedang menyusun skripsi didapatkan hasil bahwa 72,2 % mahasiswa mengalami stres sedang, 12,6 % mengalami stres berat dan 15,2 % mengalami stres ringan.

Stres yang berlebihan (*distress*) bisa menjadi ancaman bagi performa akademik mahasiswa, seperti prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ferrari et al, 1995). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Andarini (2013) bahwa semakin tinggi *distress* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya semakin rendah *distress* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Hasil penelitian Yanti (2016) pada remaja di MTsN Lubuk Basung diketahui bahwa lebih dari separuh responden yaitu 81 responden (52,3%) dengan prokrastinasi akademik yang tinggi dan 74 responden (47,7%) dengan prokrastinasi akademik yang rendah.

Penyesuaian diri dalam menghadapi stres, dalam konsep kesehatan mental dikenal dengan istilah mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan usaha yang digunakan seseorang untuk mempertahankan rasa kendali terhadap situasi yang mengurangi rasa nyaman, dan menghadapi situasi yang menimbulkan stres (Videbeck, 2011). Mekanisme koping terbagi atas dua yaitu mekanisme koping adaptif adalah koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan sedangkan mekanisme koping maladaptif adalah koping yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan (Potter & Perry, 2013).

Setiap mahasiswa mempunyai mekanisme koping yang berbeda-beda untuk mengatasi stres dalam menyusun skripsi. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Dwipermana (2016) terhadap 77 mahasiswa yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan mekanisme koping dalam kategori negatif yaitu sebanyak 43 responden (55,8 %) dan sebagian kecil responden menggunakan mekanisme koping dalam kategori positif yaitu sebanyak 34 responden (44,2 %). Hasil studi lain yang dilakukan oleh Puspitasari (2014) menunjukkan bahwa sebagian besar mekanisme koping mahasiswa S1 Keperawatan semester 8 Fikkes Unimus termasuk dalam kategori adaptif sebanyak 33 orang (58,9%) dan maladaptif sebanyak 23 orang (41,1%).

Kegiatan menyusun tulisan akhir pada jenjang pendidikan tinggi merupakan pengalaman baru bagi mahasiswa Program A. Hal ini berbeda

dengan Program B yang sebelumnya sudah pernah membuat tulisan akhir sebagai syarat lulus dari DIII. Govarest dan Gregoire (2004) menyatakan respon seseorang berhadapan dengan stressor tidak akan sama dengan saat pertama kali, seseorang cenderung dapat mengelola stressor tersebut dengan lebih baik.

Mahasiswa Program A 2013 merupakan angkatan terbanyak dibanding angkatan sebelumnya, yaitu sebanyak 136 orang. Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari Bagian Akademik Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sebanyak 32 orang (24%) mahasiswa Program A 2013 merupakan penerima beasiswa Bidik Misi. Mahasiswa Bidik Misi dituntut untuk dapat menyelesaikan program Strata 1 (S1) selama 8 semester (Jamarun et al, 2013). Selain menyusun skripsi, mahasiswa program A 2013 juga masih dibebankan dengan preklinik PKKD 2 di semester 8 selama 6 minggu berturut-turut dengan jadwal dinas 6 hari dalam seminggu.

Mayoritas mahasiswa program A 2013 adalah perempuan (131 orang perempuan dan 5 orang laki-laki). Menurut hasil penelitian Banerjee dan Chatterjee (2016) terhadap 444 mahasiswa (222 laki-laki dan 222 perempuan) didapatkan hasil bahwa perempuan lebih banyak mengalami stres dibanding laki-laki dengan perbandingan 54% : 46%. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Suwartika, Nurdin dan Ruhmadi (2014) terhadap mahasiswa keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dengan prevalensi stres pada perempuan 75,3% dan prevalensi stres pada laki-laki 24,7%. Berdasarkan

hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami stres.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 April 2017 dengan mewawancarai 10 orang mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Program A 2013 yang sedang menyusun skripsi ditemukan hasil bahwa 4 orang merasa gugup dan tertekan terhadap masalah yang dihadapi, 2 orang mengatakan cenderung untuk makan secara berlebihan, 2 orang lainnya mengatakan berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain untuk menghadapi masalahnya, 4 orang mengatakan mereka menjadi lebih mudah marah karena banyak hal yang terjadi diluar kendali, 2 orang mengatakan mereka lebih memilih memperpanjang jam tidurnya untuk mengendalikan emosi, 1 orang lebih memilih menonton tv untuk melupakan masalah dan 1 orang lain mengatakan lebih banyak berdoa. Kemudian 1 orang mengatakan merasa tidak sanggup untuk menanggulangi masalahnya dan menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi pada dirinya dan 1 orang lainnya mengatakan sanggup mengatasi berbagai masalah dan gangguan yang terjadi setiap hari, yang ia lakukan yaitu berusaha untuk melihat masalah saat ini dengan pandangan yang positif.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Tahun 2017”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalahnya adalah “Adakah hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Tahun 2017?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang.

b. Diketahui distribusi frekuensi mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang.

c. Diketahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang.



D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memperkaya pengetahuan mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir mengenai mekanisme coping adaptif untuk mengurangi tingkat stres dalam menyelesaikan skripsi sehingga dapat diterapkan pada mahasiswa lainnya yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Bagi Fakultas Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pertimbangan dan evaluasi pada mahasiswa, dosen dan pendidikan keperawatan terhadap tingkat stres yang dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dan mencari solusi untuk masalah tersebut sehingga mahasiswa keperawatan dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu dan menghasilkan sarjana keperawatan yang berkualitas.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir.

