

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam kehidupan sehari-hari manusia selalu dihadapkan pada beragam masalah. Perkembangan dinamika masyarakat saat ini menghasilkan masalah yang kompleks bagi setiap individu. Mulai dari masalah-masalah kecil dan sederhana yang dapat diatasi dengan mudah sampai dengan masalah-masalah besar yang tidak hanya menimbulkan kekhawatiran, tetapi juga dapat menimbulkan stres dan berdampak buruk pada kesehatan. Masalah dan rintangan akan senantiasa muncul, termasuk bagi para mahasiswa (Khrismadani *et al.*, 2022). Mahasiswa adalah seorang peserta didik berusia 18-25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas (Sholichah *et al.*, 2018).

Proses perkuliahan yang dijalani, tantangan yang dihadapi dengan banyaknya tuntutan tugas, dikejar *deadline*, sulit dalam mengatur waktu dengan baik, hal tersebut dapat menimbulkan tekanan tersendiri bagi setiap individu. Tidak jarang mahasiswa mengalami kesulitan, sehingga kemungkinan mahasiswa gagal dalam menjalankan perkuliahan dapat terjadi (Simanjuntak & Pangaribuan, 2022). Kegagalan-kegagalan yang sering dihadapi oleh mahasiswa antara lain gagal menyelesaikan tugas tepat waktu, prestasi akademik yang rendah, hingga gagal dalam masa studi (*drop*

out). Kegagalan ini menimbulkan kerugian dan dampak psikologis yang dapat memperburuk kesejahteraan psikologis selama perkuliahan (Chow *et al.*, 2018).

Ada banyak sumber stres selama pendidikan khususnya pada mahasiswa keperawatan. Pendidikan ilmu keperawatan dikatakan sebagai suatu proses pendidikan yang penuh dengan tantangan dan tekanan (Labrague *et al.*, 2018). Mahasiswa keperawatan mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan disiplin ilmu lain (Chow *et al.*, 2018). Hal ini dikarenakan intensitas dan tuntutan lingkungan akademis yang dikombinasikan dengan stres keuangan, keluarga, atau lainnya. Sumber yang paling umum dari stres pada mahasiswa keperawatan berhubungan dengan akademisi termasuk tuntutan akademik, penugasan dan ujian, dan pemenuhan keseimbangan keterampilan klinik dan akademik. Jika stres ini terus berlanjut, mahasiswa keperawatan mungkin tidak dapat beradaptasi dan mengalami tidak hanya masalah kesehatan fisik tetapi juga masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi yang dapat berdampak negatif pada pemilihan pekerjaan perawat dan kinerja peran profesional setelah lulus (Kyung-hee *et al.*, 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan mahasiswa keperawatan rentan mengalami stres. Penelitian yang dilakukan oleh Hatmanti dan Septianingrum (2019) di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami tingkat stres berat (62%) yaitu berjumlah 149 orang. Penelitian serupa

dilakukan di Universitas Andalas pada 122 mahasiswa keperawatan dan didapatkan sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami stres tingkat sedang (83,6%) yaitu berjumlah 102 orang (Sarfika, 2019).

Mahasiswa dituntut untuk mampu berprestasi dengan baik dengan berbagai tekanan yang dialami oleh masing-masing mahasiswa, baik dari tugas perkuliahan yang diberikan oleh dosen maupun karena permasalahan keluarga, pertemanan, dan lainnya (Aryono & Leylasari, 2020). Berbagai situasi dan kondisi serta masalah yang dihadapi menyebabkan mahasiswa membutuhkan kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dan bertahan dengan baik. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik yang disebut resiliensi akademik (Mendes *et al.*, 2021).

Menurut Corsini dalam Sholichah (2018) resiliensi akademik ialah ketangguhan seseorang dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan pendidikan. Ini adalah konsep yang mampu berubah dan berkembang, mahasiswa dapat bersikap fleksibel dalam situasi konflik atau kesulitan. Mahasiswa yang mengalami permasalahan dan kesulitan dalam menyelesaikan masalah, mudah memiliki emosi negatif dan cenderung berpikir pendek sehingga kondisi yang menekan tersebut akan lebih mudah memicu stres (Kusumawati, 2022). Kemampuan resiliensi akademik yang optimal membantu mahasiswa terhindar dari berbagai perilaku maladaptif, seperti perilaku bunuh diri, menyerang orang lain, dan mengalami ketergantungan obat-obatan terlarang. Selain itu, resiliensi juga bisa

dikembangkan melalui hubungan positif di rumah dan di dalam masyarakat, hubungan dengan teman, dan dosen. Ini adalah bagian penting dari sebuah kehidupan individu yang memungkinkan mahasiswa mengatasi rasa takut akan kegagalan dan berani mencoba hal-hal baru (Aryuwat *et al.*, 2023).

Cassidy (2015) mengemukakan bahwa resiliensi akademik merupakan suatu respon dari seseorang secara emosional, kognitif, dan perilaku pada saat menghadapi serta menemukan kendala atau kegagalan akademik. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik akan memperlihatkan sikap-sikap positif dan berusaha berhasil menyesuaikan diri dari kegagalan, tidak mudah menyerah untuk mencapai tujuannya, dan mencapai target jangka panjang. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi tidak mudah kehilangan semangat dalam menghadapi kesulitan akademik, justru mereka akan menjadi mahasiswa yang terus selalu merasa percaya diri, memiliki harapan dan motivasi yang tinggi, berprasangka baik, dan dapat memecahkan masalah serta menemukan solusi (Chow *et al.*, 2018).

Tantangan, tekanan, dan hasil belajar yang buruk dapat menyebabkan marak terjadi kasus-kasus di kalangan mahasiswa seperti stres, depresi, bahkan hingga memutuskan untuk mengakhiri hidupnya sendiri (Simanjuntak & Pangaribuan, 2022). Semakin tinggi kasus bunuh diri yang terjadi di kalangan mahasiswa maka rentan untuk mahasiswa tersebut mengalami *mental illness* seperti stres, depresi, ataupun tindakan bunuh diri yang mana artinya rendahnya resiliensi akademik pada

mahasiswa dalam menghadapi stres. Mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah masih belum bisa bangkit atau pulih kembali setelah melewati kesulitan, memiliki sifat pesimis, tidak memiliki semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari, dan cenderung mengalami kegelisahan sehingga dapat menimbulkan kelelahan yang berujung negatif pada prestasi akademik mahasiswa. Kesulitan lainnya yang dialami mahasiswa dari dirinya sendiri seperti rasa malas dan motivasi yang rendah. Bila mahasiswa tidak bisa beradaptasi dengan kesulitan tersebut mahasiswa akan mudah mengalami stres, frustrasi, dan kehilangan motivasi. Permasalahan diluar perkuliahan juga dapat memengaruhi konsentrasi, *mood*, dan prestasi akademik mahasiswa (Tabroni *et al.*, 2021).

Sebuah penelitian di Norwegia yang melibatkan 232 mahasiswa membandingkan pola peningkatan stres pada mahasiswa keperawatan dengan mahasiswa terapi okupasi dan fisioterapi, dan menganalisis bahwa skor stres mahasiswa keperawatan meningkat secara signifikan sepanjang waktu, berbeda dari yang lain, membuktikan bahwa kekhawatiran terhadap stres pada mahasiswa keperawatan dan sumber prediktornya diperlukan (Mendes *et al.*, 2021). Dalam sebuah penelitian terhadap mahasiswa keperawatan di Hongkong, didapatkan tingkat resiliensi mahasiswa keperawatan di universitas Hongkong relatif rendah dan stagnan (Chow *et al.*, 2018).

Di Indonesia, Penelitian yang dilakukan Ninda *et al.*, (2018) pada mahasiswa keperawatan dengan jumlah 143 responden dengan hasil

mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi rendah yaitu berjumlah 77 mahasiswa (53,85%), tinggi 66 mahasiswa (46,15%). Sedangkan (Purnamasari, 2020) penelitiannya terhadap 260 responden menunjukkan resiliensi mahasiswa pada kriteria sedang berjumlah 137 mahasiswa (53%), rendah 63 mahasiswa (24%) dan tinggi 60 mahasiswa (23%). Lebih lanjut, Zillan (2021) menyatakan bahwa resiliensi akademik mahasiswa, khususnya di Universitas Andalas berada pada kategori sedang. Artinya, resiliensi akademik pada mahasiswa masih belum optimal, dimana terkadang mereka masih merasa kesulitan dalam menemukan solusi jika menghadapi kesulitan dalam perkuliahan. Mahasiswa memiliki sikap yang cenderung tidak stabil, semangat mahasiswa naik turun, dan mahasiswa mengalami kesulitan dalam berkomunikasi baik di lingkungan tempat tinggal maupun lingkungan kampus. Pengembangan resiliensi akademik yang kuat sangat penting untuk kelangsungan hidup mahasiswa dan karir profesional masa depan mereka.

Pendidik keperawatan diminta untuk menerapkan strategi pengajaran inovatif yang mempromosikan keterampilan seumur hidup untuk mengembangkan praktik kritis yang berwawasan luas, bermakna, dan tangguh (Mendes *et al.*, 2021). Fokus pada resiliensi akademik dalam pendidikan keperawatan diperlukan untuk memengaruhi secara positif pembentukan mahasiswa keperawatan yang matang dan percaya diri yang berpikir analitis dan fleksibel serta terlibat dalam refleksi diri untuk mengelola stres dalam program akademik. Perhatian yang disengaja

terhadap resiliensi akademik dalam kurikulum pada akhirnya akan membantu transisi mereka ke praktik klinis (Lekan *et al.*, 2018).

Mahasiswa perlu memiliki resiliensi akademik yang kuat karena kemampuan ini diperkirakan dapat membantu mereka untuk bertahan dalam menghadapi tantangan ataupun hambatan sehingga dapat mencapai keberhasilan, khususnya di bidang akademik. Pernyataan Desmita dalam Wibowo (2018) yang menjelaskan bahwa mahasiswa membutuhkan resiliensi akademik guna mengatasi permasalahan yang dialami. Resiliensi akademik berkaitan dengan gaya berpikir dan kesuksesan mahasiswa sebagai pelajar, termasuk kemampuannya untuk mengatasi tantangan belajar di kampus. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang memiliki ketahanan akademik mampu mengatasi tantangan dan akan berusaha untuk mengatasi rintangan yang mereka hadapi (Prihartono *et al.*, 2018).

Resiliensi akademik memiliki tiga aspek, yaitu *perseverance* (ketekunan), *reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi dan pencarian bantuan adaptif), dan *negative affect and emotional response* (dampak negatif dan respon emosional) (Cassidy, 2016). Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang kuat akan lebih optimis dan berharap bahwa segala sesuatunya akan berjalan dengan baik, sehingga dapat mengurangi stres yang ditimbulkan oleh tekanan akademik. Sesuai dengan hasil penelitian Hendriani (2017) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yaitu mahasiswa yang mampu beradaptasi secara positif terhadap

berbagai pengalaman negatif yang menekan dan menghambat selama proses pembelajaran atau perkuliahan.

Resiliensi akademik pada mahasiswa keperawatan merupakan sebagai suatu proses yang berkembang di antara individu melalui faktor-faktor pelindung individu untuk menghadapi stres dan kesulitan yang dirasakan, mengidentifikasi resiliensi akademik sebagai proses dinamis yang memungkinkan seseorang menangani kesulitan dan tantangan selama pendidikan keperawatan. Mayoritas penelitian yang disertakan mengacu pada resiliensi akademik mahasiswa keperawatan sebagai kemampuan untuk pulih secara positif atau bangkit kembali dari menghadapi kesulitan atau tantangan yang berlawanan (Aryuwat *et al.*, 2023). Resiliensi akademik dikaitkan dengan pertumbuhan pribadi mahasiswa keperawatan, karena mereka dapat belajar dari mengatasi kesulitan dan mendapatkan pandangan positif untuk masa depan mereka (Salamah *et al.*, 2020).

Resiliensi akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi resiliensi antara lain spiritualitas, optimisme, emosi positif, *self efficacy*, dan *self esteem*. Sedangkan faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi akademik adalah dukungan sosial (Rojas, 2015). Salah satu faktor yang dapat memengaruhi resiliensi akademik adalah *self esteem*. Penelitian Sholichah *et al* (2018) mendapatkan bahwa *self esteem* yang tinggi pada mahasiswa akan berdampak pada kenaikan tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa. Rosenberg dalam Sholichah *et al* (2018), menyatakan bahwa individu yang memiliki *self*

esteem yang tinggi akan menghormati dirinya dan menganggap dirinya sebagai individu yang berguna, sedangkan individu yang memiliki *self esteem* yang rendah ia tidak dapat menerima dirinya dan menganggap dirinya tidak berguna dan serba kekurangan (Rahma *et al.*, 2023).

Self esteem seseorang tersusun atas dua aspek yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Penerimaan diri merupakan kemampuan menerima seluruh keadaan yang ada dalam diri, sedangkan penghormatan diri merupakan kebermaknaan nilai seseorang (Cahyani, 2017). *Self esteem* adalah penilaian diri yang dipengaruhi sikap, interaksi penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu. *Self esteem* adalah penilaian terhadap diri sendiri dan merupakan tolak ukur harga diri sebagai seorang manusia, berdasarkan pada kemampuan penerimaan diri dan perilaku sendiri. *Self esteem* adalah bentuk evaluasi terhadap diri sendiri dengan mempertahankan anggapan atau penilaian diri sendiri (Caton, 2021).

Ada beberapa hasil penelitian yang meneliti hubungan antara *self esteem* dan resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019) tentang “Hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi siswa SMA PAB 4 Sampali” menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* terhadap resiliensi, tingkat kecenderungan *self esteem* pada penelitian ini termasuk dalam kategori tinggi sedangkan tingkat kecenderungan resiliensinya termasuk kategori sedang. Penelitian selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2014) dengan judul “Hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan keluarga

yatim Muhammadiyah Surakarta” menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi, tingkat *self esteem* dan resiliensi pada remaja di panti asuhan keluarga yatim Muhammadiyah Surakarta tergolong tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orang mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas angkatan 2020 dan 2021, untuk resiliensi akademik, didapatkan hasil 5 dari 10 orang mengatakan bahwa mereka dalam menghadapi tekanan akademik cenderung untuk mencari bantuan kepada orang lain, 4 dari 10 orang mengatakan bahwa ketika mereka menghadapi kesulitan cenderung untuk menghindar dan seolah-olah kesulitan itu tidak terjadi, dan 3 dari 10 orang jarang berusaha memandang sisi positif dari setiap masalah yang dihadapinya. Untuk *self esteem* mahasiswa, didapatkan 5 dari 10 orang merasa tidak memiliki banyak hal yang dibanggakan pada dirinya, 3 dari 10 orang merasa tidak puas terhadap dirinya, 3 dari 10 orang sering merasa dirinya tidak berguna, dan 1 dari 10 orang merasa sebagai orang yang gagal. Adapun data penunjang lain dari sub bagian akademik Fakultas Keperawatan Unand, data mahasiswa yang mengundurkan diri dari angkatan 2020 berjumlah 5 orang dan dari angkatan 2021 berjumlah 6 orang dikarenakan tidak ada biaya, mengalami putus asa karena tekanan akademik yang dirasakan mahasiswa, memiliki masalah internal dengan keluarga, dan ada juga karena diterima di fakultas lain.

Penelitian terkait resiliensi akademik sangat penting untuk membantu mahasiswa mengembangkan *self esteem* dan penilaian diri yang positif. Ketika mahasiswa merasa nyaman dengan diri mereka sendiri, mereka akan lebih siap untuk menghadapi tantangan dan tuntutan akademik serta memenuhi kewajiban mereka sebagai seorang mahasiswa. Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk mendalami dan mengkaji lebih jauh mengenai “Hubungan *Self Esteem* dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah: apakah terdapat hubungan *self esteem* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- b. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi *self esteem* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- c. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- d. Untuk menganalisis hubungan *self esteem* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi mahasiswa fakultas keperawatan agar dapat meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa.

2. Bagi Pihak Fakultas

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan *self esteem* dan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan bahan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

