

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penulisan skripsi kerap kali menimbulkan ansietas pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan mahasiswa sering kali dihadapkan dengan berbagai hambatan dalam proses pengerjaannya.<sup>1</sup> Hambatan ini dapat berasal dari faktor internal seperti rendahnya kepercayaan diri, efikasi diri, disiplin, daya juang, kontrol diri, dan sifat perfeksionis yang tinggi. Faktor eksternal juga berperan penting meliputi pengaruh teman sebaya, dosen pembimbing dan penguji, keluarga, serta ketersediaan fasilitas yang ada.<sup>2</sup> Berdasarkan penelitian Kusumawardhani, beberapa faktor yang menjadi kendala mahasiswa antara lain adalah kesulitan dalam merumuskan masalah, menentukan judul, menyusun sistematika skripsi, mencari literatur dan bahan bacaan, serta menghadapi tantangan terkait standar tata tulis ilmiah. Selain itu, keterbatasan dana dan waktu juga turut berkontribusi terhadap ansietas yang dialami.<sup>3</sup> Hambatan-hambatan ini pada akhirnya menyebabkan menurunnya antusiasme mahasiswa yang berujung pada skripsi yang tertunda bahkan tidak tuntas.<sup>4</sup>

Prevalensi ansietas di kalangan mahasiswa di dunia didapatkan sebesar 39,65%, diantaranya, mahasiswa kedokteran merupakan mahasiswa dengan prevalensi ansietas tertinggi dengan persentase berkisar 35,1-59,1%.<sup>5,6</sup> Ansietas juga memengaruhi hampir 37% mahasiswa Amerika Serikat.<sup>7</sup> Hasil penelitian oleh Nurul dkk didapatkan mahasiswa di Indonesia lebih banyak mengalami ansietas dibanding yang tidak (60,1%) dengan persentase ansietas paling banyak berada pada kategori sangat berat (20,9%).<sup>8</sup> Menurut Oentarto, penulisan skripsi sering kali dianggap sebagai tugas akademik paling menantang oleh sebagian besar mahasiswa.<sup>9</sup> Riset yang dilakukan Jaskia pada mahasiswa kota Bukittinggi mengungkapkan bahwa mahasiswa yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi berada pada ansietas kategori sangat berat.<sup>10</sup> Hasil penelitian yang dilakukan Manurung menyatakan mayoritas mahasiswa dalam menghadapi skripsi (45,7%) berada pada ansietas kategori sedang.<sup>11</sup> Hal ini didukung juga oleh penelitian Susilo pada mahasiswa yang tengah menyusun skripsi bahwa 5,7% mahasiswa mengalami

ansietas dengan kategori sangat berat, 60,4% termasuk dalam kategori berat, dan 33,9% dalam kategori sedang. Menariknya, tidak ada mahasiswa yang menunjukkan tingkat ansietas kategori ringan bahkan tidak cemas sama sekali.<sup>12</sup>

Ansietas ini memengaruhi tubuh baik secara psikis maupun fisik dan dapat mengganggu proses belajar mahasiswa.<sup>13,14</sup> Penelitian oleh Marbun dkk menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami ansietas saat penyusunan skripsi berdampak pada kurangnya konsentrasi dan kesulitan menemukan solusi ketika menghadapi masalah.<sup>15</sup> Penelitian oleh Hidayati juga menambahkan bahwa ansietas ini akan menimbulkan perasaan tertekan dan ketidakpastian diri yang berakibat pada menurunnya energi serta menghambat munculnya ide-ide kreatif dalam proses penyusunan skripsi.<sup>16</sup> Menurut Zhang, ansietas pada mahasiswa memiliki korelasi positif dengan perilaku prokrastinasi, dimana mahasiswa yang lebih cemas cenderung menunda pekerjaan yang akan memicu kekhawatiran yang berujung pada penundaan lebih lanjut dan pada akhirnya berkembang menjadi perasaan negatif seperti kehilangan motivasi.<sup>17</sup> Hal ini dapat berdampak langsung pada proses pengerjaan skripsi, membuat mahasiswa merasa tidak mampu menyelesaikannya dan memilih untuk tidak melanjutkan.<sup>18</sup> Jika tidak segera ditangani, hal ini berisiko menjadi semakin serius. Ansietas yang tidak ditangani dengan baik atau berlebihan dapat mengarah pada depresi.<sup>19</sup> Kejadian depresi telah dikaitkan dengan peningkatan angka bunuh diri di kalangan mahasiswa.<sup>20</sup> Di Indonesia, antara tahun 2016 hingga 2018, tercatat 20 kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa, yang sebagian besar disebabkan oleh tekanan terkait penyusunan skripsi.<sup>21</sup> Peningkatan stres akademik yang dirasakan mahasiswa menyebabkan meningkatnya ide bunuh diri di kalangan mereka.<sup>22</sup> Oleh karena itu, penanganan ansietas sejak dini sangat penting untuk mencegahnya berkembang menjadi kondisi yang lebih serius.<sup>23</sup> Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi ansietas adalah melalui manajemen coping.<sup>24</sup>

Penelitian Iqramah pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi didapatkan bahwa mayoritas responden (56%) menggunakan *Problem Focused Coping* (PFC) dengan mencari cara untuk memecahkan dan mengatasi kendala yang ada, sementara sisanya (44%) cenderung menggunakan *Emotion Focused Coping* (EFC), yakni dengan menyangkal masalah yang ada.<sup>25</sup> Park berpendapat

baik *Problem Focused Coping* (PFC) maupun *Emotion Focused Coping* (EFC) memiliki potensi bersifat adaptif pada situasi cemas dikarenakan masing-masing manajemen coping ini memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk beradaptasi.<sup>26</sup> Manajemen coping yang sesuai memudahkan seseorang dalam beradaptasi dengan perubahan atau beban yang mereka hadapi.<sup>27</sup> Hal ini sejalan dengan temuan Bina dkk bahwa manajemen coping efektif untuk menurunkan tingkat ansietas seseorang.<sup>28</sup> Penelitian Fares juga menyiratkan bahwa individu yang memiliki manajemen coping yang baik cenderung dapat mengelola ansietas dengan lebih efektif.<sup>29</sup>

Mahasiswa kedokteran mengalami tingkat ansietas yang lebih tinggi daripada mahasiswa non kedokteran. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa pendidikan kedokteran berada dalam lingkungan yang penuh tekanan.<sup>30</sup> Berbagai faktor berkontribusi terhadap fenomena ini, termasuk kecenderungan mahasiswa kedokteran untuk bersikap perfeksionis, memiliki ambisi yang tinggi, serta beban akademik dan non-akademik yang cukup padat.<sup>31</sup> Hasil penelitian yang dilakukan oleh Faris terdahulu mengungkap lebih dari separuh mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Andalas (Unand) mengalami ansietas.<sup>32</sup> Maka dari itu, penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa kedokteran FK Unand yang sedang menjalani proses pengerjaan skripsi, khususnya untuk angkatan 2022. Pemilihan mahasiswa kedokteran angkatan 2022 sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka saat ini berada dalam proses penyusunan skripsi bersamaan dengan mata kuliah lainnya sehingga diperkirakan akan meningkatkan beban akademik dan tekanan psikologisnya.<sup>33</sup> Temuan ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Tee *et al*, yang menunjukkan bahwa tingkat ansietas tertinggi pada mahasiswa kedokteran terjadi pada tahun ketiga dengan prevalensi sebesar 36,8%.<sup>34</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa cenderung mengalami ansietas. Oleh karena itu, sangat penting bagi mahasiswa untuk mengandalkan manajemen coping untuk mengatasinya. Seseorang yang tidak mampu menangani masalah atau kendala yang dihadapi secara efektif akan berisiko mengalami gangguan kestabilan emosi selama proses penyusunan skripsi.<sup>35</sup> Merujuk hal tersebut, peneliti merasa tertarik untuk

melakukan studi mengenai "Hubungan Manajemen Koping Dengan Tingkat Ansietas Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan manajemen koping dengan tingkat ansietas dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan manajemen koping dengan tingkat ansietas dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui karakteristik responden yaitu berupa usia, jenis kelamin, status tempat tinggal, dan progress skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui manajemen koping dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui gambaran tingkat ansietas dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
4. Mengetahui hubungan manajemen koping dengan tingkat ansietas dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan ilmu mengenai hubungan manajemen koping dengan tingkat ansietas dalam penyusunan skripsi.

## **1.4.2 Manfaat Praktis**

### **1.4.2.1 Bagi Penulis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan dalam menjalankan proses penelitian kepada peneliti.

### **1.4.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dalam mencermati dinamika kejadian ansietas yang terjadi selama proses penyusunan skripsi sehingga menjadi bahan untuk kebijakan atau perencanaan program promotif dan preventif berupa pemilihan manajemen koping yang tepat untuk menurunkan prevalensi kejadian cemas pada mahasiswa dan dapat menyediakan sarana prasarana terkait proses belajar yang mendukung lingkungan kondusif untuk mencegah terjadinya ansietas pada mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi.

### **1.4.2.3 Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mahasiswa mengenai kesadaran akan ansietas dan implementasi tata cara pengelolaan ansietas melalui manajemen koping dengan menemukan metode-metode efektif untuk mengurangi ansietas dalam penyusunan skripsi sehingga menjadi ajang preventif perilaku negatif pada diri mahasiswa dan sedikit demi sedikit bisa membangun sikap positif dalam menyelesaikan tugas akhir.

### **1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dan sumber referensi untuk penelitian lain yang ingin mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait hubungan manajemen koping dengan tingkat ansietas.

