

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*ASEAN University Network (AUN)* mengembangkan *Healthy University* di Indonesia, dimana Kementerian Kesehatan membuat terobosan untuk optimalisasi pencegahan dan pengendalian penyakit pada kelompok usia produktif di lingkungan perguruan tinggi yang disebut program kampus sehat. Program ini merupakan upaya pemerintah dalam mewujudkan perguruan tinggi sebagai lembaga yang mengintegrasikan kesehatan dalam perguruan tinggi yang diwujudkan melalui kegiatan operasional sehari-hari, pengelolaan administrasi dan mandat akademis (Kemenkes RI, 2019).

Salah satu indikator dalam program kampus sehat adalah upaya deteksi dini faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) dan Kesehatan jiwa yang dilakukan secara rutin dan berkala yang disertai dengan tindak lanjut terhadap hasil pemeriksaan. Pemerintah mengharapkan program kampus sehat dapat menggerakkan sektor pendidikan agar berperan aktif dalam mewujudkan Indonesia sehat dengan upaya promotif dan preventif di lingkungan perguruan tinggi, sehingga menghasilkan lulusan yang sehat jasmani maupun rohani (Kemenkes RI, 2019).

Menurut *World Health Organization* (2017) sekitar 3,6% dari populasi global menderita gangguan kecemasan. Di Indonesia sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas / sekitar 14 juta penduduk Indonesia

mengalami gangguan mental emosional yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan (Rikesdas, 2018). Menurut perhitungan 10 beban penyakit terbanyak di tahun 2017, beberapa jenis gangguan jiwa yang diprediksi dialami oleh penduduk Indonesia salah satunya gangguan kecemasan (Infodatin, 2019).

Kecemasan adalah suatu kondisi di mana sejumlah respons fisiologis dihasilkan, disertai dengan perasaan tertekan, kecemasan, dan depresi dalam berbagai skenario di mana seseorang merasa terancam (Inangil et al, 2020). Rasa cemas seringkali dirasakan mahasiswa saat mengerjakan skripsi, kecemasan seperti ini merupakan bentuk kecemasan akademik di tingkat perguruan tinggi (Muzakki,2016). Mahasiswa tingkat akhir harus menyelesaikan tugas akhir atau skripsi untuk mendapatkan gelar sarjana. Tugas menyelesaikan skripsi seringkali dianggap sebagai tugas yang berat yang dialami mahasiswa dan sering menimbulkan masalah-masalah tertentu (Aditama, 2017).

Kendala-kendala yang dialami menyebabkan cukup banyak mahasiswa yang tidak dapat lulus tepat waktu (Putri & Savira, 2013). Sebagian besar mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik terhadap skripsi ini akan cenderung melakukan hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri (Situmorang, 2018). Jika hal ini terus dibiarkan, maka akan mengakibatkan gejala-gejala negatif baik dalam aspek fisik maupun psikis yang dapat mempengaruhi mahasiswa dalam proses studi mereka (Iswanti, 2018).

Salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik mahasiswa yaitu dengan pemberian terapi musik yang bertujuan membantu perubahan tingkah laku dan alam perasaan, terapi musik merupakan salah satu intervensi dalam bidang kesehatan bagi individu, kelompok, keluarga, atau komunitas dalam meningkatkan kesehatan fisik, sosial, komunikatif, emosional, intelektual dan spiritual (Edwards, 2017). Musik dapat mengaktifkan syaraf menjadi lebih rilek sehingga membantu pernafasan pasien jadi lebih baik, menciptakan suasana tenang, santai dan dapat mengurangi kecemasan (Natalia, 2013)

Studi metanalisis mengenai musik sebagai media terapi pernah dilakukan di Indonesia, musik dapat digunakan sebagai pendekatan dalam membantu individu yang mengalami hambatan kondisi fisik, perilaku, dan psikologis agar mampu menjadi lebih baik (Dewi, 2015). Hasil penelitian Zarate (2016) bahwa produksi hormon endorphin dan serotonin dapat ditingkatkan melalui musik. Penelitian inangil,et al (2020) setelah dilakukan intervensi terapi musik rata-rata tingkat kecemasan dan tanda-tanda vital menurun.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti 30 Juli – 5 Agustus 2020 pada mahasiswa keperawatan BP 2016 melalui observasi dan wawancara didapatkan, tampak beberapa mahasiswa berbicara terbata-bata saat bertemu pembimbing, dan sikap terburu-buru. Beberapa mahasiwa mengatakan khawatir, merasa tidak mampu, susah

tidur dan sedih apabila mengalami hambatan dalam menyelesaikan skripsi serta mahasiswa juga mengatakan adanya tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan kuliah.

Berdasarkan hasil survey didapatkan 34.3% mahasiswa mengatakan berkeringat banyak saat mengikuti ujian, 80% mahasiswa mengatakan panik saat mengikuti ujian, 97.1% mahasiswa mengatakan takut gagal dalam ujian, 45.7% mahasiswa merasa perut tegang sampai mual setelah selesai ujian, 82.9% mahasiswa berfikir orang lain lebih baik darinya, 65.7% mahasiswa mengatakan berhenti saat tidak tau apa yang harus dikerjakan, 54.3% mahasiswa merasa khawatir saat mengambil judul yang sulit, 65.7% mahasiswa mengatakan selama ujian kadang tidak memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan materi yang akan disampaikan, 71.4% mahasiswa mengatakan gugup selama ujian, 17.1% mahasiswa mengatakan depresi setelah ujian, 80% mengatakan gelisah dan kesal sebelum penyelesaian ujian serta 80% mahasiswa mengatakan jantung berdegup kencang selama ujian.

Berdasarkan data-data diatas, maka peneliti perlu melakukan intervensi dalam penanganan kecemasan akademik pada mahasiswa keperawatan BP 2016 dalam menyelesaikan skripsi. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Komunitas Pemberian Terapi Musik Untuk Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020”

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana terapi musik dapat menurunkan kecemasan akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020?

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik untuk menurunkan kecemasan akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan hasil pengkajian pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan tentang kecemasan akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan yang dapat diberikan kepada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020



- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi yang sudah diberikan kepada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas Tahun 2020.

#### **D. Manfaat Penulisan**

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Sebagai sarana pengembangan sumber referensi mahasiswa dalam hal perawatan komprehensif dan penambahan pengalaman mahasiswa dalam hal implementasi keperawatan khususnya pemberian terapi music dalam menurunkan kecemasan akademik mahasiswa.

##### **2. Bagi Pelayanan Keperawatan**

Sumber referensi bagi pendidikan keperawatan terutama dalam mata kuliah keperawatan komunitas, profesi siklus keperawatan komunitas dan peminatan komunitas untuk dapat mengaplikasikan asuhan keperawatan komunitas dengan pemberian terapi music dalam menurunkan kecemasan akademik.

##### **3. Bagi Institusi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas**

- a. Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa dalam praktik keperawatan yang berhubungan dengan kecemasan akademik.

- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi informasi yang berguna untuk meningkatkan kualitas pendidikan terutama bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan dengan masalah kecemasan akademik dengan cara pemberian terapi musik.

