



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu wilayah yang memiliki banyak mahasiswa yang berasal dari Papua adalah Kota Padang. Mahasiswa Papua menempuh pendidikan di beberapa universitas di kota padang yaitu Universitas Negeri Padang, Politeknik Negeri Padang dan Universitas Andalas. Tiga universitas tersebut di Kota Padang menjadi penerima mahasiswa dari provinsi Papua dan Papua Barat yang bekerja sama dengan Kementerian Pendidikan Tinggi dalam beasiswa Afirmasi Dikti (Adik Papua). Universitas Andalas merupakan salah satu kampus yang menjadi percontohan sebagai kampus sehat. Salah satu program kampus sehat di Indonesia yaitu 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. Program kampus sehat ini bertujuan untuk tidak hanya mencetak mahasiswa yang unggul di bidang akademik, tetapi juga menghasilkan lulusan yang sehat baik jasmani maupun rohani sebagai SDM unggul (P2PTM Kemenkes RI, 2019).

Permasalahan yang dapat menghambat proses pelaksanaan belajar adalah *Cultur Shock* yang dialami oleh Mahasiswa Papua di Padang. *Culture shock* dapat terjadi dalam lingkungan yang berbeda mengenai individu yang mengalami perpindahan dari satu daerah ke daerah lainnya dalam negerinya

sendiri (*intra-national*) dan individu yang berpindah ke negeri lain untuk periode waktu lama (Devinta, Hidayah, & Hendrastomo, 2015). *Cultur shock* disebabkan oleh beberapa hal meliputi kurangnya pengetahuan dan pandangan negatif terhadap budaya barunya, adanya perbedaan bahasa, nilai dan keyakinan antara budaya asal dengan budaya barunya, adanya diskriminasi dan sikap tidak dihargai oleh warga negara tuan rumah, serta adanya perasaan kesepian dan kesulitan ekonomi yang dialami oleh ekspektariat (Maizan, Bashori, & Hayati, 2020). *Culture Shock* diperkenalkan pertama kali oleh Antropolog Kalvero Obreg. Menurut Kalvero Obreg mendefinisikan *culture shock* sebagai keterbukaan budaya yang ditimbulkan oleh rasa gelisah yang diakibatkan oleh hilangnya semua tanda dan simbol yang biasa kita hadapi dalam hubungan sosial (Devinta et al., 2015).

Cultur Shock yang dialami oleh mahasiswa Papua adalah mahasiswa Papua kesulitan melakukan interaksi baik dengan teman maupun masyarakat. Dalam Penelitian Siti Nurhaliza (2017) di Universitas Andalas tentang interaksi sosial yang terjadi antara mahasiswa Papua di lingkungan Universitas Andalas yaitu adanya interaksi sosial yang cenderung kurang terjalin dengan sesama mahasiswa lainnya dan dosen. Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti, mahasiswa menunjukkan bahwa *Culture shock* yang di alami mahasiswa papua di akibatkan karena perbedaan budaya dari budaya lama ke budaya baru, susah dalam berkomunikasi dengan bahasa setempat, dan susah beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Hal ini ditunjukkan dengan sikap mahasiswa Papua lebih senang menyendiri, tidak memiliki banyak teman serta

tidak seperti kebanyakan mahasiswa yang lain yang senang berkumpul bersama. Apabila memiliki teman, cenderung dengan sesama mahasiswa Papua saja.

Ada juga mahasiswa Papua yang berteman dengan mahasiswa lainnya, namun jumlahnya hanya beberapa. Selanjutnya interaksi di masyarakat, mahasiswa Papua cenderung lebih senang berada di kos dari pada aktif bergaul di masyarakat. Interaksi yang dilakukan sebatas transaksi jual beli kebutuhan sehari hari. Hal ini dikarenakan mahasiswa Papua masih kesulitan dalam memahami komunikasi menggunakan bahasa Minang yang seringkali digunakan oleh individu dilingkungan sekitarnya. Perbedaan bahasa antara Bahasa Papua dan Bahasa Minang menyebabkan mahasiswa kesulitan melakukan interaksi komunikasi. Observasi diatas menunjukkan bahwa mahasiswa Papua mengalami *culture shock* sehingga menjadikan mahasiswa papua merasa tidak percaya diri, *homesickness* dan merasa stres karena tidak mampu berinteraksi dengan baik.

Hal-hal yang tidak menyenangkan tersebut seringkali menjadi penyebab timbulnya stressor, sehingga individu mengalami stres akibat dari adaptasi dalam suatu lingkungan budaya yang baru (Devinta et al., 2015). Penelitian-penelitian mengenai *culture shock* menggambarkan perubahan dapat menyebabkan stress. Salah satunya adalah penelitian dari Shahzad Ali yang menjelaskan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dari Afrika di Universitas Airlangga mengalami stres. Hasil dalam penelitian menunjukkan kejutan budaya (*culture shock*) dan perubahan lingkungan

adalah penyebab stres (Ali, Yoenanto, & Nurdibyanandaru, 2020). Ketika orang bertemu budaya baru dan mengalami *culture shock*, perubahan dan kurangnya pengalaman akan berpengaruh pada kondisi penyesuaian psikologis mereka dan partisipasi dalam lingkungan budaya. Kondisi psikologis yang kebingungan dan ketidaknyamanan emosional biasanya menyebabkan peningkatan stress (Salamah, 2016). Hawari menjelaskan stress merupakan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya (Perwitasari, Nurbeti, & Armyanti, 2016).

Lazarus dan Folkman menjelaskan bahwa kondisi stress yang dirasakan oleh seseorang dapat menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya (Maryam, 2017b). Raudhatul (2018: 12) menjelaskan beberapa gejala yang muncul pada saat seseorang mengalami stress baik secara fisik, perilaku maupun watak kepribadian. Menurut Rasmun (2004) stress dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stress ringan, sedang dan berat. Stress ringan stress yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stress ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, dikritik, dan kemacetan. Stress ringan biasanya hanya terjadi dalam beberapa menit atau beberapa jam. Stress sedang terjadi lebih lama, dari beberapa jam hingga beberapa hari. Stress berat stress kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun (Mahmud & Uyun, 2016). Stress sangat berat merupakan situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam waktu yang tidak dapat ditentukan.

Seseorang yang mengalami stres sangat berat tidak memiliki motivasi untuk hidup dan cenderung pasrah. Seseorang dalam tingkatan stres ini biasanya teridentifikasi mengalami depresi berat.

Kondisi mahasiswa yang mengalami stres tentu berdampak pada hasil belajar (*academic achievement*). Stres yang dialami mahasiswa secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh mahasiswa sehingga mudah mengalami sakit. Apabila ini tidak ditangani dengan segera maka dapat memicu penyakit kardiovaskuler seperti tekanan darah tinggi, kolesterol dan serangan jantung (Barseli, Ahmad, & Ifdil, 2018). Dampak stres ini tentunya menjadi penghambat Mahasiswa Papua dalam mencapai tujuannya yaitu mendapatkan ilmu pengetahuan yang lebih baik. Tindakan yang dapat dilakukan mahasiswa Papua untuk mengatasi stres akibat *culture shock* melalui coping.

Menurut Breakwell, coping merupakan segala pikiran dan perilaku yang berhasil mengurangi atau menghilangkan stressor atau ancaman, baik secara dikenali oleh individu maupun tidak (Tyas & Savira, 2017). Sumberdaya coping yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi strategi coping yang akan dilakukan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan. (Maryam, 2017a). King mengemukakan bahwa coping adalah upaya mengelola keadaan dan mendorong usaha untuk menyelesaikan permasalahan kehidupan seseorang, dan mencari cara untuk menguasai atau mengurangi stres (Salamah, 2016). Salah satu cara untuk menyelesaikan permasalahan dalam *culture shock* adalah berperilaku adaptif. Perilaku adaptasi psikologis

juga disebut sebagai mekanisme koping. Mekanisme ini dapat berorientasi pada tugas, yang mencakup penggunaan teknik pemecahan masalah secara langsung untuk menghadapi ancaman atau dapat juga mekanisme pertahanan ego, yang tujuannya adalah untuk mengatur distres emosional, sehingga memberikan perlindungan individu terhadap ansietas dan stres (Dudi Hartono, 2013).

Secara umum, terdapat tiga jenis mekanisme koping yang berbeda, yaitu *problem focused coping* yaitu berfokus dengan segala upaya untuk melawan dan mengatasi kondisi yang menekan, *emotion-focused coping* yaitu berfokus pada upaya untuk mengatur respons-respons emosional yang muncul dari kondisi yang menekan, dan *seeking social support* yang dikarakteristikan dengan pencarian dukung (Mahardhani, Ramadhani, Isnanti, Chasanah, & Praptomojati, 2020). Survei awal yang dilakukan oleh peneliti dengan memberikan enam pertanyaan kepada ke tujuh mahasiswa Papua. Berdasarkan hasil pertanyaan mekanisme koping lima dari tujuh mahasiswa Papua dalam mengatasi permasalahan dengan mekanisme koping rentan tinggi. Sedangkan untuk pertanyaan mengenai stres dua dari tujuh mahasiswa Papua mengalami stres yang ringan. Keefektifan koping dipertimbangkan juga dengan jumlah dan intensitas stresor yang dialami sehingga diperlukan adanya peran perawat dalam penatalaksanaan stres. Perawat dalam membantu mengatasi stres perlu mempertimbangkan budaya yang ada pada masyarakat. Berdasarkan teori Leininger *Transcultural Nursing*, menyarankan perawat seharusnya memahami budaya yang ada di masyarakat dalam pemberian

asuhan keperawatan. Tiga strategi dalam pelaksanaan perawatan transkultural yaitu pelestarian atau pemeliharaan budaya, akomodasi atau negosiasi budaya, dan pengstrukturisasi ulang budaya (Aryati & Widyastuti, 2019).

Berdasarkan penjabaran tersebut, peneliti tertarik menggali penelitian berkaitan dengan gambaran tingkat stress mahasiswa papua yang mengalami *Culture Shock* di Kota Padang. Inilah yang melatar belakangi peneliti untuk mengajukan judul penelitian “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress Mahasiswa Papua Di Padang Tahun 2021”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas maka, rumusan masalah penelitian ini yaitu Bagaimana Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Papua di Padang Tahun 2021 ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini dibedakan menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Penjabaran tujuan umum penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui gambaran hubungan mekanisme Koping dengan tingkat stres mahasiswa papua di Padang.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah

- a. Untuk menggambarkan preposisi karakteristik mahasiswa Papua Di Padang Tahun 2021

- b. Untuk menggambarkan distribusi frekuensi mekanisme coping pada mahasiswa Papua di Padang Tahun 2021
- c. Mengetahui tingkat stres Mahasiswa Papua
- d. Untuk mengetahui hubungan dari mekanisme coping dan stres mahasiswa Papua di Padang tahun 2021

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dibedakan menjadi empat. Penjabaran manfaat sebagai berikut.

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini adalah diharapkan menambah ilmu dalam khususnya pada Strategi coping dan stres

2. Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini menjadi tambahan keperawatan komunitas serta menjadi tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada peneliti dalam mengembangkan penelitian yang lebih mendalam serta menjadi bekal pengetahuan peneliti saat kembali di masyarakat.

4. Bagi Mahasiswa Papua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa Papua agar dapat mengelola tingkat stress dengan baik sehingga mampu menghadapi culture shock dengan baik

