

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa di akhir studinya yang didalamnya mengulas topik ataupun bidang tertentu bersumber pada hasil kajian pustaka dari para pakar, hasil penelitian atau pengembangan terhadap suatu fenomena yang ada. Skripsi adalah tahap akhir dari perkuliahan dan sebagai salah satu penentu bagi mahasiswa tingkat akhir dalam mendapatkan gelar sarjana. Skripsi ditujukan supaya mahasiswa mampu menulis serta menyusun sebuah karya ilmiah yang sesuai dengan bidang keilmuannya. Saat menyusun skripsi, mahasiswa dihadapkan dengan berbagai jenis hambatan dan tantangan. Semua hambatan dan tantangan yang diakibatkan dari proses penyelesaian skripsi merupakan suatu masalah yang tidak mungkin dapat dihindari oleh mahasiswa tingkat akhir (Roellyana dan Listiyandini, 2016).

Penulisan skripsi merupakan hal yang menakutkan untuk mahasiswa, karena prosesnya yang membutuhkan waktu, energi, uang serta menguras pikiran. Proses yang dilalui mahasiswa dalam mengerjakan skripsi tersebut, tentu tidak jarang membuat mahasiswa merasa terbebani dan menimbulkan suatu tekanan yang dirasakan mahasiswa (Sari, 2016). Banyaknya hambatan dan tekanan yang muncul pada diri mahasiswa tanpa disadari dapat mengakibatkan stres pada saat mengerjakannya, sehingga menyebabkan

mahasiswa menjadi malas dan sering menunda-nunda dalam mengerjakannya (Paususeke *et al.*, 2015).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap 5 orang mahasiswa keperawatan Universitas Nasional angkatan 2019, diantaranya mereka mengalami berbagai kendala pada saat memulai penyusunan skripsi misalnya kesulitan dalam menentukan judul penelitian, sulit mencari referensi dan literatur yang sesuai seperti jurnal dan buku, keterbatasan pemahaman akademik tentang metodologi penelitian, kebingungan dalam menyusun latar belakang, tidak bisa berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi, merasa ketakutan dan gugup serta kekhawatiran dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing saat akan melakukan bimbingan skripsi.

Data Riskesdas, menyatakan bahwa gangguan mental emosional pada usia lebih dari 15 tahun mencapai 19 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia tahun 2013. Pada tahun 2018 terdapat peningkatan gangguan mental emosional pada remaja umur lebih dari 15 tahun yaitu sekitar 9,8% dari jumlah penduduk (Riskesdas, 2018).

Prevalensi peristiwa stres cukup besar dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk di dunia mengalami stres. Menurut *World Health Organization* stres juga merupakan penyakit dengan peringkat ke 4 di dunia (WHO, 2020). Sebanyak 38-71% mahasiswa di dunia pernah menghadapi tekanan pikiran (stres), di Asia jumlahnya sebesar 39,6-61,3% serta di Indonesia prevelensi mahasiswa yang mengalami stres sebesar 36,7-71,6%. Berdasarkan data yang diperoleh, angka kejadian stres pada wanita lebih besar dibanding dengan laki-

laki, pada wanita sebanyak (54,62%) dan pada laki-laki sebanyak (45,38%) (Ambarwati *et al.*, 2017).

Berdasarkan data BPS tahun 2019, sebesar 61.3% mahasiswa tingkat akhir di Indonesia mengalami stres, dimana stres yang terjadi pada mahasiswa tersebut disebabkan karena penyusunan skripsi. Saat penyusunan skripsi mahasiswa banyak yang mengeluh merasa pusing, lelah, tidak bersemangat karena stres yang dirasakannya.

Stres merupakan suatu kondisi tertekan yang disebabkan karena adanya ketidaksesuaian antara tuntutan yang diperoleh individu dengan kemampuan yang dimilikinya (Saputri dan Sugiharto, 2020). Stres adalah suatu tuntutan masalah dimana individu tidak dapat menyesuaikan diri, yang apabila individu tersebut tidak mampu menyelesaikannya dengan baik maka akan menimbulkan gangguan pada fisik ataupun psikologis (Maramis, 2009 *dalam* Saputri dan Sugiharto, 2020).

Setiap manusia dalam menjalankan kehidupan pasti pernah mengalami stres. Stres dapat muncul dari beberapa faktor baik dari dalam diri seseorang ataupun dari lingkungan luar. Stres yang dialami mahasiswa biasanya disebabkan oleh banyaknya tanggungjawab misalnya berasal dari aktivitas perkuliahannya seperti tugas kuliah baik tugas individu atau kelompok yang harus dikerjakan dengan segera. Akan tetapi, pada mahasiswa tingkat akhir biasanya tingkat stres menjadi lebih besar dikarenakan bukan hanya harus mengerjakan tugas, tetapi juga harus menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sebagai syarat kelulusannya (Ambarwati *et al.*, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara didapatkan data-data dampak stres yang ditimbulkan pada saat mengerjakan skripsi terjadi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas Nasional yaitu mereka sering mengeluh merasa pusing, lelah, cemas ketika mendapatkan banyak revisi, merasa terbebani, sulit untuk berkonsentrasi, tidak memiliki semangat dalam mengerjakan skripsi, membuat status di media sosial tentang keluh kesahnya selama pengerjaan skripsi, selain itu ada yang mengatakan ingin menyudahi studinya karena merasa tidak sanggup menyelesaikan pengerjaan skripsi.

Apabila dilihat dari penyebab dan dampak stres yang diakibatkan oleh pengerjaan skripsi, maka yang dibutuhkan oleh mahasiswa bukan hanya bimbingan dalam proses mengerjakan skripsi itu saja, melainkan juga dibutuhkan dukungan mental dan psikologis, mahasiswa tentunya sangat membutuhkan dukungan dari orang sekitar terutama dukungan keluarga (Sari, 2016).

Dukungan keluarga merupakan salah satu usaha dalam membantu menurunkan tingkat stres yang dirasakan oleh individu dalam menghadapi tekanan. Dukungan keluarga merupakan suatu sikap, tindakan dan penerimaan dari keluarga, selain itu keluarga juga menjadi *support system* utama bagi anggota keluarganya. Jika ada dukungan keluarga yang senantiasa bersedia memberikan bantuan, maka akan menumbuhkan kepercayaan diri dan membantu individu dalam menghadapi masalah yang terjadi. Dukungan keluarga yang dapat diberikan antara lain dukungan emosional, instrumental, informasional dan penilaian atau penghargaan. Dukungan keluarga yang

memadai terbukti dapat meningkatkan fungsi psikologis dan kesehatan emosi, dikarenakan dukungan keluarga merupakan unsur terpenting bagi individu dalam membantu menyelesaikan masalah (Muhith dan Siyoto, 2016 dalam Pambudi *et al.*, 2020).

Jika terdapat dukungan keluarga, tentu saja akan memberikan dampak yang positif bagi mahasiswa misalnya menumbuhkan semangat dan percaya diri, terus berusaha dalam mengerjakan skripsi, serta menurunkan tingkat stres mahasiswa dalam menghadapi masalah yang timbul selama pengerjaan skripsi. Sebaliknya, jika tidak ada dukungan keluarga maka akan menimbulkan dampak negatif yang dapat membuat mahasiswa menjadi tidak memiliki semangat dan motivasi, malas mengerjakan skripsi, menunda-nunda mengerjakan skripsi, tidak mau melanjutkan kuliah, dan memicu timbulnya hal-hal negatif lainnya (Nasution dan Purba, 2017).

Penelitian terdahulu yaitu penelitian yang dilakukan oleh Linda (2015) mengenai Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado. Dengan hasil penelitian uji statistik menggunakan uji *person chi square* pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$) maka hasil nilai $p = 0,000$, yang berarti nilai $p < (0,05)$. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi (Paususeke *et al.*, 2015).

Pada saat menghadapi stres akan muncul penyesuaian dari dalam diri individu yang disebut mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan suatu bentuk antisipasi yang digunakan setiap individu dalam mengatasi dan menyelesaikan masalah yang sifatnya psikis terutama stres ataupun depresi. Mekanisme koping berperan sebagai pelindung yang bekerja dalam melindungi individu dari stres, sehingga apabila kemampuan mekanisme koping individu baik maka semakin sedikit kemungkinan mengalami stres, sedangkan jika mekanisme koping individu buruk maka semakin besar tingkat stres yang dialami individu tersebut (Krisdianto dan Mulyanti, 2016).

Mekanisme koping dibagi menjadi dua antara lain mekanisme koping adaptif dan maladaptif. Mekanisme koping adaptif merupakan mekanisme yang membantu fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar serta menggapai tujuan. Yang termasuk kedalam mekanisme koping adaptif adalah berinteraksi dengan orang lain, menghadapi masalah dengan efektif, teknik relaksasi dan latihan seimbang. Mekanisme koping maladaptif merupakan mekanisme yang menghambat fungsi integrasi, menurunkan otonomi dan menguasai lingkungan. Yang termasuk kedalam mekanisme koping maladaptif adalah makan berlebihan atau tidak makan, bekerja berlebihan, menghindar dan mencegah konflik dengan menghindari solusi (Masitoh dan Hidayat, 2018).

Setiap mahasiswa memiliki mekanisme koping yang berbeda-beda dalam menghadapi stres yang dirasakannya saat menyusun skripsi. Fenomena yang terjadi pada mahasiswa di Indonesia yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu serangkaian kasus bunuh diri yang diakibatkan karena putus asa dan stres dalam menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhir. Salah satunya adalah mahasiswa asal

Serang, Provinsi Banten berinisial LN, ditemukan tewas gantung diri di sebuah gedung kosong di salah satu perumahan pada 26 Mei 2020. Menurut kerabat dikutip dari suara.com koeban sedang sibuk mengerjakan skripsi. Kasus yang sama terjadi pada Selasa, 08 November 2022, salah seorang mahasiswa di Perguruan Tinggi Palembang berinisial BG ditemukan tewas gantung diri menggunakan tali nilon. Menurut warga sekitar alasan BG nekat bunuh diri karena masalah kuliah dan BG sudah semester sembilan tetapi belum juga lulus kuliah (Anggraeni, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara terhadap 5 orang mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di peroleh data bahwa 1 orang mengatakan mereka merasa gelisah, merasa tidak mampu menyelesaikan skripsi, menarik diri ketika teman-teman sedang membahas mengenai skripsi, menghindari dosen pembimbing karena takut diberikan pertanyaan mengenai perkembangan skripsinya dan 2 orang mengatakan merasa tidak nafsu makan, mudah tersinggung, cemas dan 2 orang merasa takut tertinggal dengan teman yang lain dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul : “Hubungan Dukungan Keluarga Dan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Pada Saat Penyusunan Skripsi di Universitas Nasional”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan diatas, maka rumusan masalah yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan dukungan keluarga dan mekanisme koping dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan pada saat penyusunan skripsi di Universitas Nasional?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan pada saat penyusunan skripsi di Universitas Nasional.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui dukungan keluarga pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Nasional.
- 2) Mengetahui mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Nasional.
- 3) Mengetahui tingkat stres yang dialami mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Nasional.
- 4) Mengetahui hubungan dukungan keluarga dan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan pada saat penyusunan skripsi di Universitas Nasional.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Insitusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi institusi pendidikan agar lebih memperhatikan tingkat stres yang dialami mahasiswa khususnya pada saat penyusunan skripsi serta memberikan dukungan kepada mahasiswa agar dapat menyelesaikan skripsinya tepat waktu.

1.4.2 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa untuk memaksimalkan keterlibatan dukungan keluarga yang diterimanya dan meningkatkan penggunaan mekanisme koping adaptif selama menyusun skripsi sebagai upaya untuk menurunkan tingkat stres yang dirasakan pada saat penyusunan skripsi.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya untuk mengembangkan ilmu dan wawasannya dalam memperdalam penelitian yang berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa pada saat penyusunan skripsi dengan menggunakan variabel dan metode yang berbeda.