

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Stres diartikan oleh beberapa ahli sebagai suatu respon individu, baik berupa respon fisik maupun psikis, terhadap tuntutan atau ancaman yang dihadapi sepanjang hidupnya, yang dapat menyebabkan perubahan pada diri individu, baik perubahan fisik, psikologis, maupun spiritual [1].

Stres bisa terjadi pada siapapun termasuk pada mahasiswa. Stres pada mahasiswa bisa disebabkan ketidakmampuan dalam melakukan kewajibannya sebagai mahasiswa atau karena permasalahan lain tingginya kompleksitas masalah yang dihadapi, kehidupan akademik, terutama dari tuntutan eksternal maupun harapannya sendiri; faktor akademik yang bisa menimbulkan stres bagi mahasiswa yaitu perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas- tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan kebutuhan untuk mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih baik. Ada beberapa faktor penyebab stres pada siswa yaitu tuntutan akademik yang dinilai terlampaui berat, hasil ujian yang buruk, tugas yang menumpuk, dan lingkungan pergaulan.

Stres yang dihadapi dapat bersumber dari perubahan gaya hidup, jadwal yang padat, tuntutan orang tua, masalah pribadi maupun keluarga, frekuensi ujian yang terlalu sering, gagal dalam ujian, serta kecemasan mengenai perkuliahan dan masa depan [2]. Dan stress pada mahasiswa semester akhir yaitu untuk membuat karya ilmiah atau skripsi [3].

Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak: fisik, sosial, intelektual, psikologis, dan spiritual [4].

Dalam Al-quran disebutkan masalah pada kasus ini yaitu tidak ada kesedihan maupun ketakutan dalam diri mereka kecuali orang-orang yang tidak beriman dan bertaqwa kepada Allah swt.

Firman alloh (Qs. Al-baqarah :156)

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wainnaailaihiraaaji'uun".

Dan diantara banyaknya karakter dan sifat manusia ada orang-orang sabar yang jika tertimpa musibah mereka mengatakan (kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali)

Disini alquran juga sudah menjelaskan secara tersirat tentang masalah ini. Firman allah swt dalam (QS Al-An'am : 48)

فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Barang siapa yang beriman dan mengadakan kebaikan, maka tak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati.

Makna dari surat ini adalah orang-orang yang beriman dan melakukan banyak kebaikan maka Allah s.w.t akan mentiadakan kekhawatiran dan kesedihan di hatinya, termasuk kekhawatiran, kecemasan tentang stress ini.

Dan dijelaskan pula dalam Al-Quran surat (Ar-rad : 28 )

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.

Memang setiap orang tidak dapat menghindari kegagalan dan selalu menimbulkan kekhawatiran bagi manusia, tapi untuk orang-orang yang beriman hanya dengan mengingat saja kepada allah swt hatinya akan menjadi damai, tenang dan percaya pasti akan ada jalan keluar disetiap permasalahannya.

Mahasiswa merupakan orang yang terdaftar aktif di sebuah perguruan tinggi. Mahasiswa harus menempuh masa studi 4 tahun atau 8 semester sebelum akhirnya lulus sebagai sarjana. Mahasiswa yang sedang menempuh semester akhir telah menyelesaikan mata kuliahnya di tuntut dan diwajibkan untuk membuat

karya ilmiah yaitu skripsi untuk memenuhi salah satu tugas akhir dari dosen tentang pembelajaran metode penelitian. Menjadi seorang mahasiswa membawa suatu status baru bagi individu, di mana mahasiswa diharapkan menjadi agent of change. Status ini menjadi suatu beban dan tanggung jawab yang harus diemban individu, terlepas dari tugas dan kewajibannya menjadi seorang mahasiswa sesuai dengan peraturan yang berlaku di tempatnya menimba ilmu [5].

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian lapangan dan atau studi kepustakaan yang disusun mahasiswa sesuai dengan bidang studinya sebagai tugas akhir dalam studi formal. Skripsi merupakan bukti kemampuan akademik mahasiswa dalam penelitian yang berhubungan dengan masalah yang sesuai dengan bidang keahlian atau bidang studinya. Penyusunan skripsi dimaksudkan sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan. Skripsi merupakan bukti kemampuan akademik mahasiswa dalam penelitian yang berhubungan dengan masalah yang sesuai bidang keahlian atau bidang studinya untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana [6].

Semua manusia pasti pernah mengalami bentuk permasalahan-permasalahan dalam kehidupan yang terkadang menyebabkan stress, ketakutan, kecemasan kegelisahan, yang berlebihan terhadapnya. Stress meningkatkan resiko dari mahasiswa untuk mengalami berbagai gangguan mental dan penyakit fisik yang meliputi kecemasan, depresi, kekebalan tubuh menurun, sakit kepala, sakit jantung, hilangnya energi dan gangguan tekanan darah. Stres yang dialami mahasiswa penulis skripsi umumnya bersifat negatif, sebab stres tersebut menimbulkan kerugian pada diri mahasiswa [7]. Saat berhadapan dengan kesulitan, insan mukmin akan menghadapinya dengan keyakinan akan janji Allah S.w.t. Orang-orang seperti ini tidak beresiko mengalami gangguan fisik saat menghadapi stress dan Allah Swt menyediakan fasilitas untuk menyelesaikan masalahnya.

Seperti dalam firman Allah S.w.t (QS At-talaq : 2)

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا

Barang siapa yang bertaqwa kepada Allah S.w.t dia akan mengadakan kepadanya jalan keluar (QS At-talaq : 2)

Makna dari surat ini adalah seberat dan sebanyak Apapun permasalahannya ketika orang-orang bertaqwa kepada Allah, Allah S.w.t akan memberikannya jalan keluar.

Begitupun yang dialami mahasiswa stikes muhammadiyah ciamis, awalnya mahasiswa memiliki semangat yang tinggi dalam menghadapi proses menyusun skripsi ini tapi kemudian setelah subjek menjalani proses menghadapi penyusunan skripsi semangatnya menurun seiring dengan banyaknya hambatan dalam proses penyusunan skripsi ditambah tugas kuliah yang tidak ada hentinya. Peneliti sering sekali membaca dalam status di whatsapp yang isinya berisi keluhan seperti stress banyak yang belum acc judul, banyak revisi dalam penulisan skripsi, susahhnya mencari referensi, dan dosen yang sulit dihubungi untuk melakukan bimbingan. Jika seseorang sudah dalam kondisi saat itu maka dia cenderung mencari solusi atau mencari jalan keluar untuk bisa terhindar dari permasalahan-permasalahan yang dihadapinya itupun juga ketika seseorang telah mengalami ketakutan stres, kecemasan, kegelisahan yang berlebih.

Maka berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan Tingkat Stress Terhadap Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Stikes Muhammadiyah Ciamis”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara stres dengan penyusunan skripsi pada mahasiswa program studi S1 keperawatan di STIKes muhammadiyah Ciamis ?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan stress terhadap penyusunan skripsi pada mahasiswa program studi S1 keperawatan di STIKes Muhammadiyah Ciamis.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Diketahui tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir di STIKes muhammadiyah Ciamis.
- 1.3.2.2 Diketahui hubungan tingkat stres terhadap penyusunan skripsi pada mahasiswa program studi S1 keperawatan di STIKes Muhammadiyah Ciamis.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah atau menjadi acuan dalam konteks stres dan penyusunan skripsi pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan STIKes Muhammadiyah Ciamis.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1.4.2.1 Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi bagi institusi pendidikan khususnya tentang masalah hubungan tingkat stres dengan penyusunan skripsi pada Mahasiswa.

#### 1.4.2.2 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang hubungan stress terhadap penyusunan skripsi serta memberikan informasi tentang gejala tingkat stres. Sehingga mahasiswa dapat mengantisipasi bahkan mencegah datangnya stres dan memberikan persepsi yang baik tentang skripsi.

#### 1.4.2.3 Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi peneliti selanjutnya terutama yang berkaitan dengan hubungan stres terhadap penyusunan skripsi pada Mahasiswa Program studi S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Ciamis.

#### 1.4.2.4 Bagi peneliti

Dengan penelitian ini bisa menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman secara langsung yang dapat digunakan untuk praktek dilapangan nantinya.

### **1.5 Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelusuran pustaka , penelitian tingkat stress mahasiswa tingkat IV menghadapi tugas akhir skripsi oleh I Made Afryan Susane L (2017) dengan judul “Hubungan Tingkat Stress Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung” jenis penelitian yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan cross sectional. Sebanyak 174 responden mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran universitas Lampung. Hasil penelitian ini, tingkat stress tertinggi hingga tingkat stress terendah yang di alami oleh responden yaitu stress sedang (53,1%), stress ringan (40,7%) dan tingkat stres berat (6,2%). Hampir semua responden memiliki motivasi yang tinggi (89,5%) dan sisannya (10,5%). Perbedaan dengan peneliti yang dilakukan oleh penulis saat ini yaitu pada judul, metode, objek penelitian, dan tempat penelitian. Persamaannya yaitu pada tema tentang tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Berdasarkan penelitian yang telah Witri gamayanti, Mahardianisa, Isop Syafei (2018) dengan judul “ Self disclosure dan tingkat stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi” jenis penelitian ini menggunakan metode koresional dengan analisis regresi linier sederhana. Jumlah pelitian ini sebanyak 29 responden mahasiswa fakultas Psikologi UIN SGD Bandung yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat pengaruh Self disclosure terhadap tingkat stress. Perbedaan dengan peneliti yang dilakukan oleh penulis saat ini yaitu pada judul, objek penelitian , tempat penelitian persamaan yaitu pada tema tentang tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi.