

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut UU Pendidikan Nasional No: 23/2003, pengertian mahasiswa adalah siswa atau peserta didik pada perguruan tinggi atau pada pendidikan tinggi. Daldoiyo (2009) menjelaskan ada 3 karakteristik mahasiswa, yaitu: lulusan dari Sekolah Menengah Atas, telah menjalani pendidikan selama 12 tahun, umur mahasiswa berkisar 16 tahun-24 tahun.

Berdasarkan peraturan menteri riset, teknologi, dan pendidikan tinggi Republik Indonesia nomor 44 tahun 2015 tentang standar nasional pendidikan tinggi, pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program dokter, program profesi, program spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia.

Masa peralihan yang dialami mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Tuntutan dan tugas perkembangan mahasiswa tersebut muncul dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri (Gunawati & Hartati, 2006).

Pendidikan tinggi merubah status dari siswa menjadi mahasiswa. Status ini dipandang lebih daripada siswa sehingga tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih tinggi. Begitu pula yang diungkapkan oleh Bertens (2005) yang menyatakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang

bersekolah di perguruan tinggi selama kurun waktu tertentu dan memiliki tugas untuk berusaha keras dalam studinya.

Tuntutan akademik yang dihadapi mahasiswa menjadi stresor bagi mahasiswa. Stresor ini membuat sebagian mahasiswa tidak terlepas dari hambatan dan masalah yang dialami baik dari faktor eksternal maupun internal, tentunya semua itu sangat beragam dan berbeda-beda. Menurut peneliti, stress yang dialami karena kurikulumnya, beban tugas, praktik klinik, ujian, serta tugas lain yang membuat mahasiswa memiliki beban yang lebih berat dan jadwal yang lebih padat dibandingkan jurusan lain. Penelitian di Filipina menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir lebih stres dibandingkan dengan mahasiswa baru, 80,3% nya merupakan mahasiswa perempuan dan 19,67% mahasiswa laki-laki dengan rentang usia 17-23 tahun (Labrague, 2013).

Skripsi merupakan salah satu tugas akhir merupakan karya ilmiah yang mengikuti suatu prosedur penelitian ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa strata 1 (S1) sebagai cikal bakal sarjana. Penulisan skripsi memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa dalam menyelesaikan setiap persoalan yang ada secara ilmiah. Keharusan menulis skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan yang telah didapatnya selama diperguruan tinggi sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki pada kenyataan yang dihadapi. Mahasiswa melakukan sebuah penelitian pada kasus-kasus atau fenomena yang muncul yang kemudian diteliti dengan menggunakan teori-teori yang relevan yang sudah dipelajari selama perkuliahan dan akhirnya akan dianalisis untuk mendapatkan hasil dari penelitian tersebut.

Hambatan pengerjaan skripsi mampu menimbulkan perasaan stres pada mahasiswa. Belum lagi adanya tekanan dari orang-orang yang

menuntut subjek untuk dapat menyelesaikan skripsi secepatnya. Hasil survei yang dilakukan oleh Zulkifli, bahwa peran dosen pembimbing skripsi menurut persepsi mahasiswa berada pada kategori baik dan sangat baik (95,24%). Begitu juga kualitas pembimbingan skripsi mahasiswa secara keseluruhan berada pada kategori baik dan sangat baik (95,61). Berdasarkan hasil survei tersebut, tentunya bagi mahasiswa dalam menghadapi salah satu tugas akhir yaitu skripsi tidak terlepas dari peranan seorang dosen pembimbing, dengan adanya dosen pembimbing akan lebih mempermudah mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Berdasarkan penjelasan diatas, hambatan dan masalah yang dialami oleh mahasiswa membuat mahasiswa takut dan khawatir akan tertundanya penyelesaian tugas akhir skripsi yang telah ditargetkan. Kedua hambatan ini memicu terjadinya stres dan insomnia pada diri mahasiswa itu sendiri.

Herdiani (2013) menyebutkan bahwa kendala yang menghadang dalam penyusunan skripsi membuat proses pengerjaan skripsi menjadi terhambat, keterlambatan tersebut dapat menimbulkan dampak seperti kecemasan, stress, perubahan tingkat laku, bahkan depresi. Sarafino dan Smith (2011) menjelaskan bahwa stres dalam diri individu dapat bersumber dari 3 hal, yaitu dari dalam diri individu, komunitas dan masyarakat, dan keluarga. Rumiani (2006) menjelaskan bahwa stres pada mahasiswa dapat bersumber dari beberapa hal diantaranya masalah keuangan, beban tugas, ujian dan masalah interaksi dengan teman. Mahasiswa akhir, kondisi stres akan semakin diperparah dengan adanya tuntutan dalam menyelesaikan skripsi (Rohmah, 2006). Beberapa penyebab munculnya stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah rendahnya keyakinan pada kemampuan diri serta kesulitan atau hambatan yang dialami dalam proses penyusunan skripsi (Agung & Budiani, 2013). Stres yang dirasakan dalam

menyusun skripsi, hal tersebut didukung oleh pendapat Bandura (dalam Lazalamus & Folkman, 1984) yang menyatakan bahwa individu cenderung untuk menghindari situasi yang mengancam dan diyakini tidak dapat diselesaikan dengan menggunakan kemampuannya.

Berdasarkan hasil penelitian Gaultney (2010) terhadap 1.845 mahasiswa yang menyebutkan 27% mengalami setidaknya satu jenis gangguan tidur dan yang paling sering dialami adalah jenis narkolepsi, hipersomnia, obstruktif henti napas saat tidur, dan insomnia. Stresor yang dihadapi mahasiswa skripsi tidak hanya menyebutkan mahasiswa rentan stres tetapi juga rentan mengalami gangguan tidur. Penelitian juga dilakukan Ismail (2015) yang dilakukan pada mahasiswi semester VIII memperoleh hasil bahwa tingkat stres mahasiswi selama mengerjakan skripsi 83,9% mengalami stress ringan dan 16,1% mengalami stress sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi semuanya mengalami stress.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan terhadap 10 orang mahasiswa PSIK di Sari Mulia yang sedang menyusun skripsi mengatakan bahwa semua mahasiswa mengalami stres, dimana dari 7 orang mahasiswa tersebut mengaku stres dan mengalami gangguan tidur sedangkan 3 mahasiswa lainnya mengaku stres namun tidak mengalami gangguan tidur. Mereka mengatakan selama proses pengerjaan skripsi tuntutan dengan tugas yang banyak dan harus segera diselesaikan pada waktu yang telah ditentukan, disamping itu mereka juga mengatakan memiliki waktu tidur yang sedikit, sulit untuk memulai tidur, sering terbangun lebih awal dari yang mereka inginkan serta sering terbangun di malam hari, namun meskipun mereka mengalami gangguan tidur, mereka tetap beraktifitas sebagaimana mestinya, tetap menyelesaikan tugas seperti biasanya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas didukung dengan hasil penelitian dari peneliti lain serta studi pendahuluan, membuat peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia” ?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Menganalisa Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.

b. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat Stress pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.
2. Mengidentifikasi Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.
3. Menganalisa Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan terutama yang terkait dengan tingkat stres pada mahasiswa skripsi, diharapkan penelitian ini juga dapat menjadi referensi untuk penelitian lain dan dapat dijadikan bahan sekunder bagi pihak yang membutuhkan.

2. Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mahasiswa mengetahui konsep tentang stres sehingga mereka akan melakukan mekanisme penyesuaian yang baik dalam menghadapi stres.

b. Bagi Institusi Pendidikan/Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data atau informasi bagi para dosen, pembimbing akademik dan bagi pihak lain yang berhubungan dengan akademik sehingga dapat lebih memahami serta membantu permasalahan yang sangat mungkin muncul pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

c. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti dan menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dan sebagai syarat kelulusan dalam tugas akhir perkuliahan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Perbandingan keaslian penelitian dengan penelitian lain

No	Judul	Desain	Hasil
1	<i>Stress, Stressors, and Stress Responses of Student Nurses in a Government Nursing School</i> (Labrague, 2013)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode penelitian <i>cross sectional</i> deskriptif 2. Sampel mahasiswa 61 mahasiswa Filipina dengan penggunaan teknik <i>total sampling</i> 3. Populasi penelitian semua junior / tahun ketiga (40) siswa dan SMA / tahun keempat (21) siswa terdaftar di <i>Bachelor of Science in Nursing (BSN)</i> 	Hasil penelitian bahwa mahasiswa dihadapkan pada beberapa stressor selama menjalani masa studinya. Penelitian di Filipina menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir lebih stress dibandingkan dengan mahasiswa baru, dari 61 mahasiswa 49 orang mahasiswa perempuan 80,3% dan 12 mahasiswa laki-laki 19,67% dengan rentang usia 17-23 tahun.
2	Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado (Ismail, 2015)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode deskriptif analitik pendekatan <i>cross sectional</i> 2. Sampel mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado 3. Populasi keseluruhan mahasiswi semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado yang berjumlah 31 mahasiswi 4. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan <i>total sampling</i> 	Hasil bahwa Terdapat 31 responden dengan umur 20-21 tahun berjumlah 22 responden (71%) sedangkan umur 22-23 tahun hanya berjumlah 9 responden (29%). Di mana pada umur ini mahasiswi sudah berada pada perkuliahan semester VIII dan dituntut untuk menyelesaikan proposal-skripsi yang merupakan suatu syarat untuk mendapatkan kelulusan yang dapat pencetus terjadinya stres pada mahasiswi. tingkat stress mahasiswi VIII Program Studi Ilmu Keperawatan FK UNSRAT, yaitu ringan sebanyak 26 responden (83,9%) dan sedang sebanyak 5 responden (16,1%). Mahasiswi yang mengalami dismenorea dalam penelitian ini sebanyak 19 responden

			(61,3%) dan yang tidak mengalami dismenorea sebanyak 12 responden (38,7%)
3.	<i>The Prevalence of Sleep Disorders in College Students: Impact on Academic Performance (Gaultney, 2010)</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode penelitian cohort 2. Populasi 1.845 mahasiswa yang terdaftar di laboratorium Psikologi di Universitas Negara Besar di Tenggara Amerika Serikat 3. Uji yang digunakan analisis varians (ANOVA), tes t, dan Fisher. 	<p>Hasil penelitian menyebutkan 27% mengalami setidaknya satu jenis gangguan tidur dan yang paling sering dialami adalah jenis narkolepsi, hipersomnia, obstruktif henti napas saat tidur, dan insomnia. Menjelaskan bahwa 22% mahasiswa yang berisiko mengalami gangguan tidur juga berisiko memiliki <i>Grade Point Average (GPA)</i> rendah ($GPA < 2.0$) dan bahwa prestasi akademik mahasiswa yang mengalami gangguan tidur lebih rendah daripada mahasiswa yang cukup tidur.</p>
4.	Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia. (Ipah Dayani, 2017)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini menggunakan metode penelitian cross sectional 2. Teknik pengambilan <i>simple random sampling</i>. 3. Uji penelitian menggunakan <i>Spearman Rank (Rho)</i> 	<p>Hasil analisis <i>Spearman Rank (Rho)</i> memperlihatkan nilai $p (0.404) > \alpha (0,05)$ yang berarti tidak ada hubungan (korelasi) antara Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia. Koefisien korelasi (r) dengan nilai $r = 0,158$ menunjukkan kekuatan hubungan sangat lemah ($0,00-0,24$), sehingga H_0 diterima.</p>

Keterangan :

Perbedaan penelitian dengan yang peneliti laksanakan adalah :

1. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan variabel, sampel, jumlah populasi, tempat, serta lokasi penelitiannya yang berbeda.
2. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penggunaan variabel, sampel, jumlah populasi, tempat, waktu penelitian serta lokasi penelitiannya yang berbeda.
3. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penggunaan variabel, sampel, jumlah populasi, tempat, waktu penelitian, metode penelitian, uji penelitian serta lokasi penelitiannya yang berbeda.
4. Perbedaan penelitian adalah waktu penelitian, penelitian ini dilakukan pada tahun 2017, uji penelitian serta lokasi penelitian yang berbeda.