

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan kesehatan psikologis mahasiswa telah sangat ditekankan oleh pemerintah China. Pada awal 1994, pemerintah China menunjukkan perhatiannya pada pendidikan kesehatan psikologis mahasiswa dalam bentuk penerbitan dokumen, dan mengajukan persyaratan khusus untuk pendidikan kesehatan psikologis mahasiswa dalam dokumen tersebut. Konferensi Pendidikan Nasional yang diadakan pada tahun 1999 dengan jelas menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan psikologis mahasiswa harus diperkuat.

Sejak itu, pendidikan kesehatan psikologis mahasiswa terus dilanjutkan sebagai bagian penting dari pendidikan, dan telah didukung oleh pemerintah China. Tapi, di China, jumlah pasien depresi mencapai 90 juta pada September 2020, dan jutaan pasien depresi bunuh diri setiap tahun. Menurut survei (China News Weekly, LS) yang relevan, ada 90 juta pasien depresi di China, dan jumlahnya masih berkembang pesat, dan jutaan pasien depresi yang mengalami bunuh diri mengalami peningkatan per tahunnya. Yang melakukannya adalah orang dewasa muda berusia 15 - 34 tahun, dengan 60% - 70% menderita depresi.

Covid-19 pada awal 2020, sebagai peristiwa stres, berdampak besar pada kehidupan masyarakat. Penyebaran wabah yang cepat, kesulitan pencegahan dan pengendalian, situasi pencegahan dan pengendalian yang tegang dan berubah-ubah, tekanan dan beban psikologis yang besar, tekanan psikologis tidak tepat waktu, mudah menyebabkan gangguan psikologis, studi dan pekerjaan normal di masa depan akan memiliki dampak yang mendalam. mahasiswa memiliki pemikiran aktif yang tinggi dan kemampuan yang kuat untuk menerima informasi melalui berbagai media jaringan, tetapi kurangnya pengalaman sosial mereka, kemampuan pertahanan psikologis yang buruk, lebih rentan terhadap kecemasan dan depresi.

Sebagai peristiwa stres, Pandemi yang tiba-tiba mempengaruhi kesehatan psikologis mahasiswa. Studi ini menemukan bahwa peristiwastres memiliki korelasi positif dengan keadaan kesehatan psikologis, dan peristiwa stres dengan tingkat keparahan yang berbeda akan menunjukkan keadaan kesehatan psikologis yang berbeda. Dan suasana hati yang stabil dan sikap positif sangat penting dalam perang melawan Pandemi. Oleh karena itu, masalah kesehatan psikologis mahasiswa selama pencegahan dan pengendalian Pandemi tidak dapat diabaikan.

Menurut penelitian Wang Kejun (2020), kekhawatiran mungkin menjadi penyebab kesulitan psikologis yang dialami siswa akibat pandemi Covid-19 saat ini. Ini terkait dengan prevalensi infeksi Covid-19, kebutuhan untuk mengadopsi perilaku baru, dan risiko tertular virus. Stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari merupakan akibat dari gangguan kecemasan yang menetap dan sering terjadi. Ketika masalah tidak segera diselesaikan, masalah tersebut dapat berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih parah seperti depresi. Berkurangnya gairah, kegembiraan, aktivitas, produktivitas kerja, perhatian, dan pemikiran yang lamban adalah beberapa indikasi dan gejala depresi (Wang Kejun, 2020).

Pada kondisi ini, manajemen stres terhadap kesehatan psikologis dan literasi psikologis Sangat penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang perlunya perawatan serta sebuah informasi yang sesuai dengan fakta, ketika mencari sebuah bantuan profesional. Yao Fangyuan (2021) membuat klaim yang sama, mengklaim bahwa kurangnya informasi tentang mendapatkan layanan pengobatan dan perawatan serta kurangnya kesadaran untuk mencari dukungan psikologis profesional disebabkan oleh kurangnya literasi kesehatan psikologis. Yao Fangyuan (2021) membuat klaim yang sama, mengklaim bahwa kurangnya informasi tentang mendapatkan layanan pengobatan dan perawatan serta kurangnya kesadaran untuk mencari dukungan psikologis profesional disebabkan oleh kurangnya literasi kesehatan psikologis.

Wang Shaojun (2021) pun telah melakukan sebuah penelitian yang menyatakan ada keterkaitan antara intensitas yang menggunakan layanan bantuan dan literasi kesehatan psikologis. COVID-19 adalah peristiwa stres kesehatan masyarakat yang paling signifikan di dunia. Pada tanggal 28 bulan Januari Tahun 2021, jumlah kasus Virus telah melebihi 100 juta, dan jumlah kematian sekitar 2,16 juta. Ini juga merupakan darurat kesehatan masyarakat yang utama dengan kecepatan penularan tercepat, jangkauan infeksi terluas dan pencegahan dan pengendalian yang paling sulit sejak berdirinya Tiongkok Baru. Ini berdampak serius pada produksi dan kehidupan masyarakat, serta dampak yang signifikan terhadap kesehatan psikologis dan literasi psikologis mahasiswa.

Menurut persyaratan pencegahan dan pengendalian Pandemi nasional, semua perguruan tinggi di Provinsi Yunnan harus benar-benar mematuhi perintah "Hukum Republik Rakyat Tiongkok tentang Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Menular". Untuk lebih memperkuat manajemen mahasiswa dan memastikan keselamatan jiwa dan harta benda guru dan mahasiswa di sekolah, menurut peraturan dan "Peraturan Darurat tentang Keadaan Darurat Kesehatan Masyarakat", digabungkan dengan situasi aktual perguruan tinggi dan universitas di Provinsi Yunnan, selama periode Pandemi, Universitas Normal Qujing mengadopsi manajemen tertutup. Selama periode ini, manajemen tertutup kampus diperkuat.

Covid-19 memiliki tingkat penularan yang sangat tinggi dan tidak memiliki tindakan pengendalian khusus karena serangannya yang singkat." Karena sebagian besar siswa tinggal di perguruan tinggi dan universitas, kepadatan penduduk tinggi dan risiko penularan penyakit tinggi. Oleh karena itu, munculnya Pandemi yang sangat menular di perguruan tinggi dan universitas akan berdampak serius. Untuk mencegah secara ketat penyebaran COVID-19 di kampus, universitas terkait telah menerapkan manajemen kampus tertutup dan membatasi kegiatan mahasiswa di kampus sesuai dengan persyaratan otoritas pendidikan setelah dimulainya kembali perkuliahan, guna memutus penularan COVID-19 dari dunia luar.

Menurut persyaratan yang relevan dari Departemen Administrasi Pendidikan Provinsi Yunnan, pada saat yang sama, penerapan langkah ini juga membatasi ruang lingkup kegiatan mahasiswa di kampus, sehingga berdampak pada ruang lingkup komunikasi interpersonal mahasiswa sangat terbatas, dan tata kehidupan mahasiswa telah memasuki mode baru Penerapan pembatasan tersebut Lima faktor secara bertahap menyebabkan perubahan psikologis mahasiswa. Oleh karena itu Universitas Normal Qujing secara khusus merumuskan publisitas dan sistem pendidikan untuk mencegah dan mengendalikan kasus pandemi ini.

Untuk meningkatkan kesadaran akan pencegahannya maka di antara guru dan mahasiswa di sekolah, mencegah secara efektif dan mengendalikan secara tepat waktu kejadian dan prevalensi penyakit menular di sekolah, sistem ini dirumuskan secara khusus. Menetapkan mekanisme pengelolaan penyakit menular dan memastikan dana yang diperlukan untuk publikasi dan pendidikan tentang pencegahan dan pengendalian penyakit menular. Kepala sekolah dan guru pendidikan kesehatan bertanggung jawab untuk melaksanakan pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan pencegahan dan pengendalian penyakit menular. Menyelenggarakan pendidikan kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian penyakit menular dalam bentuk mata kuliah pendidikan kesehatan Sekolah memastikan jam pelajaran, menyediakan materi mata kuliah pendidikan kesehatan, dan menularkan pengetahuan, keterampilan, dan karakteristik pencegahan dan pengendalian penyakit menular yang relevan kepada mahasiswa.

Selama Pandemi-Covid-19, Fakultas Bahasa Asing, Universitas Normal Qujing mendirikan Kantor Khusus Konsultasi Kesehatan Psikologis Mahasiswa antaralain :

1. Atas dasar peringatan dini yang kuat terhadap krisis psikologis selama Pandemi Covid-19;
2. Kombinasi konseling sebaya dan konseling komite kesehatan psikologis sebagai model konseling selama Pandemi Covid-19;

3. Bertanggung jawab atas pekerjaan sehari-hari rantai informasi dengan kepala asrama, komisaris penanggung jawab psikologi kelas, kepala sekolah dan konselor perguruan tinggi selama Pandemi Covid-19;
4. Melaksanakan rangkaian kegiatan Bulan kesehatan psikologis dengan memanfaatkan kesempatan “Hari kesehatan psikologismahasiswa 25 Mei” dan “Hari kesehatan psikologis Sedunia 10 Oktober” selama Pandemi Covid-19

Tugas Utama Kantor Khusus Konsultasi Kesehatan Psikologis Mahasiswa Universitas Normal Qujing adalah memberikan pengajaran pengetahuan kesehatan psikologis yang ditargetkan, kegiatan konseling atau konsultasi untuk membantu mahasiswa membangun kesadaran kesehatan psikologis, mengoptimalkan kualitas psikologis, meningkatkan kemampuan penyesuaian psikologis dan kemampuan adaptasi kehidupan sosial, mencegah dan meringankan masalah psikologis; Untuk membantu mahasiswa mengatasi kontradiksi dan kebingungan dalam adaptasi lingkungan, manajemen diri, pembelajaran, komunikasi antar pribadi, kencan, pencarian pekerjaan, pengembangan kepribadian dan regulasi emosional, meningkatkan tingkat kesehatan mereka dan mempromosikan pengembangan moralitas, kecerdasan, kecantikan fisik.

Sistem Jaringan Pusat Manajemen dan Konsultasi kesehatan psikologis di Universitas Normal Qujing memiliki sistem jaringan manajemen stres kesehatan psikologis tiga tingkat harus dibentuk untuk membangun sistem dan mekanisme dengan pembagian tanggung jawab yang jelas dan koordinasi yang efektif. Institusi kerja: Jaringan tingkat pertama terdiri dari kelompok terkemuka manajemen stres kesehatan psikologi mahasiswa sekolah dan pusat manajemen stres dan konsultasi kesehatan psikologis sekolah; Jaringan sekunder terdiri dari kelompok terkemuka manajemen stres kesehatan psikologis di perguruan tinggi. Jaringan tiga tingkat terdiri dari kelompok kerja manajemen stres kesehatan psikologis kelas.

Berdasarkan pemaparan tersebut maka dalam penelitian ini akan dibahas mengenai “pengaruh manajemen stres terhadap kesehatan psikologis dan literasi psikologis mahasiswa pada masa Pandemi Covid- 19 di Fakultas Bahasa Asing, Universitas Normal Qujing”

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam topik penelitian dicantumkan dalam rumusan masalah berikut ini . Menurut Mohamad Ali (1995, hlm. 36), “rumusan masalah merupakan generalisasi deskriptif dari ruang lingkup keseluruhan permasalahan yang ada pada batasan sebuah dimensi, serta analisis suatu variabel”. Perumusan masalah berikut ini, peneliti pilih dalam bentuk pertanyaan penelitian diantaranya:

1. Bagaimana gambaran manajemen stress, kesehatan psikologis, dan literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qujing?
2. Bagaimana pengaruh manajemen stress terhadap kesehatan psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qujing?
3. Bagaimana pengaruh manajemen stress terhadap literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qujing?
4. Bagaimana pengaruh manajemen stress melalui kesehatan psikologis mempengaruhi literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qujing?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan memiliki dua tujuan diantaranya:

1. Tujuan umum,

Memperoleh gambaran secara empiris dengan jelas serta menyeluruh yang dilalui melalui sebuah proses dalam penelitian serta analisis data yang berhubungan pengaruh manajemen stress terhadap kesehatan psikologis dan literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qijing

2. Tujuan khusus

- a. Teranalisisnya semua gambaran manajemen stress, kesehatan psikologis, dan literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qijing
- b. Teranalisisnya pengaruh manajemen stress terhadap kesehatan psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qijing
- c. Teranalisisnya pengaruh manajemen stress terhadap literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemicovid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qijing
- d. Teranalisisnya pengaruh manajemen stress melalui kesehatan psikologis mempengaruhi literasi psikologis mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Bahasa Asing Universitas Normal Qijing

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini yang akan dilakukan diharapkan bisa memberikan beberapa manfaat secara teoritis diantaranya memberikan hal yang bersifat sumbangsih untuk mengembangkan ilmu yang ada pada pendidikan yang berkaitan dengan pengaruh fasilitas dan motivasi belajar pada prestasi dari hasil belajar pada siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1 Bagi penulis

Penelitian yang telah dilakukan ini diharapkan dapat menjadi bekal dalam menerapkan berbagai ilmu yang telah diperoleh di lembaga pendidikan serta dapat menjadikan pengalaman bagi penulis sehingga dapat meningkatkan suatu wawasan dalam melaksanakan sebuah penelitian manajemen stres kesehatan psikologis dan literasi psikologis.

2 Bagi mahasiswa

Penelitian ini memberikan pemahaman tentang bagaimana manajemen stres berdampak pada kesehatan psikologis dan pengetahuan psikologis mahasiswa di Fakultas Bahasa Asing, Universitas Normal Qujing, Provinsi Yunnan, China, selama masa Pandemi Covid-19.

3 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini memiliki manfaat dalam menyumbangkan sumber literatur yang relevan bagi mahasiswa serta memberikan dukungan bagi institusi dalam mengelola stres mahasiswa untuk meningkatkan pelayanan kesehatan.

4 Bagi Institusi Pelayanan

Penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi dalam bidang

pelayanan kesehatan dengan menyediakan informasi dan strategi terkait manajemen stres yang berhubungan dengan kesehatan psikologis dan pemahaman psikologis..

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Tesis ini memiliki struktur yang terdiri dari lima bab yang secara individu membahas fokus tertentu, namun secara keseluruhan saling mendukung dan melengkapi satu sama lain. Garis besar seluruh pola pemikiran disajikan pada pendahuluan bab pertama, yang disajikan secara sederhana dan ringkas. Berdasarkan hal tersebut, penjelasan tesis dimulai dengan meringkas latar belakang masalah, alasan di balik pemilihan judul, dan inti masalah. Inti dari teori dapat dipahami dengan penjelasan singkat.

Tujuan penelitian juga diuraikan dalam istilah teoritis dan praktis untuk lebih menjelaskannya. Pembeneran ini akan menunjukkan betapa pentingnya makalah ini. Kemudian, untuk meminimalisasi duplikasi dan plagiarisme, juga disediakan temuan-temuan studi lain dari studi-studi sebelumnya yang dimasukkan dalam kajian literatur.

Dengan cara yang sama, proses penulisan diterbitkan dalam bentuknya yang sekarang dengan harapan pembaca dapat memahamiberbagai bentuk penelitian,. Perkembangan tersebut kemudian muncul dalam sistem penulisan. Seluruh substansi tesis diuraikan pada bab pertama ini,namun dilakukan secara ringkas dan padat.

Landasan teoretis dibahas dalam bab kedua. Pendekatan penelitian dibahas pada bab ketiga. Temuan investigasi dan debat dibahas dalam bab keempat. Bab kelima memiliki penutup dengan rekomendasi, kesimpulan, dan penutup.