

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Stres yakni suatu komponen yang tidak dapat dihindari dalam setiap kehidupan. Setiap orang pasti akan mengalami yang namanya stres, tak terkecuali stres psikologis, stres akademik, dan stres pada dunia kerja (lingkungan pekerjaan). Menurut Suparto *et al.*, (2021) mengemukakan penyebab stres, dapat berupa perbedaan situasi yang keadaan suatu individu baik dari sistem biologis, psikologis, maupun sosial individu.

Delphiasti (2020) mendefinisikan stres akademik sebagai masalah yang umum terjadi di kalangan siswa sekolah menengah dan mahasiswa, terutama yang berasal dari meningkatnya desakan lingkungan akademis mereka, termasuk berbagai tugas dan ujian. Menurut Barseli *et al.*, (2020), siswa sering menunjukkan berbagai gejala fisik, psikologis, dan perilaku sebagai reaksi terhadap desakan yang terkait dengan stres akademik. Indikator stres akademik dapat bermanifestasi dalam berbagai cara. Siswa mungkin merasa tidak yakin dalam membuat pilihan akademis, sering bolos maupun gagal memahami materi yang disajikan, dan kesulitan menyelesaikan pekerjaan rumah. Perilaku-perilaku ini mencerminkan dampak signifikan dari desakan akademis terhadap kesehatan dan kinerja siswa secara keseluruhan.

Berlandaskan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (dalam Ambarawati, Pinilih dan Astuti 2017), setidaknya 350 juta orang secara global menderita stres, dengan sekitar 38% hingga 71% siswa mengalami tantangan serupa. Di Asia, estimasi persentase mahasiswa yang mengalami stres berkisar antara 9,6% hingga 61,3%. Penelitian yang diaplikasikan oleh Fauziyyah *et al.*, (2021) melalui tinjauan literatur dari berbagai jurnal nasional dan internasional mengungkapkan bahwa selama pandemi, ketika pembelajaran jarak jauh menjadi sebuah cara yang lazim diaplikasikan, sekitar 55,1% mahasiswa Indonesia melaporkan mengalami stres, serta 66,3% mahasiswa internasional.

Data yang dikeluarkan oleh American College Health Association tahun 2023 memberikan informasi bahwa dari 54722 informan terdapat beberapa kondisi

Andini, 2024

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN FPOK UPI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kesehatan mental mahasiswa yang paling sering didiagnosis, yakni angka kejadian mahasiswa mengalami stres akademik sejumlah 43,4%, angka kejadian mahasiswa mengalami gangguan kecemasan sejumlah 36,9%, dan angka kejadian mahasiswa mengalami depresi sejumlah 26,8%. Berlandaskan survei Kesehatan Dasar Indonesia (RISKESDAS) jumlah kasus gangguan kesehatan mental pada orang yang berusia 15-24 tahun yakni sejumlah 6,2% (Tim Riskesdas, 2018). Sementara, prevalensi gangguan kesehatan emosional pada usia ≥ 15 di Indonesia tahun sejumlah 9,8% (LAKIP Diskominfo, 2022).

Banyak mahasiswa merasa stres sebab merasa desakan akademik yang terlalu berat. Ini disebabkan oleh harapan akademik, syarat perkuliahan, dan perasaan tidak mampu memenuhi desakan tersebut. Upaya pemerintah untuk mengurangi beban akademik, seperti memberikan kuota internet, berdampak pada banyak siswa. Selain itu, siswa juga memerlukan dukungan dari orang lain saat menghadapi stres dan desakan. Dukungan sosial dapat membantu mengurangi stres yang mereka alami (Hadi, 2019). Dukungan sosial membuat orang merasa tenang, didukung, dan dicintai pada saat stres, serta meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, harga diri, dan kemampuan mengatasi hambatan saat bekerja (Muthoharoh dan Oktaviani, 2022).

Mahasiswa di perguruan tinggi sering kali menghadapi stres akademik, sebab desakan pendidikan meningkat di setiap tingkat sekolah (Amarsa *et al.*, 2023). Setiap tahun, pemerintah meningkatkan standar kelulusan, memberikan desakan tambahan pada sekolah untuk meraih kinerja yang tinggi. Ini pada gilirannya menjadi sumber stres yang signifikan bagi mahasiswa. Beban pelajaran yang padat di tingkat perguruan tinggi dapat menjadi sangat berat, terutama ketika mahasiswa merasakan beban ekspektasi dari institusi pendidikan dan orang tua mereka untuk mendapatkan nilai yang sangat baik agar dapat diterima di perguruan tinggi maupun favorit (Rosyidah *et al.*, 2020).

Mahasiswa keperawatan sama seperti mahasiswa lainnya. Mereka juga mengalami desakan dari masalah akademik, yang dapat menyebabkan stres selama pelatihan. Selain kegiatan akademik, mahasiswa keperawatan mempunyai beban belajar yang sangat berat, antara lain praktik klinis dan pendampingan setiap pergantian mata kuliah, penulisan laporan observasi, tugas perkuliahan dari

Andini, 2024

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN FPOK UPI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

instruktur, dan magang. Dibandingkan dengan orang yang lebih dewasa, mereka memiliki lebih banyak kebutuhan untuk menjaga keseimbangan dalam hidupnya (Rosyidah *et al.*, 2020). Perubahan dalam sistem pembelajaran menyebabkan kegiatan magang online dan pembelajaran klinis sering mengalami masalah. Biasanya, pembelajaran hanya diaplikasikan melalui video demonstrasi. Keterbatasan peralatan yang dimiliki seseorang menjadi hambatan bagi upaya siswa untuk meraih potensi maksimalnya. Sebaliknya jika magang diaplikasikan secara offline, mahasiswa dapat menggunakan phantom manekin maupun bekerja langsung dengan pasien sehingga menghasilkan pengalaman yang optimal berlandaskan pengetahuan (kognitif) dan keterampilan (psikomotorik).

Studi pendahuluan yang diaplikasikan oleh Suparto *et al.*, (2021) di Universitas Pendidikan Indonesia menyatakan bahwa mahasiswa Di Program Studi D-III Keperawatan FPOK, 45,7% mahasiswa mengalami stres sedang, 34,5% mengalami stres berat, dan 18,9% mengalami stres ringan. Ini disebabkan oleh banyaknya mahasiswa yang mengalami stres akademik. Penelitian oleh Ismah (2023) menunjukkan bahwa 40% mahasiswa Pendidikan Fisika Universitas Pendidikan Indonesia memiliki tingkat kecemasan tinggi saat menghadapi ujian akhir semester sementara tingkat kecemasan mahasiswa kategori rendah sejumlah 6%. Kajian lain yang diaplikasikan oleh Amarsa *et al.*, (2023) tentang social burnout pada mahasiswa Bimbingan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami academic burnout pada kategori tinggi sejumlah 14,3%, mahasiswa yang mengalami academic burnout kategori sedang sejumlah 73,3%, dan mahasiswa yang mengalami academic burnout kategori rendah sejumlah 12,4%. Hal tersebut terjadi sebab sebagian besar mahasiswa Bimbingan Konseling UPI mengalami desakan akademik, mahasiswa mengalami kelelahan akademik, dan cenderung depersonalisasi.

Aspek-aspek yang mempengaruhi stres akademik yakni Harapan akademik yang tinggi bisa datang dari diri sendiri, keluarga, maupun lingkungan sekitar (Academic expectation), persepsi desakan perkuliahan dan ujian (faculty work and examinations) dan (student academic self perception) persepsi kemampuan akademik (Bedewy dan Gabriel, 2015). Stres akademik dapat mempengaruhi pikiran, perilaku, dan emosi seseorang. Pengaruh kesehatan mental tersebut akan

Andini, 2024

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN FPOK UPI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

menyebabkan individu sulit berkonsentrasi, pikiran kacau saat beraktivitas, suka menunda-nunda, khawatir, serta ketakutan. Stres akademik juga bisa menyebabkan masalah psikologis, seperti tidur yang tidak nyenyak (Norma *et al.*, 2021). Hal tersebut dapat diketahui bahwa persepsi seseorang sangat mempengaruhi kemampuannya dalam mengatasi berbagai desakan pada setiap mahasiswa angkatan yang berbeda.

Kajian yang diaplikasikan oleh Dewi *et al.*, (2022) tentang profil perceived stres akademik pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya Stambuk 2020 menyatakan bahwa stres akademik meraih 79%. Penyebab stres pada mahasiswa disebabkan sebab stres akademik, adanya peralihan lingkungan pendidikan yang dapat mempengaruhi individu, serta banyaknya desakan internal dan eksternal. Mahasiswa yang memiliki desakan akademik seringkali merasa khawatir dan ragu untuk menyelesaikannya. Berlandaskan kajian yang sudah diaplikasikan Aprilia dan Yoenanto (2022) tentang Dampak regulasi emosi dan pandangan terhadap dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yakni 68,5%.

Berlandaskan data yang diperoleh dari staf administrasi yang terdokumentasi dalam situs resmi FPOK UPI pada 9 Oktober 2023, sudah teridentifikasi bahwa pada setiap pergantian semester, jumlah mahasiswa keperawatan yang diterima di FPOK UPI sesudah pergantian semester ganjil ke genap mengalami penurunan sejumlah 4.03%. Selain itu, hasil kajian menunjukkan bahwa terdapat sekitar 1.90% dalam jumlah mahasiswa keperawatan yang mengajukan cuti pada periode yang sama. Pada tanggal 16 Oktober 2023, studi pendahuluan diaplikasikan oleh peneliti dengan melibatkan mahasiswa aktif program studi keperawatan FPOK UPI. Dari analisis hasil, ditemukan bahwa Sejumlah 35% dari mahasiswa tahun pertama menyatakan adanya tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Sekitar 20% dari mahasiswa perantauan di Kota Bandung juga menghadapi kesulitan akademik serupa. Sementara itu, sekitar 25% dari informan mengalami desakan yang nyata dalam menyelesaikan skripsi.

Mengacu pada studi pendahuluan mahasiswa yang menghadapi desakan akademik, seperti penyusunan skripsi maupun tugas berat, merasa bahwa dukungan dari keluarga berperan krusial dalam meredakan stres akademik dan meningkatkan

rasa percaya diri mereka. Berlandaskan uraian latar belakang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah disajikan, penelitian ini akan berfokus pada beberapa permasalahan utama yang akan diteliti. Adapun rumusan masalah penelitian ini yaitu: Bagaimana hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas. Maka, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi dukungan sosial pada mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.
2. Untuk mengidentifikasi tingkat stres akademik pada mahasiswa mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

Untuk menganalisis Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Temuan dari kajian ini menawarkan pedoman pada para pengkaji di masa depan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah. Kajian ini juga meningkatkan pemahaman teori. tentang hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres akademik di kalangan mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Kajian ini menawarkan pengalaman berharga bagi para peneliti. Dengan ini, peneliti dapat mengasah keterampilan serta menumbuhkan

untuk menerapkan berbagai teori dan konsep dalam mata kuliah ke dalam penyelidikan ilmiah.

2. Bagi Mahasiswa

Temuan kajian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman yang bermanfaat tentang cara yang efektif untuk mengatasi stres akademik pada Mahasiswa S1 Keperawatan FPOK UPI.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Hasilnya diharapkan bermanfaat serta menjadi rujukan untuk kajian-kajian selanjutnya yang menggali lebih dalam terkait topik ini.

4. Bagi Pendidikan Keperawatan

Informasi dari hasil kajian dimanfaatkan untuk menyempurnakan kurikulum maupun materi pembelajaran keperawatan, sehingga mencerminkan kebutuhan dan tantangan nyata yang dihadapi mahasiswa. Ini melibatkan perubahan kebijakan maupun praktek yang mendukung keseimbangan kehidupan akademik dan pribadi.

5. Pelayanan Keperawatan

Hasil kajian ini dapat mendukung pendekatan perawatan holistik, dengan memperhitungkan aspek-aspek sosial dan psikologis yang memengaruhi mahasiswa keperawatan. Pelayanan keperawatan dapat bergerak menuju perawatan yang tidak hanya fokus pada aspek fisik, tetapi juga pada kesejahteraan psikososial mahasiswa.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

BAB I Pendahuluan

Bagian yang di dalamnya menjelaskan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan, manfaat, juga sistematikan penulisan terkait hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

BAB II Tinjauan Pustaka

Bagian yang di dalamnya menjelaskan landasan teori yang diaplikasikan didalam penelitian, penelitian yang relevan, kerangka teori, kerangka konsep, hipotesis penelitian dan kuesioner yang dimanfaatkan terkait hubungan

dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

BAB III Metodologi Penelitian

Bagian yang menguraikan variabel-variabel yang diteliti, metode yang diaplikasikan untuk pengumpulan data, waktu dan lokasi penelitian, serta prosedur yang dimanfaatkan untuk analisis data berkaitan dengan hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik di kalangan mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

BAB IV Hasil Dan Pembahasan

Bagian yang menyajikan analisis data yang sudah diolah dan membahas temuan penelitian terkait hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik di kalangan mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.

BAB V Kesimpulan

Bagian yang merangkum kesimpulan utama yang diambil dari penelitian terkait hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik di kalangan mahasiswa S1 keperawatan FPOK UPI.