

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Sutardjo Wiramihardja, 2005).

Kecemasan merupakan rasa khawatir dan takut yang tidak jelas sebabnya, (Gunarsa, 1986). seseorang yang mengalami kecemasan seringkali tidak dapat menyebutkan penyebabnya dengan jelas. Inilah yang menakibatkan seseorang mengalami kecemasan biasanya mempunyai pandangan subjektif terhadap perasaan dan peristiwa yang dialami. Kecemasan memiliki karakteristik diantaranya berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan bagi yang mengalaminya, (Gunarsa, 1986).

Demikian pula permasalahan yang muncul ketika seorang mahasiswa menghadapi skripsi, tanpa sebab yang jelas beberapa dari mahasiswa merasa cemas karena menganggap skripsi merupakan suatu hal yang sulit untuk dikerjakan. Kadang – kadang perasaan cemas tersebut muncul sebelum mahasiswa mencoba untuk mengerjakan tiap tahapan dalam penyusunan skripsi tersebut. Selain harus mendaftar ke biro skripsi, kemudian mahasiswa harus

mencari dosen pembimbing, setelah itu mahasiswa harus mengikuti proses bimbingan yang terjadang membutuhkan waktu yang lama. Selain itu adanya tuntutan dan tekanan dari orang tua juga sangat mempengaruhi kecemasan yang dialami oleh mahasiswa, dan tingginya harapan orang-orang terdekat terhadap mahasiswa itu sendiri menjadi pemicu tingkat kecemasan yang dialaminya. Menyusun skripsi berdasarkan suatu kegiatan penelitian adalah merupakan salah satu cara untuk membuktikan kematangan nalar mahasiswa, (Hamid, 1995).

Menurut pedoman dan penggolongan dan diagnosa gangguan jiwa (PPDGJ III) kecemasan merupakan gangguan utama dalam kelompok gangguan cemas, atau kecemasan ini dirasakan apabila individu menghadapi objek atau situasi yang ditakuti dalam gangguan fobik, (Dep.Kes.RI. 2002).

Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh kasmonah pada tahun 2010 di universitas Negeri Semarang dengan judul Tingkat Kecemasan Mahasiswa S1 Keperawatan Reguler dalam menyusun skripsi diperoleh 18,7% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 48% mengalami kecemasan sedang, 24% mengalami kecemasan ringan dan 9,3% tidak mengalami kecemasan. Menurut Artifasari, 2012 pada penelitiannya diUniversitas diponegoro semarang pada fakultas kedokteran yang juga sangat erat kaitannya dengan penelitian ini dengan judul Hubungan stresor Psikososial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang menyusun skripsi diperoleh data 71.4% mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan sisanya 28,6% mahasiswa mengalami kecemasan berat. Dan dari penelitian yang dilakukan oleh Linayaningsih pada tahun 2011 diUniversitas khatolik Soegijapranata pada fakultas Psikologi dengan judul kecemasan

mahasiswa dalam menyusun skripsi diperoleh hasil dari 73 mahasiswa hanya 51 yang dapat menyelesaikan skripsi tepat pada mahasiswa, rata – rata penyebab mahasiswa mengalami kecemasan adalah berbagai stressor yang ditimbulkan pada proses penyusunan skripsi, mulai dari kemampuan akademis yang kurang memadai, kesulitan untuk mengurus administrasi pengambilan data awal, sulitnya menemui dosen pembimbing, terjadi komunikasi interpersonal yang tidak efektif antara mahasiswa dengan dosen pembimbing, adanya keterbatasan buku-buku yang tersedia diperpustakaan, masalah biaya yang dibutuhkan selama proses penyusunan skripsi, tekanan dari orang-orang terdekat dan kurangnya motivasi, (Slamet, 2003).

Apabila mahasiswa merespon kecemasan secara positif maka mereka mampu mengambil tindakan dengan cara yang tepat untuk mengatasi kecemasan dalam mengerjakan skripsi sehingga mereka mampu melewati fase akhir studinya tersebut. Sebaliknya, apabila mahasiswa merespon kecemasan tersebut secara negatif, maka mahasiswa tidak memiliki motivasi untuk mengerjakan skripsi. Bahkan yang sering terjadi yaitu mahasiswa cenderung mengulur-ulur waktu dan menelantarkan skripsinya atau lebih mengutamakan hal-hal lainnya, (Gunarsa, 1986), berbagai permasalahan inilah yang menjadi pemicu terjadinya kecemasan dikalangan mahasiswa. Salah satu penyebab kecemasan adalah stressor psikososial, (Selye, 2004).

Stressor psikososial umumnya berisi peristiwa - peristiwa kehidupan yang memberi ancaman/gangguan aktivitas sehari - hari dan menyebabkan suatu penyesuaian mendasar dalam perilaku individu tersebut, Sebagai contoh peristiwa

kehidupan tersebut meliputi, masalah kesehatan, kematian orang tua, perpindahan tempat tinggal, penyesuaian lingkungan kampus, perubahan prestasi, konflik dengan orang tua, dosen dan teman kurangnya motivasi, terjadi peningkatan emosional dan masalah spritual, (Selye, 2004).

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Desember 2013 yang dibagi berdasarkan sub variabel yang akan diteliti kepada beberapa mahasiswa program studi S1 keperawatan UNG Angkatan Ke-3 yang sedang menyusun skripsi dari 179 mahasiswa diperoleh hasil dari 12 mahasiswa diantaranya, berdasarkan lingkungan keluarga 2 mahasiswa mengungkapkan sejak proses penyusunan skripsi waktu mereka untuk berkumpul dengan keluarga sangat sedikit, dan adanya tekanan dari orang tua menjadi beban tersendiri bagi mereka dalam proses penyusunan skripsi dan mereka menambahkan dalam situasi seperti ini dukungan dan motivasi dari orang terdekat sangat mereka perlukan. Berdasarkan lingkungan akademik, 2 dari mereka mengungkapkan, tidak menemui banyak permasalahan dilingkungan kampus, segala aturan dan prosedur yang ada mereka ikuti secara bertahap, dan mereka menghimbau baik dari mahasiswa ataupun dosen tidak ada yang melakukan pelanggaran mulai dari pemalsuan nilai hingga plagiat skripsi, dan mereka menambahkan momen penyusunan skripsi sekarang mereka jadikan sebagai momen untuk menunjukkan kemampuan mereka dalam bidang akademik. Berdasarkan lingkungan teman sebaya, 3 dari mereka mengungkapkan kehilangan momen untuk berkumpul bersama teman, sahabat padahal mereka sangat membutuhkan waktu untuk melepas kejenuhan selama proses penyusunan skripsi, dan beberapa dari mereka

menambahkan sangat merindukan momen untuk berkumpul bersama tapi disisi lain mereka harus fokus karena mengejar target untuk penyelesaian skripsi yang mereka kerjakan, dan berdasarkan masalah keuangan 5 dari mereka mengungkapkan, keterbatasan buku yang tersedia dipergustakaan membuat mereka harus mengeluarkan uang untuk membeli buku yang mereka butuhkan, biaya transportasi selalu mereka keluarkan untuk jadwal konsultasi kepembimbing bagi mereka yang menggunakan transportasi umum. Tapi ada beberapa dari mereka mengungkapkan tidak ada permasalahan dengan keuangan dikarenakan segala sesuatu yang mereka butuhkan masih ditanggung/bergantung pada orang tua.

Pada penelitian ini peneliti memandang responden penelitian sebagai makhluk sosial yang selalu berinteraksi, bersosialisasi, beradaptasi, saling membutuhkan antara satu dengan yang lain dan mempunyai rasa ingin tau yang besar terhadap sesuatu. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan faktor eksternal Stressor psikososial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi dengan hanya membatasi Lingkungan Keluarga, lingkungan akademik, Lingkungan teman Sebaya dan Masalah keuangan

Alasan peneliti memilih variabel kecemasan adalah karena mahasiswa Program Studi Keperawatan UNG banyak mengalami suatu keadaan yang tertekan dalam proses penyusunan skripsi, keadaan ini diantaranya dikarenakan besarnya biaya yang harus dikeluarkan dalam proses penyusunan skripsi, jumlah literatur yang tersedia kurang memadai, tidak adanya acuan yang jelas tentang

metodologi pembuatan skripsi dan dosen pembimbing yang kurang mendukung selama proses penyusunan skripsi. Hal inilah yang menarik peneliti untuk melakukan penelitian tentang kecemasan pada mahasiswa dalam menyusun skripsi yang kemungkinan disebabkan oleh faktor eksternal stressor psikososial dan selama ini belum ada yang melakukan penelitian secara khusus tentang hal ini.

Berdasarkan uraian diatas, maka sepatutlah dipertanyakan apakah ada hubungan faktor eksternal stressor psikososial dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

1. Selama proses penyusunan skripsi, mahasiswa sangat sulit meluangkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga.
2. Adanya tekanan dari orang tua menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa yang bersangkutan.
3. Sebagian mahasiswa merasa terhambat dengan prosedur administrasi yang harus dilengkapi.
4. Beberapa mahasiswa mengaku kehilangan momen berkumpul bersama teman selama proses penyusunan skripsi.
5. Sebagian mahasiswa mengeluh karena harus mencari sebagian literatur yang mereka butuhkan diluar perpustakaan kampus.
6. Lamanya proses bimbingan dan revisi membuat mahasiswa mengeluh dengan biaya transportasi yang harus dikeluarkan.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Ada hubungan Faktor Eksternal Stressor Psikososial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan UNG Angkatan Ke-3 dalam menyusun skripsi.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### 1.4.1 Tujuan Umum

Diketuinya Hubungan Antara Faktor Eksternal Stressor Psikososial Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan UNG Angkatan Ke-3 Dalam Menyusun Skripsi.

#### 1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Diketahui Gambaran Karakteristik Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan UNG Angkatan Ke-3.
- b. Diketahui faktor eksternal stressor psikososial pada mahasiswa program studi S1 keperawatan UNG Angkatan Ke-3 dalam menyusun skripsi.
- c. Diketahui tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi S1 keperawatan UNG Angkatan Ke-3 dalam menyusun skripsi.
- d. Dianalisisnya hubungan Antara Faktor Eksternal Stressor Psikososial Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan UNG Angkatan Ke-3 Dalam Menyusun Skripsi.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Penelitian tentang Hubungan Stressor Psikososial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa dalam menyusun Skripsi diharapkan mempunyai manfaat :

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran/pengetahuan yang berarti bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya ilmu keperawatan jiwa guna memahami dan memecahkan timbulnya kecemasan pada mahasiswa yang disebabkan oleh stresor psikososial.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

#### 1.5.2.1 Bagi Mahasiswa Keperawatan

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau yang akan menghadapi ujian skripsi agar dapat mempersiapkan diri sebaik mungkin sehingga kemungkinan terjadinya kecemasan dapat diminimalisir agar tidak menghambat proses pengerjaan skripsi dan dapat terhindar dari akibat yang negatif bagi keselamatan jiwa mahasiswa.

#### 1.5.2.2 Bagi Peneliti

Bagi peneliti dapat digunakan sebagai bahan referensi atau masukan dalam penyelesaian skripsinya dan diharapkan peneliti akan dapat mengetahui lebih jauh apakah kecemasan yang timbul akibat stresor psikososial dapat diatasi.