

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan para remaja atau generasi muda yang sedang belajar di perguruan tinggi yang sudah dipilihnya. Tidak hanya belajar dalam hal akademik saja, namun mahasiswa juga belajar berorganisasi, bermasyarakat, serta belajar menjadi pemimpin yang sukses untuk jenjang karir kedepannya. Seiring berjalannya waktu, mahasiswa dianggap sebagai golongan berintelektual tinggi dan dapat mengubah keadaan bangsa ini dengan pemikirannya (Yulianto&Aries, 2012). Mahasiswa diharapkan mampu menerima dan menyerap konsep-konsep yang diajarkan diperkuliahan. Selain itu mahasiswa juga akan dihadapkan pada permasalahan untuk dipetakan dan dicari solusi yang terbaik untuk permasalahan tersebut. Namun sering kali mahasiswa terbebani oleh permasalahan dirinya sendiri, banyaknya aktivitas yang harus dijalani, manajemen waktu buruk yang menimbulkan stres (Iswanto & Arif, 2014).

Prevalensi kejadian stres akademik cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta pelajar dunia mengalami stres akademik dan menempati gangguan psikologis peringkat ke-4 di dunia (WHO, 2018). Studi prevalensi stres yang dilakukan oleh *Health and Safety Executive* di Inggris melibatkan pelajar Inggris sebanyak 487.000 orang yang masih aktif dari tahun 2017-2018 didapatkan data bahwa angka kejadian stres mencapai (54,62%) (*Health and Safety Executive*, 2018). Menurut studi Nasional yang dilakukan oleh Asosiasi Kesehatan Universitas terdapat lebih dari 90.000 mahasiswa di 177 kampus mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak memiliki harapan, merasa kewalahan dengan hal-hal yang harus mereka lakukan, mengalami kelelahan mental, sedih, dan merasa depresi (Santrock, 2016).

Stres pada mahasiswa bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tekanan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tekanan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil dikuliahnya, dan penyesuaian

sosial di lingkungan kampusnya. Tekanan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit (Carolin, 2010). Hal ini dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa tersebut, dimana kebahagiaan merupakan salah satu hal yang ingin dicapai oleh manusia didalam hidup. Namun, kesulitan yang dialami mahasiswa dalam perkuliahannya dapat menurunkan *psychological well-being* apabila tidak dapat ditangani dengan baik (Evanjeli, 2012).

Psychological well-being adalah kondisi dimana individu memiliki psikologis yang sehat, hal tersebut ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologi positif dalam mencapai aktualisasi diri. Dampak dari *psychological well-being* yang rendah pada individu yaitu individu tidak dapat menerima kekurangan maupun kelebihan yang ada pada dirinya dengan baik, kurang mampu untuk menjalin hubungan harmonis dengan orang lain yang mana hal tersebut akan menyebabkan individu hanya memiliki sedikit teman, kemudian individu selalu membutuhkan bantuan dari orang lain atau tidak bisa mandiri, hal ini membuat individu selalu bergantung kepada orang lain. Dampak lainnya yaitu terjadinya tekanan pada diri individu karena ia tidak dapat mengatur, mengontrol, dan menguasai lingkungannya sesuai dengan kondisi individu tersebut. Kemudian individu juga tidak memiliki arah, tujuan, maupun cita-cita dalam hidup, serta merasa dirinya sudah cukup sehingga tidak ada keinginan untuk mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada pada dirinya (Fava & Tomba, 2009)

Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada mahasiswa adalah kepribadian. Kepribadian sendiri merupakan organisasi dinamis dari sistem psikofisis individu yang berpengaruh pada pemikiran dan bagaimana individu berperilaku yang bersifat khas. Kepribadian tersebut akan membedakan antara satu individu dengan individu lain. Salah satu cara untuk memahami pribadi seseorang yaitu menggunakan pendekatan *trait*. *Trait* sendiri merupakan dimensi-dimensi yang membedakan individu dalam memperlihatkan cara berpikir,

merasa, dan bertindak yang bersifat konsisten. Salah satu teori kepribadian yang berfokus pada *trait* yaitu *Neuroticism* (Amawidyati& Utami, 2007).

Neuroticism merupakan penentu utama dari tekanan psikologis. Tekanan psikologis merupakan hal yang sering terjadi pada mahasiswa tingkat akhir. Diantara teori-teori kepribadian, dikenal teori *Big Five Personality* di mana terdapat lima dimensi kepribadian yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Dari kelima dimensi kepribadian yang telah disebutkan, *neuroticism* menjadi penentu utama dari tekanan psikologis. Semakin besar tuntutan lingkungannya maka orang yang mudah cemas atau memiliki *neuroticism* yang tinggi akan semakin stres dan dapat mengalami ketidakstabilan emosi. *Neuroticism* menggambarkan perbedaan individual dalam kecenderungan untuk mengalami stres dan efeknya terhadap pola pikir dan tingkah laku individu tersebut. Situasi yang menimbulkan stres dan tekanan akan lebih memungkinkan individu untuk mengalami *neuroticism* tinggi daripada mengalami *neuroticism* rendah. Individu yang memiliki *neuroticism* tinggi cenderung mengalami keadaan-keadaan negatif daripada keadaan positif, karena individu dengan tingkat *neuroticism* yang tinggi akan lebih mempersepsikan suatu keadaan sebagai keadaan yang negatif dibandingkan individu dengan *neuroticism* rendah (Fiest& Feist, 2011).

Mahasiswa tingkat akhir cenderung mengalami keadaan-keadaan negatif yang berhubungan dengan masalah perkuliahannya. Keadaan-keadaan negatif tersebut dapat mempermudah seseorang untuk mengalami *neuroticism*. Penelitian *nonclinical* menemukan bahwa *neuroticism* juga diasosiasikan dengan peningkatan angka kejadian-kejadian negatif dalam kehidupan seseorang (Gunthert, Cohen, dan Armeli, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Barlow& Cullen (2012) ditemukan bahwa situasi yang menimbulkan stres dan tekanan akan lebih memungkinkan individu untuk mengalami *neuroticism* tinggi daripada mengalami *neuroticism* rendah. Menanggapi fenomena tentang tekanan pada mahasiswa tingkat akhir,

sebuah penelitian yang dilakukan oleh Chen, Wong, Ran, dan Gilson (2009) mendapati bahwa terdapat hubungan yang negatif antara tekanan dan *psychological well-being* pada mahasiswa, yaitu semakin tinggi tekanan yang dihadapi mahasiswa maka akan semakin rendah *psychological well-being* mahasiswa tersebut. Penelitian Talamati (2012) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *neuroticism* dan *psychological well-being*. Sementara penelitian Utami (2017) didapatkan bahwa kecenderungan neurotik mempengaruhi *psychological well-being*.

Mahasiswa jurusan keperawatan semester akhir Universitas Negeri Gorontalo merupakan angkatan tahun 2017 dengan nama angkatan yang berjumlah 183 orang dan terdiri dari kelas A berjumlah 39 orang, kelas B berjumlah 48 orang, kelas C berjumlah 49 orang dan kelas D berjumlah 46 orang. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada 10 mahasiswa tingkat akhir didapatkan bahwa 9 dari 10 mahasiswa mengeluh stres atau pun merasa pesimis akan skripsinya. 5 dari 10 mahasiswa menyatakan tidak dapat melakukan manajemen waktu dengan baik dan mereka merasa kuliahnya sangat mengganggu skripsinya atau pun sebaliknya. 8 dari 10 mahasiswa menyatakan jika dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu akan menghadapi tekanan-tekanan sosial seperti rasa malu kepada orang lain karena tidak dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu, tertekan melihat teman-temannya yang akan segera lulus, dan juga masalah finansial. Dari hal-hal tersebut dapat dilihat bahwa kehidupan mahasiswa tingkat akhir jurusan keperawatan penuh dengan tekanan dan tuntutan sehingga mempengaruhi keadaan psikologis mahasiswa tersebut dan memungkinkan timbulnya stres, rasa cemas, tidak percaya diri, mudah putus asa, mudah marah, dan perasaan-perasaan negatif lainnya. Selain itu, pada jurusan keperawatan semester akhir belum terdapat penelitian sejenis.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan antara *trait* kepribadian *neuroticism* dalam *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir”.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Menurut data WHO (2018), Prevalensi kejadian stres akademik cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta pelajar dunia mengalami stres akademik dan menempati gangguan psikologis peringkat ke-4 di dunia.
2. Studi prevalensi stres yang dilakukan oleh *Health and Safety Executive* di Inggris tahun 2018 melibatkan pelajar Inggris sebanyak 487.000 orang yang masih aktif dari tahun 2017-2018 didapatkan data bahwa angka kejadian stres mencapai (54,62%)
3. Menurut studi Nasional tahun 2016 yang dilakukan oleh Asosiasi Kesehatan Universitas terdapat lebih dari 90.000 mahasiswa di 177 kampus mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak memiliki harapan, merasa kewalahan dengan hal-hal yang harus mereka lakukan, mengalami kelelahan mental, sedih, dan merasa depresi.
4. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada 10 mahasiswa tingkat akhir didapatkan bahwa 9 dari 10 mahasiswa mengeluh stres atau pun merasa pesimis akan skripsinya. 5 dari 10 mahasiswa menyatakan tidak dapat melakukan manajemen waktu dengan baik dan mereka merasa kuliahnya sangat mengganggu skripsinya atau pun sebaliknya. 8 dari 10 mahasiswa menyatakan jika dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu akan menghadapi tekanan-tekanan sosial seperti rasa malu kepada orang lain karena tidak dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu, tertekan melihat teman-temannya yang akan segera lulus, dan juga masalah finansial.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara *trait* kepribadian *neuroticism* dalam *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Negeri Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Negeri Gorontalo

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *trait* kepribadian *neuroticism* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Negeri Gorontalo.
2. Mengidentifikasi *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Negeri Gorontalo.
3. Menganalisis hubungan *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir Universitas Negeri Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan dibidang keperawatan terutama tentang hubungan *trait* kepribadian *neuroticism* dan *psychological well being* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Prodi Keperawatan

Dapat memberikan informasi mengenai hubungan *trait* kepribadian *neuroticism* dan *psychological well-being* sehingga mahasiswa dapat memahami bahwa keadaan neurotik dapat mempengaruhi *psychological well-being*.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai tambahan informasi terkait bagaimana trait kepribadian *neuroticism* dan *psychological well-being* pada mahasiswa keperawatan

3. Bagi Mahasiswa

Dapat dijadikan sebagai tambahan informasi tentang *trait* kepribadian *neuroticism* dan *psychological well-being* dan pengaruhnya terhadap kesehatan

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk membandingkan hasil penelitian pada konteks dan partisipan yang sama atau pun yang berbeda.