

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab ini akan membahas mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian, dan manfaat penelitian.

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan tinggi dapat membantu individu memperoleh stabilitas pekerjaan, kepuasan karir, dan peningkatan finansial (Bogle, 2017). Mahasiswa perlu melewati berbagai proses akademik, seperti kegiatan tatap muka di kelas, praktikum, penyelenggaraan percobaan, dan tugas akademik lain untuk mencapai hal tersebut di masa depan (Universitas Atma Jaya Yogyakarta, 2017). Di dalam dunia keperawatan, pendidikan tinggi juga merupakan proses penting yang harus ditempuh oleh perawat. Pendidikan tinggi keperawatan penting untuk meningkatkan kualitas perawat, profesionalisme dalam aspek intelektual, interpersonal, dan teknis. Selain itu, proses pendidikan tinggi keperawatan membentuk perawat yang memiliki kompetensi yang memenuhi standar dan etik (Lestari, 2014).

Seorang pelajar akan mengalami perubahan jenjang pendidikan, semakin tinggi pendidikan yang ditekuni maka semakin tinggi kemungkinan individu tersebut mengalami stres akademik. Hal ini dibuktikan oleh penelitian United Nations (2014), yaitu sekitar 20% remaja berusia 14-24 tahun di dunia mengalami masalah mental setiap tahunnya, salah satu penyebabnya adalah stres akademik. Di Asia Tenggara, sekitar 6% mahasiswa melakukan bunuh diri akibat mengalami stres

berat di bidang akademik (WHO, 2017). Menurut Winerman (2017) jumlah mahasiswa yang bertemu dengan konselor di suatu pusat konseling di Amerika meningkat sebesar 30%. Hasilnya adalah 45% dengan keluhan stres akademik.

Stres akademik merupakan persepsi yang bersifat subjektif terhadap suatu kondisi akademik yang ditunjukkan melalui reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang disebabkan oleh tuntutan akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Stres dibagi menjadi empat bagian, yakni stres stimulus diakibatkan oleh adanya rangsangan pada individu yang bersifat membahayakan atau mengancam, stres model respons terjadi ketika seseorang merespon sumber stres, stres model adaptasi dimana individu memiliki kemampuan untuk menghadapi stres, dan stres model transaksional ketika seseorang melakukan evaluasi terhadap stres yang dialaminya (Potter & Perry, 2010).

Stres akademik dapat terjadi pada mahasiswa keperawatan akibat dari berbagai tekanan yang dialami, seperti keinginan menunjukkan prestasi, persaingan akademik, dan tuntutan tugas perkuliahan (Rahmawati dikutip dalam Barseli & Ifdil, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Matury, Lestari, dan Besral, (2018) pada mahasiswa keperawatan di Indonesia terdapat lebih dari 60% yang mengalami stres dari tingkat ringan sampai berat, secara khusus di Jakarta, ditemukan lebih dari 50% mahasiswa keperawatan mengalami stres akibat tingginya beban akademik.

Mahasiswa yang mengalami stres akademik pun seharusnya mampu mencari strategi koping yang tepat. Strategi koping adalah berbagai cara yang dilakukan

untuk mengelola stres yang dapat bersifat konstruktif atau destruktif (Stuart, 2016). Jenis strategi koping yang digunakan dan bagaimana dampaknya, tergantung pada jenis stres yang dihadapi (Evans & Kim, 2013). Ada tiga jenis strategi koping menurut Stuart (2016), yaitu *problem-focused coping* sebagai upaya langsung untuk mengatasi ancaman, *cognitive-focused coping* upaya untuk mengelola makna dari suatu masalah kemudian menetralkannya, dan *emotion-focused coping* dimana seseorang diorientasikan untuk mengurangi distress emosionalnya.

Peneliti melakukan wawancara pada sepuluh orang mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan mengenai penyebab stres akademik dan cara mengatasinya. Hasil wawancara diperoleh tujuh dari sepuluh orang mengatakan penyebab stres yang dialami disebabkan karena penurunan nilai, banyaknya tugas kuliah, dan praktik klinik. Tiga dari sepuluh orang mengatakan stres akademik yang mereka alami terjadi karena kesulitan dalam mengatur waktu dan kesulitan dalam mengerjakan tugas secara berkelompok. Strategi koping stres akademik yang dilakukan oleh tujuh dari sepuluh orang, yaitu bercerita dengan teman, menghubungi orang tua, tidur, menangis, dan mendengarkan lagu. Sedangkan tiga orang lainnya mengatasi stres akademik dengan makan, berdoa, dan bermain *game*. Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan kajian literatur tentang gambaran strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Pendidikan tinggi keperawatan penting untuk meningkatkan kualitas perawat, profesionalisme, dan kompetensi yang memenuhi standar dan etik. Akan tetapi,

dalam proses menempuh pendidikan tinggi keperawatan, mahasiswa dituntut untuk melakukan tanggung jawab akademik, seperti tugas perkuliahan, ujian, praktik klinik dan tuntutan lainnya yang cukup berat. Hal ini menyebabkan tingginya angka stres akademik pada mahasiswa keperawatan.

Koping yang efektif diperlukan oleh mahasiswa untuk mengatasi stres yang dialami. Penentuan koping setiap orang berbeda-beda tergantung respons seseorang dalam menghadapi stresor. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik melalui kajian literatur.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Kajian literatur ini bertujuan untuk menggambarkan strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik dari berbagai sumber artikel.

### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan dalam kajian literatur ini adalah “Bagaimana gambaran strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik?”

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Kajian literatur ini dapat digunakan sebagai referensi untuk menambah kelengkapan materi tentang gambaran strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1) Bagi Institusi Keperawatan

Kajian literatur ini dapat digunakan sebagai jurnal bacaan dan informasi baru dalam ilmu keperawatan.

## 2) Bagi Mahasiswa Keperawatan

Kajian literatur ini dapat digunakan sebagai sumber informasi tambahan dan bahan pembelajaran tentang strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik yang dapat digunakan dalam semua tatanan keperawatan.

## 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Kajian literatur ini dapat digunakan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang membahas tentang strategi koping mahasiswa keperawatan terhadap stres akademik.

