

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Self efficacy* dan kecemasan merupakan dua hal penting yang dialami oleh mahasiswa dan jarang diperhatikan, individu dengan perasaan ragu dan pesimis akan berpengaruh pada tingkat kecemasan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Salar et al., (2016) pada 263 responden dari seluruh mahasiswa Universitas Ilmu Kedokteran Urmia di Iran didapatkan hasil 8 (3%) orang mengalami *weak self efficacy* dan 107 (41%) orang mengalami *intermediate self efficacy*. Mahasiswa dengan gangguan *self efficacy* akan memengaruhi kemampuan dalam memecahkan masalah, menyelesaikan tugas yang diberikan, dan kemampuan dalam mengatur diri (Bulfone, 2018).

Pada mahasiswa, *self efficacy* merupakan suatu hal yang penting karena saat individu memiliki keyakinan tinggi akan kemampuan yang dimiliki menjadikan mahasiswa lebih termotivasi untuk menyelesaikan dan menekuni setiap tugas dan tindakan yang akan dihadapi, serta meningkatnya performa dan prestasi akademik (Putra & Pohan, 2018). Beberapa hal yang dapat terjadi jika seseorang memiliki *self efficacy* rendah diantaranya peningkatan kecemasan, penurunan kemampuan kognitif, dan penurunan kemampuan dalam menghadapi hambatan pencapaian pembelajaran, serta pola pikir yang mudah berubah (Ahmad & Safaria, 2013).

*Self efficacy* erat kaitannya dengan kecemasan yang dialami oleh individu khususnya pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Suratmi et al., (2019) pada 96 dari seluruh mahasiswa Pendidikan Biologi semester ganjil mengenai kecemasan, didapatkan hasil 75 orang (78,13%) mengalami kecemasan sedang dan 17 orang (17,71%) mengalami kecemasan berat. Kecemasan pada mahasiswa dapat memengaruhi motivasi belajar seseorang, serta kesiapan dalam menghadapi suatu hal yang baru (Hasnah et al., 2021).

Dampak dari meningkatnya kecemasan pada mahasiswa menyebabkan gangguan berupa kognitif atau konsentrasi yang buruk, afektif, psikomotor, gangguan motivasi belajar dan prestasi belajar. Hal ini berdasarkan pada penelitian yang dilakukan Widodo et al., (2017) pada 100 dari 125 responden mahasiswa jurusan matematika, didapatkan hasil 12,82% mahasiswa mengalami cemas dan berpengaruh pada motivasi belajar mahasiswa. Pada penelitian yang dilakukan Buhari et al., (2020) dengan 43 dari seluruh mahasiswa keperawatan yang praktik klinik di RSUD Raden Mattaher Jambi, didapatkan hasil 19,2% mengalami cemas dan merasa belum siap menghadapi praktik klinik sehingga berpengaruh pada performa mahasiswa dalam menghadapi praktik.

Upaya dalam mengatasi kecemasan diantaranya dengan melakukan teknik relaksasi pernafasan, relaksasi otot, terapi *music* dan kegiatan mentoring. (Endriyani et al., 2021). Selain itu, upaya untuk meningkatkan *self efficacy* dapat dilakukan melalui beberapa cara diantaranya kegiatan mentoring, pembuatan target dari hal kecil, pengembangan keahlian yang dimiliki, pengamatan pada orang lain yang berhasil dalam bidang yang sama dan opini positif tentang diri individu

(Prahara & Budiyan, 2018). Berdasarkan beberapa upaya diatas salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi tingkat *self efficacy* yang rendah dan kecemasan yang tinggi yaitu dilakukan kegiatan mentoring (Nimmons et al., 2019).

Kegiatan mentoring yang efektif dapat membantu individu mengembangkan *self responsibility*, membangun dukungan untuk perubahan dalam diri, dan mengatasi perilaku yang menghambat. Mentoring merupakan suatu hubungan antara seseorang yang berpengalaman dan belum berpengalaman yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan seseorang. Kegiatan mentoring dapat memengaruhi kemampuan perkembangan kognitif, emosi dan moral pada individu (Houghty & Siswadi, 2015).

Peneliti telah melakukan pengambilan data awal dengan menggunakan *google form* kepada mahasiswa khususnya mahasiswa keperawatan angkatan 2020 sebanyak 30 orang yang akan menghadapi praktik klinik di Rumah Sakit. Hasil dari pengambilan data awal yang dilakukan pada mahasiswa di satu Universitas Swasta Bagian Barat mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang berat sebanyak 11 orang (36,6%), tingkat kecemasan berat sekali 2 orang (6,6%), dan tingkat kecemasan sedang 7 orang (23,3%). Pada tingkat *self efficacy* didapatkan hasil tingkat *self efficacy* rendah sebanyak 14 orang (46,6%) dan tingkat *self efficacy* tinggi sebanyak 16 orang (53,3%). Dari study pendahuluan tersebut terdapat responden yang mengalami tingkat *self efficacy* rendah dan tingkat kecemasan tinggi walaupun mahasiswa sudah mendapatkan kegiatan mentoring meskipun kegiatan tersebut tidak secara rutin dilakukan pada mahasiswa.

Berdasarkan penjelasan diatas mengenai pentingnya *self efficacy* dan kecemasan pada mahasiswa serta studi pendahuluan tersebut terdapat responden yang mengalami tingkat *self efficacy* rendah dan tingkat kecemasan tinggi. Oleh karena itu, peneliti tertarik melihat efektivitas kegiatan mentoring bagi mahasiswa untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi kecemasan dan meningkatkan rasa keyakinan pada diri sendiri.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pentingnya *self efficacy* dan kecemasan pada mahasiswa yang tidak dapat diabaikan dan dari fenomena yang terjadi, menurunnya *self efficacy* dan meningkatnya kecemasan menjadi penyebab kurangnya kemampuan kognitif dan tingkat performa serta kurangnya keyakinan untuk mencoba hal-hal yang baru. Dari fenomena tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai efektivitas kegiatan mentoring terhadap tingkat *self efficacy* dan kecemasan pada mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini di dapatkan memiliki dua tujuan, yaitu :

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan kegiatan mentoring terhadap tingkat kecemasan dan *self efficacy* pada mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui gambaran tingkat *self efficacy* pada mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat sebelum menghadapi praktik klinik di suatu Rumah Sakit
- 2) Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat sebelum menghadapi praktik klinik di suatu Rumah Sakit
- 3) Mengetahui perbedaan tingkat *self efficacy* mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan mentoring sebelum menghadapi praktik klinik di suatu Rumah Sakit
- 4) Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan mentoring sebelum menghadapi praktik klinik di suatu Rumah Sakit

### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Bagaimana pengaruh kegiatan mentoring terhadap tingkat *self efficacy* dan kecemasan pada mahasiswa keperawatan di satu universitas swasta Indonesia Bagian Barat

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat teoritis**

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pengetahuan tentang efektivitas kegiatan mentoring sebagai salah satu cara untuk meningkatkan *self efficacy* dan menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa.

### **1.5.2 Manfaat praktikal**

#### **1) Manfaat Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat untuk mengimplementasikan kegiatan mentoring yang efektif sebagai upaya peningkatan *self efficacy* dan menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatan, serta menambah pengalaman peneliti secara langsung terhadap kegiatan mentoring.

#### **2) Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan bahan ajar dan *guideline* berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai kegiatan mentoring serta pengaruhnya pada tingkat *self efficacy* dan kecemasan seseorang.

#### **3) Manfaat bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan perbandingan atau referensi untuk penelitian dengan metode lain seperti hubungan antara *self efficacy* dan tingkat kecemasan.