

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berada di perguruan tinggi, mahasiswa menjalani fase transisi dalam mengembangkan aktualisasi dirinya. Mereka cenderung berpikir dengan matang terhadap sesuatu yang akan diraihinya, sehingga mereka memiliki pandangan yang realistik tentang diri sendiri dan lingkungannya. Namun dengan banyaknya tantangan dan masalah yang dihadapi selama masa belajarnya di perguruan tinggi, dapat menimbulkan berbagai hambatan dan kesulitan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Terlebih pada mahasiswa tingkat akhir yang mana mereka harus menyusun sebuah tugas akhir untuk pencapaian kelulusan dan memperoleh gelar akademis.

Banyak diantara mereka yang mengalami kesulitan bagaimana harus menulis tulisan ilmiahnya dalam bentuk tugas akhir. Kesulitan yang sering dihadapi diantaranya adalah : menemukan dan merumuskan masalah, mencari judul yang efektif, sistematika proposal, sistematika tugas akhir, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, kesulitan dengan standar tata ilmiah serta dana dan waktu yang terbatas. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan kecemasan.

Menurut Wilkinson (2007 dalam Ratih, 2012) kecemasan adalah suatu keresahan, perasaan tidak nyaman yang menakutkan disertai dengan respon otomatis, dan sumbernya seringkali tidak spesifik ; perasaan khawatir yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya. Kecemasan merupakan sesuatu

yang wajar oleh karena setiap orang menginginkan segala sesuatunya dapat berjalan dengan lancar dan terhindar dari segala marabahaya atau kegagalan (Purba, J., Wahyuni, S., Nasution, M., & Daulay, W, 2008). Tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa berbeda-beda tergantung pada jenis masalah dan respon dalam menghadapi masalah tersebut (Ratih, 2012). Semakin sulit masalah yang dihadapi maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami.

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan mahasiswa menjadi waspada serta meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas. Sedangkan kecemasan berat sangat mengurangi lahan persepsi individu. Individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik serta tidak dapat berpikir tentang hal lain (Stuart & Laraia, dalam Herman, 2011). Pada penelitian terdahulu, yang dilakukan oleh Purnomo (2011) mendapatkan hasil bahwa sebagian besar (48,4%) mahasiswa mengalami kecemasan ringan saat menyusun tugas akhirnya dan hanya 8,1% yang mengalami kecemasan berat.

Pada mahasiswa yang mengalami kecemasan ringan sampai sedang, akibat mengalami kesulitan dalam menyusun tugas akhirnya, tanda dan gejala yang timbul antara lain : persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif serta terjadi peningkatan kemampuan belajar. Perubahan fisiologis ditandai dengan gelisah, sulit tidur, kehilangan nafsu makan. Sedangkan pada mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kecemasan berat, dapat menyebabkan mereka kehilangan motivasi, menunda penyusunan tugas akhir, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan tugas akhirnya. Hal ini tentu sangat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa tugas akhir merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik. Selain itu, usaha dan

kerja keras yang telah dilakukan bertahun-tahun sebelumnya akan menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal menyelesaikan tugas akhirnya (Hariwijaya, 2005).

Karena ketidakmampuan mahasiswa mengatasi masalahnya sendiri, maka mereka menggunakan cara mereka sendiri untuk menyelesaikan masalah. Banyak mahasiswa yang akhirnya menentukan cara yang mereka yakini dan akhirnya menemukan penyelesaiannya yang tidak selalu sesuai dengan harapan mereka. Individu yang menghadapi stressor (tekanan) akan membentuk suatu respon yang disebut respon koping atau mekanisme koping. Lazarus dalam Carpenito (2000), mendefinisikan koping sebagai perubahan kognitif dan perilaku secara konstan berupaya untuk mengatasi tuntutan internal dan/atau eksternal khusus yang melelahkan atau melebihi sumber individu. Disaat mahasiswa mengalami kecemasan, banyak cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, seperti menggunakan koping adaptif atau maladaptive. Jika individu dalam koping adaptif, maka individu tersebut dapat berada pada tingkat kecemasan sehat (kecemasan ringan), sebaliknya jika koping individu maladaptive maka individu tersebut berada pada kecemasan berat atau panik (Videbeck, dalam Ratih, 2012).

Dari uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir di jurusan keperawatan program A angkatan 2010 Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir di jurusan keperawatan program A Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisa hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir di jurusan keperawatan program A Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir di jurusan keperawatan program A Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

1.3.2.2 Untuk mengetahui mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir di jurusan keperawatan program A Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1.4.1.1 Profesi Keperawatan Jiwa

Penelitian ini dapat menjadi wacana dan memberikan masukan kepada perawat dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang tingkat kecemasan dan mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir.

1.4.1.2 Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah perbendaharaan perpustakaan Universitas Brawijaya, sehingga dapat memperluas pengetahuan dosen maupun mahasiswa tentang hubungan tingkat

kecemasan dan mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun tugas akhir.

1.4.1.3 Penelitian Selajutnya

Untuk pengembangan penelitian, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi penelitian dimasa yang akan datang yang berkaitan dengan materi penelitian ini di bidang kesehatan khususnya keperawatan sekaligus sebagai informasi untuk penelitian lebih lanjut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran yang kiranya dapat menambah wawasan bagi peneliti.

1.4.2.2 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan tentang tingkat kecemasan mahasiswa serta mekanisme koping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan masalah.

1.4.2.3 Bagi Profesi Keperawatan Jiwa

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam memberikan asuhan keperawatan bagi mahasiswa yang mengalami kecemasan akibat penyusunan tugas akhir dan memberikan solusi untuk mengatasi kecemasan tersebut.