

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres tidak dapat dipisahkan dari setiap aspek kehidupan. Stres dapat dialami oleh siapa saja dan memiliki implikasi negatif jika berakumulasi dalam kehidupan individu tanpa solusi yang tepat. Akumulasi stress merupakan akibat dari ketidakmampuan individu dalam mengatasi dan mengendalikan stresnya. Stres adalah respon tubuh tidak spesifik terhadap kebutuhan tubuh yang terganggu. Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak fisik, sosial, intelektual, psikologis dan spiritual (Rasmun, 2004).

Mahasiswa dalam kegiatannya juga tidak terlepas dari stres. Secara umum mahasiswa menyanggah tiga fungsi strategis, yaitu sebagai penyampai kebenaran, agen perubahan, dan generasi penerus masa depan. Organisasi intra kampus merupakan suatu wadah pengembangan diri mahasiswa yang dapat memainkan tiga fungsi strategisnya. Disamping itu, organisasi memberikan *soft skill* di luar akademis yang tidak diajarkan khusus di akademik. Aktivitas berorganisasi wajar dilakukan oleh mahasiswa. Maslow 1988, (dalam Potter & Perry) menyebutkan bahwa aktualisasi diri merupakan kebutuhan manusia yang berada pada level tertinggi. Di dalam organisasi, mahasiswa dapat beraktualisasi dalam rangka mengembangkan diri secara non-akademik.

Penyebab stres pada mahasiswa berbeda antara satu individu dengan yang lain. Pada mahasiswa tingkat pertama penyebab stres dapat berupa norma dan budaya yang baru, teman kelompok baru, tugas yang banyak, perubahan pada gaya hidup yang ternyata menuntut waktu dan *self-control* yang lebih besar dibandingkan pada masa Sekolah Menengah Atas (SMA), transisi dari seorang siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa baru di Perguruan Tinggi (PT), perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai dan problem-problem akademik lainnya. Berbagai penyesuaian yang harus dihadapi oleh para mahasiswa diperberat dengan adanya faktor personal seperti jauhnya para mahasiswa baru dari orang tua dan sanak saudara, pengelolaan keuangan, problem lingkungan baru, serta problem-problem personal lainnya termasuk kegiatan organisasi (Reisberg 2005, Santrock 2003).

Mahasiswa tingkat kedua dan ketiga, stresor atau penyebab stress dapat bersumber dari kehidupan akademik maupun non akademik, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran (Heiman & Kariv, 2005).

Penelitian yang dilakukan di Arab Saudi ternyata menunjukkan bahwa stres pada mahasiswa fakultas kedokteran banyak terjadi pada tahun pertama yaitu 74,2% dan pada tahun berikutnya prevalensinya menurun (Abdulghani, 2008). Di Pakistan,

prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran tahun pertama, kedua, ketiga, dan keempat berturut-turut adalah 73%, 66%, 49%, 47%. Penelitian di Pakistan menunjukkan tingkat stres mahasiswa fakultas kedokteran tahun pertama dan kedua lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa fakultas kedokteran tahun ketiga dan keempat (Inam, 2003). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Singh Abhishek, et al. (2013) di Fakultas Keperawatan, Universitas Maharishi Markadeshwar India Utara menunjukkan tingkat stres mahasiswa keperawatan di tingkat kedua 29.66 % dan ketiga 26,28 %. Dari 2 penelitian yang ada dapat kita ketahui bahwa tingkat stres mahasiswa tingkat pertama lebih tinggi dari pada tingkat stres mahasiswa ditingkat lainnya.

Penelitian Indonesia, yang dilakukan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia pada 104 mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan didapatkan hasil stres normal 12,3%, stres 30,8%, sedang 43,3%, berat 11,5% dan sangat berat 1,9% (Purwati, 2012). Hasil penelitian lainnya dari Sumatera Utara tahun 2011 dengan jumlah sampel 90 mahasiswa kedokteran USU menunjukkan presentase stres ringan, sedang, dan berat adalah 26,7%, 22,2% dan 22,2%. Sekitar 28,9% mahasiswa kedokteran tidak mengalami stres (Dayfiventy & Nurhidayah, 2012).

Studi pendahuluan dilakukan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. Studi pendahuluan sendiri dilakukan pada bulan Oktober 2015 dengan menggunakan metode wawancara secara langsung kepada 10 orang. Dari 100% responden yang diwawancarai, 80 % menyatakan tingkat stresnya

bertambah saat mengikuti organisasi. Hal ini dikarenakan mereka harus bisa membagi waktu antara tugas-tugas perkuliahan dan tugas-tugas organisasi.

Bersatunya peran sebagai seorang pelajar dan organisator dalam diri mahasiswa tentu menjadi sebuah tanggung jawab yang besar agar kedua peran tersebut dapat berjalan dengan baik. Hal ini menjadi sangat berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya yang hanya aktif secara akademik. Mahasiswa aktivis harus mengorbankan sebagian dari pikiran, tenaga, materi, dan waktu untuk kegiatan organisasi yang diikutinya. Oleh karena itu, ini akan berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa yang mengikuti organisasi (Konferensi Nasional PPNI, 2013)

Stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh individu akan memunculkan dampak negatif. Pada mahasiswa, dampak negatif secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran dan sulit memahami pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, frustrasi, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah dan insomnia. Dampak perilaku yang muncul antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol, serta terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebih-lebihan (Spagenberg & Theron, 1998; Heiman & Kariv, 2005).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan hubungan organisasi dengan tingkat stres pada mahasiswa. Maka

dalam penelitian ini, peneliti mengambil judul : hubungan keaktifan organisasi di dalam kampus dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan keaktifan organisasi di dalam kampus dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan keaktifan organisasi di dalam kampus dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang
2. Mengidentifikasi keaktifan organisasi di dalam kampus pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang
3. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang
4. Menganalisa hubungan antara keaktifan organisasi di dalam kampus dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.

1.4. Manfaat Penelitian

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan keaktifan organisasi di dalam kampus dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, diharapkan :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah khasanah pustaka mengenai hubungan organisasi dengan tingkat stres mahasiswa. Penelitian ini juga dapat dijadikan dasar pengembangn ilmu keperawatan terutama dalam bidang kejiwaan dan komunitas

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Institusi Keperawatan

Menambah pengetahuan dan informasi tentang hubungan organisasi dengan tingkat stres mahasiswa di dalam kampus program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas brawijaya.

2. Bagi peneliti

Dapat menambah pengetahuan tentang hubungan organisasi dengan tingkat stres mahasiswa serta menambah pengalaman dan wawasan dalam hal melakukan penelitian.