

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan suatu nama yang disandang oleh seseorang yang sedang menempuh suatu pendidikan pada suatu program studi tertentu disuatu institusi. Mahasiswa memiliki peranan penting dalam memperdalam dan mengembangkan diri didalam bidang keilmuan yang ditekuninya. Mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi. Seorang mahasiswa dalam perguruan tinggi dituntut untuk segera mungkin menyelesaikan masa studinya (Abel et al., 2020)

Mahasiswa tingkat akhir merupakan sebutan yang diberikan pada mahasiswa di tahun akhir pembelajaran. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir. Mahasiswa tingkat akhir diwajibkan mengerjakan tugas akhir yang disebut skripsi sebagai syarat kelulusan. Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa membahas topic atau bidang tertentu berdasarkan berdasarkan hasil kajian pustaka yang ditulis oleh para ahli, hasil penelitian lapangan, atau hasil pengembangan dan eksperimen. Mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi dilatih serta ditantang untuk memecahkan masalah berdasarkan teori dengan pemikiran kritis melalui kegiatan yang bersifat ilmiah untuk mengujinya (Afryan, 2019)

Skripsi sering kali menjadi stressor bagi mahasiswa yang sedang menempuh tahap akhir pada jenjang perkuliahan dalam meraih gelar sarjana. Hal ini terjadi karena skripsi seingkali membuat mahasiswa merasa kesulitan serta merasa tertekan sehingga menjadi beban bagi mahasiswa dalam proses pengerjaannya. Dalam penyusunan skripsi harus melalui kegiatan seperti menentukan tema penelitian, mentukan topic atau judul penelitian dan bimbingan dengan dosen untu mendapatkan bimbingan. Kendala-kendala yang terjadi pada penyusunan skripsi memiliki dampak pada kondisi psikologis yaitu dengan munculnya stress (Abel et al.,2019). Stress didefinisikan suatu raksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan, atau perubahan (Tjin, 2019). Stress juga dapat diartikan respon maladaptif dari seseorang karena mendapatkan stressor (Stuart, 2016). Stress merupakan situasi yang terjadi ketika seseorang mengalami kesulitan berurusan dengan situasi kehidupan, masalah dan tujuan (Bastian et al., 2021)

Stress terjadi karena seseorang memandang besar akibat dari kejadian yang menegangkan dan tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya. Adapun mahasiswa yang menyusun skripsi rentan mengalami stress karena adanya tekanan yang diperoleh dari

dosen, tuntutan dari diri sendiri untuk cepat lulus dan takut kehabisan waktu studi yang telah ditentukan. Tuntutan-tuntutan yang terjadi dari proses penyusunan skripsi berdampak pada terganggunya psikologis dan mengakibatkan stress (Afryan, 2019).

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa prevalensi kejadian stress cukup tinggi hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stress dan merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di Dunia menurut WHO. Studi prevalensi yang dilakukan oleh Health and Safety Executive di Inggris didapatkan hasil bahwa angka kejadian stress lebih besar terjadi pada wanita (54,62%) dibandingkan pada pria (45,38%). Data Kesjahteraan Sosial Provinsi Jawa Tengah tahun 2006 terdapat 704.000 orang yang mengalami gangguan kejiwaan, 608.000 orang mengalami stress, dan 96.000 didiagnosa menderita kegilaan. Terkait data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) bahwa 3 per mil dari 32 juta penduduk di Jawa Tengah menderita kegilaan dan 19 per mil menderita stress. Penelitian mengenai tingkat stress pada mahasiswa yang dilakukan pada beberapa universitas di dunia terdapat prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stress sebesar 38-71% sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3%. Sementara itu prevalensi mahasiswa yang mengalami stress di Indonesia didapatkan sebesar 36,7-71,6%. Penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa khusus di Fakultas Kedokteran di Indonesia, 45,8 – 71,6% mahasiswa mengalami stress (Ambarwati et al., 2019)

Data Riset Kesehatan Dasar (2018), menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional termasuk stress untuk usia lebih dari >15 tahun naik dari 6% menjadi 9,8%. Bisa disimpulkan bahwa stress bersifat universal, yaitu semua orang dapat mengalami stress hanya saja setiap orang berbeda dalam cara pengungkapan atau mengatasinya. Hasil penelitian dari (Carsita, 2019), didapati sebanyak 28 responden (44,4%) mengalami stress berat, 25 responden (39,4%) mengalami stress sedang, dan 10 responden (15,9%) mengalami stress ringan. Berdasarkan data yang diperoleh dari (Statista, 2019), didapati di awal tahun 2018 ada sekitar 59% mengalami stress Menurut (WHO, 2014) jumlah remaja di dunia sebanyak 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Sedangkan menurut BkkbN jumlah remaja di Indonesia sebanyak 64 juta jiwa atau 27,6% dari jumlah penduduk di Indonesia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) prevalensi kejadian stress meningkat dari tahun ke tahun. Sebesar (6,0%) masyarakat Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional berupa stress, kecemasan, dan depresi. Prevalensi gangguan mental emosional (depresi, cemas dan stress) pada penduduk usia 15 tahun keatas di DIY sebesar 8,1%, diatas prevalensi nasional yaitu 6,0%. Pada kelompok usia 15-24 tahun prevalensinya sebanyak 5,6% (Kemenkes RI, 2013).

Dalam penelitian sebelumnya tingkat stres mahasiswa keperawatan tingkat IV yang menyusun skripsi terdapat 51 responden (50.0%) mengalami stres sedang, 50 responden (49.0%) mengalami stres ringan dan 1 responden (1.0%) mengalami stres berat. Selain itu penelitian yang dilakukan (Putri Rahma et al., 2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam menyusun tugas akhir mahasiswa yang mengalami stres sedang yaitu sebanyak 30 responden (41,7%). Responden yang mengalami stres sedang ditunjukkan dengan merasa menjadi marah karena hal-hal sepele (37,0%), merasa sulit untuk bersantai (36,1%), merasa sulit untuk beristirahat (29,2%) dan merasa sangat mudah marah (39,8%) (Bastian et al., 2021)

Dampak stress yang dialami mahasiswa tingkat akhir pada saat penyusunan skripsi yaitu dampak psikologis Mahasiswa rentan mengalami stress ketika proses menyusun skripsi, stress yang terjadi jika tidak ditangani akan berdampak pada terhambatnya penyusunan skripsi menurunnya nilai akademik dan lulus tidak tepat waktu (Carsita, 2019). Dampak stress psikologis yaitu biasanya mudah marah dan mengalami gangguan konsentrasi.; dampak stress spiritual biasanya jarang melakukan ibadah dan jarang berdoa, sedangkan dampak stress social yaitu terdapat gangguan komunikasi mahasiswa dengan teman sebayanya dan orang lain Maka dari dampak stress tersebut mahasiswa memerlukan dukungan dari teman sebayanya (Toru, 2019a)

Cara mengatasi masalah stress yang dialami oleh individu yang sedang menyusun skripsi adalah berbeda-beda akan tetapi intinya hampir semua individu menyelesaikan masalah stress dengan cara komunikasi pada orang, meminta dukungan orang tua meminta restu orang tua dan teman-temannya. Cara untuk mengurangi stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi dengan manajemen stress yaitu, yang pertama adalah beristirahat sejenak ketika merasa lelah saat mengerjakan skripsi yaitu tidur. Kegiatan yang ke dua untuk mengurangi stress pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi yaitu berfikir positif. Kegiatan yang ke tiga untuk mengurangi stress mahasiswa adalah berdiskusi dengan teman ketika sedang mengalami keesulitan mengerjakan skripsi. Dalam hal ini karena teman merupakan salah satu motivasi atau dukungan social yang mampu memberikan dampak lebih luas dan mendalam terhadap diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dukungan tersebut dapat berupa saran terhadap permasalahan yang dihadapi dan juga dapat berupa dukungan emosional yang mampu untuk mengindarkan mahasiswa terhadap perasaan bosan, jenuh, putus asa dan stress (Sayekti et al., 2021).

Dukungan didefinisikan proses yang memberikan energi, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku. Dukungan dapat berupa dorongan-dorongan dasar atau internal

dan intensif diluar individu. Berdasarkan dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan adalah kondisi psikologis yang mmbangkitkan, mengarahkan, menggerakkan dan mempetahankan perilaku sehingga individu dapat berbuat kreatif dan lebih baik sehingga mampu menyelesaikan tugas--tugasnya. Dukungan dapat dipelihatkan dengan adanya dukungan dari teman sebayanya untuk mengejakan tugas yang diberikan serta meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam menyusun skripsi (Pratama & Rusmawati, 2018)

Teman sebaya diartikan sebagai teman, sahabat atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat. Teman sebaya dapat didefinisikan sekelompok orang yang seumuran dan mempunyai klompok social yang sama, seperti teman sekolah atau teman bekerja. Teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan social yang sangat mempengaruhi kehidupan remaja. Adanya teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan sesuatu hal yang mutlak ada dalam kehidupan. Oleh karena itu, seseorang remaja mendapatkan perhatian yang baik dari lingkungan masyarakat berupa dukungan social juga dukungan teman-temannya (Halim, 2019).

Dukungan sosial merupakan bentuk perhatian maupun pertolongan yang berasal dari orang yang memiliki hubungan dekat seperti orang tua, keluarga, teman maupun orang lain dengan tujuan untuk membantu saat mengalami permasalahan dalam kehidupan. Bentuk dukungan social yang diperoleh dari teman sebayanya yaitu dapat berupa informasi, instrumental, emosional, penghargaan memberi motivasi, membantu mencari literature, tingkah laku tertentu, atau pun materi yang dapat menjadikan individu yang menerima bantuan merasa disayangi, diperhatikan dan bernilai. Dengan dukungan yang diterima, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat bersemangat dan yakin akan kemampuannya serta mengupayakan berbagai usaha untuk mencapai target. Dukungan social khususnya yang berasal dari teman-teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (Farah Rizki Rahmawan, 2021)

Dukungan teman sebaya memiliki peran positif terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup dengan membantu individu untuk merasa dihargai dalam kehidupan social. Dukungan teman sebaya memiliki dampak besar pada emosional, kinerja social dan akademik mahasiswa. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya adalah perasaan dihargai, dicintai, dan diakui keberadaannya dalam sebuah kelompok serta adanya bantuan yang diterima individu yang berasal dari individu maupun kelompok (M. M. Alsubaie, H.J. Stain, n.d.)

Hasil penelitian dukungan teman sebaya menunjukkan bahwa dari 71 responden yang memiliki pengaruh teman yang kurang baik, 17,1% mengalami stress berlebih sedangkan yang stress ringan 10,5%. Data juga menunjukkan bahwa dari 186 responden yang memiliki pengaruh teman yang baik, 42,4% mengalami stress ringan sedangkan sebanyak 30,0% stress berlebih. Dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,005 dengan demikian probabilitas (signifikansi) lebih kecil dari 0,05 ($0,005 < 0,05$), maka ada hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan stress mahasiswa. Dilihat dari OR (Odds Ratio) menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengaruh teman sebaya yang kurang baik mengalami stress berat sebanyak 2,3 kali di dibandingkan dengan responden yang memiliki pengaruh teman sebaya yang baik (Kountul et al., 2020)

Dalam penelitian (Wahyu Ika 2017) hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 75 responden sebagian besar yaitu 43 responden (57,3%) memiliki dukungan social teman sebaya yang cukup, 32 reponden (42,7%) memiliki dukungan osial teman sebaya yang baik, dan hampir setengahnya responden dengan tingkat stress sedang , yaitu 32 orang (42,7%). 21 responden (28%) tingkat stress ringan, 19 responden (25,3%) tingkat stress berat dan 3 responden (4%) tidak ada stress. Hasil uji statitik dengan $p=0,000 < 0,05$ dengan nilai korelai 0,489 dengan arah hubungan positif

Dalam penelitian (Bastian et al., 2021) bahwa penelitian ini dilakukan di Fakultas Keperawatan Universitas Klabat dengan jumlah sampel 102 responden dan hasil yang didapatkan dukungan teman sebaya dapat mmpengaruhi tingkat strss pada mahasiswa yang menyusun skripsi dengan nilai p value = 0,013. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah tingkat stres atau sebaliknya.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 13 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada bulan Februari 2022 di Universitas Muhammadiyah Klaten didapatkan 10 mahasiswa mengatakan stres sedang disebabkan karena sulit mendapatkan referensi yang sesuai, takut jika skripsi tidak selesai dengan waktu yang sudah ditargetkan, dosen yang sulit dihubungi, keluarga yang menuntut untuk lulus tepat waktu. Sebanyak 3 mahasiswa tidak merasakan stress karena sudah siap mengerjakan skripsi. Tanda-tanda stress yang dialami 10 mahasiswa tersebut yaitu gelisah, mual, gugup, nafsu makan berkurang dan sulit untuk tidur. .

Berdasarkan latar belakang diatas, maka pneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Stress Mahaiswa yang Menyusun Skripsi”.

B. Rumusan Masalah

Mahasiswa tingkat akhir dalam menjalani kegiatan untuk memenuhi tugas yang menjadi salah satu syarat kelulusan yaitu menyusun skripsi. Dalam menyusun skripsi mahasiswa mengalami kendala. Kendala-kendala yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan dampak pada mahasiswa yaitu stress. Stress yang dialami mahasiswa berupa kesulitan, kesulitan mendapatkan referensi, kesulitan bertemu dengan dosen pembimbing, kesulitan manajemen waktu, revisi berulang-ulang dan cemas. Stress yang dialami mahasiswa memiliki dampak dan memerlukan dukungan dari teman sebayanya.

Dukungan teman sebaya adalah perasaan dihargai, dicintai, dan diakui keberadaannya dalam sebuah kelompok serta adanya bantuan yang diterima individu yang berasal dari individu maupun kelompok.

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah yang didapatkan yaitu “ adakah hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Stress Mahasiswa yang Menyusun Skripsi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa yang menyusun skripsi.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin
- b. Mengidentifikasi dukungan teman sebaya pada mahasiswa yang menyusun skripsi.
- c. Mengidentifikasi tingkat stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi.
- d. Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan ilmiah di bidang ilmu keperawatan terkait dengan hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Klaten.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan referensi bagi institusi pendidikan tentang pentingnya dukungan teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa dalam menyusun skripsi.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat dijadikan pembelajaran dan wawasan serta gambaran penelitian yang akan datang mengenai dukungan teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa dalam menyusun skripsi

c. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi/pengetahuan dalam memberikan edukasi tentang stress pada remaja

d. Bagi Peneliti Selanjtnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan serta referensi tambahan untuk penelitian yang akan datang mengenai dukungan teman sebaya dengan tingkat stress mahasiswa dalam menyusun skripsi

E. Keaslian penelitian

1. Ireyn O. P. Sulana, Sekplin A. S. Sekeon, Eva M. Mantjoro, 2020 dengan judul Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

Stres adalah keadaan yang sering terjadi pada tubuh baik secara fisik maupun emosional apabila ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan tubuh maupun pikiran seseorang untuk bisa menyesuaikan diri. Kualitas tidur sendiri diartikan sebagai kemampuan individu dalam mencukupi kebutuhan tidurnya untuk memenuhi jumlah tidur maksimal dari NREM & REM. Pada mahasiswa skripsi gangguan tidur bisa disebabkan oleh stres. Dengan hasil mayoritas responden mendapatkan kategori stres sedang dan memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 95 orang dengan jumlah presentasi 74,2%; dilanjutkan dengan responden yang mengalami stres berat dan memiliki kualitas tidur buruk 27 orang dengan jumlah presentasi 21,1% sedangkan pada responden yang mengalami stres ringan dan memiliki kualitas tidur buruk berjumlah 6 orang dengan jumlah presentasi 4,7%. Hasil uji statistik didapatkan hasil P Value 0,000 yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional dengan desain study penelitian menggunakan pendekatan Cross Sectional Study (potong lintang).

Persamaan dalam penelitian ini yaitu pada teknik pengambilan sampling yaitu Total sampling. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu variabel terikat yaitu kualitas tidur pada penelitian yang akan dilakukan yaitu tingkat stress dan variabel bebas pada penelitian ini yaitu tingkat stress dan penelitian yang akan dilakukan yaitu dukungan teman sebaya.

2. Fira Stevani Sulva , Dina Sukma 2020 dengan judul *The Relationship of Peer Social Support with Student Learning Motivation*

Dukungan sosial teman sebaya dapat diartikan sebagai dukungan yang diberikan kepada individu oleh kelompok sebayanya berupa perhatian, kenyamanan, penghargaan dan bantuan. dukungan sosial memiliki efek positif, meningkatkan motivasi, dukungan sosial yang dirasakan, dan meningkatkan rasa ingin tahu sehingga mendukung peserta didik untuk berprestasi. Motivasi merupakan salah satu determinan penting dalam proses pembelajaran, karna motivasi belajar berperan dalam menumbuhkan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa menunjukkan dukungan sosial teman berada pada kategori tinggi dengan skor 118 dan presentase 53,2 %, motivasi belajar pada kategori tinggi dengan skor 129 dan presentase 58,1% terdapat hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi belajar dengan $r_{xy} = 0,458$

Persamaan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasional variabel bebas teman sebaya. Perbedaan penelitian ini adalah variabel terikatnya motivasi sedangkan penelitian yang akan dilakukan tingkat stress, dan teknik sampling yang digunakan teknik siple random sampling sedangkan yang akan digunakan total sampling

3. Dio Wira Patama, Diana Rusmawati 2017 dengan judul *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar dalam Program Sekolah Lima Hari di SMA N 5 Semarang*

Motivasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial merupakan perasaan dihargai, dicintai, dan diakui keberadaannya dalam sebuah kelompok serta adanya bantuan yang diterima individu. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa 79,7% siswa memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, dan 18,6% siswa memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya sangat tinggi. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana didapatkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan motivasi belajar ($r=0,500$; $p<0,001$). Nilai positif pada

koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi pula motivasi belajar. Sementara itu, siswa yang memiliki dukungan sosial yang rendah hanya 1,7%. Perbedaan pada penelitian ini yaitu mengenai variabel, pada penelitian ini variabel dependennya merupakan motivasi belajar, sedangkan penelitian yang akan dilakukan variabel dependennya tingkat stress mahasiswa menyusun skripsi.

4. Moh Salahuddin, Nurbani Yusuf, Budiono 2018 dengan judul Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Motivasi Belajar Siswa di SMP Muhammadiyah 1 Malang.

Jenis penelitian ini termasuk *ex-post facto* menggunakan metode kuantitatif, teknik pengumpulan data menggunakan dokumentasi atau kuesioner, . Uji prasarat analisis menggunakan uji normalitas dan uji linearitas, uji hipotesis menggunakan uji korelasi Product moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara pergaulan teman sebaya dengan motivasi belajar yang ditunjukkan dari hasil perhitungan yang diperoleh dengan bantuan SPSS sebesar 0,575, sedangkan r tabel dengan $N = 33$ pada taraf kesalahan 5% sebesar 0,344, sehingga ρ hitung $>$ ρ tabel ($0,575 > 0,344$). Selanjutnya ditemukan bahwa mayoritas siswa memiliki skor pergaulan teman sebaya yang berada pada kategori sedang dengan presentase 66,7% dan mayoritas siswa pada motivasi belajar juga termasuk dalam kategori sedang dengan presentase yaitu sebesar 75,8%. Perbedaan penelitian sebelumnya dilakukan di siswa SMP Muhammadiyah 1 Malang sedangkan penelitian ini dilakukan di mahasiswa universitas muhammadiyah klaten 2022. Pada penelitian ini menggunakan uji prasarat analisis menggunakan uji normalitas dan linieritas, dan uji hipotesis menggunakan uji korelasi product moment sedangkan uji yang akan dilakukan menggunakan uji sparman rank. Persamaan pada penelitian ini terdapat pada alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner