

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Mahasiswa semester satu dan dua sedang mengalami perubahan lingkungan dari masa SMA ke jenjang perkuliahan sehingga harus beradaptasi dengan lingkungan baru yang dapat menyebabkan kecemasan (Maulana, 2019) Mahasiswa Biasanya situasi pertama yang dihadapi adalah lingkungan sosial baru, bertemu dan berinteraksi dengan orang-orang baru dengan latar belakang yang berbeda, mungkin sangat berbeda dengan lingkungan saat tinggal bersama orang tua (Rahmah Muthia, 2018). Menurut (Shandy, R., Khoirunnisa, N, 2021) Mahasiswa tingkat awal diberikan tuntutan agar mahasiswa dapat beradaptasi dengan lingkungannya yaitu lingkungan perkuliahan. Penyesuaian ini merupakan hal yang pertama kali dilakukan mahasiswa dalam lingkungan perkuliahan yang sebenarnya berbeda dengan lingkungan sekolah sebelumnya.

Mahasiswa adalah seseorang yang belajar pada perguruan tinggi negeri atau swasta atau lembaga yang setara dengan universitas. Mahasiswa yang masuk diharapkan mampu beradaptasi dengan dunia baru, lingkungan baru dan suasana yang mereka alami sebagai siswa SMA dan mahasiswa baru perguruan tinggi. Perbedaan hakikat tercermin dalam kurikulum, aturan, kedisiplinan, hubungan sosial dengan dosen dan mahasiswa, perubahan gaya belajar dari SMA ke universitas, tugas kuliah, pencapaian nilai dan sistem pendidikan. Dari segi pendidikan, timbul permasalahan yang mengganggu pembelajaran mahasiswa tahun pertama seperti diperkenalkannya mata kuliah yang menggunakan SKS atau sistem kredit semester (Hotijah et al., 2021)

Kecemasan akademik adalah kecemasan yang didasari oleh rasa kurang percaya diri terhadap kemampuan seseorang untuk berhasil atau menyelesaikan tugas akademik. Serta harapan orang tua juga mempengaruhi efektivitas anak dalam mencapai hasil terbaik sesuai

keinginan orang tua, namun ketika harapan tersebut tidak sesuai dengan apa yang terjadi maka dapat memicu kecemasan akademik. Kecemasan akademik yang dialami siswa membuat siswa sulit berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengarkan dan berbicara. Setiap mahasiswa pasti menginginkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang tinggi dan sesuai dengan usahanya. Mahasiswa yang menaruh ekspektasi tinggi terhadap hasil IPK mudah mengalami kecemasan. Hal ini mempengaruhi kinerja mereka dalam tugas atau ujian. Apabila siswa tidak memperoleh hasil yang terbaik dari apa yang diharapkannya dan prestasi yang maksimal sesuai dengan apa yang di impikannya, maka hal ini akan menimbulkan dampak negatif bagi siswa seperti kurang percaya diri dan meningkatnya rasa cemas.(Novitria & Khoirunnisa, 2020)

Peran mahasiswa mempunyai tantangan tersendiri, mahasiswa dipandang lebih dewasa dan bertanggung jawab dibandingkan saat masih duduk dibangku sekolah, beberapa mahasiswa mungkin siap kuat secara fisik tetapi belum siap secara mental, kurangnya persiapan selama masa perkuliahan dapat memberikan beban psikologis pada mahasiswa baru dan dapat menimbulkan masalah psikologis seperti ketidakstabilan emosi (Khoirunnisa & Dian Kurniati, 2022). Lingkungan baru memang mengasyikan dan terkadang menimbulkan ketakutan. Begitu pula dengan mahasiswa yang baru pertama kali terbiasa dengan lingkungan universitas yang memiliki karakteristik yang berbeda dengan sekolah menengah atas. Untuk menghadapi lingkungan baru ini mahasiswa memerlukan keyakinan terhadap kemampuannya dan dapat menggunakan modal tersebut untuk terlibat aktif dalam penguasaan tugas tugas dari perguruan tinggi (Rahmah Muthia, 2018).

Mahasiswa sering kali mengalami gangguan kecemasan, salah satunya salah satunya disebabkan oleh faktor psikososial dimana mahasiswa tidak memberikan respon yang tepat dan akurat terhadap proses stressor seperti situasi lingkungan baru. Gangguan kecemasan dapat mengganggu proses belajar mengajar mahasiswa karena mengganggu pengolahan

informasi. Hal ini dapat mempengaruhi hal-hal seperti konsentrasi dan daya ingat seperti mengganggu proses belajar mahasiswa (Chandratika & Purnawati, 2014).

Adaptasi bagi mahasiswa baru merupakan perilaku yang mengarahkan pada suatu tujuan untuk bersosialisasi di lingkungan baru, oleh karena itu diperlukan interaksi sosial yang merupakan hubungan timbal balik yang dikemas dalam bentuk komunikasi, Komunikasi sebenarnya tentang membangun kesamaan dengan orang lain (Nasir, 2023). Berbagai masalah dan rintangan serta tantangan baru yang harus di dialami selama berada di dunia kampus mereka. Bahkan selama itu pula harus mereka menyesuaikan diri dengan suasana yang baru pula. Masa-masa awal kuliah merupakan perjalanan yang terasa sangat mengkhawatirkan. Rasa gembira, menyenangkan, kadang bercampur aduk pada diri mahasiswa baru (Ibrahim et al., 2019).

Kecemasan akademik merupakan masalah umum yang dialami oleh mahasiswa baru yang melakukan transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Di antaranya sistem pembelajaran yang berbeda dengan sekolah sebelumnya, jumlah tugas yang banyak, sistem evaluasi berstandar tinggi dan disiplin yang ketat. Menurut (Shandy, R., Khoirunnisa, N, 2021) kecemasan akademik merupakan akibat dari proses tubuh dan otak yang membutuhkan perhatian khusus, seperti saat sedang ujian. Kecemasan akademik di picu oleh segala hal yang berkaitan dengan pendidikan perguruan tinggi (Flett et al., 2020). Kecemasan akademik ini menyebabkan mahasiswa merasa cemas dan takut terhadap situasi khusus, takut terhadap nilai mereka, dan berfikir bahwa kinerja mereka buruk.

Tingkat kecemasan akademik tertinggi adalah di antara mahasiswa tahun pertama dan tahun akhir yang biasanya menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan. Mahasiswa tahun pertama mengalami kecemasan akademik pada semester pertama dan kedua karena perubahan lingkungan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Mahasiswa tahun pertama umumnya mengalami tingkat kecemasan akademik yang relatif tinggi,

karena jenjang pendidikan yang lebih tinggi tentunya membawa banyak perubahan bagi mahasiswa baru dan memerlukan kemampuan beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. (Rinera & Retnowati, 2020)

Kecemas yang berlebihan dapat menimbulkan akibat negatif seperti Disfungsi sosial individu yang menghambat mahasiswa mencapai potensi maksimal dan beradaptasi dengan lingkungannya (Kartika, 2020). Akibat

lainnya adalah tekanan psikologis yang terus menerus, menurunnya konsentrasi dan perhatian yang signifikan, sehingga mengakibatkan buruknya hasil kinerja mahasiswa (Cheong et al., 2021).

Untuk mengurangi kecemasan ada beberapa caranya yaitu yang pertama Teknik relaksasi nafas dalam merupakan salah satu bentuk keperawatan dimana biasanya perawat mengajarkan atau melatih klien mengenai kemampuan dan kapasitas nafas dalam secara efektif untuk meningkatkan kapasitas vital dan paru. Tarik nafas dalam merupakan kegiatan yang juga dapat dilakukan mahasiswa secara mandiri untuk mengatasi berbagai ketegangan yang dimilikinya dalam proses mengikuti perkuliahan (Verawaty & Widiastuti, 2020). Lalu berikutnya ada Teknik relaksasi otot progresif dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan karena dapat menekan saraf simpatis sehingga secara timbal balik mengurangi perasaan tegang individu sehingga menimbulkan counter conditioning (penghilang). Selain relaksasi nafas dalam, terapi otot progresif penelitian ini juga menggunakan teknik guide imagery dimana teknik guide imagery menggunakan pikiran responden saat menggerakkan tubuh untuk melakukan refleksi penyembuhan diri dan menjaga kesehatan atau relaksasi dengan melibatkan seluruh indera dalam tubuh termasuk sentuhan, penciuman, penglihatan dan pendengaran. (Handayani & Rahmayati, 2018)

Pada tahun 2015 sebanyak 3,6% dari populasi dunia atau setara dengan 264 juta individu merasakan kecemasan dan perempuan lebih sering merasakan cemas dibandingkan laki-laki (WHO, 2017). Di Indonesia prevalensi depresi dan kecemasan sebagai gejala dari masalah kesehatan

mental emosional yang terjadi pada interval usia 15-24 tahun terjadi sebanyak 6,2% dari 157.695 orang . Pada 2018 di provinsi jawa tengah menyatakan tercatat sejumlah 7,71% usia remaja mengalami kecemasan atau ansietas kemudian prevelensi kecemasan mengalami peningkatan dari tahun 2013 terdapat sebanyak 4,7% dari hasil tersebut peningkatan kecemasan mencapai 3,01% sedangkan kota Semarang memiliki prevelensi tingkat kecemasan adalah sebesar 5,8% di provinsi jawa tengah gangguan kecemasan tertinggi yaitu di kota Jepara sebesar 12,77% serta angka kecemasan terendah terjadi di kota Grobogan adalah sejumlah 4% (Risksedas,2018) .Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa 51,7% mahasiswa baru memiliki tingkat kecemasan di level mild-moderate (Suryaningrum, 2021). Hal ini didukung oleh penelitian lainnya yang mendapati hasil bahwa pada mahasiswa baru mengalami kecemasan di tahap kecemasan sedang 30,9% dan kecemasan berat 61,8% (Anshori & Sianturi, 2023).

Kecemasan suatu tindakan yang dibutuhkan di kehidupan, akan tetapi jika tingkat cemas akan mengelisahkan kehidupan seseorang baik kualitas ataupun kuantitas. Kecemasan muncul disebabkan adanya tanggapan tentang keadaan stress, kondisi tersebut timbul dalam berbagai kehidupan ataupun gangguan sakit, sedangkan itu kecemasan bisa memunculkan respon tubuh yang akan terjadi secara berulang, bagaikan rasa kosong di perut, sesak nafas, jantung berdebar, keringat banyak, sakit kepala, rasa seperti ingin buang air kecil dan buang air besar, perasaan ini diikuti perasaan ingin bergerak untuk lari menghindari dari yang dicemaskan.(Budiarto et al., 2021)

Lingkungan perkuliahan berbeda dengan lingkungan sekolah sebelumnya, maka mahasiswa baru harus mampu beradaptasi dengan lingkungan baru yang belum pernah mereka alami sebelumnya, pemahaman langsung tentang dunia perkuliahan berpikir kritis dan lain-lain. Analisis melalui tugas, magang, ujian, dan presentasi dan mematuhi peraturan sistem akademik lainnya. Permasalahan yang timbul pada proses penyesuaian tidak

hanya permasalahan akademik saja namun juga permasalahan lingkungan sosial universitas, permasalahan yang dihadapi antara lain perpisahan dengan keluarga, permasalahan dengan tempat tinggal baru, perbedaan latar belakang sosial teman baru di universitas. Mahasiswa harus siap menerima tantangan psikologis dan sosial (Shandy, R., Khoirunnisa, N, 2021)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada 10 mahasiswa baru prodi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah klaten, menunjukkan bahwa 5 mahasiswa baru mengatakan mereka syok saat masuk diperkuliahan dan merasa khawatir tentang akan dilaksanakannya *ujian skill lab* serta salah satu diantara mereka ada yang mendapatkan nilai jelek dikarenakan mata kuliahnya ada yang sulit dia Dan 5 lainnya beranggapan bahwa, sebagai mahasiswa baru mereka merasa was-was karena menurut mereka diperkuliahan harus aktif dan tidak bisa seperti sekolah dulu yang bisa santai serta dulu waktu pada saat sekolah mereka mencatat di papan tulis jadi semua materi bisa dipelajari sedangkan pada saat kuliah yang di share hanya intinya sedangkan pemaparan dijelaskan melalui ceramah, jadi waktu kuliah terkadang materi hanya difoto saja dan tidak dicatat dibuku oleh karena itu mereka menjadi merasa malas untuk belajar serta bisa mempengaruhi nilainya.

Dan 2 lainnya mengatakan, perkuliahan adalah seperti memiliki kehidupan baru bagi mereka. 1 diantaranya itu mengatakan bahwa di lingkungan perantauan ini harus beradaptasi dengan lingkungan yang ada disini serta mengatakan terpaksa kuliah di Klaten terkadang juga merasakan tidak percaya sama diri sendiri apalagi waktu presentasi untuk pertama kali dia merasakan grogi tidak karuan yang menyebabkannya tidak jadi presentasi lalu digantikan oleh teman sekelompok lainnya dan dia merasakan bahwa di kelas merasa sendirian tidak ada teman main dikarenakan ada permasalahan dengan temannya. Mereka merasa lingkungan perkuliahan sangat berbeda dengan lingkungan sekolah serta mereka khawatir tentang pertemanan yang bersifat individualis jadi kalau

ada hal yang ingin ditanyakan dia bingung mau bertanya kepada siapa, merasa jurusan yang dipilih tidak sama dengan jurusan sekolah sebelumnya, melakukan presentasi secara *offline*, merasa cemas dengan tugas yang diberikan oleh dosen yang terkadang sulit dipahami menyebabkan mereka menunda mengerjakan tugas dan malas lalu mengerjakan tugas hanya asal asalan yang penting mengerjakan oleh karena itu bisa berdampak pada nilainya, sulit fokus dalam perkuliahan karena berbagai konsentrasinya, khawatir tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dan merasa cemas karena sebentar lagi akan menjalani ujian skill lab dan praktek klinik untuk pertama kali.

Dampak dari kecemasan akademik tersebut adalah dapat mengakibatkan konsentrasi dan perhatian mahasiswa menjadi terganggu, kurangnya rasa percaya diri, menurunnya nilai akademik, kecemasan tersebut dapat mendorong mahasiswa menjadi motivasi belajarnya menurun sehingga dapat menjadikannya malas belajar.

Melihat fenomena yang ada, penulis tertarik untuk mengambil studi kasus Asuhan keperawatan jiwa pada mahasiswa tingkat satu dengan kecemasan prodi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Klaten.

## **B. Batasan Masalah**

Batasan masalah pada studi kasus ini Asuhan keperawatan jiwa pada mahasiswa tingkat satu dengan kecemasan prodi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah klaten.

## **C. Rumusan Masalah**

Dunia perkuliahan sangat jauh berbeda dengan kehidupan semasa sekolah dulu bahkan kata orang-orang dunia perkuliahan adalah masa yang penuh tantangan. Peralihan dari siswa menjadi mahasiswa serta jurusan yang berbeda dengan jurusan waktu masa sekolah serta lingkungan yang berbeda menjadi penyebab kecemasan muncul. Terdapat mahasiswa tingkat

satu Prodi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah klaten. Kemudian peneliti hanya membutuhkan 2 responden untuk studi kasus ini.

Dari latar belakang diatas menunjukkan bahwa rumusan masalah pada studi kasus ini adalah Bagaimana Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Mahasiswa Baru Prodi DIII Dengan kecemasan di Universitas Muhammadiyah Klaten ?

#### **D. Tujuan Penelitian**

##### 1. Tujuan umum

Untuk memberikan “Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan dengan Kecemasan di Universitas Muhammadiyah Klaten”

##### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pengkajian asuhan keperawatan jiwa dengan masalah kecemasan
- b. Mendeskripsikan diagnosa asuhan keperawatan jiwa dengan masalah asuhan keperawatan kecemasan
- c. Mendeskripsikan rencana asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan
- d. Mendeskripsikan tindakan asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan
- e. Mendeskripsikan evaluasi asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan.
- f. Menganalisis dengan menggunakan teori asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan

##### 3. Manfaat penelitian

###### a. Teroritis

Hasil penelitian pada karya tulis ilmiah ini sebagai tambahan referensi pada mata kuliah keperawatan jiwa. Sebagai tambahan

ilmu tambahan pengetahuan tentang keperawatan jiwa khususnya kecemasan.

b. Praktik

1) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang beberapa metode untuk mengurangi kecemasan.

2) Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sarana edukasi kepada mahasiswa tingkat awal dalam menghadapi perguran tinggi.

3) Bagi Institusi

Diharapkan dapat meningkatkan peran pembimbing akademik dalam memberikan konseling terutama bagi mahasiswa tingkat awal.

4) Bagi Penulis dan Penulis Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan untuk diri penulis sendiri, serta menambah wawasan untuk di masa yang akan datang dan untuk referensi bagi penulis selanjutnya.