

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah sebutan yang diberikan pada seseorang yang sedang menuntut ilmu di sebuah perguruan tinggi pada prodi tertentu di instansi perguruan tinggi swasta maupun negeri. Mahasiswa mempunyai tanggung jawab untuk menguasai dan memperdalam ilmu yang dipelajarinya. Mahasiswa diartikan sebagai individu yang sedang mengikuti proses pembelajaran pada sebuah perguruan tinggi. Seorang mahasiswa diharuskan mengikuti pendidikan dengan baik dan menyelesaikan masa studinya (Abel et al., 2019).

Mahasiswa tingkat akhir adalah individu yang memasuki semester terakhir dalam pembelajaran pada tingkat perguruan tinggi. Skripsi ialah sebutan yang dipakai untuk menggambarkan suatu penelitian suatu permasalahan yang dilakukan secara ilmiah dengan didasari oleh ketentuan yang ada, skripsi memuat beberapa hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dan para ahli pada bidang tertentu. Tujuan diadakannya skripsi adalah untuk memberikan pengalaman dan pembelajaran kepada mahasiswa untuk melakukan sebuah penelitian permasalahan yang sejalan dengan jurusan yang diambil oleh seorang mahasiswa. Pada mahasiswa di tingkat akhir diharapkan bisa mengkolaborasikan antara ilmu serta kemampuan dalam memecahkan dan pemberian solusi dalam permasalahan yang diteliti (Kurniawati & Setyaningsih, 2020).

Menyusun skripsi merupakan tahapan terakhir dalam pendidikan akademis pada mahasiswa, namun seringkali skripsi menjadi penyebab stres yang dialami mahasiswa. *Stressor* yang berlebihan bisa menimbulkan permasalahan. Misalnya mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi hingga tidak mampu menyelesaikannya, sehingga skripsi tidak selesai dan masa studi diperpanjang, hal itu menyebabkan beban psikologis pada mahasiswa. Hambatan yang terjadi pada saat penyusunan skripsi berpotensi menyebabkan terjadinya stres pada mahasiswa (Gamayanti et al., 2018).

Stres adalah ketidakstabilan antara jasmani dan rohani yang timbul akibat dari tertekan akibat masalah yang sukar untuk ia tangani (Prastowo, 2023). Stres juga dapat diartikan sebagai keadaan seseorang merasa terbebani oleh suatu permasalahan

(Dwi Ananda & Apsari, 2020). Stres ialah kondisi ketidaknyamanan disebabkan individu mengalami perubahan dalam emosinya akibat keadaan yang tidak kondusif pada kehidupan serta *problem* yang terus muncul pada individu (Armanu et al., 2021).

Stres umumnya muncul pada individu yang takut tidak mampu mengatasi kesulitan dalam hidup mereka dan memiliki pemikiran negatif tentang masa depan. Seseorang yang sedang mengerjakan tugas akhir berpotensi mengalami stres pada saat proses penulisan skripsi karena kurangnya minat dan motivasi dalam mengamati permasalahan, ketidakmampuan menentukan judul yang tepat untuk pokok bahasan, sulitnya mengambil referensi penelitian, dan takut bertemu dengan dosen pembimbing dan merasa putus asa terhadap kemajuan temannya dalam penyusunan skripsi. Tekanan yang terus menerus pada saat mengerjakan skripsi menimbulkan permasalahan psikologis dalam diri individu yang berujung pada stres. (Wardani & Syah, 2022).

Dampak dari stres yang tidak diatasi adalah depresi berat yang menyebabkan berkurangnya minat dalam aktivitas sehari-hari, masalah psikologis yang lebih serius seperti gangguan kecemasan atau gangguan makan, nilai akademik yang rendah sehingga menyebabkan berkurangnya kemampuan belajar, gangguan tidur yang menyebabkan ketidakseimbangan hormon. dan ketidakmampuan untuk beristirahat dengan baik, rasa cemas yang berkepanjangan dan menjengkelkan, pikiran untuk bunuh diri yang mengarah pada tindakan yang merugikan, serta dampak negatif bagi kesehatan seperti peningkatan risiko penyakit jantung, gangguan pencernaan dan penurunan imunitas tubuh (Aris et al., 2019).

WHO (*World Health Organization*) mengungkapkan bahwa angka peristiwa stres relatif tinggi dengan hampir 350 juta orang di seluruh dunia mendapati stres dan menjadi permasalahan yang paling umum dengan menduduki posisi keempat di seluruh dunia (Nainar & Maisarah, 2022). *Health and Safety Executive* yang berada di Inggris melakukan survey prevalensi dan didapati hasil yang menunjukkan bahwa kejadian stres lebih tinggi dialami oleh perempuan dengan hasil persentase (54,62%) sedangkan untuk laki-laki lebih rendah dengan hasil persentase (45,38%). Studi pengkajian mengenai tingkatan stres di mahasiswa yang dilaksanakan di sejumlah perguruan tinggi di dunia didapatkan prevalensi mahasiswa yang mendapati stres

berkisar 38-71% dan di Asia berkisar 39,6-61,3%. Sedangkan prevalensi yang didapatkan pada sejumlah mahasiswa yang ada di Indonesia berkisar 36,7-71,6%. Penelitian yang dilaksanakan di beberapa Fakultas Kedokteran di Indonesia berkisar 45,8-71,5% mahasiswa mendapati stres akademik (Ambarwati et al., 2019).

Berdasarkan data yang bersumber dari Data Riset Kesehatan Dasar (2018) memaparkan bahwa prevalensi masalah emosional termasuk stres pada generasi muda >15 tahun berkisar 9,8%. Bisa dikatakan bahwa stres bisa dialami seluruh individu yang berada di situasi sulit dan cara mengatasinya berbeda. Di Jawa Tengah, angka tingkat stres yang dialami oleh generasi muda di tahun 2013 menunjukkan hasil persentase (4,7%) kemudian meningkat dengan hasil persentase (7,7%) pada tahun 2018. Kejadian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi stres pada generasi muda >15 tahun di Jawa Tengah dan membutuhkan upaya untuk mengatasi hal tersebut (Suhada & Fajrin, 2021).

Berdasarkan penelitian tentang tingkatan stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan tugas akhir yang dilakukan oleh (Carsita, 2019) menunjukkan bahwa 28 orang didapati stres berat dengan hasil persentase (44,4%) 25 orang didapati stres sedang dengan hasil persentase (39,4%) dan sebanyak 10 orang didapati stres ringan dengan hasil persentase (15,9%).

Stres yang dialami mahasiswa dapat menyebabkan beberapa dampak pada mahasiswa, pada individu yang sedang menyusun skripsi biasanya akan lebih berpotensi mengalami stres secara psikologis. Pada hal ini jika tidak mendapatkan penanganan yang sesuai akan mengganggu proses penyusunan tugas akhir tersebut sehingga menyebabkan individu tidak bisa menyelesaikan studinya secara tepat waktu (Carsita, 2019). Adapun gejala yang muncul pada individu yang mengalami stres secara psikologis adalah emosinya tidak stabil, tidak memiliki semangat dan sulit fokus pada saat mengerjakan sesuatu (Permatasari et al., 2021).

Pada masing-masing individu memiliki metode yang berbeda untuk menangani stres yang terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Metode yang digunakan dalam menangani stres dengan manajemen stres adalah, metode pertama istirahat yang cukup untuk menghindari kelelahan saat sedang menyusun tugas akhir. Metode kedua yang perlu dilakukan adalah dengan berfokus pada hal yang positif dan percaya bahwa dengan hal itu bisa membawa pada keberhasilan. Metode yang ketiga adalah meminta bantuan pada teman saat

mengalami *problem* saat sedang menyusun tugas akhir. Metode yang keempat adalah melaksanakan aktivitas lain yang bersifat positif seperti meningkatkan spiritualitas yang baik. Meningkatkan spiritualitas yang baik bisa berupa pendekatan diri kepada Tuhan untuk membantu mengatasi permasalahan dengan melakukan praktik keagamaan sesuai agama yang dianut, dengan hal ini bisa membantu mahasiswa untuk menghindari dari kemungkinan terjadinya stres, perasaan tak berdaya dan kejenuhan yang terjadi saat proses penyusunan tugas akhir (Nabila & Sayekti, 2021).

Spiritualitas merupakan kepercayaan akan sesuatu yang lebih besar seperti Tuhan yang diyakini oleh seorang individu dan dijadikan sebagai pedoman dalam mencari makna kehidupan (Gagahriyanto, 2023). Spiritualitas adalah keinginan untuk memperoleh makna dan arah dalam hidup seseorang. Individu dengan spiritualitas yang kuat menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tantangan yang mereka hadapi. Individu dengan spiritualitas yang kuat memiliki motivasi yang lebih tinggi, lebih sedikit kecemasan, memiliki ketenangan saat menghadapi tantangan, dan pandangan yang positif terhadap masa depan (Cahyani & Akmal, 2017).

Spiritualitas merupakan cara yang efektif untuk mengatasi stres. Pentingnya spiritualitas pada individu terletak pada kemungkinan mereka mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Seorang mahasiswa yang menghadapi tantangan dalam menyelesaikan tugas akhir akan tetap tangguh karena dukungan yang tidak tergoyahkan dari iman mereka kepada Tuhan (Arung & Aditya, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Budiyati & Sufi, 2022) menunjukkan bahwa terdapat 71 orang (83,5%) memiliki spiritualitas tinggi. Sedangkan 45 orang (52,9%) memiliki tingkat stres normal. Oleh karena itu dapat disimpulkan, bahwa terdapat hubungan antara spiritualitas dan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Desember 2023 didapati populasi mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan tahun ajaran 2023/2024 sejumlah 67 mahasiswa. Kemudian dilakukan wawancara di Universitas Muhammadiyah Klaten dengan mengambil 10 responden mahasiswa tingkat akhir D3 Keperawatan dan 5 responden mahasiswa tingkat akhir S1 Ilmu Keperawatan yang dalam tahap penyusunan tugas akhir. Adapun studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 mahasiswa dari D3 Keperawatan tersebut beragama Islam. Berdasarkan wawancara

yang dilakukan, sebanyak 8 mahasiswa rajin beribadah dan 2 mahasiswa lainnya cenderung malas beribadah. Didapati sebanyak 5 mahasiswa mengalami stres, faktor penyebab terjadinya stres adalah kurangnya motivasi dan kesulitan dalam mencari sumber referensi. Tanda-tanda stres yang dialami oleh 5 mahasiswa tersebut adalah muncul perasaan tidak tenang dan penurunan nafsu makan. Kemudian sebanyak 5 mahasiswa tidak mengalami stres karena rajin melakukan ibadah dengan harapan meminta kemudahan kepada Allah. Adapun studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan terhadap 5 mahasiswa tingkat akhir menunjukkan sebanyak 4 mahasiswa rajin beribadah dan mahasiswa cenderung malas beribadah. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, didapati sebanyak 3 mahasiswa mengalami stres, faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa akibat tuntutan akademik yang tinggi dan sulit dalam mencari sumber referensi. Tanda-tanda stres yang dialami 3 mahasiswa tersebut adalah muncul perasaan tidak tenang dan waktu istirahat terganggu. Disisi lain sebanyak 2 mahasiswa tidak mengalami stres akibat telah melakukan persiapan dan rajin beribadah. Dapat disimpulkan bahwa peran spiritualitas memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi stres akademik, meskipun tantangan yang dihadapi keduanya berbeda. Diperlukan upaya lebih lanjut dalam memahami dan mengatasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa kedua program studi tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh peneliti beserta dengan fenomena yang terjadi pada saat ini. Mahasiswa yang memasuki semester akhir dalam perguruan tinggi cenderung memiliki banyak pikiran atau ketakutan tersendiri dalam menyusun skripsi atau tugas akhir. Di Indonesia, sebanyak 36,7-71,6 % mahasiswa mengalami stres akademik. Dalam penelitian sebelumnya sebanyak 44,4% mahasiswa mengalami stres berat saat mengerjakan tugas akhir. Beberapa faktor dapat menjadi penyebab mahasiswa stress saat mengerjakan tugas akhir yaitu tidak mempunyai semangat, kesulitan dalam menentukan topik yang akan dibahas, sulit mengambil acuan dalam penelitian, takut untuk bertemu dosen pembimbing dan merasa tertekan dalam proses penyusunan tugas akhir. Untuk menanggulangi stres tersebut, diperlukan spiritualitas dengan harapan bahwa spiritualitas bisa memberikan perasaan damai, harapan dan tujuan yang lebih besar pada hidup seseorang.

Berdasarkan masalah yang sesuai dengan latar belakang menjadi dasar bagi penulis untuk merumuskan masalah penelitian “Apakah Ada Hubungan Antara Spiritualitas Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten.

2. Tujuan Khusus

Beberapa tujuan dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi kriteria responden meliputi usia, jenis kelamin, agama, status sosial ekonomi dan status keluarga
- b. Mengidentifikasi tingkat spiritualitas pada mahasiswa tingkat akhir
- c. Mengidentifikasi tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir
- d. Menganalisis hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dan menambah referensi dalam perkembangan ilmu keperawatan jiwa mengenai hubungan spiritualitas dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan bisa menambahkan bahan referensi pada lembaga pendidikan di bidang ilmu keperawatan mengenai pentingnya spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan dan menjadi memberi pemahaman pada mahasiswa mengenai spiritualitas dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

c. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan informasi untuk pemberian edukasi pengetahuan tentang stres untuk remaja.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dan memberi penambahan informasi bagi penelitian selanjutnya mengenai spiritualitas dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian pertama dilakukan oleh Rocham Basuki, Wijayanti Fuad, Nurul Ariani Rahmayanti Oimori (2020) dengan judul “Hubungan *Spiritual Quotient* Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fk Unimus”. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu deskriptif observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian yang digunakan yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Pengambilan sampel menggunakan yaitu *total sampling*. Instrument yang digunakan dalam pengambilan data menggunakan DASS 42. Uji statistik menggunakan *Spearman rho*. Analisis bivariat menggunakan uji nonparametrik correlations Spearman's

rho menunjukkan nilai korelasi $r = -0,310$ dengan p-value sebesar 0,008, yang lebih kecil dari 0,05. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *spiritual quotient* dan tingkat stres pada mahasiswa FK Unimus

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel terikatnya dan pada teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *total sampling*. Perbedaan penelitian ini adalah variabel bebasnya *spiritual quotient* sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah spiritualitas dan metode yang digunakan metode deskriptif observasional sedangkan yang akan digunakan adalah deskriptif korelasional.

2. Penelitian kedua dilakukan oleh Mohanand Ramadan, Khalid Kheirallah, Tareq Saleh, Enas Shorman (2022) dengan judul “*The Relationship Between Spirituality and Post-Traumatic Stress Symptoms in Syrian Adolescents in Jordan*”. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif observasional. Populasi yang digunakan yaitu remaja pengungsi Suriah di Yordania sebanyak 418 orang. Pengambilan sampel menggunakan yaitu *purposive sampling*. Instrument yang digunakan dalam pengambilan data menggunakan kuesioner tentang gejala stress pasca trauma (PTSS). Uji statistic menggunakan uji korelasi *pearson*. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara tingkat spiritualitas dan tingkat keparahan gejala PTSD pada remaja pengungsi Suriah.

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya. Perbedaan penelitian ini adalah metode yang digunakan kuantitatif observasional sedangkan yang akan digunakan adalah deskriptif korelasional dan teknik sampling yang digunakan *purposive sampling* sedangkan yang akan digunakan adalah teknik *total sampling*.

3. Penelitian ketiga dilakukan oleh Nurul Baeti Izza & Anwar Sutoyo (2022) dengan judul “*Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Kemampuan Coping Stress Siswa SMA Negeri 1 Karanganyar Demak*”. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi yang digunakan yaitu seluruh siswa SMA Negeri 1 Karanganyar Demak. Pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Pengambilan data penelitian ini disusun melalui cara konstruk teori, menyusun blueprint, membuat instrumen dengan pertimbangan ahli, melakukan uji coba, revisi jika ada perbaikan, dan

instrumen siap digunakan. Hasil analisis korelasi product moment menunjukkan nilai korelasi ($r=0,590$) dan nilai signifikansi ($p=0,000 < 0,05$). Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kemampuan coping stress siswa SMA Negeri 1 Karanganyar Demak.

Persamaan penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasional. Perbedaan penelitian ini terletak pada teknik sampling yang digunakan *proportionate stratified random sampling* sedangkan yang akan digunakan adalah teknik *total sampling*.

4. Penelitian keempat dilakukan oleh Dinda Daisya Putri, Niken Yuniar Sari, Riri Novayelinda (2023) dengan judul “Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Riau”. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan yaitu seluruh mahasiswa akhir program A di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrument yang digunakan dalam pengambilan data menggunakan DSES-*Ina*. Uji statistic menggunakan *chi square*. Analisis statistik menggunakan uji chi-square menghasilkan nilai p-value sebesar 0,536, yang menunjukkan bahwa hipotesis nol tidak ditolak, yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat spiritualitas dengan *academic burnout* pada mahasiswa akhir Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

Persamaan penelitian ini terletak jenis penelitiannya deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dan pada teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *total sampling*. Perbedaan penelitian ini adalah variabel terikatnya *academic burnout* sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah tingkat stress.