

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Proses dalam perkuliahan di perguruan tinggi dari awal sampai dalam tahap sarjana tidaklah mudah, adapun masalah-masalah yang mungkin dialami oleh mahasiswa dalam menjalani proses perkuliahan hingga menjadi seorang sarjana seperti program studi yang tidak sesuai, penugasan materi yang tidak dipahami dan proses skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Skripsi merupakan syarat wajib bagi seorang mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana. Skripsi adalah suatu karya tulis ilmiah yang mengangkat sebuah topik atau permasalahan yang terjadi yang sesuai dengan jurusan yang diambil oleh seorang mahasiswa. Mahasiswa yang telah sampai dalam tahap skripsi umumnya telah menyelesaikan SKS yang diambil yang ditetapkan oleh institusi. Rata-rata mahasiswa tingkat akhir pasti akan mengalami stress sehingga tidak menutup kemungkinan untuk membuat mahasiswa tersebut menjadi malas dan lalai dalam mengerjakan tugas akhirnya (Maanesh, 2009).

American College Health Association National College Health Assessment (ACHA-NCHA) pada tahun 2011 meneliti perjalanan mahasiswa dari tahun kedua hingga empat dari berbagai institusi pendidikan di Amerika dan didapatkan hasilnya ada 30% dari mahasiswa yang menyatakan bahwa merasa tertekan hingga tidak dapat berbuat apa-apa terutama pada saat mahasiswa itu berada pada tingkat akhir (Krisdianto dan Mulyanti, 2015).

Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang sedang berada dalam proses mengerjakan tugas akhir atau skripsi dan biasanya pada saat inilah mahasiswa akan menjadi stres dan bahkan depresi dalam menjalanannya (Krisdianto & Mulyanti, 2015). Menghindar dari masalah atau lari dari masalah yang akan berujung pada penumpukan masalah di kemudian hari akan membuat individu tersebut semakin tertekan dan akan beralih pada hal-hal yang tidak baik seperti makan, minum-minuman keras, merokok, atau menggunakan obat-obatan dengan tujuan untuk menghilangkan masalah sesaat, padahal hanya merupakan upaya untuk menunda masalah dan bukan menyelesaikan masalah (Nasir dan Muhith, 2011).

Masalah yang dialami oleh mahasiswa secara terus-menerus akan membuat ia menjadi depresi yang akan berdampak pada tugas akhir (skripsi) mahasiswa tersebut, yang pada dasarnya mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester atau enam bulan masa kuliah. Hanya saja masih banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari enam bulan untuk menyelesaikan skripsi, hal ini dapat menyebabkan mahasiswa tersebut menjadi tidak peduli dan bahkan acuh tak acuh dengan skripsinya sehingga yang terjadi kemudian adalah keterlambatan dalam penyelesaian studi (*congestion*) dan tidak jarang berujung pada pengeluaran mahasiswa (*drop out*) (Ganda, 2010).

Stress berdampak pada individu, adapun dampak-dampak dilihat dari adanya kejenuhan atau kebosanan, sistem imun menurun, hal tersebut juga dirasakan mahasiswa yang mengalami stress dalam proses penyusunan skripsi

dampak baik dari gangguan fisik dan gangguan mental ditandai dengan berat badan menurun, radang tenggorokan, motivasi berkurang, malas dan bosan. Dampak stress pada mahasiswa yaitu mahasiswa bingung menyusun skripsi, mahasiswa malas menyusun skripsi, mahasiswa menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi, kehilangan motivasi, frustrasi dan rendah diri (Husaini, 2012).

Tidak semua mahasiswa akan menjadi stres dan malas dalam mengerjakan skripsinya jika mengalami keterlambatan, semua tergantung dari mekanisme coping mahasiswa tersebut. Mekanisme coping adalah satu cara yang dapat digunakan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah, mengatasi suatu perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku (Nasir & Muhith, 2011). Semakin baik (adaptif) mekanisme coping seseorang maka semakin kecil kemungkinan seseorang tersebut mengalami stres, tetapi sebaliknya semakin jelek (maladaptif) mekanisme coping seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang tersebut menjadi stres dan bahkan dapat menjadi depresi (Azizah, 2011).

Mekanisme coping menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam Nasir dan Muhith (2011) terdiri dari mekanisme coping yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) dan mekanisme coping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*). *Problem-focused coping* mengarah pada penyelesaian masalah dan coping ini muncul saat kondisi yang mengancam masih ada kemungkinan untuk berubah dan dapat diperbaiki, yang termasuk *problem-focused coping* antara lain *confrontive coping*, *seeking social support*,

dan planful problem-solving. Emotion-focused coping merupakan sekumpulan proses kognitif yang diarahkan untuk mengurangi penderitaan emosional seperti menghindari dan mencari nilai positif dari peristiwa yang negatif dan coping ini muncul pada keadaan yang mengancam, berbahaya, dan menantang yang sudah tidak dapat diubah lagi kondisinya. *Emotion-focused coping* antara lain *self controlling, distancing, positive reappraisal, accepting responsibility dan escape-avoidance.*

Mekanisme coping terbagi menjadi dua yaitu mekanisme coping adaptif dan maladaptif. Mekanisme coping adaptif adalah mekanisme coping yang mendukung dari fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang, dan aktivitas konstruktif. Mekanisme coping maladaptif adalah suatu mekanisme coping yang menghambat dari fungsi integrasi, memecahkan pertumbuhan, menurunkan otonomi, dan cenderung menguasai lingkungan (Stuart dan Sundeen, 1995 dalam Nasir & Muhith, 2011).

Hasil penelitian Susi dkk (2019) menunjukkan dari 62 responden yang terdiri dari laki-laki dan perempuan yang memiliki coping adaptif yaitu sebanyak 27 (43,5%) orang dan 35 (56,5%) orang memiliki mekanisme maladaptif. Responden perempuan yang memiliki mekanisme coping maladaptif sebanyak 22 (55%) orang dan yang memiliki mekanisme coping adaptif sebanyak 18 (45%) orang. Sedangkan pada responden laki-laki yang memiliki mekanisme

koping maladaptif sebanyak 13 (59,1%) orang dan yang mekanisme kopingnya adaptif sebanyak 9 (40,9%) orang.

Hasil dari studi pendahuluan pada tanggal Februari 2020 pada 10 mahasiswa S-I Keperawatan semester VIII didapatkan bahwa dalam penyusunan skripsi mereka mengalami kecapean dan mudah lelah, hal ini terjadi karena mereka tidak terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan pengaturan waktu sedemikian ketat. Ciri ini menunjukkan kemungkinan terjadinya gejala stres. Pada 10 mahasiswa keperawatan 6 dari mereka merasakan kelelahan saat bangun pagi, perasaan tidak tenang, mudah emosi dan 4 dari mereka mengalami menurunnya konsentrasi, mudah tersinggung. Ciri ini menunjukkan gejala kemungkinan terjadinya stres. Sedangkan mengenai mekanisme koping dari 10 mahasiswa, 4 mahasiswa mengatakan melepaskan diri sementara dari masalah dengan tidur, jalan-jalan dan belanja, 2 orang mengatakan tidak ingin menceritakan kesulitan yang dialaminya kepada orang lain, 2 orang mengatakan mengalami kesulitan dan stress dalam mengerjakan skripsi seperti sulit berkonsentrasi, kurang tidur, perubahan pola makan, mudah lupa, mudah lelah, tidak bersemangat dan merasa putus asa. sedangkan 2 orang lainnya mengatakan tetap berusaha menyelesaikan skripsinya dengan usaha sendiri meskipun menemui kesulitan hal ini karena mereka memiliki target dan tanggung jawab dalam penyusunan skripsi

B. Rumusan Masalah

Mahasiswa semester akhir diwajibkan untuk melakukan suatu penelitian yang disebut dengan skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Selama proses penyusunan skripsi, Mahasiswa mengalami hambatan-hambatan yang dapat menjadi stresor bagi mahasiswa. Mahasiswa yang menggunakan mekanisme koping yang Adaptif dalam menghadapi stresor tersebut akan mampu menyelesaikan skripsinya dengan baik, akan tetapi apabila mahasiswa menggunakan mekanisme koping yang maladaptif maka dapat mengganggu kelancaran dalam menyusun skripsi. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran mekanisme koping dalam menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan semester VIII di Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya tahun 2020?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran mekanisme koping dalam menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan semester VIII di Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya gambaran mekanisme koping yang berfokus pada masalah (*problem-focused*).
- b. Diketuinya gambaran mekanisme yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*).

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dan pengetahuan tentang gambaran mekanisme coping mahasiswa dalam menyusun skripsi serta sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dan diterima dalam rangka pengembangan kemampuan diri.

b. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan evaluasi bagi pihak institusi pendidikan sejauh mana mekanisme coping mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir..

c. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil ini dapat menjadi referensi tindakan keperawatan bagi para perawat untuk diaplikasikan pada mahasiswa yang mengalami stres.

d. Bagi mahasiswa

Sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kemampuan penggunaan mekanisme coping yang efektif oleh mahasiswa dalam menghadapi stresor ketika menyusun skripsi

e. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta bahan literatur bacaan bagi peneliti lain, dan tidak menutup kemungkinan bagi para peneliti untuk dapat melanjutkan kajian.