

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Umboh et al., (2020) Skripsi merupakan suatu jenis artikel ilmiah atau karya tulis ilmiah yang disusun oleh seorang mahasiswa berdasarkan hasil penelitian dengan syarat dan ketentuan yang lengkap, termasuk memperoleh gelar sarjana. Skripsi merupakan bukti kompetensi akademik individu yang telah melakukan penelitian terhadap permasalahan pendidikan di bidangnya masing-masing. Proses penyelesaian skripsi individu tentunya harus menuntut mahasiswa untuk mampu menyelesaikannya secara mandiri, mulai dari topik, pembahasan, permasalahan hingga hasil akhir. Di setiap Institut Pendidikan menargetkan mahasiswa agar bisa lulus dalam waktu 3,5 tahun hingga 4 tahun (Sugiarti et al., 2024). Waktu pengerjaan skripsi di beberapa institusi ialah selama 1 semester atau bahkan bisa memerlukan waktu lebih.

Dalam pengerjaan skripsi tersebut terdapat hambatan, seperti kesulitan menuangkan pikiran ke dalam bentuk tulisan sehingga membuat mahasiswa terhambat dalam penyusunannya, kesulitan menambahkan gagasan ke dalam sebuah bentuk tulisan, sulitnya ketika harus membagi waktu diantara mengerjakan tugas akhir dengan kegiatan lainnya misalnya ; pekerjaan dan kesulitan membagi waktu karena masih ada jadwal untuk mata kuliah lainnya dan kurangnya kemampuan untuk membaca literatur buku yang dipakai serta kesulitan dalam mencari referensi terbaru untuk

tugas akhir / skripsi (Rosyad, 2019). Hal tersebut dapat menimbulkan stress bagi mahasiswa.

Stres berasal dari bahasa Latin yang berarti ketegangan dan tekanan, yaitu “stringere”. Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh konflik antara ekspektasi terhadap suatu situasi dan keadaan biologis, psikologis, atau sosial seseorang (Sari et al., 2023). Hardjana (1994) dalam (Carsita, 2018) menyebutkan bahwa stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut.

Stres pada mahasiswa timbul karena beberapa faktor, seperti kurangnya pengelolaan yang efektif, motivasi akademik yang rendah, tekanan karena tugas yang berat, dan proses penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa yang memiliki beban dalam menyelesaikan tugas akhir dan mengalami stres akan merasa tegang dan sulit untuk tidur atau sering terbangun saat tidur, hal ini dapat mengganggu kualitas tidur mahasiswa (Potter, A & Perry, 2012) dalam (Djoar & Anggraini, 2024). Proses menyelesaikan tugas akhir dapat menyebabkan stres ketika berurusan dengan pembimbing, revisi yang banyak, kesulitan menemukan literatur, dan kebutuhan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu agar dapat mengikuti ujian. Tekanan tersebut dapat menyebabkan stres mental dan kecemasan pada mahasiswa (Tasalim & Cahyani, 2021). Seorang mahasiswa yang stres karena beban tugas yang berat dalam menyelesaikan tugas akhir mungkin

mengalami kesulitan dalam bersantai dan mungkin sulit tidur atau terbangun secara teratur selama tidur (Djoar & Anggraini, 2024).

Data Riskesdas (2019) menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditandai dengan gejala stress untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 9,8% dari total penduduk Indonesia atau setara dengan 37.728 orang. Dalam penelitian Carsita (2018) didapatkan hasil mahasiswa tingkat akhir yang memiliki Tingkat stress di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Indramayu sebanyak 28 mahasiswa (44.4%) mengalami stress berat, 25 (39.4%) mengalami stress sedang, dan 10 (15,9%) mengalami stress ringan.

Kasus bunuh diri yang terjadi di dunia semakin meningkat dari tahun ke tahun, termasuk di Indonesia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa terdapat rata-rata satu orang yang meninggal dikarenakan bunuh diri di dunia setiap 40 detik. Dengan angka 3,7 itu, menempatkan Indonesia bunuh diri menempati urutan kedua penyebab kematian usia muda yang berkisar antara usia 15 tahun sampai 29 tahun (Mukaromah et al., 2020). Di Indonesia kasus bunuh diri pada mahasiswa banyak terjadi. Seorang mahasiswa UI diduga tewas bunuh diri dengan cara gantung diri, banyak dugaan meninggalnya mahasiswa semester 8 yang sedang menyusun skripsi memilih mengakhiri hidupnya karena depresi dengan mendapat nilai yang anjlok namun ada juga yang berspekulasi bahwa mahasiswa tersebut nekat bunuh diri karena skripsinya ditolak. Fenomena bunuh diri pada mahasiswa ini merupakan salah satu permasalahan dalam dunia Pendidikan, ada beberapa faktor penyebab dari

bunuh diri terjadi, karena pengaruh dari faktor lingkungan yang kurang mendukung, pengaruh teman yang kurang baik, serta gangguan psikologi.

Stres bisa berdampak positif ketika tekanan tidak melebihi kemampuan dan kapasitas dirinya. Dampak positif stres terhadap mahasiswa antaranya tertantang untuk mengembangkan diri dan menumbuhkan kreativitas. Dampak negatif dari stres bisa berupa sulit memusatkan perhatian selama perkuliahan, termasuk saat melakukan pembimbingan dengan dosen, menurunnya minat terhadap hal-hal yang biasa dikerjakan, menurunnya motivasi bahkan memengaruhi perilaku menjadi kurang adaptif. Stres yang terjadi pada mahasiswa akan berdampak pada proses pembelajaran (Rinawati & Sucipto, 2019).

Faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa adalah faktor internal dalam diri individu berupa pengelolaan stress/ coping stress, rasa khawatir dan rasa bersalah yang berlebihan, ciri kepribadian individu serta faktor kognitif sosial, sosiokultural dan spiritual (Sugiarti et al., 2024). Pargament & Mahoney (King, 2011) mengungkapkan bahwa stress ini salah satunya juga dapat disebabkan oleh rendahnya tingkat spiritualitas seseorang dengan spiritual well being yang baik, ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang sulit, maka seseorang akan terlatih untuk mengembangkan suatu kecakapan hidup (life skill) (Fahmi et al., 2022).

Spiritual well being / kesejahteraan spiritual merupakan kondisi sejahtera secara spiritual yang dialami oleh seorang individu, sebab ia dapat menghayati nilai-nilai relasi dengan Tuhan yang diyakini dalam hidupnya. Menurut J.W. Fisher (2010) *spiritual well being* adalah afirmasi hidup

dalam berelasi dengan diri sendiri, komunitas, lingkungan, dan Tuhan (Tumanggor & Dariyo, 2021). Pendapat lain juga menyatakan bahwa kesejahteraan spiritual merupakan kondisi yang mencerminkan perasaan positif, perilaku, pengetahuan dan pemahaman seseorang dalam hubungannya dengan diri sendiri, orang lain, hal-hal yang transenden dan alam. Kesejahteraan spiritual akan menjadikan seseorang memahami identitas diri, keutuhan, kepuasan, kebahagiaan, keindahan, cinta kasih, rasa hormat, sikap positif, ketenteraman batin dan keselarasan hidup, dan tujuan dan arah dalam menjalani kehidupan. Pandangan ini menekankan bahwa kesejahteraan spiritual juga menyangkut aspek-aspek psikologis dan sosial pada diri manusia (Afandi, 2021).

Kesejahteraan spiritual menurut *National Interfaith Coalition on Aging* (NICA) yang menyebutkan bahwa kesejahteraan spiritual mempengaruhi kondisi yang mencerminkan hubungan yang keharmonisan individu dengan dirinya sendiri, orang lain, lingkungan alam dan hal-hal yang bersifat transendental seperti keyakinan terhadap Tuhan (Moberg, 1984). Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan spiritual yaitu usia. Hal tersebut ditunjukkan dengan spiritualitas seseorang cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Semakin tua usia manusia, dimensi transendental lebih penting. Tahun pertama dalam kehidupan sebagai mahasiswa dianggap sebagai fase sulit karena pada fase ini mahasiswa remaja akhir (18 sampai 21 tahun) dihadapkan pada posisi dimana ia harus dapat beradaptasi dengan cepat, baik itu terhadap proses akademik maupun terhadap lingkungan sosial yang baru (Jaya et al., 2023).

Berdasarkan penelitian Sari et al., (2023) menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan coping stres pada mahasiswa tingkat akhir program studi bimbingan dan konseling Islam dengan koefisien korelasi sebesar 0,673 dan nilai signifikansi 0,000. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan coping stres pada mahasiswa tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Suhada & Asti Dwi Fajrin, (2021) terdapat hasil uji statistik Rank Spearman menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara keteraturan melaksanakan shalat fardhu dengan tingkat stres (p -value sebesar $0,000 < \alpha=0,05$ dan $R = -0,444$), maka terdapat hubungan antara keteraturan melaksanakan shalat fardhu dengan tingkat stress pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi dalam masa pandemi COVID-19 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan.

Pada penelitian ini dilakukan di Universitas 'Aisyiyah Bandung, karena Universitas 'Aisyiyah Bandung merupakan salah satu Institusi Pendidikan yang memiliki kurikulum berbasis AIK (Al-Islam Kemuhammadiyah). Universitas 'Aisyiyah Bandung memiliki 3 fakultas dengan 5 program studi yang mahasiswa tingkat akhirnya sedang mengerjakan skripsi yaitu program studi ilmu keperawatan reguler dan RPL, sarjana kebidanan reguler dan RPL, DKV, pariwisata, perdagangan internasional dengan seluruh jumlah mahasiswanya 272 mahasiswa dan 255 orang yang sedang mengerjakan skripsi.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 mahasiswa di Universitas 'Aisyiyah Bandung di dapatkan hasil bahwa 13 dari 15 mahasiswa

mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi menunjukkan gejala stress seperti susah tidur, sakit kepala, nafsu makan menurun juga merasa khawatir jika tidak bisa mengerjakan sampai selesai, kesulitan dalam menentukan topik dan merasa bingung dengan ide yang mereka dapatkan dengan apa yang akan mereka tuliskan bahkan 5 responden merasa jenuh dan bosan sehingga menunda terlebih dahulu untuk mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terdapat 10 mahasiswa mengalami gangguan terhadap tubuh, fisik, dan mental seperti mengalami gangguan tidur, mudah marah hingga merasa cemas dikarenakan juga mereka tidak mendapatkan mata kuliah atau ekstrakurikuler spiritualitas seperti di semester awal sehingga adanya dukungan spiritualitas terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Berdasarkan uraian masalah yang telah dipaparkan dan *Research Gap* maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan spiritual berkaitan dengan aspek psikologis pada manusia salahsatunya terhadap tingkat stress yang kita rasakan dan memiliki banyak faktor baik dari luar maupun dari dalam diri kita, maka penulis tertarik dan akan melakukan penelitian tentang **”Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Hubungan

kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung?’

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kesejahteraan spiritual pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung
- b. Mengidentifikasi tingkat stress yang di alami mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung
- c. Menganalisis hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai pembelajaran dalam ilmu keperawatan jiwa dan sumber referensi tentang Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat

akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung. Serta dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Responden

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi terkait Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada tingkat akhir keperawatan yang sedang menyusun skripsi.

b. Manfaat Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi praktisi keperawatan, yaitu sebagai bahan evaluasi dalam pemberian asuhan keperawatan untuk mengetahui apakah ada hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

c. Manfaaf Bagi Instansi Keperawatan

Hasil penelitian ini di harapkan menjadi bahan pengetahuan dan referensi untuk di jadikan bahan pembelajaran dan bahan literasi untuk mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

E. Sistematika Penelitian

Penelitian ini berjudul “Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas ‘Aisyiyah Bandung” Peneliti membaginya kedalam III BAB yaitu sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini berisikan lima aspek yang dibahas yaitu latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II : LANDASAN TEORITIS

Pada bab ini menguraikan terkait tinjauan teoritis dari berbagai referensi beserta hasil penelitian yang relevan, kerangka konsep penelitian dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Pada bab ini terdapat penjelasan mengenai metode penelitian, variable, populasi, sampel, instrument yang akan digunakan, validitas, prosedur penelitian dan etika penelitian.