

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2023, melaporkan bahwa gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan mental yang paling banyak terjadi diseluruh dunia, dengan persentase mencapai 4% dari populasi global. Penelitian oleh Firdausi et al.(2022), di Universitas Muhammadiyah Surakarta menunjukkan bahwa dari 341 mahasiswa yang menyusun skripsi, 64 mahasiswa (18,7%) mengalami kecemasan sedang, 32 mahasiswa (8,4%) mengalami kecemasan tinggi dan 21 mahasiswa (6,1%) mengalami kecemasan sangat tinggi. Penelitian ini diperkuat oleh Azzahra et al. (2023), yang menyatakan bahwa lingkungan pendidikan sering menjadi penyebab stres akademik akibat beban dan tuntutan yang tinggi, sehingga berkontribusi terhadap munculnya kecemasan. Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang umum dialami oleh mahasiswa. Menurut Christianto et al. (2021).

Menurut laporan Kementerian Kesehatan RI (2022), sebanyak 157.695 penduduk mengalami kecemasan di empat provinsi dengan kasus tertinggi, yaitu Sulawesi Tengah (11,6%), Sulawesi Selatan (9,3%), Jawa Barat (9,3%), DI Yogyakarta (8,1%), dan Nusa Tenggara Timur (7,8%). Namun, data ini mencerminkan gangguan mental emosional secara umum, bukan gangguan kecemasan secara spesifik. Selain itu, hasil menunjukkan bahwa perempuan

lebih rentan mengalami kecemasan dengan angka 7,4%, dibandingkan laki-laki yang tercatat sebesar 4,7%.

Beragam fenomena kesehatan mental yang dialami mahasiswa akhir terbukti dapat berakhir pada akibat yang sangat fatal yaitu bunuh diri, yang disebabkan karena buruknya kesehatan mental yang mengakibatkan frustrasi berlebihan. Adanya keterkaitan antara pendekatan humanistik dengan kondisi kesehatan mental. Kesehatan mental seseorang akan baik jika adanya penghargaan diri, serta rasa terlindungi yang tinggi dapat meningkatkan kesehatan mental. Sebaliknya, kesehatan mental seseorang akan menurun jika tidak bebas dalam berekspresi, penerimaan yang tidak baik, tidak ada penghargaan diri, serta tidak adanya rasa terlindungi (Abdul Kudus et al., 2022)

Kondisi ini menyebabkan masalah yang serius bagi sebagian orang dengan masalah kecemasan, hal ini dibuktikan dengan adanya beberapa kasus bunuh diri mahasiswa yang pada awalnya terjadi masalah kecemasan hingga mengalami depresi yang berat. Adam et al., (2023) menguraikan 284 mahasiswa di Jakarta dengan rentang usia 18-24 tahun, sebanyak 34,5% mempunyai ide bunuh diri dalam 1 tahun terakhir. Pada situasi di mana mahasiswa mengalami tekanan untuk menyelesaikan tugas akhir, perasaan putus asa dan hilangnya kontrol terhadap keadaan dapat meningkatkan risiko bunuh diri.

Dampak dari kecemasan akademik yang tinggi pada mahasiswa akhir tidak hanya terbatas pada aspek akademik, tetapi juga berpengaruh pada kesehatan mental mereka. Studi menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kecemasan akademik yang tinggi memiliki risiko lebih besar untuk mengalami gangguan

psikologis seperti depresi dan burnout akademik (Davis, Scott, Linse, & Buchanan, 2024). Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara tingkat kecemasan akademik dengan efikasi diri agar dapat mengembangkan intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Pemerintah dan institusi pendidikan telah mengambil berbagai langkah untuk mengatasi masalah ini. Program seperti layanan konseling akademik, pelatihan manajemen stres, serta dukungan psikososial bagi mahasiswa telah diterapkan di berbagai universitas (Al Amin, Razib Alam, & Alam, 2023). Namun, masih terdapat keterbatasan dalam efektivitas program-program tersebut, terutama dalam menjangkau mahasiswa yang enggan mencari bantuan karena stigma terhadap masalah kesehatan mental (Davis et al., 2024).

Penelitian sebelumnya telah menyoroti hubungan antara kecemasan akademik dan efikasi diri pada mahasiswa. Misalnya, studi oleh Robles-Bello, et al, (2022) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi lebih mampu mengelola kecemasan akademik mereka. Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada mahasiswa tingkat awal, sehingga masih terdapat kesenjangan dalam pemahaman mengenai dampak kecemasan akademik pada mahasiswa tingkat akhir (Woo & Cumming, 2023).

Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya dengan menitik beratkan pada peran bidan dalam mengatasi kecemasan akademik dan meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa akhir. Sebagai tenaga kesehatan yang

memiliki peran dalam memberikan edukasi kesehatan mental, bidan dapat berkontribusi dalam program dukungan psikologis bagi mahasiswa, terutama bagi mahasiswa di bidang kesehatan yang sering menghadapi tekanan akademik yang tinggi (Brun et al., 2022).

Bidan sebagai tenaga kesehatan juga memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa, khususnya melalui peran sebagai *health educator*. Bidan mendidik individu, keluarga, dan masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan, termasuk kesehatan mental, yang dapat mengarah pada perubahan perilaku positif (Asiva Noor Rachmayani, 2023). Dalam konteks mahasiswa, bidan dapat memberikan dukungan emosional, pendidikan kesehatan mental, dan intervensi psikoedukatif. Dukungan ini dapat membantu meningkatkan efikasi diri mahasiswa, sehingga mampu mengurangi tingkat kecemasan akademik yang sering mereka alami, terutama saat menghadapi tugas akhir.

Hasil wawancara dengan 10 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung menunjukkan adanya keraguan akan kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas akhir. Kendala seperti laptop rusak, malas, sulit menghubungi dosen pembimbing, dan kurangnya dukungan lingkungan menjadi faktor utama. Mahasiswa juga cenderung menghindari bimbingan yang bersifat mendadak jika merasa belum siap. Tekanan dari keluarga, merasa tertinggal dari teman-teman, dan target penyelesaian untuk menghindari biaya tambahan semakin memperparah kondisi tersebut.

Akibatnya, banyak mahasiswa yang mengalami kecemasan berlebihan, sulit tidur, dan mimpi buruk terkait skripsi. Oleh karena itu, mahasiswa menyatakan merasa kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas akhir mereka. Hal ini menunjukkan adanya hubungan potensial antara tingkat kecemasan akademik dan efikasi diri mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang peneliti, maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan akademik dengan efikasi diri pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian yang dikehendaki dalam penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Adapun tujuan umum pada penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan akademik dengan efikasi diri pada mahasiswa semester akhir di fakultas ilmu kesehatan universitas aisyiyah bandung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan akademik mahasiswa semester akhir di fakultas ilmu kesehatan universitas aisyiyah bandung.
- b. Mengidentifikasi efikasi diri mahasiswa semester akhir di fakultas ilmu kesehatan universitas aisyiyah bandung.

- c. Menganalisis hubungan tingkat kecemasan akademik dengan efikasi diri pada mahasiswa semester akhir di fakultas ilmu kesehatan universitas aisyiyah bandung.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini terdiri atas manfaat teoretis dan manfaat praktis yang diuraikan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur kebidanan dengan menambah wawasan mengenai pengaruh faktor psikologis, khususnya kecemasan akademik dan efikasi diri, terhadap kinerja mahasiswa kebidanan dalam menghadapi tantangan akademik dan praktik klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan penulis mengenai upaya menurunkan kecemasan akademik melalui peningkatan efikasi diri, serta memperdalam pemahaman tentang pendekatan teoretis dan praktis dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir.

b. Bagi Subjek/Responden Mahasiswa

Penelitian ini memberikan gambaran kepada mahasiswa semester akhir tentang cara menurunkan kecemasan akademik melalui peningkatan efikasi diri, serta membantu mereka memahami pentingnya

efikasi diri dan strategi untuk meningkatkan kesehatan mental dan performa akademik.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini bermanfaat bagi institusi dalam memahami kemampuan mahasiswa dalam memberikan asuhan dengan pendekatan kesehatan mental, serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat mendukung pengembangan program atau kebijakan yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan mental mahasiswa, khususnya dalam menghadapi tantangan akademik.

E. Sistematika Penulisan

Dalam menyusun sebuah skripsi agar pembahasan terfokus pada pokok permasalahan, maka penulis membuat sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Dalam bab pendahuluan, berisi gambaran umum dalam permasalahan yang akan dibahas. Pada bab ini terdiri atas 5 sub-bab yaitu: latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan dan materi skripsi.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab tinjauan pustaka, memuat teori yang merupakan tinjauan beberapa sumber pustaka yang relevan dengan topik penelitian dan dijadikan sebagai bahan pedoman dalam penulisan. Pada bab ini terdiri atas 4 sub-bab yaitu: landasan teoretis, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran dan hipotesis.

BAB III METODE PENELITIAN

Dalam bab metode penelitian, membahas mengenai bagaimana penelitian ini akan dilakukan, yaitu tahapan penelitian, lokasi penelitian, model yang digunakan, rancangan penelitian serta teknik pengumpulan dan analisis data.

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi pemaparan hasil penelitian yang meliputi gambaran umum lokasi penelitian, karakteristik responden, hasil analisis data univariat, dan bivariat, serta pembahasan yang menjelaskan yang menjelaskan temuan penelitian dengan mengaitkan pada teori dan penelitian sebelumnya.

BAB 5 PENUTUPAN

Bab ini berisi Kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan serta saran yang diberikan kepada berbagai pihak responden.

DAFTAR PUSTAKA

Dalam daftar pustaka,terdapat sumber-sumber yang peneliti gunakan berupa jurnal,buku dan artikel mutakhir.

LAMPIRAN

Dalam lampiran, berisi surat dalam penelitian,lembar bimbingan pengolahan data, dokumentasi penelitian, dan lain lain.