

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prevalensi gangguan mental emosional pada usia lebih dari 15 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 6% menjadi 9,8% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut Badan Pusat Statistik tercatat sebanyak sekitar 13 juta jiwa, penduduk Indonesia dalam rentang usia 15 – 29 tahun masih menempuh pendidikan, baik di sekolah menengah atas (SMA) maupun di pendidikan tinggi.

Salah satu lembaga pendidikan tinggi adalah universitas. Universitas adalah lembaga pendidikan normatif yang memiliki tanggung jawab dalam pengembangan sumber daya manusia dimana pemberian pendidikan yang baik diharapkan dapat menjadi peningkatan kualitas individu sehingga terbentuk manusia yang unggul. Tingginya harapan pada mahasiswa membuat mereka dalam posisi yang penuh tekanan dan memberikan dampak buruk seperti masalah kesehatan dan pengalaman depresif. Pengalaman depresif pada mahasiswa dapat disebabkan karena tuntutan pada mahasiswa dan stress akademik (Oktavia et.al., 2019).

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi (Undang-Undang No. 12 Tahun 2012). Dalam proses Pendidikan yang dilaluinya, mahasiswa dituntut untuk melakukan berbagai proses perkuliahan

dan menyelesaikan tugas akademik seta mendapatkan penilaian performa yaitu evaluasi dan kenaikan tingkat studi (Leupold et.al., 2019). Tingginya tuntutan akademik pada mahasiswa seringkali menyebabkan timbulnya stress (Vizoso et.al., 2019).

Mahasiswa adalah kelompok khusus yang berada pada fase transisi dan kritis yang dipersiapkan untuk menghadapi kehidupan yang sesungguhnya di masyarakat. Dalam fase transisi ini mahasiswa menghadapi banyak tekanan diantaranya interaksi dengan orang lain, masalah dengan dosen, teman maupun keluarga, masalah kesehatan dirinya sendiri, adaptasi dengan lingkungan baru, tekanan dalam bidang akademik dan lain sebagainya yang dapat menimbulkan stress (Hou et.al., 2016).

Stress, kecemasan, gangguan tidur dan stress yang berhubungan dengan penyakit cenderung lebih tinggi pada mahasiswa keperawatan dibanding mahasiswa jurusan lainnya (Barlett, 2016). Hal itu sejalan dengan penelitian Labrague (2018) bahwa mahasiswa keperawatan mengalami stress akademik dan stress eksternal dengan tingkat yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa fisioterapi, farmasi, kedokteran dan kedokteran gigi.

Stress pada mahasiswa keperawatan dapat disebabkan oleh akademik, klinis, masalah keuangan, harapan orang tua, dan kompetensi untuk nilai serta kompetensi untuk pekerjaan (Kalavathi et al., 2016).

Dalam proses pendidikannya mahasiswa keperawatan sering mengalami stress karena tuntutan akademik dan beban kerja yang berlebih terutama saat melakukan praktikum klinis (Valero, 2019). Selain itu,

mahasiswa keperawatan juga dihadapkan dengan realita perkuliahan yang berat, kesulitan saat menghadapi perbedaan antara ilmu keperawatan dengan kondisi di lapangan serta dilema yang dirasakan saat menghadapi pasien dengan kondisi kritis saat praktikum klinis (Njim, 2018). Dalam masa pandemic Covid-19 saat ini stressor mahasiswa meningkat dengan adanya adaptasi sitem perkuliahan baru yaitu perkuliahan jarak jauh yang dilakukan secara daring. Perkuliahan secara daring membutuhkan adaptasi dan usaha agar perkuliahan dapat dilaksanakan secara lancar. Mulai dari persiapan aplikasi belajar dan *video conference*, akses internet yang stabil, dan usaha yang lebih untuk memahami materi yang biasa disampaikan secara tatap muka menjadi dalam bentuk tulisan, video, maupun *live streaming* (Sari, 2020). Selain masalah yang dihadapi dalam bidang akademik mahasiswa juga sering dihadapkan dengan hambatan dalam diri sendiri seperti rasa percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, manajemen diri dan waktu, kegiatan diluar perkuliahan seperti organisasi maupun permasalahan finansial, dan keluarga (Arlinkasari, 2016).

Hasil penelitian Rosyidah (2020) pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan di Universitas Hasanudin menunjukan bahwa tingkat stress akademik pada mahasiswa keperawatan berada pada tingkat stress sedang dan stress berat.

Stress pada mahasiswa keperawatan berkembang menjadi perhatian khusus karena dapat menyebabkan dampak psikologikal distress, keluhan fisik, masalah perilaku, dan performa akademik yang buruk (Pandey &

Chalise, 2015). Stress yang dirasakan secara terus menerus dan bersifat kronis dapat menjadikan terjadinya *burnout* pada mahasiswa (Vizoso et.al., 2019).

Hasil penelitian Musabiq dan Karimah (2018) menunjukkan dampak stress yang paling banyak dialami pada mahasiswa di Depok adalah aspek fisik sebesar 32% dengan gejala yang sering dirasakan adalah kelelahan dan lemas sebanyak 21,1%. Lee et al., (2013) menyebutkan bahwa stress dapat menyebabkan munculnya *emotional exhaustion* yang merupakan manifestasi awal dari *burnout*.

Stress akademik juga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *academic burnout* (Yoon & Jung, 2014), selain itu Lee (2014) menyebutkan bahwa untuk mencegah terjadinya *academic burnout* perlu dilakukan penurunan tingkat stress akademik. Tingkat stress yang meningkat disertai dengan strategi koping yang buruk menjadi kontributor dalam terjadinya *burnout* (Fares et al., 2016).

Penelitian yang dilakukan Pines (dalam Rahmati, 2015) menunjukkan bahwa mahasiswa berada pada tingkat menengah hingga teratas dalam skala *burnout* ketika dibandingkan dengan perawat, konselor, dan pendidik. Hal tersebut menunjukkan bahwa *burnout* dapat dialami pada berbagai jenis pekerjaan dan lingkungan termasuk dalam konteks akademik (Leupold et.al., 2019).

Burnout dalam bidang akademik atau biasa dikenal dengan istilah *academic burnout*, *school burnout*, atau *student burnout* adalah suatu kondisi dimana seorang siswa atau mahasiswa merasakan kelelahan karena tuntutan

akademik, munculnya sifat sinis, rasa pesimis dan berkurangnya minat pada pelajaran dan tugas serta merasa tidak kompeten sebagai pelajar (Schaufeli et.al., 2002). Schaufeli, et al (2002) juga mengungkapkan terdapat tiga dimensi dalam *academic burnout* yaitu *exhaustion* atau kelelahan yaitu suatu kondisi yang disebabkan karena tingginya tuntutan akademik yang dialami oleh mahasiswa, *cynicism* yaitu suatu kondisi dimana timbulnya rasa pesimistik dan berkurangnya minat terhadap akademik, dan *Inefficacy* yaitu kondisi dimana mahasiswa merasa tidak kompeten sebagai pelajar. *Academic burnout* juga dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana pelajar merasa tidak mampu mengerjakan atau menjalani proses akademik dengan optimal yang mengarah pada sikap negatif seperti kritik, devaluasi, kehilangan minat dan motivasi dalam menyelesaikan studi (Hederich dan Caballero, 2016).

Academic burnout dapat menyebabkan absensi yang lebih tinggi pada pelajar, motivasi yang lebih rendah untuk mengerjakan tugas, persentase *drop out* yang meningkat dan lain sebagainya. *Academic burnout* juga dapat menyebabkan *mental distress* dengan gejala yang muncul seperti kecemasan, depresi, frustrasi, permusuhan dan ketakutan (Rahmati, 2015). Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa *burnout* yang dialami pada masa perkuliahan dapat terus berkembang hingga mempengaruhi *professional practice* kedepannya (Reis, et al., 2015). Penelitian pada mahasiswa keperawatan menunjukkan dampak dari *academic burnout* juga memberikan efek signifikan pada saat bekerja termasuk kinerja klinis nantinya (Rudman & Gustavsson, 2012). Selain itu dampak lainnya dari *academic burnout* pada mahasiswa

keperawatan bisa menyebabkan mahasiswa tersebut meninggalkan profesi keperawatan (Gibbons, 2010).

Mahasiswa keperawatan teridentifikasi memiliki prevalensi *academic burnout* yang tinggi. Hasil penelitian di Brazil menunjukan 64,04% mahasiswa keperawatan yang menjadi sampel penelitian memiliki *emotional exhaustion*, 35,79% memiliki tingkat *cynicism* yang tinggi, dan 87,72% memiliki level *efficacy* yang rendah (Njim, 2018). Hasil penelitian Alimah (2016) pada mahasiswa keperawatan di Purwokerto menunjukan mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat sedang (56,4%) dengan Uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan p-value 0,170.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada mahasiswa aktif program studi Sarjana Keperawatan regular tingkat I – IV sebanyak 99 mahasiswa, hasil studi pendahuluan menunjukan 56 orang menyatakan kadang-kadang merasa tertekan secara emosional, 17 orang menyatakan sering, 7 orang menyatakan sering sekali merasa tertekan secara emosional karena proses perkuliahan.

Saat peneliti menanyakan apakah responden merasakan ketegangan otot punggung, pusing, mual, dan keluhan fisik lainnya karena kegiatan akademik yang dilakukan secara terus menerus 43 orang menyatakan kadang-kadang, 20 orang menyatakan jarang, 15 orang menyatakan tidak pernah, 10 orang menyatakan jarang sekali, 10 orang menyatakan sering, dan 1 orang menyatakan sering sekali. Lalu untuk pertanyaan apakah responden merasa sangat kelelahan di akhir perkuliahan 37 orang menyatakan kadang-kadang,

33 orang menyatakan sering, 10 orang menyatakan jarang, 7 orang menyatakan sering sekali, 5 orang menyatakan jarang sekali, 4 orang menyatakan selalu, 3 orang menyatakan tidak pernah. Sedangkan untuk pertanyaan apakah responden merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus menjalankan perkuliahan 35 orang menyatakan kadang-kadang, 18 orang menyatakan jarang, 18 orang menyatakan tidak pernah, 18 orang menyatakan sering, 6 orang menyatakan jarang sekali, 3 orang menyatakan sering sekali, dan 1 orang menyatakan selalu merasa lelah Ketika harus bangun pagi dan menjalani perkuliahan.

Peneliti juga melakukan wawancara pada pengurus Himpunan Mahasiswa (HIMA) S1 Keperawatan periode 2018 – 2019, berdasarkan hasil poling aspirasi mahasiswa yang dilakukan oleh Divisi Advokasi dan Kesejahteraan Mahasiswa (ADKESMA) pada 126 mahasiswa tingkat I – III tahun 2018 didapatkan data bahwa mayoritas mahasiswa mengeluhkan mengenai jadwal perkuliahan dan jadwal libur yang tidak sesuai dengan kalender akademik, terutama pada jadwal praktikum yang banyak dan padat.

Peneliti juga melakukan wawancara pada empat orang mahasiswa yang keluar untuk pindah jurusan, dua dari empat mahasiswa mengatakan bahwa beban perkuliahan di keperawatan sangat berat dan melakukan *caring* yang merupakan prinsip keperawatan juga sulit.

Peneliti juga melakukan wawancara pada ketua angkatan tingkat I – IV program studi sarjana keperawatan, ketika peneliti bertanya mengenai apakah ada mahasiswa yang pernah bercerita mengenai merasa salah mengambil

jurusan atau merasa tidak mampu menghadapi masalah akademik dan merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa. Ketua angkatan tingkat I menyatakan bahwa ada beberapa mahasiswa yang menyatakan seperti itu dan mereka sudah keluar pada semester 2 awal, ketua angkatan tingkat II menyatakan bahwa untuk permasalahan tersebut biasanya mahasiswa tingkat II lebih banyak bercerita pada teman dekatnya masing-masing tetapi ada juga yang bercerita kepada ketua angkatan bahwa dirinya merasa salah mengambil jurusan, selain itu ketua angkatan menyatakan bahwa mahasiswa tingkat II lebih merasa bingung dengan permasalahan akademik, mereka sudah berusaha menyelesaikan masalah dengan wali dosen dan belum menemukan cara untuk menyelesaikan masalah tersebut. Ketua angkatan tingkat III dan IV mengatakan bahwa banyak mahasiswa yang menunjukkan sikap dan merasa seperti apa yang peneliti tanyakan dan perlu digali lebih jauh lagi.

Berdasarkan fenomena pada masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Stres Akademik dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan stress akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan.
2. Mengidentifikasi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan.
3. Menganalisa hubungan stress akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dipergunakan sebagai sumber pengetahuan dan informasi baru dalam bidang keperawatan khususnya dalam ranah pendidikan dan manajemen keperawatan, dan keperawatan jiwa tentang hubungan

stress akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan.

2. Bagi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dijadikan sebagai salah satu faktor penyebab atau etiologi yang dapat menyebabkan terjadinya *academic burnout*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat untuk Mahasiswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan informasi kepada mahasiswa mengenai faktor-faktor yang dapat dihindari agar tidak mengalami *academic burnout*.

2. Manfaat untuk Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi atau data dasar untuk membuat program pencegahan mengenai *academic burnout* dan dampak yang mungkin terjadi dari masalah tersebut.

3. Manfaat untuk Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan untuk melakukan pencegahan pada *academic burnout*.

4. Manfaat untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini berguna sebagai data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti stress akademik maupun *academic burnout* dengan menggunakan desain penelitian lainnya dan variabel yang berbeda.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada variabel stress akademik mahasiswa dan *academic burnout*, penelitian ini juga dilakukan di kampus I Universitas Bhakti Kencana dengan populasi penelitian yang diambil adalah mahasiswa regular program studi Sarjana Keperawatan yang dinyatakan sebagai mahasiswa aktif.