

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.

Kehidupan manusia tidak terlepas dari masalah kesejahteraan. Kesejahteraan bukan hanya dilihat secara sosial namun juga secara fisik dan psikologis. Kesejahteraan psikologis masih dianggap kalah penting dibandingkan dengan kesejahteraan sosial dan fisik. *World Health Organization (WHO)* mengemukakan definisi sehat merupakan suatu kondisi sejahtera baik dari segi fisik, psikologis, dan sosial, tidak hanya terhindarnya seseorang dari suatu gangguan atau kesulitan, sehingga seorang individu yang dapat menyeimbangkan pengembangan kesejahteraan secara holistik dapat dianggap sebagai individu yang sejahtera baik secara fisik, psikologis maupun sosial. Seorang individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi diharapkan dapat sehat secara mental, bebas dari penderitaan dan juga memiliki rasa penerimaan diri, kemandirian atau otonomi, menjalin hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan yang baik, memiliki tujuan hidup, serta mampu melakukan pengembangan diri, Ryff dalam Epi Kurniasari (2019).

Kesejahteraan psikologis yang baik mengharapkan seorang individu yang sehat tidak hanya secara fisik tetapi juga mental sehingga dapat menjalani kehidupan dengan bahagia dan optimal. Untuk dapat sehat secara sempurna, kesejahteraan psikologis merupakan kunci yang harus dimiliki oleh setiap individu agar dapat menggunakan potensinya secara optimal.

Kondisi kesehatan yang baik dan sempurna, tidak hanya diukur dari kondisi kesejahteraan psikologis yang tinggi saja, tetapi juga didukung oleh kesejahteraan fisik dan kesejahteraan sosial. Kondisi mental yang baik dan sejahtera dapat berdampak pada proses penyembuhan dan mengurangi rasa sakit yang ditimbulkan secara fisik. Kesejahteraan psikologis yang tinggi penting dimiliki oleh setiap individu terutama mahasiswa karena mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terhadap tekanan dalam memenuhi peran dan tanggung jawabnya. (Rathnayake, Res, & Ekanayaka, 2016).

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang mengalami masa peralihan menuju orang dewasa yang sesungguhnya dan dapat menjalani hidup secara mandiri, untuk dapat memenuhi tugas perkembangannya mahasiswa membutuhkan kesejahteraan psikologis yang baik (Aziz & Raharjo, 2013). Mahasiswa adalah sekelompok orang di masyarakat yang memiliki ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dipandang sebagai generasi muda yang terpelajar dan merupakan penerus bangsa yang akan menjadi harapan bagi bangsa Indonesia di masa depan. Seseorang yang sedang mengalami masa peralihan bisa mendapat berbagai masalah terutama pada mahasiswa. Tekanan akademis, adaptasi dengan lingkungan baru yang mengalami perubahan dan memiliki tanggung jawab baru, hubungan sosial yang mengalami perubahan, tidak ketergantungan secara finansial, membuat keputusan serius yang akan memengaruhi hidupnya, mengidentifikasi jati diri, serta merencanakan

kehidupannya setelah lulus dari suatu perguruan tinggi, hal tersebut membuat mahasiswa mengalami stres (Health, 2010).

Kondisi stres atau bahkan depresi adalah sesuatu yang tidak diinginkan didalam dunia pendidikan. Mahasiswa yang mengalami stres atau sampai mengalami depresi ketika menjalani proses perkuliahan adalah mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Syifa Aulia (2019) yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir” yang dilakukan di Universitas Indonesia mengatakan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stres, hal yang dapat disimpulkan adalah seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi maka tingkat stres yang dimiliki pun akan rendah maka mahasiswa yang memiliki tingkat stress tinggi memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Aulia & Panjaitan, 2019).

Gejala yang ditimbulkan dari kesejahteraan psikologi yang rendah secara kognitif adalah mahasiswa sulit berkonsentrasi dan sulit memahami materi perkuliahan, secara emosional mahasiswa akan mudah marah, cemas, sulit mencari solusi dari sebuah masalah, demotivasi di dalam diri, dan frustrasi. Adapun gejala yang fisiologis yang terjadi ialah, daya tahan tubuh menurun, kepala pusing dan sakit, badan lemah, letih dan lesu serta merasa sulit untuk tidur lelap. Renata (2019). Dampak yang terjadi apabila seseorang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah adalah stres hingga depresi, bahkan bunuh diri adalah kondisi terparah. Kurniasari, dkk (2019).

Badan kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa jumlah orang yang mengalami gangguan mental bertambah 18% sejak tahun 2005-2015. Masalah mental yang terjadi secara umum adalah kecemasan, stres sampai dengan depresi. Diperkirakan sebesar 4,4% dari masyarakat secara umum memiliki depresi, dan 3,6% memiliki kecemasan. Dukungan yang kurang bagi orang-orang yang terkena gangguan mental, rasa takut akan stigma yang menghambat mereka untuk mendapatkan pelayanan yang dibutuhkan untuk hidup bugar dan stabil (WHO, 2017).

Indonesia sendiri, berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar atau RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan angka sebanyak 9,8% atau sekitar 706.688 masyarakat Indonesia mengalami gangguan mental emosional, usia 15-24 tahun adalah rentang usia yang paling banyak mengalami gangguan mental emosional 10.0% yaitu 157.695, dan depresi memiliki persentase 6,2% mahasiswa termasuk dalam kategori usia tersebut. Kondisi depresi yang berat akan menyebabkan kecenderungan seseorang menyakiti diri sendiri (*self harm*). Jawa Barat adalah provinsi dengan penduduk terbanyak yang mengalami gangguan mental emosional di Indonesia, yaitu sebanyak 12,1% atau sekitar 130.528 penduduk yang mengalami gangguan mental emosional. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kasus bunuh diri sebanyak 80-90% merupakan dampak dari kecemasan dan depresi. Depresi pada kalangan remaja bisa diakibatkan oleh banyak hal, seperti tekanan di bidang akademik, perundungan (*bullying*), masalah dengan keluarga dan ekonomi. Di Indonesia sendiri 10.000 atau setara dengan setiap

satu jam terdapat kasus bunuh diri. Menurut ahli *sociologist* 4,2 % siswa di Indonesia pernah memiliki pemikiran untuk bunuh diri. Pada kalangan mahasiswa sebesar 6,9% mempunyai niatan untuk bunuh diri sedangkan 3% lain melakukan percobaan untuk bunuh diri. Alfina Ayu (Egsaugm, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Epi Kurniasari, dkk (2019) yang berjudul “Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Pendidikan Akuntansi angkatan 2018/2019” adalah sebanyak 13 orang atau sekitar 16% berada pada kategori tinggi, kemudian sebanyak 36 orang atau sekitar 46% berada pada kategori sedang, dan 30 orang atau sekitar 38% pada kategori rendah.

Penulis memilih mahasiswa tingkat akhir program studi diploma III keperawatan yang berjumlah 138 mahasiswa karena setelah menjalani proses perkuliahan selama minimal tiga tahun mahasiswa akan mengakhiri masa perkuliahan dengan penyusunan karya tulis ilmiah atau KTI sebagai tugas akhir dan salah satu syarat untuk mencapai gelar diploma III keperawatan. Mahasiswa cukup mengalami kesulitan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah tersebut, kesulitan yang dirasakan diantaranya adalah melakukan revisi secara berulang-ulang, kesulitan untuk mendapatkan referensi, lamanya proses umpan balik dari dosen pembimbing, dan keterbatasan waktu penelitian. Disamping penyusunan karya tulis ilmiah, mahasiswa harus mengikuti praktik klinik keperawatan atau PKK, pelatihan yang diadakan oleh kampus seperti pendidikan dan pelatihan *home care*, *BT&CLS*, menghadapi sidang usulan proposal, melakukan pengumpulan data, bimbingan, pengesahan KTI maupun

sidang KTI itu sendiri, kemudian mahasiswa akan menghadapi *try out* dan mengikuti ujian kompetensi sebagai syarat mendapatkan surat tanda registrasi (STR). Pada akhirnya masalah yang mungkin dihadapi mahasiswa adalah lulus tepat waktu dan mencapai hasil yang memuaskan. Namun, banyak mahasiswa yang kesulitan mengatur waktu dalam pengerjaan tugas akhir dan mengikuti pembelajaran.

Dampak yang bisa terjadi apabila memiliki kesejahteraan psikologis rendah jika ditinjau pada salah satu dimensi seperti penerimaan diri, seorang individu yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik akan selalu merasakan ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan selalu melihat ke kehidupan buruk di masa lalu yang membuat dirinya merasa kecewa, sehingga seseorang tidak bisa menghargai apa yang dimilikinya. Rusyidi dan Nurwati (2016)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 April 2021 terhadap 10 orang mahasiswa tingkat akhir Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, didapatkan bahwa hal yang menjadi kekhawatiran di akhir semester ini sangat beragam, seperti takut tidak lulus tepat waktu, takut tidak selesai dalam penyusunan karya tulis ilmiah, cemas saat akan menghadapi sidang proposal, takut ada gangguan saat menjejarkan karya tulis ilmiah, takut terjadi keterlambatan dalam penyusunan karya tulis ilmiah, takut menghadapi sidang tugas akhir, cemas menghadapi ujian kompetensi. Selain itu, mahasiswa juga disibukan dengan proses perkuliahan, mahasiswa tingkat akhir perlu mengikuti mata kuliah lain disamping proses penyusunan karya tulis ilmiah. Tiga orang

mahasiswa mengatakan mengalami penurunan kesehatan secara fisiologis seperti kesulitan tidur dan kelelahan, dua orang mengatakan mudah stres dan lima orang merasa cemas dengan adanya tekanan tersebut.

Berdasarkan hasil pemaparan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.2 Rumusan Masalah.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung?”

1.3 Tujuan.

1.3.1 Tujuan Umum.

Untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus.

Untuk mengidentifikasi tingkat kesejahteraan psikologis pada dimensi;

- 1) Kemandirian pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

- 2) Penerimaan diri pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- 3) Penguasaan lingkungan pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- 4) Hubungan positif dengan orang lain pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- 5) Tujuan hidup pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- 6) Pertumbuhan pribadi pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan program Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.4 Manfaat.

1.4.1 Manfaat Teoritik

Menjelaskan secara teoritis tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan fakultas keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.4.2 Manfaat Praktik.

1) Bagi Peneliti.

Untuk menambah pengalaman dan wawasan penulis dalam proses belajar mengajar khususnya di dalam bidang metodologi penelitian.

2) Bagi Institusi.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi di perpustakaan untuk mata kuliah keperawatan jiwa bagi mahasiswa keperawatan tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir di program studi Diploma III Keperawatan fakultas keperawatan keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.5 Ruang Lingkup.

Untuk lingkup penelitian dalam konteks keilmuan pada penelitian ini keperawatan jiwa. Pada penelitian ini metode yang diterapkan adalah metode penelitian deskriptif.