

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi berperan penting perihal memberikan andil untuk pembangunan masyarakat serta berperan tambahan dalam sumber daya manusia (SDM) yang dibutuhkan untuk keberlangsungan roda kehidupan seperti ekonomi, politik dan budaya.

Montgomery (Arif, 2015) juga mengungkapkan perguruan tinggi bisa menjadi fasilitas bagi seseorang untuk melatih kemampuan intelektual, kepribadian, terutama keterampilan berbahasa, berpikir kritis, dan berpikir moral.

Dalam Pasal 4 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, perguruan tinggi menjelaskan fungsi-fungsi sebagai berikut: (a) melakukan pengembangan keahlian serta pembentukan karakter dan kultur negara yang memiliki martabat dengan tujuan pencerdasan bagi bangsa; (b) melalui penerapan Tridharma untuk mengembangkan tugas akademik yang inovatif, responsif, kreatif, terampil, dan berdaya saing ; (c) mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi dengan mempertimbangkan dan menerapkan nilai-nilai kemanusiaan. Selain itu, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Pasal 5 mengenai Pendidikan Tinggi, Pendidikan Tinggi memiliki tujuan:

(a) Percaya serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki akhlak mulia, dan meningkatkan peluang menjadi orang yang sehat. Berpengetahuan, kompeten dan kreatif. Mandiri, terampil, kompeten dan berbudaya untuk kebaikan negara. (b) Menghasilkan lulusan yang menguasai bidang keilmuan serta teknis dalam rangka mewujudkan kepentingan nasional serta meningkatkan daya saing bangsa; (c) Ilmu pengetahuan beserta teknologi yang kondusif bagi pembangunan bangsa, serta bagi perkembangan peradaban dan kesejahteraan umat manusia, dilakukan melalui penelitian yang memperhatikan dan menerapkan nilai-nilai kemanusiaan; Memberikan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan nalar serta tolong menolong.

Siswoyo (2007) menuturkan, mahasiswa dapat digambarkan sebagai seseorang yang belajar baik di PTN atau PTS atau institusi pendidikan lain yang selevel dengan perguruan tinggi.

Sesuai dengan KBBI, setiap fakultas terdiri dari berbagai jurusan dan merupakan bagian dari universitas sebagai tempat belajar bidang keilmuan. Selain itu, dalam menjalankan fungsi serta tujuan perguruan tinggi, menurut Pasal 49, Pasal 17 (3) Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Tahun 2014 mengenai Standar Nasional Pendidikan Tinggi, mahasiswa penerima pendidikan tinggi harus menuntaskan kuliah 4 tahun dengan total 144 SKS pembelajaran.

Skripsi diperlukan bagi seorang mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana atau strata 1 karena hal ini merupakan syarat bagi seorang mahasiswa untuk dapat digolongkan sebagai lulusan perguruan tinggi negeri maupun

swasta. Ketika mahasiswa semester terakhir telah menuntaskan semua mata kuliah, mahasiswa harus menyusun skripsi untuk mendapatkan gelar.

Skripsi merupakan tugas ilmiah pelaporan hasil penelitian serta dilakukan mahasiswa program gelar sarjana (Sugiyono, 2018). Proses menyelesaikan penulisan skripsi adalah aktivitas dimana biasanya perlu dilakukan oleh mahasiswa untuk membuat karya ilmiah yang disusun atas dasar penelitian yang terukur serta empiris.

Dalam menyusun skripsi, mahasiswa menetapkan tanggal yang sempit, melaksanakan survei pendahuluan, berpikir saintifik, dan melakukan proses pemetaan bersama dosennya untuk mencapai tujuan dari rencana yang terkait dengan penelitiannya (Darmono dan Hasan, 2019).

Dalam hal lain, ketika menyusun skripsi, kemampuan internal yang perlu disiapkan mahasiswa untuk keberhasilan penelitian, ialah latar belakang keilmuan yang relevan, kemampuan menalar serta mengingat, keterampilan berpikir kreatif serta objektif, kesabaran, kinerja kerjasama serta kesabaran pribadi. Skripsi umum di nilai rumit sulit oleh mahasiswa, dikarenakan sebagian besar mahasiswa yang melakukan penyusunan penelitian tidak terbiasa menulis penelitian ilmiah.

Dalam tahap akhir, skripsi seringkali di nilai beban oleh mahasiswa dalam penyusunannya karena harus memenuhi pedoman penelitian ilmiah berikut sebagai laporan akademik. Kesimpulan hasil penelitian perlu mengikuti metode yang jelas serta seluruh materi pada skripsi perlu didasarkan proporsi atau logika (Darmono dan Hasan, 2019).

Hasil Penelitian yang pernah dilakukan Kaufman (2008) di California State University tercatat 56% dari 94.806 mahasiswa mengalami stres. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Mayoral (2006) didapatkan 334 responden mahasiswa yang sedang dan tidak sedang Tugas Akhir. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang Tugas Akhir lebih banyak mengalami stres, yaitu sebanyak 46,48% responden.

Stres dalam penyusunan skripsi adalah kondisi di mana seorang individu melihat ketidaksesuaian antara kondisi yang dialami ketika menyiapkan skripsi serta sistem sumber daya biologis, psikologis, serta sosial. Ketika situasi seperti itu terjadi, aktivitas sistem saraf dan sistem hormonal meningkat untuk menghadapi keadaan defensif yang menyebabkan berbagai gejala seperti gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala interpersonal (Nursalam, 2018).

Menurut Hasan (2018) mengatakan bahwa meskipun seseorang pasti menjumpai stres, namun seseorang mempunyai keterampilan pemberian respon yang berbeda untuk mengatasi stres. Selain itu Pendak (2019) menuturkan, manusia pada umumnya memiliki kemampuan peran krusial dalam pengelolaan stres.

Kemampuan itu adalah pemikiran, indera, serta kekuatan positif (mengubah keinginan). Pada hal tersebut, mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Ketika mahasiswa bisa menggunakan kemungkinan-kemungkinan yang sudah ada dalam dirinya

untuk pengelolaan stres, mahasiswa itu bisa menghadapi stres yang dijumpainya.

Selain itu Dariyo (2013) berpendapat, mahasiswa yang mempersiapkan skripsi memiliki kemampuan kognitif pada tingkat operasional formal serta termasuk dalam kriteria remaja, mereka yang berusia 20 hingga 40-an dalam tahap perkembangannya lebih cakap daripada orang-orang yang masih berada di bawah remaja.

Masalah umum yang dijumpai beberapa mahasiswa pada tahap penulisan skripsi adalah sebagian mahasiswa kurang memiliki kemampuan menulis, kurang memiliki kemampuan akademik, dan kurang berminat untuk meneliti. Kendala pada tahap penulisan skripsi ini antara lain beberapa kesulitan yang dihadapi mahasiswa, seperti kesulitan dalam menemukan fenomena, kesulitan dalam mencari bahan dengan membaca literatur, keterbatasan dana, dan kecemasan ketika berhadapan dengan dosen yang membimbing.

Analisis data yang diperoleh terdapat 26% siswa mengalami stres berat, 26% siswa mengalami stres ringan, dan 48% siswa mengalami stres. Berdasarkan besaran persentase tersebut dapat disimpulkan sebagian besar mahasiswa PSIK UNDIP saat ini sedang mengerjakan skripsinya dalam keadaan stress (Primadita, 2017). Salah satu cara agar dapat mengatasi beberapa faktor yang menyebabkan stres dibutuhkan langkah-langkah dalam menghadapinya.

Langkah mengatasi stres meliputi pemberian terapi farmakologis, sikap, meditasi, psikologis, hipnosis, serta musik (Hardjana, Primadita 2017). Cara musik ini bisa membantu mengatasi stress, dalam pandangan psikis, musik dapat menjadikan seorang individu lebih nyaman, menghilangkan stres serta melepaskan rasa stabilitas dan euforia, menghilangkan perasaan suka dan duka, serta membantu pelepasan rasa sakit (Djohan, 2016).

Terapi musik adalah metode yang sederhana serta murah, namun karena dapat merangsang pelepasan *endorfin* dan *serotonin*, ia memiliki efek memperlihatkan volume musik yang bisa berpengaruh pada ketegangan seseorang. Jenis *morfin* dan *methanone* alami tubuh membantu merasa lebih nyaman di tubuh seorang individu dengan gangguan stres.

Dalam *music therapy* di *College of Notre Dame, Belmont, California* yang memakai rangsangan suara berbentuk bunyi serta musik agar dapat diketahui efek dari suara pada keadaan stres serta ketenangan yang dijumpai individu (Primadita, 2017). Penelitian yang pernah dilakukan Primadita, (2017) yang dilakukan pada mahasiswa di Universitas Diponegoro didapatkan kesimpulan mahasiswa ketika proses penyusunan skripsi terjadinya peningkatan stres yang signifikan.

Dalam hal lain, kejadian yang terlihat pada tahap akhir mahasiswa dihadapkan pada permasalahan yang membebani pikiran, seperti keinginan untuk membeli barang yang tidak dibutuhkan atau ketika menghadapi ujian di kampus yang didapat dari informasi.

Menurut studi Fadillah (2013) tentang stres serta motivasi belajar mahasiswa psikologi Universitas Murawarman, banyak yang bisa menyebabkan stress diantaranya gangguan seperti kesulitan bertemu dengan pembimbing, kelelahan saat mengedit tugas akhir untuk buku sumber, penyusunan tugas akhir.

Berdasarkan uraian latar belakang maka penulis tertarik melaksanakan pengkajian mengenai “Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti merumuskan masalah yaitu “apakah ada pengaruh terapi musik terhadap tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Melakukan analisis jurnal-jurnal penelitian terkait yang memiliki topik yang sama yaitu pengaruh terapi musik terhadap tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritik

Sebagai bahan kajian ilmiah dan pengembangan studi terapi musik pada taraf stres memakai cara yang lebih baik lalu terapi musik bisa memberikan penurunan pada tingkat stres.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Pada hasil studi ini peneliti harapan bisa menyumbang wawasan maupun masukan untuk mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir agar mencegah stres.

2. Bagi Perawat

Pada hasil studi ini peneliti berharap bisa digunakan dalam peningkatan asuhan keperawatan terutama pada keperawatan jiwa, sehingga asuhan yang diberikan sesuai dalam pemberian tindakan yang dapat meminimalisir dan dapat mencegah resiko terjadinya stres.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui pengaruh terapi musik pada tingkat stress mahasiswa terhadap penyusunan skripsi. Jenis penelitian yang dipakai pada penelitian ini adalah *literature review* dengan pendekatan *systematic literature review*. Situs yang digunakan untuk mencari *literature* pada penelitian ini adalah *Portal garuda*, *ScienceDirect* dan *Google scholar*.