

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah kaum akademis yang berintelektual terdidik dengan segala potensi, memiliki kesempatan dan ruang untuk berada dalam lingkungan. Mahasiswa memiliki peran dan tanggung jawab yang besar dalam pembangunan bangsa, menjadi tunas-tunas baru yang akan menggantikan peran para pemimpin di masa yang akan datang, di tangan para mahasiswa masa depan bangsa akan terbentuk.

Mahasiswa dipandang sebagai *agent of change*, *agent of modernization*, sehingga memberikan konsekuensi kepada mahasiswa untuk bertindak dan berbuat sesuai dengan aturan-aturan tertentu. Mahasiswa harus tetap memiliki sikap kritis, yang diharapkan akan timbul sifat korektif terhadap kondisi yang sedang berjalan kearah masa depan. Peran dari mahasiswa yang sedemikian besar itu, terkadang mahasiswa merasakan suatu beban, artinya mahasiswa mempunyai tanggung jawab yang tinggi terkait dengan statusnya, dan harus berkontribusi dalam masyarakat dan harus mampu bersikap tegas dan strategis dalam setiap langkahnya.

Perkembangan dunia pendidikan dewasa ini, kenyataan sekarang banyak mahasiswa yang tidak lagi dapat bersikap seperti apa yang menjadi harapan masyarakat selama ini. Sebagian besar mahasiswa tidak dapat menjalankan fungsinya. Fungsi pembelajaran yang harusnya dapat

ditransformasikan kepada masyarakat terkadang belum dapat dilaksanakan, hal ini disebabkan kualitas dari mahasiswa sendiri yang sekarang mulai menurun (Setyawan,2009).

Berbagai permasalahan dan tuntutan tersebut seringkali membuat mahasiswa menjadi cemas ataupun stres jika tidak mempunyai cara dalam menyelesaikan masalah. Mekanisme koping yang maladaptif dapat memberikan dampak buruk bagi seseorang seperti isolasi diri, dampak pada kesehatan fisik, dan bahkan resiko bunuh diri (Stuart dan Sundeen, 1995). Berbagai macam masalah yang timbul jika mahasiswa tidak memiliki mekanisme koping yang tidak baik, seperti mengkonsumsi alkohol, seks bebas, mahasiswa dapat meninggalkan bangku perkuliahan.

Mahasiswa bidang kesehatan mempunyai tanggungan akademis yang lebih besar dibandingkan dengan fakultas lainnya, baik dari segi mata kuliah, praktikum, ataupun dari segi finansial. Kecemasan pada mahasiswa biasanya merupakan kecemasan karena frustrasi yaitu segala sesuatu yang mengganggu kemampuan individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan berbagai tanggungan, selain itu kecemasan juga mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan distorsi persepsi dan kebingungan. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Kaplan dan Saddock, 2005).

Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut dan tidak tenang yang disertai berbagai keluhan fisik (Junaidi, dalam Vida 2004). Menurut Capernito (2001) kecemasan adalah keadaan individu atau kelompok mengalami perasaan gelisah (penilaian atau opini) dan aktivitas sistem saraf autonom dalam berrespons terhadap ancaman yang tidak jelas, non spesifik.

Saat ini Diperkirakan 20% dari populasi didunia menderita kecemasan (Gail, 2002) dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas (Haryadi, 2007). Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi keadaan kecemasan (*anxietas*) di Indonesia berkisar antara 2–5% dari populasi umum atau 7–16% dari semua penderita gangguan jiwa (Pietra, 2001).

Seseorang yang memiliki kecenderungan tingkat kecemasan yang tinggi biasanya memiliki keyakinan diri yang rendah. Akibat dari keadaan ini seseorang akan selalu ragu-ragu dalam bertindak. Tingkat cemas sedang dan berat akan menimbulkan perilaku menyerang biasanya digunakan untuk mengubah atau mengatasi hambatan pemenuhan kebutuhan, perilaku menarik diri baik secara fisik maupun psikologi untuk memudahkan seseorang dari sumber stres dan perilaku kompromi cara ini digunakan untuk mengubah cara seseorang mengoperasikan, mengganti tujuan atau mengorbankan aspek kebutuhan personal seseorang, tetapi bila berlangsung pada tingkat tidak sadar dan melibatkan penipuan diri dan distorsi realitas, maka dapat merupakan respon maladaptif terhadap cemas.

Berdasarkan konsep psikoneuroimunologi, kecemasan merupakan stressor yang bisa menurunkan imun tubuh, hal ini terjadi melalui serangkaian aksi yang diperantarai oleh HPA-Axis (*Hipotalamus-Pituitary-Adrenal*), kecemasan juga akan merangsang hipotalamus untuk meningkatkan produksi CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) sehingga merangsang hormon pituitary anterior untuk meningkatkan produksi ACTH (*Adrenocorticotrophic hormone*). Hormon ini akan merangsang korteks adrenal untuk meningkatkan sekresi kortisol, kortisol selanjutnya akan menekan sistem imun tubuh (Sholeh, 2005; Gayton & Hall, 1997).

Penanganan kecemasan berbeda-beda tergantung dari tingkat kecemasan. Pada kecemasan ringan dan sedang dapat ditangani dengan memberikan dukungan sehingga dapat membentuk mekanisme coping yang baik. Sedangkan pada kecemasan berat dapat di tangani dengan memberikan dukungan dan juga dengan memberikan obat-obatan untuk mengurangi kecemasan yang dialami, tetapi harus diawasi penggunaan obat-obatan tersebut, dan pada kecemasan yang lebih berat atau panik pemberian obat-obatan sangat di anjurkan karena pada tingkat ini biasanya memiliki gangguan distorsi diri.

Penanganan masalah kecemasan digunakan berbagai macam pendekatan baik secara farmakologi ataupun non farmakologi digunakan untuk mengurangi atau menurunkan kecemasan. Pemberian obat termasuk meditasi bertujuan untuk mengurangi atau menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa nyaman dan kepercayaan diri serta meningkatkan

kemandirian sehingga tidak tergantung pada orang lain. Menurunkan dan menanggulangi kecemasan dunia medis memiliki beberapa jenis obat dalam mengatasi kecemasan dan untuk membantu tidur yang disebut dengan anti depresan, namun obat-obat tersebut dapat menyebabkan ketergantungan psikis dan fisik (Guze,1997). Semakin lama penggunaan obat-obatan maka bisa menyebabkan keparahan ataupun ketergantungan, sehingga keadaan seperti diatas memerlukan penanganan yang serius sedangkan secara non farmakologi yaitu seperti latihan fisik/olahraga, terapi musik, pijat/*masage* ataupun secara spiritiual.

Pendekatan spiritual dapat dipakai sebagai alternatif untuk menurunkan kecemasan yang berhubungan dengan kesehatan mental. Pemilihan kajian islam merupakan hal yang penting karena lebih efektif untuk menurunkan kecemasan Larson (dalam Hawari 2004). Beberapa penelitian membuktikan bahwa peningkatan religiusitas memiliki manfaat untuk kesehatan mental. Masyarakat yang religius akan jauh lebih kecil mengalami cemas daripada yang tidak religius, Star (dalam Hawari 2004).

Kajian islam sering diselenggarakan diberbagai kampus, salah satunya di STIKES Surya Global. Kajian islam yang diselenggarakan dikampus merupakan sarana untuk meningkatkan religiusitas mahasiwa khususnya sehingga menjadi mahasiswa yang berakhlak baik, dengan memberikan siraman rohani kepada mahasiswa. Kajian islam tidak hanya untuk meningkatkan religiusitas tetapi juga akan menambah wawasan ataupun ilmu pengetahuan.

STIKES surya Global adalah salah satu institusi kesehatan yang memberikan kajian islam untuk setiap mahasiswanya. STIKES ini mempunyai jadwal tertentu untuk kajian islam disetiap minggunya sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di STIKES Surya Global dengan ingin mengetahui bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatannya.

B. Rumusan masalah

Bagaimana pengaruh Kajian islam terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Keperawatan di STIKES Surya Global .

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh kajian islam terhadap tingkat kecemasan mahasiswa.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya tingkat kecemasan mahasiswa yang sudah mengikuti kajian islam.
- b. Diketuinya tingkat kecemasan mahasiswa yang tidak mengikuti kajian islam.
- c. Diketuinya perbandingan tingkat kecemasan mahasiswa yang mengikuti kajian islam dengan mahasiswa yang tidak mengikuti kajian islam.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi:

1) Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mahasiswa dapat mengatasi kecemasan yang dihadapi dengan peningkatan religuitas.

2) Profesi keperawatan

Penelitian ini bisa sebagai *evidence base* dalam intervensi keperawatan, dan bisa sebagai program institusi.

3) Peneliti

Menambah pengetahuan khususnya tentang pengaruh kajian islam terhadap tingkat kecemasan.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa keperawatan Surya Global Yogyakarta yang mengikuti Kajian Islam dan yang tidak mengikuti kajian islam.

F . Penelitian terkait

Sukini, L (2008) tentang “ Hubungan religuitas terhadap stres mahasiswa PSIK FKIK UMY. Penelitian ini adalah penelitian non-eksperimen dengan desain *cross-sectional* dengan sampel penelitian adalah mahasiswa PSIK FKIK UMY sebanyak 51 orang. Hasil dari penelitian ini didapatkan hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat stress pada mahasiswa yaitu -0,350 dan *p. value* =0,012.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah metode yang akan digunakan adalah *Quasi eksperiment* dengan jumlah responden yang terdiri dari 30 mahasiswa keperawatan STIKES Surya Global, dengan lokasi penelitian yang berbeda, dan semuanya diambil secara random dari mahasiswa keperawatan STIKES Surya Global.