

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Selama pendidikan, mahasiswa keperawatan akan mempersiapkan diri menjadi perawat profesional dan mempelajari tiga unsur penting selain membuat asuhan keperawatan, yaitu *caring*, *activisme*, dan profesionalisme (Hartiti & Wulandari, 2019). Nursalam dan Nur tahun 2014 mengatakan keperawatan sendiri diartikan sebagai pemberi pelayanan/asuhan profesional yang bersifat humanistik, dengan menggunakan pendekatan holistik, yang dilakukan dengan berdasarkan ilmu dan kiat keperawatan, dengan mengacu pada standar profesional keperawatan dan menggunakan etika keperawatan. Mahasiswa dapat diartikan sebagai generasi muda yang diharapkan mampu menjadi *agent of change* dan *social control* terhadap lingkungan maupun daerah serta negaranya (Suroto, 2016). Kedua kalimat diatas dapat disimpulkan mahasiswa keperawatan merupakan generasi muda yang menjadi *agent of change* dan memberikan asuhan keperawatan kepada pasien sesuai dengan standar profesional keperawatan.

Untuk menjadi perawat profesional mahasiswa keperawatan perlu menyiapkan diri dengan proses pembelajaran yang dapat meningkatkan pengetahuan serta *skill* atau kemampuan praktek mahasiswa tersebut. Hartiti dan Wulandari, tahun 2019 mengatakan penerapan yang bisa dilakukan pada mahasiswa keperawatan adalah dengan mengutamakan

proses seperti PBL (*Problem Based Learning*), PBL (*Problem Based Learning*) adalah proses pembelajaran dikelas, mahasiswa akan menggali/mencari informasi terkait masalah yang akan diselesaikan dengan bukti ilmiah, tutorial (*Group Discussion*) dengan membentuk sebuah *group* kecil dan menyelesaikan masalah keperawatan, *skill labs*, *plenary discussion* atau berdiskusi secara terbuka bersama pakar mata kuliah, dan *early clinical exposure* pembelajaran dengan mendekati mahasiswa keperawatan dengan lingkungan kerja. Cahyorinartri tahun 2018 mengatakan tugas seorang mahasiswa di perguruan tinggi tidak hanya mencari ilmu dengan belajar di perkuliahan, terdapat banyak keterampilan yang perlu diraih oleh seorang mahasiswa hingga mereka siap menghadapi tuntutan di dunia kerja. Hendra tahun 2018 mengatakan salah satu manfaat berorganisasi adalah mengembangkan dan meningkatkan kerjasama (*networking*) sekaligus sebagai tempat *training* sebelum memasuki kedalam dunia kerja nyata di perkumpulan masyarakat. Dapat dikatakan selain melakukan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan materi perkuliahan mahasiswa tentunya juga menjalankan kegiatan berorganisasi untuk meningkatkan pengalaman dan *soft skill* untuk bisa *survive* di dunia kerja. Demikian banyaknya kegiatan pada mahasiswa akan menjadikan mereka sebagai kelompok yang paling rapuh terkena ketidakseimbangan homeostasis karena *stress* dari kegiatan akademik (Suwartika, *et al* 2014).

Mahasiswa tentu sering mengalami dan merasakan stres dari masa awal menjadi mahasiswa baru hingga menjadi mahasiswa semester tingkat

akhir pernah mengalami dan merasakan stres. Faktor timbulnya stres pada mahasiswa dikarenakan dari akademik, hubungan interpersonal dan intrapersonal, hubungan belajar mengajar, hubungan sosial, keinginan dan pengendalian, serta stres terkait aktivitas kelompok (Rahmayani, *et al* 2019). Stres pada mahasiswa keperawatan bisa diakibatkan karena kewajibannya untuk mengikuti praktikum klinis, ujian keterampilan dan tugas kerja kursus lainnya, masalah pada keuangan, masalah hubungan antar pribadi, serta penyesuaian dalam kehidupan universitas (Cheung, *et al* 2016). Sebagai calon perawat tentunya kita harus mengetahui tanda dan gejala yang muncul jika seorang mahasiswa mengalami stres.

Gamayanti, *et al* tahun 2018 mengatakan ada dampak *stress* yang muncul pada mahasiswa, dampak positif stres mahasiswa akan tertantang untuk mengembangkan diri dan meningkatkan kreativitas. Dampak negatif dari stres bisa berupa sulit memusatkan perhatian (konsentrasi), menurunnya motivasi mahasiswa, bahkan akan mempengaruhi perilaku yang kurang adaptif. Didukung penelitian dari Ansari, *et al* tahun 2014 tanda dan gejala mahasiswa yang mengalami stres antara lain terjadi keluhan psikologis, gangguan sirkulasi dan pernafasan, gangguan pada gastrointestinal, serta gangguan pada pola makan dan gaya hidup. Jumlah mahasiswa keperawatan yang mengalami *stress* pada tahun 2016 salah satu universitas di Sri lanka ditemukan mahasiswa yang mengalami stres mencapai (82,6%) (Rathnayake & Ekanayaka, 2016). Sedangkan menurut penelitian (Cheung, *et al* 2016) jumlah mahasiswa keperawatan yang

mengalami gejala stres di antara mahasiswa keperawatan sarjana muda di Hong Kong adalah (20,0%). Jumlah mahasiswa keperawatan UMY yang tinggal sendiri dan mengalami depresi (81,4%) (Amelia, 2016.). Tentunya dengan mudahnya mahasiswa keperawatan menjadi stres maka perlu diketahui bagaimana mengatasi stres tersebut dengan menggunakan mekanisme koping.

Mekanisme koping bertujuan untuk mengurangi atau mengatur konflik-konflik (*internal or external conflict*) yang timbul dari diri pribadi dan di luar dirinya yang dapat mengganggu kehidupan (Maryam, 2017). Didukung dari penelitian Budiarto & Afriani tahun 2018 bahwa tujuan koping adalah suatu tindakan atau perilaku individu dan respon individu dalam mengatasi atau mengurangi masalah serta tekanan yang dirasakan baik itu stres atau konflik, dan usaha seseorang untuk mengatasi stres psikologis. Mekanisme koping setiap mahasiswa berbeda-beda ada yang mengatasi dengan positif dan ada yang menggunakan secara *negative*.

Anggunan dan Hariansyah tahun 2017 mengatakan mekanisme adaptif (positif) merupakan mekanisme koping berupa *problem solving*, sedangkan mekanisme maladaptif (negative) merupakan kebalikan dari adaptif yang lebih mementingkan *emotion* dalam penyelesaian masalah. Penyelesaian masalah pada mahasiswa dengan menggunakan maladaptif antara lain akan cenderung menarik diri dari dukungan sosial, agresi, konsumsi alkohol berlebihan, penyalahgunaan obat penenang, penyalahgunaan obat-obatan, masalah pada fisik. Penyelesaian masalah

pada mahasiswa dengan menggunakan adaptif biasanya bisa dilakukan dengan membuat perubahan hidup, menetapkan tujuan, menentukan prioritas, manajemen waktu, dan mengambil tindakan untuk mengurangi tuntutan internal (Powell & Enright, 2016). Pendampingan psikososial, perlu dilakukan sebagai salah satu cara mengatasi atau membantu dalam menyelesaikan masalah internal maupun eksternal.

Pendampingan psikologis sendiri diartikan sebagai cara membantu seseorang untuk mengatasi trauma akibat masalah yang dialami (Amelia & Al ghozali, 2018). Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan bahwa pendampingan dapat diartikan dari suku kata “damping” yang artinya rapat (persaudaraan), karib, dekat kemudian kata tersebut akan diberi akhiran “an” sehingga terbentuklah kata “dampingan” yang artinya membantu dalam kehidupan, atau mendampingi hidup bersama-sama bantu. Selanjutnya ditambahkan awalan “pen” kemudian merubah kata menjadi “pendamping” artinya menemani atau mendampingi. Psikososial adalah merupakan gambaran hubungan antara kondisi sosial seseorang dengan kesehatan mental/emosionalnya (Maisya & Susilowati, 2017). Pendampingan psikososial disimpulkan sebagai mendampingi seseorang membutuhkan pendampingan kesehatan mental/emosional.

Kitab undang-undang nomor 40 tahun 2011 tentang pembinaan, pendampingan, dan pemulihan terhadap anak yang menjadi korban atau pelaku pornografi, dalam bab tiga pasal 20 tentang pendampingan menyatakan lembaga dapat mengadakan pendampingan dengan melakukan

terapi psikologis, konseling, peningkatan kemampuan dan kemauan, advokasi sosial, penyediaan akses pelayanan kesehatan dan/atau bantuan hukum, dilanjutkan pada pasal 21 dikatakan pada lembaga pendidikan formal untuk melakukan konseling dan bimbingan dapat dilaksanakan oleh guru/dosen yang memiliki kompetensi dibidang konseling dan bimbingan.

Tasalim, *et al* tahun 2018 mengatakan kebutuhan pendampingan psikososial/konseling pada mahasiswa selama pendidikan akan dapat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan masalah didalam akademik maupun non akademik, sehingga layanan yang diberikan oleh dosen pembimbing akademik akan menjadi kondusif dan secara optimal. Setelah dilakukan wawancara pada 10 mahasiswa keperawatan UMY 8 mahasiswa mengatakan pendampingan psikososial sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, untuk membantu dalam penyelesaian masalah dan membantu dalam mengurangi tekanan psikologis. Diketahui mekanisme koping stres mahasiswa PSIK UMY dan mengetahui kebutuhan pendampingan psikososial sebagai salah satu koping mahasiswa. Jika mahasiswa belum mengetahui mekanisme koping stres akan mempengaruhi akademik dan mental mahasiswa tersebut.

Al-quran sudah menjelaskan pada surah Al-Insyirah ayat 5-6, yang berbunyi :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (5) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (6)

*Artinya “Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”(QS. Al-Insyirah 5-6)*

*Tafsir Surat al-Insyirah, (2014) Dirwayatkan oleh Imam Ahmad dari sahabat Ibnu Abbas radhiyallahu'anhuma, bahwa Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam bersabda:*

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: « وَاعْلَمُ أَنَّ فِي الصَّبْرِ عَلَى مَا تَكَرَّهُ خَيْرًا كَثِيرًا وَأَنَّ النَّصْرَ مَعَ الصَّبْرِ وَأَنَّ الْفَرْجَ مَعَ الْكُرْبِ وَأَنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا » [أخرجه أحمد]

*"Ketahuilah, sesungguhnya pada kesabaran terhadap apa yang engkau benci mempunyai kebaikan yang sangat banyak. Dan sesungguhnya pertolongan itu bersama dengan kesabaran, kelapangan bersama kesusahan, dan bersama kesulitan itu ada kemudahan". HR Ahmad 5/19 no: 2803.*

Ibnu Abbas menjelaskan, "Allah ta'ala berfirman, "Aku ciptakan satu kesulitan, kemudian gantinya Aku ciptakan dua kemudahan, dan tidak mungkin kesulitan itu mengalahkan kemudahan".

Dari tafsiran diatas dapat dilihat Allah ta'ala mengatakan bahwa dibalik adanya kesusahan maka pasti memiliki jalan keluar atau kemudahan dibaliknya, Jika mendapati satu kali kesusahan maka Allah akan menggantinya dengan dua kemudahan lainnya.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana kebutuhan mahasiswa terhadap pendampingan psikososial dalam meningkatkan kemampuan koping stres?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengeksplorasi kebutuhan mahasiswa keperawatan terhadap pendampingan psikososial untuk meningkatkan kemampuan koping stres.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui kebutuhan pembinaan psikososial mahasiswa keperawatan.

### 2. Bagi partisipan

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mendapatkan informasi terkait pembinaan psikososial dan mengetahui konseling sesuai dengan kebutuhan mahasiswa sebagai salah satu peningkatan koping *stress*.

### 3. Bagi institusi keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber dalam membina kebutuhan pembinaan psikososial terhadap peningkatan koping stres.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya mengenai kebutuhan pembinaan psikososial terhadap peningkatan koping stres.

## E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian ini dilakukan oleh Tasalim, et.al (2018) “Identifikasi Kebutuhan Mahasiswa Dalam Layanan Bimbingan Akademik Di STIKES Sari Mulia” penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif serta menggunakan metode *mixed method*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bimbingan akademik yang suportif merupakan sebuah layanan bimbingan akademik yang tertuju pada pemenuhan kebutuhan mahasiswa dan pemenuhan bantuan atas masalah yang diterima oleh mahasiswa. Bimbingan dilakukan dengan membentuk bina hubungan saling percaya antara mahasiswa dengan dosen dapat memudahkan dosen untuk membantu mahasiswa menghadapi masalah. Persamaannya dengan penelitian ini adalah partisipan yang digunakan sama yaitu mahasiswa.
2. Penelitian ini dilakukan oleh Maulina dan Sari (2018) “Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik” penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Hasil dari penelitian ini terlihat mayoritas mahasiswa baru masih kurang mampu dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, Terkait dengan temuan penelitian ini bahwa mahasiswa baru di FK UISU, T.A 2016/2017 mudah mengalami stres pada derajat rendah diperkirakan ada hubungannya dengan kognitif mahasiswa. Beberapa mahasiswa menilai perguruan tinggi sebagai lingkungan yang baru bukan merupakan situasi yang *stressful*. Namun

ada pula beberapa mahasiswa yang diperkirakan menilai sebuah situasi tersebut sebagai sesuatu yang *stressful*, tetapi mampu meminimalisir situasi *stressful* dengan menerapkan *coping skills* yang efektif. Persamaannya dengan penelitian ini adalah partisipan merupakan mahasiswa kesehatan.

3. Penelitian ini dilakukan Yasmin, *et al* (2018) "*Coping Strategies of Nursing Student against Academic and Clinical stress at Public Sector Lahore*" penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* kuantitatif. Hasil dari penelitian tanggung jawab instruktur di lingkungan akademik dan klinis adalah untuk mengurangi tingkat stres dan sumber stres bagi siswa, untuk membantu siswa dalam menyediakan dan mempertahankan adaptasi psikososial, dan untuk memberdayakan pembelajaran siswa. Mahasiswa mengatasi *stress* di akademik maupun di praktik klinik dengan melakukan pendekatan percaya diri, optimis dan dukungan sosial serta adanya instruktur di praktik klinik yang membantu dalam mengatasi masalah mahasiswa keperawatan di praktik klinik. Persamaannya dengan penelitian ini adalah partisipan merupakan mahasiswa keperawatan dan mencari tau terkait coping stres mahasiswa keperawatan.