

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kementerian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi sebagai penyelenggara pendidikan tinggi terus berupaya meningkatkan kualitas pendidikan tinggi dalam rangka mencapai amanat pada tahun 2015-2019, dengan visi yang telah ditetapkan “Terwujudnya pendidikan tinggi yang bermutu serta kemampuan iptek dan inovasi untuk mendukung daya saing bangsa”. Pendidikan tinggi yang bermutu, bukan hanya menghasilkan lulusan dengan nilai kuantitas yang banyak, melainkan menghasilkan lulusan yang memiliki kualitas berpengetahuan, terdidik, dan terampil. Kemampuan iptek dan inovasi juga memiliki peran besar bagi SDM dan lembaga serta perguruan tinggi dalam melaksanakan penelitian, pengembangan, dan penerapan iptek (Kemenristek Dikti, 2015).

Menurut Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, menyatakan bahwa pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, dan program profesi, serta program spesialis, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Perguruan tinggi di Indonesia dapat berbentuk Politeknik, Sekolah Tinggi, Akademi, Universitas, dan Institut.

Setiap perguruan tinggi memiliki jurusan atau program studi yang dipilih oleh mahasiswa, pemilihan program studi bagi mahasiswa merupakan salah satu fase terpenting karena menentukan masa depan serta fase kehidupan berikutnya. Pemilihan program studi biasanya disesuaikan dengan minat dan cita-cita, tidak terkecuali pada mahasiswa yang memilih program studi ilmu-ilmu kesehatan yang memiliki minat menekuni dunia medis serta cita-cita menjadi tenaga medis. Program studi ilmu-ilmu kesehatan sendiri terdiri dari beberapa program studi, seperti program studi pendidikan dokter, pendidikan dokter gigi, farmasi, kesehatan masyarakat, ilmu gizi, ilmu keperawatan, kebidanan, teknologi laboratorium medik, analisis kesehatan, dan kesehatan lingkungan.

Menurut Riyanti (2007) mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan diharapkan untuk mempersiapkan diri dengan meningkatkan kemampuan dalam pengetahuan, sikap, keterampilan serta kepekaan. Hal ini dikarenakan di masa mendatang tuntutan kebutuhan masyarakat lebih ditunjukkan pada pelayanan kesehatan yang profesional, karena masalah kesehatan yang semakin kompleks serta perkembangan ilmu dibidang kesehatan yang semakin berkembang. Untuk mencapai keterampilan sebagai seorang tenaga kesehatan, mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan dalam proses pembelajarannya diarahkan untuk menerapkan ilmu yang telah dipelajari melalui praktikum di laboratorium dan praktik di lapangan.

Praktik dilapangan seperti di Rumah Sakit atau di tempat layanan kesehatan merupakan salah satu sarana untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan, tujuan lainnya agar kemampuan serta keterampilan mahasiswa dapat meningkat, karena mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan juga harus menyiapkan mental ketika berada di lapangan saat berhadapan langsung dengan masyarakat (Sulistyowati, 2009). Menempuh perkuliahan bagi setiap mahasiswa memang bukan hal yang mudah, mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan sendiri memiliki kegiatan praktikum di laboratorium, praktik lapangan di Rumah Sakit, serta penyelesaian kasus medis baik secara tertulis maupun lisan. Ketika mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan praktik di rumah sakit atau tempat layanan kesehatan mahasiswa membutuhkan konsentrasi penuh, hal ini dikarenakan agar mahasiswa tidak melakukan kekeliruan saat praktik. Hal tersebut tidak menutup kemungkinan akan menimbulkan dampak psikologis tersendiri bagi mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Jafri, Zaidi, Aamir, Aziz, Din, & Shah (2017) yang mengemukakan bahwa mahasiswa Ilmu Kesehatan memiliki tingkat stres yang tinggi yaitu 54,6% dibandingkan dengan mahasiswa diluar ilmu kesehatan seperti Teknik 20,6%, Seni 20,6%, dan mahasiswa Ekonomi 32%. Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penelitian yang di lakukan oleh Sari (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa program studi Kebidanan semester VI Universitas Aisyiah Yogyakarta mengalami stres sangat berat dengan prevalensi 40,0%. Oleh karena itu, bukan tidak mungkin

mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan akan mengalami tekanan-tekanan psikologis di lingkungan akademik, hal inilah yang kemudian di dalam ilmu psikologi disebut sebagai stres akademik.

Menurut Gaol (2016) mengungkapkan bahwa stres akademik merupakan kasus yang paling sering dialami oleh para pelajar, baik yang sedang belajar di tingkat sekolah ataupun perguruan tinggi. Hal tersebut dikarenakan banyaknya tuntutan akademik yang harus dihadapi, misalnya ujian, tugas-tugas, dan lain sebagainya. Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Yusoff (2010) menyatakan bahwa masalah akademik merupakan penyebab utama stres pada mahasiswa. Hal tersebut juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Rakhmawati, Farida & Nurhalimah (2014), yang mengemukakan bahwa sumber stres akademik pada mahasiswa keperawatan di DKI Jakarta adalah beban akademik berupa kegiatan-kegiatan pembelajaran seperti menyelesaikan tugas yang banyak dan membutuhkan waktu lama, perkuliahan di kelas, ujian, kompetisi prestasi dengan teman sekelas, kegagalan dalam proses belajar, dan lainnya.

Penelitian yang juga membuktikan adanya stres akademik pada mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Hafifah, Widiani & Rahayu (2017), menunjukkan bahwa 38,9% mahasiswa ilmu keperawatan mengalami stres akademik dengan kategori sedang. Tingkat stres kategori sedang ini sudah perlu mendapatkan perhatian dan antisipasi dari pihak-pihak pendidikan yang terkait, sebagaimana menurut *Psychology Foundation of Australia* (2014) mahasiswa yang mengalami kondisi stres

akademik sedang cenderung menjadi mudah marah dan tidak fokus terhadap proses perkuliahan, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi pada kegiatan proses pembelajaran yang diikuti oleh mahasiswa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di lapangan yaitu pada mahasiswa semester VI program studi ilmu-ilmu kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas dengan program studi farmasi, kebidanan dan keperawatan menggunakan metode wawancara diperoleh informasi bahwa terdapat kecenderungan stres akademik yang dialami mahasiswa. Dibuktikan dengan mahasiswa menyatakan mengalami perasaan tertekan karena kesulitan dalam membagi waktu antara perkuliahan serta mengerjakan laporan praktikum. Tertekan saat tugas praktek di Rumas Sakit dengan waktu *shif* yang berbeda serta mengalami perasaan takut melakukan tindakan yang salah saat berhadapan dengan pasien. *Deadline* pengumpulan tugas dan laporan membuat mahasiswa untuk lembur mengerjakan tugas atau belajar persiapan ujian sampai pagi hari. Mengalami kelelahan dan pusing (sakit kepala) ketika belajar persiapan ujian lisan maupun non lisan, serta mengalami perasaan takut ketika menghadapi ujian terutama pada mata kuliah yang menurut mahasiswa berat.

Menurut Gadzella & Masten (2005) menyatakan bahwa stres akademik merupakan persepsi seseorang terhadap *stressor* akademik dan bagaimana reaksi mereka yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap *stressor* tersebut. *Stressor* atau sumber stres merupakan faktor yang memicu terjadinya reaksi stres, yakni seperti faktor beban tugas, lingkungan, kondisi emosional, dan kompetensi individu (Putranto, 2013).

Mahasiswa sendiri memiliki kemampuan untuk mempersepsikan dan mereaksi stresor dari lingkungan akademik, jika dipersepsikan sebagai suatu yang berakibat buruk bagi dirinya maka tingkat stres yang dirasakan akan semakin berat. Reaksi inilah yang kemudian akan menimbulkan dampak stres akademik bagi mahasiswa. Stres akademik yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh mahasiswa tentu akan memunculkan dampak negatif, secara khusus stres dapat berdampak negatif terhadap kondisi belajar dan kemampuan kognitif.

Penelitian yang dilakukan Stallman (2010) mendukung adanya keberadaan dampak negatif stres akademik, penelitian yang melibatkan 6.479 mahasiswa di Australia menunjukkan bahwa dampak negatif stres akademik berkaitan dengan ketidakmampuan dan penurunan prestasi akademik. Namun, akan menjadi sebaliknya jika stresor dipersepsikan sebagai kondisi yang tidak mengancam dan mahasiswa mampu mengatasinya, sehingga stres dapat menyumbangkan kontribusi positif bagi mahasiswa.

Menurut Widyasari (dalam Suardani, 2014) stres akan berdampak positif ketika stres diubah bentuk menjadi suatu cara pandang yang positif terhadap diri dalam menghadapi situasi stres, sehingga respon terhadap *stressor* bisa menghasilkan *outcome* yang lebih baik bagi individu. Menurut pendapat Albana (dalam Dewanti, 2016) situasi stres yang positif membangkitkan percaya diri, menjadi terkontrol untuk mampu menangani tugas-tugas, tantangan-tantangan dan tuntutan-tuntutan.

Menurut Yumba (2008) faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa antara lain faktor internal mahasiswa dan faktor eksternal mahasiswa. Faktor internal mahasiswa yaitu seperti jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian mahasiswa, strategi koping mahasiswa, suku dan kebudayaan, dan inteligensi mahasiswa, berbeda dengan faktor eksternal mahasiswa yaitu seperti tuntutan pekerjaan/tugas akademik, serta hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya. Selain faktor tersebut, terdapat faktor yang dapat menunjang mahasiswa ketika menghadapi peristiwa yang menyebabkan stres yaitu faktor protektif.

Menurut Chung (2008) faktor protektif terdiri dari dua bagian yaitu karakteristik personal individu dan karakteristik lingkungan. Mahasiswa dalam kehidupan akademik tentu tidak akan terlepas dari karakteristik personal individu, karena kehidupan akademik mahasiswa bukan hanya dipengaruhi oleh lingkungan eksternalnya saja seperti lingkungan akademik, tuntutan akademik dan beban akademik yang berlebihan, melainkan juga dipengaruhi oleh karakteristik internalnya sendiri. Mahasiswa tentunya perlu untuk mengoptimalkan karakteristik personal yang dimiliki mahasiswa salah satunya yaitu kekuatan karakter (*character strength*).

Park (2004) menyatakan bahwa beberapa kekuatan karakter (*character strength*) menjadi faktor protektif yang dapat menahan, mencegah atau mengurangi pengaruh negatif dari stres. Penelitian lain juga memperkuat adanya kaitan kekuatan karakter (*character strength*) dengan stres akademik, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Maryama (2015) menunjukkan bahwa

kekuatan karakter (*character strength*) dan gender memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa.

Park, Peterson & Seligman (2004) menjelaskan kekuatan karakter dalam psikologi kepribadian, khususnya pada teori sifat (*trait*). Peterson & Seligman (2004) mengklasifikasikan karakter-karakter positif ke dalam beberapa konseptual level, yaitu *wisdom and knowledge* terdiri atas *creativity, curiosity, open mindedness, love of learning, dan perspective*. *Courage* terdiri atas *bravery, persistence, integrity, dan vitality*. *Humanity* terdiri atas *love, kindness, dan social intelligence*. *Justice* terdiri atas *citizenship, fairness, dan leadership*. *Temperance* terdiri atas *forgiveness and mercy, humility and modesty, prudence, dan self regulation*. Sedangkan *transcendence* terdiri atas *appreciation of beauty and excellent, gratitude, hope, humor, dan spirituality*.

Mahasiswa ilmu-ilmu kesehatan dalam perjalanan studinya tentu memiliki tujuan yang ingin dicapai, hal ini berkaitan dengan salah satu klasifikasi kekuatan karakter yaitu *courage*. *Courage* adalah kekuatan emosional yang mengandung keinginan untuk menyelesaikan tujuan walau terdapat halangan dari lingkungan maupun yang ada di dalam diri (Peterson & Seligman, 2004). *Courage* memiliki beberapa klasifikasi salah satunya adalah *persistence* yaitu kecenderungan untuk melakukan suatu tindakan secara berkelanjutan dalam mencapai tujuan walaupun terdapat hambatan dan kesulitan (Seligman, 2002). Individu yang memiliki kekuatan karakter tekun atau gigih akan senang menyelesaikan tugas walaupun sulit tanpa banyak mengeluh (Peterson & Seligman, 2004).

Kegigihan (*grit*) merupakan karakter yang ditunjukkan melalui perilaku untuk mempertahankan ketekunan dan semangat dalam mencapai tujuan jangka panjang yang diharapkan (Duckworth, 2007). Setiap mahasiswa akan memiliki derajat kegigihan (*grit*) yang berbeda-beda, hal ini dikarenakan kegigihan (*grit*) merupakan bagian dari sifat kepribadian yang dinamis dan bagaimana individu beradaptasi pada lingkungannya (Duckworth & Quinn, 2009). Individu yang memiliki kegigihan (*grit*) yang tinggi dapat berhasil dalam mencapai tujuan-tujuan hidupnya sehingga mampu untuk meraih sukses.

Mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan membutuhkan kegigihan (*grit*) untuk meraih kesuksesan, karena mahasiswa menghadapi beban dan tuntutan akademik yang tidak sedikit. Mahasiswa juga harus menghadapi tantangan dan persaingan yang ketat setelah lulus, tidak mudah menjadi tenaga medis di Rumah Sakit atau di tempat pelayanan kesehatan, tetapi diharuskan untuk mengikuti uji kompetensi dan studi profesi sesuai dengan kebijakan pemerintah sebagai wujud menghasilkan tenaga kesehatan yang bermutu. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Duckworth & Gross (2014) yang mengemukakan bahwa kontrol diri (*self-control*) memiliki korelasi dengan kegigihan (*grit*), ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri mampu menangani rintangan dan konsisten mengejar tujuan, kegigihan (*grit*) sendiri diwujudkan dalam suatu usaha keras untuk mencapai tujuan.

Kegigihan (*grit*) akan menunjukkan sejauhmana mahasiswa mampu menangani rintangan, termasuk rintangan yang dialami mahasiswa dalam menempuh studi yang tentunya akan dihadapkan dengan kegagalan, tantangan dan kesulitan-kesulitan, kegigihan (*grit*) inilah yang kemudian akan menjadi faktor protektif timbulnya stres akademik.

Stres akademik menjadi penting untuk diteliti pada mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan, karena mahasiswa perlu untuk mengenali *stressor* akademik agar stres tidak berdampak negatif, mahasiswa juga harus mampu mengubah *stressor* akademik tersebut untuk berkontribusi secara positif sehingga akan menjadi kontrol bagi mahasiswa ketika dihadapkan pada tugas, tantangan maupun tuntutan akademik agar mampu diselesaikan dengan baik dan tidak menimbulkan masalah psikologis. Sebagaimana menurut Hussain, Kumar & Husain (2008) bahwa stres akademik tidak boleh diabaikan karena dapat berdampak negatif pada penyesuaian para peserta di lingkungan akademik.

Mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan semester VI dipilih karena semester VI adalah peralihan mahasiswa semester menengah menuju semester akhir, semakin tinggi tingkat semester maka akan semakin banyak bobot SKS perkuliahan/praktikum, beban tugas dan praktikum juga akan semakin meningkat tingkat kesulitannya, selain itu mahasiswa akan menghadapi penyusunan skripsi di semester mendatang dengan membuat perancangan gambaran tema skripsi dimulai dari semester VI. Sebagaimana menurut Jacobs (dalam Murtana, 2014) bahwa beban akademik yang semakin

tinggi memiliki hubungan yang positif dengan stres akademik. Ketika mahasiswa mempersepsikan tugas adalah suatu beban berlebihan, maka hal tersebut akan menyebabkan lemahnya motivasi, menurunnya prestasi dan timbulnya perasaan gagal.

Perguruan tinggi swasta di Kabupaten Banyumas sendiri dipilih karena, Kabupaten Banyumas memiliki jumlah perguruan tinggi swasta yang menyelenggarakan program studi ilmu-ilmu kesehatan yang mendominasi yaitu berjumlah 7 perguruan tinggi swasta. Terdiri dari 1 Universitas yang menyelenggarakan 6 program studi ilmu-ilmu kesehatan yang berbeda-beda, 2 Sekolah Tinggi yang menyelenggarakan 5 program studi ilmu kesehatan yang berbeda-beda, dan 4 Akademi yang menyelenggarakan 4 program studi ilmu kesehatan yang berbeda-beda.

Perguruan Tinggi Swasta saat ini terus berkembang pesat memberikan pendidikan tinggi yang terbaik, hal ini akan menimbulkan persaingan bagi setiap mahasiswa baik yang berasal dari Perguruan Tinggi Swasta maupun Perguruan Tinggi Negeri dalam bersaing memasuki dunia kerja. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti kegigihan (*grit*) pada mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan di Perguruan Tinggi Swasta, untuk mengetahui kerja keras mahasiswa dalam menghadapi tantangan dan mempertahankan tujuan menjadi seorang tenaga kesehatan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan mengalami permasalahan-permasalahan yang dapat mengganggu proses belajar serta mengganggu kondisi psikologis

dari mahasiswa sendiri. Sehingga berdasarkan uraian tersebut, perlu sekiranya dilakukan penelitian dengan judul “Pengaruh kegigihan (*grit*) terhadap stres akademik pada mahasiswa semester VI program studi ilmu-ilmu kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada pengaruh kegigihan (*grit*) terhadap stres akademik pada mahasiswa semester VI program studi ilmu-ilmu kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris pengaruh kegigihan (*grit*) terhadap stres akademik pada mahasiswa program studi mahasiswa semester VI program studi ilmu-ilmu kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik segi teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan ilmu psikologi terutama yang berkaitan dengan ilmu psikologi pendidikan dengan cara memberi tambahan data empiris yang sudah diuji secara ilmiah.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa semester VI program studi ilmu-ilmu kesehatan di PTS Kabupaten Banyumas agar dapat memahami dan mengenali stres akademik dan pentingnya menumbuhkan karakter individu yang gigih.
- b. Bagi pihak perguruan tinggi, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada pihak penyelenggara program studi ilmu-ilmu kesehatan agar menanamkan sikap gigih (*grit*) pada mahasiswa, terutama pada mahasiswa yang terindikasi mengalami stres akademik saat menempuh studi.