

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Stres Akademik

##### 1. Pengertian Stres

Kata stres berasal dari bahasa Latin yaitu *stringere* yang berarti menarik dengan ketat, istilah tersebut digunakan pada abad ke-17 untuk menggambarkan kesulitan atau penderitaan. Stres merupakan istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan penderitaan, kelelahan dan perasaan tidak mampu mengatasi situasi. Hal ini mengacu baik pada keadaan yang menempatkan tuntutan fisik maupun psikologis pada individu serta pengalaman reaksi emosional pada situasi tertentu (Kauts, 2016).

Seorang ilmuwan bernama Hans Selye menganggap stres sebagai respon terhadap berbagai kondisi lingkungan dan didefinisikan berdasarkan kriteria yang sangat beragam seperti penderitaan emosional, tererorasi kinerja, atau berbagai perubahan fisiologis. Selye mengatakan bahwa ketika menghadapi stres, tubuh mengeluarkan reaksi-reaksi yang disebut dengan *general adaptation syndrome (GAS)*. GAS terdiri dari tiga tahapan yaitu *alarm reaction*, tahap dimana terjadi persiapan untuk melawan stresor; *stage of resistance*, tahap dimana terjadi perlawanan terhadap stresor; dan *stage of exhaustion*, tahap melemahnya perlawanan akibat keberadaan stresor yang berkepanjangan (Davidson, Neale & Kring, 2014).

Nasir & Muhith (2011) menambahkan bahwa stres adalah kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau di luar batasan kemampuan individu untuk memenuhi tuntutan tersebut.

Pendapat lain dikemukakan oleh Prabu (2015) yang mengatakan bahwa stres dapat dirasakan dengan cara yang berbeda, hal yang berbeda, serta untuk individu yang berbeda. Hal ini dianggap sebagai peristiwa atau situasi yang menyebabkan individu untuk merasakan ketegangan, tekanan, atau emosi negatif termasuk kecemasan dan kemarahan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa stres adalah respon individu terhadap tuntutan dan tekanan yang muncul di lingkungan sekeliling individu, stres terjadi karena ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima dengan kemampuan untuk mengatasi penyebab stres.

## **2. Pengertian Stres Akademik**

Stres akademik merupakan stres yang bersangkutan dengan kehidupan akademik individu. Stres akademik didefinisikan sebagai persepsi seseorang terhadap stresor akademik dan bagaimana reaksi mereka yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap *stressor* tersebut (Gadzella & Masten, 2005).

Menurut Kauts (2016) stres akademik adalah tekanan mental terhadap timbulnya perasaan frustrasi terkait dengan kegagalan akademis atau bahkan ketidaksadaran terhadap kemungkinan kegagalan tersebut. Dalam

lingkungan akademik, mahasiswa menghadapi banyak tuntutan akademik, misalnya ujian, menjawab pertanyaan di kelas, menunjukkan kemajuan dalam pembelajaran, harus memahami apa yang telah diajarkan, bersaing dengan teman kelas, serta memenuhi harapan orang tua dan dosen/guru.

Menurut Hasan (2012) stres akademik adalah stres yang dialami seseorang ketika menjadi peserta dalam suatu lingkungan akademik. Dengan kata lain, individu mengalami stresor yang berasal dari lingkungan akademiknya. Pendapat lain di kemukakan oleh Wilks (2008) yang mengatakan bahwa stres akademik muncul ketika tuntutan akademik sulit untuk ditangani oleh individu atau melebihi sumber daya dari diri individu untuk diadaptasi.

Berdasarkan beberapa tersebut, maka disimpulkan bahwa stres akademik adalah respon individu terhadap beban dan tuntutan akademik yang tengah dijalani bersumber dari lingkungan pendidikan. Respon setiap individu sendiri berbeda dan akan menimbulkan reaksi berbeda dari fisik, emosi, perilaku dan kognitif.

### **3. Aspek-Aspek Stres Akademik**

Menurut Robotham (2008) aspek-aspek stres akademik ada empat, yaitu sebagai berikut:

- a. Aspek kognitif, kondisi stres disebabkan oleh adanya kesulitan memusatkan perhatian dalam proses belajar dan memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri dari lingkungan sekitarnya. Contohnya, merasa

kebingungan, sulit untuk berkonsentrasi, performansi belajar yang buruk, daya ingat menurun (mudah lupa).

- b. Aspek emosional/afektif, meliputi perasaan-perasaan negatif yang timbul dari diri sendiri. Seperti kecemasan, ketakutan, mudah marah, sedih yang mendalam, tertekan, merasa ragu-ragu, dan merasa malu, kemampuan atau potensi yang dimiliki rendah, sehingga merasa tidak mampu untuk memenuhi tuntutan akademik.
- c. Aspek fisiologis, yang biasanya terjadi adalah merasa sakit pada bagian tubuh tertentu dan kesehatan fisik menurun. Seperti merasa sakit kepala, mengalami gangguan pencernaan, nafsu makan berkurang, istirahat tidak berkualitas, dan berkeringat berlebihan. Secara fisik kondisi stres muncul dengan wajah pucat, badan terasa lemah, jantung berdebar-debar, gemetar, sakit perut, pusing dan berkeringat dingin.
- d. Aspek perilaku, meliputi berperilaku negatif dan mulai menghindari orang-orang di sekitarnya. Seperti mudah menyalahkan orang lain, mencari kesalahan orang lain, bersikap acuh, lebih senang menyendiri, dan melakukan penundaan tugas.

Pendapat lain dikemukakan oleh Hardjana (1994) yang menyebutkan aspek-aspek stres akademik antara lain:

- a. Fisikal, yaitu terjadinya gangguan ringan secara biologis yaitu seperti sakit kepala, pusing, susah tidur, sakit punggung, sulit buang air besar, gatal-gatal, urat tegang, gangguan pencernaan, tekanan darah tinggi,

banyak berkeringat, selera makan berubah, lelah, banyak melakukan kesalahan dalam kerja dan hidup.

- b. Emosional, yaitu terjadinya gangguan secara emosional, seperti hadirnya perasaan cemas, sedih, depresi, mudah menangis, *mood* berubah-ubah cepat, gugup, harga diri turun, merasa tidak aman, mudah tersinggung, marah-marah, mudah bermusuhan, emosi *mongering*, *burnout*.
- c. Intelektual, yaitu terjadinya permasalahan seperti sulit untuk konsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, kehilangan rasa humor, mutu kerja rendah.
- d. Interpersonal, yaitu mengenai hubungan individu dengan orang lain, permasalahan seperti kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah menyalahkan oranglain, menyerang orang dengan kata-kata, mendiamkan orang lain.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari stres akademik adalah fisik, emosional, intelektual, interpersonal, kognitif, afektif, fisiologis, perilaku. Berdasarkan kedua teori tersebut, yang digunakan oleh peneliti adalah aspek stres akademik dari Robotham (2008) yaitu kognitif, afektif (emosional) fisiologis dan perilaku untuk mengungkap stres akademik pada mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan.

#### 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik

Menurut Yumba (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik diantaranya yaitu:

a. Faktor internal mahasiswa, yaitu terdiri dari:

- 1) Jenis kelamin, adanya stres akademik juga merupakan respon dari individu secara biologis.
- 2) Status sosial ekonomi, pengaruh sosial ekonomi memang menjadi salah satu penentu individu berada dalam tekanan, namun bergantung pada cara individu meresponnya.
- 3) Karakteristik kepribadian mahasiswa, bersifat internal dan mendasar.
- 4) Strategi koping mahasiswa, cara individu mengatasi atau menolak stres akademik dengan strategi yang dianggap tepat.
- 5) Suku dan kebudayaan, perbedaan suku dan kebudayaan tentu akan menentukan individu dalam menangani tekanan psikologis.
- 6) Inteligensi mahasiswa, kecerdasan juga menjadi faktor dalam penanganan timbulnya stres atau tidak pada mahasiswa.

b. Faktor eksternal mahasiswa, yaitu terdiri dari:

- 1) Tuntutan pekerjaan/tugas akademik, seperti adanya tuntutan dan beban akademik yang berlebihan, *deadline*, aktivitas yang padat, dan sebagainya.
- 2) Hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya, meliputi lingkungan akademik individu dan lingkungan sosial yang mempengaruhi.



Selain faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik, terdapat faktor-faktor protektif yang dapat menunjang seseorang dalam menghadapi peristiwa yang menyebabkan stres. Menurut Chung (2008) secara keseluruhan faktor protektif terdiri dari dua macam yaitu:

a. Karakteristik personal individu, yaitu terdiri dari:

- 1) *Temperamen positif*, yaitu gaya perilaku dan karakteristik respon dari seseorang, apabila respon bersifat positif maka akan menimbulkan perilaku yang positif (Santrock, 2007).
- 2) *Self-esteem*, yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Harga diri (*self-esteem*) juga berkaitan dengan kemampuan akademik, kecakapan sosial, penampilan fisik, atau harga-diri (*self-esteem*) kolektif, yaitu evaluasi akan kebernilaian suatu kelompok, dimana seseorang menjadi anggotanya (Srisayekti & Setiady, 2015).
- 3) *Kepercayaan diri*, yaitu karakteristik pribadi seseorang yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri dan mampu mengembangkan serta mengolah dirinya sebagai pribadi yang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik, sehingga akan mampu untuk menangani setiap tekanan yang di alami (Komara, 2016).
- 4) *Self-efficacy*, adalah keyakinan seseorang akan kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan suatu tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian tertentu (Bandura, 1997).

- 5) Kompetensi sosial, dapat diartikan dengan mudah diterima secara sosial, cara berperilaku yang dipelajari yang memungkinkan seseorang berinteraksi secara efektif dengan orang lain, dan mengarah pada perilaku dan respon-respon sosial yang dimiliki oleh individu (Emilia & Leonardi, 2013).
- 6) Keterampilan sosial, adalah perilaku-perilaku yang mendukung kesuksesan hubungan sosial dan memungkinkan individu untuk bekerja bersama orang lain secara efektif (Arends, 2008).
- 7) Keterampilan memecahkan masalah, adalah kemampuan untuk menerapkan pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya ke dalam situasi baru yang melibatkan proses berpikir, sehingga individu mampu dan sanggup menangani masalah yang dihadapi (Ulya, 2016).
- 8) *Internal locus of control*, adalah pandangan individu mengenai sebab akibat suatu peristiwa sehingga dapat mempengaruhi perilaku individu (Handrina & Hariyati, 2017).
- 9) Peran gender, adalah perilaku sosial, gaya hidup, dan karakteristik kepribadian yang diharapkan bagi laki-laki dan perempuan. Karakteristik laki-laki dan perempuan sendiri berbeda dalam menangani setiap permasalahan atau tekanan, perempuan sendiri lebih cenderung mengalami perubahan emosional sedangkan laki-laki cenderung memiliki perasaan depersonalisasi (McAnulty & Burnette, 2006).



b. Karakteristik lingkungan, yaitu terdiri dari:

- 1) Hubungan yang baik dengan orang lain, yaitu menyangkut kepekaan sosial, membangun hubungan, bekerja sama dengan orang lain, mendengarkan dan komunikasi (Lievens & Sackett, 2012).
- 2) *Authoritative parenting*, merupakan pengasuhan orangtua yang mencakup dukungan emosional, pemberian otonomi yang sesuai, dan komunikasi dua arah yang dapat membantu anak-anak dan remaja dalam mengembangkan kompetensi yang ditandai dengan keseimbangan kebutuhan dan tanggung jawab baik secara sosial maupun individual (Darling & Steinberg, 1993).
- 3) Dukungan sosial, merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, yang memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya (Sarafino, 2011).
- 4) Ekspektasi positif dari orang lain, dimaknai dengan keinginan positif agar sesuatu terjadi dengan harapan orang lain agar (Widagho, 1991).
- 5) Iklim keluarga yang positif, adalah keluarga yang mampu untuk memberikan dan menyediakan dukungan belajar, dukungan sosial, pembelajaran sosial-emosi, membangun rasa hormat dalam keluarga, memiliki aturan dan norma, membangun hubungan yang baik dalam

keluarga, bebas dari tindak kekerasan, lingkungan rumah aman dan nyaman, membangun perasaan aman, serta membangun kerjasama dengan lingkungan di luar keluarga (Novita, Hastuti & Herawati, 2015).

Berdasarkan uraian faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik di atas, kegigihan (*grit*) termasuk ke dalam faktor internal mahasiswa yang dapat mempengaruhi stres akademik.

## **B. Kegigihan (*Grit*)**

### **1. Pengertian Kegigihan (*Grit*)**

Teori mengenai kegigihan (*grit*) dikenalkan oleh Angela Duckworth, kegigihan (*grit*) adalah salah satu variabel psikologis yang berdasar pada kekuatan karakter individu yang tertarik dalam proses sebagai indikator mencapai keberhasilan dalam jangka panjang, ditambah dengan motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan. Konsep umum *grit* dalam bidang psikologi terkait dengan ketekunan, tahan banting, ketahanan, ambisi, bekerja keras, kebutuhan untuk beprestasi dan kesadaran diri individu. Lebih lanjut, Duckworth (2007) menyampaikan bahwa kegigihan (*grit*) merupakan karakter yang ditunjukkan melalui perilaku untuk mempertahankan ketekunan dan semangat dalam mencapai tujuan jangka panjang yang diharapkan.

Kegigihan (*grit*) adalah salah satu ciri khas yang dapat dikembangkan untuk membantu mahasiswa mengubah persepsi bahwa penentu keberhasilan atau kesuksesan bukan hanya kecerdasan. Kegigihan (*grit*) di dalam pendidikan adalah bagaimana seseorang dapat mencapai tujuan jangka panjang dengan mengatasi hambatan dan tantangan. Kegigihan (*grit*) juga merupakan salah satu cara untuk menentukan di mana mahasiswa dapat menempatkan upaya mereka untuk belajar serta bertahan dalam menghadapi tantangan akademis (Hochanadel & Finamore, 2015).

Menurut Duckworth (2007) individu dengan kegigihan (*grit*) tinggi ketika dihadapkan dengan perasaan kecewa dan bosan pada sesuatu, tidak akan merubah haluan atau memilih mundur, orang tersebut akan tetap berusaha pada hal yang telah dipilihnya. Sejalan dengan teori tersebut, menurut Izaach (2017) individu dengan derajat kegigihan (*grit*) yang tinggi dapat berhasil dalam mencapai tujuan-tujuan hidupnya sehingga mampu untuk meraih sukses. Kesuksesan ditandai dengan berhasilnya seorang individu mencapai impian yang dicita-citakan, salah satunya dalam dunia pendidikan menjadi acuan penentu kesuksesan seorang individu untuk mempersiapkan masa depannya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan kegigihan (*grit*) adalah ketahanan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang. Individu yang memiliki kegigihan akan berusaha untuk mengejar tujuannya yang telah ditentukan dengan tetap berusaha dan konsisten terhadap pilihannya.

## 2. Dimensi-Dimensi Kegigihan (*Grit*)

Duckworth (2007) mengidentifikasi dua hal yang menjadi dimensi dalam *grit* yaitu *conscientiousness of interest* dan *perseverance of effort*, berikut penjelasan dimensi-dimensi kegigihan (*grit*):

a. *Conscientiousness of Interest* (konsistensi minat), diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan minat pada satu tujuan. Individu yang memiliki konsistensi minat biasanya minatnya tidak mudah teralihkan atau berubah-ubah pada setiap waktu maupun keadaan, individu tersebut tetap mempertahankan minatnya dalam jangka waktu yang panjang.

b. *Perseverance of Effort* (ketahanan dalam berusaha), artinya bahwa individu tidak takut menghadapi tantangan atau hambatan yang menghalanginya dalam meraih cita-cita, yaitu tetap bekerja keras dan bersungguh-sungguh untuk mencapai tujuan jangka panjang. Contohnya adalah ketahanan dalam menghadapi tugas yang sulit. Ketahanan dalam berusaha akan menunjukkan adanya kemampuan untuk menyelesaikan tugas atau urusan yang sedang dikerjakan dengan baik.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dimensi-dimensi dari kegigihan (*grit*) yaitu konsistensi pada tujuan serta memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan.

### 3. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kegigihan (*Grit*)

Menurut Duckworth (2007) faktor-faktor yang berhubungan dengan kegigihan (*grit*) dalam diri individu adalah sebagai berikut :

- a. Pendidikan, dimaknai sebagai orang yang telah berpendidikan memiliki kegigihan (*grit*) yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang kurang berpendidikan pada usia yang sama. Orang memiliki kegigihan (*grit*) juga cenderung menginginkan tingkat pendidikan yang tinggi.
- b. Usia, dimaknai dengan orang dengan usia yang lebih dewasa memiliki kegigihan (*grit*) yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang berusia lebih muda. Hal ini dikarenakan orang yang telah tua memiliki pengalaman untuk menghadapi tantangan.
- c. *Conscientiousness*, yaitu berhubungan dengan pilihan untuk berpindah karir pada seseorang. Orang yang memiliki *conscientiousness*, usia, dan pendidikan tinggi 35% lebih kecil kemungkinannya untuk berpindah karir.
- d. Prestasi, dimaknai dengan mahasiswa yang memiliki kegigihan (*grit*) tinggi memiliki prestasi lebih baik dibandingkan dengan temannya yang memiliki kegigihan (*grit*) rendah.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kegigihan (*grit*) salah satunya adalah usia, dimana individu dengan usia matang memiliki pengalaman kehidupan yang lebih banyak dibandingkan individu yang belum berusia matang. Selain itu faktor



yang berhubungan dengan kegigihan (*grit*) yaitu tingkat pendidikan, prestasi, dan konsistensi dalam memilih tujuan.

### **C. Mahasiswa Program Studi Ilmu-Ilmu Kesehatan**

Mahasiswa merupakan golongan yang sering disebut sebagai kaum intelektual. Hal ini dikarenakan mahasiswa memiliki keistimewaan yaitu berkesempatan mengenyam pendidikan tinggi, yang mungkin tidak dapat dinikmati oleh sebagian besar individu lainnya (Patnani, 2013).

Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 17-24 tahun (Hurlock, 2006). Menurut Fajrina & Rosiana (2015) mahasiswa merupakan peserta didik yang menjalani pendidikan di sebuah universitas atau perguruan tinggi. Sedangkan program studi adalah kesatuan rencana belajar yang digunakan untuk pedoman penyelenggaraan pendidikan yang diselenggarakan atas dasar suatu kurikulum serta ditujukan agar mahasiswa dapat menguasai pengetahuan, keterampilan, dan sikap sesuai dengan sasaran kurikulum tersebut. Dengan demikian, program studi merupakan entitas acuan mahasiswa untuk mendalami disiplin ilmu tertentu, yang membedakan dengan disiplin ilmu yang lain (Widarwati, 2012).

Mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan adalah peserta didik yang mengikuti kegiatan pendidikan ilmu-ilmu kesehatan yang terdiri atas berbagai macam program studi/jurusan. Mahasiswa program studi ilmu kesehatan adalah mahasiswa yang di masa mendatang berperan sebagai tenaga kesehatan



yang memberikan pelayanan secara profesional. Seluruh sarana dan prasarana kesehatan tidak akan dapat berdaya guna apabila tidak didukung oleh tenaga kesehatan yang baik dan profesional (Nurhayati, 2016).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa program studi ilmu kesehatan adalah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan ilmu kesehatan di perguruan tinggi sesuai dengan kurikulum dan pembelajaran yang telah ditentukan untuk melaksanakan pelayanan kesehatan secara baik dan profesional.

#### **D. Perguruan Tinggi Swasta**

Menurut Indriyanti, Siswandari & Ivada (2013) pendidikan tinggi atau sering disebut dengan perguruan tinggi (universitas) bertujuan untuk mempersiapkan peserta didik yang memiliki kemampuan akademis maupun kemampuan profesional yang dapat menerapkan, mengembangkan, dan menciptakan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 Tentang Perguruan Tinggi Swasta yang selanjutnya disingkat PTS adalah Perguruan Tinggi yang didirikan dan/atau diselenggarakan oleh masyarakat. Sedangkan berdasarkan fungsinya, berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 0339/U/1994 tentang Ketentuan Pokok Penyelenggaraan Perguruan Tinggi Swasta, yaitu sebagai satuan pendidikan tinggi berfungsi dan bertugas sebagai pengelola sumber daya

pendidikan yang mencakup tridharma perguruan tinggi, serta menyusun dan melaksanakan kebijaksanaan teknis akademis.

Berdasarkan uraian tersebut, disimpulkan bahwa Perguruan Tinggi Swasta atau PTS adalah pendidikan tinggi yang diselenggarakan oleh masyarakat yang memiliki fungsi mengelola sumber daya pendidikan sesuai tridharma perguruan tinggi serta melaksanakan kebijakan akademis.

#### **E. Kerangka Berpikir**

Terwujudnya pendidikan tinggi yang bermutu serta memiliki kemampuan iptek dan inovasi yang mendukung daya saing bangsa merupakan visi yang diusung oleh Kementerian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi tahun 2015-2019 (Kemenristek Dikti, 2015). Artinya bahwa, Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi memiliki harapan kepada penyelenggara pendidikan tinggi untuk dapat menghasilkan lulusan bermutu dan berdaya saing di dunia global dengan kualitas mahasiswa yang berpengetahuan, terdidik, dan terampil.

Melalui proses pembelajaran praktikum di laboratorium dan praktik di lapangan merupakan salah satu sarana penunjang pendidikan tinggi untuk menghasilkan lulusan mahasiswa ilmu-ilmu kesehatan yang terampil dalam bidang kesehatan menyelaraskan dengan visi Kementerian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi.

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, khususnya mahasiswa semester VI.

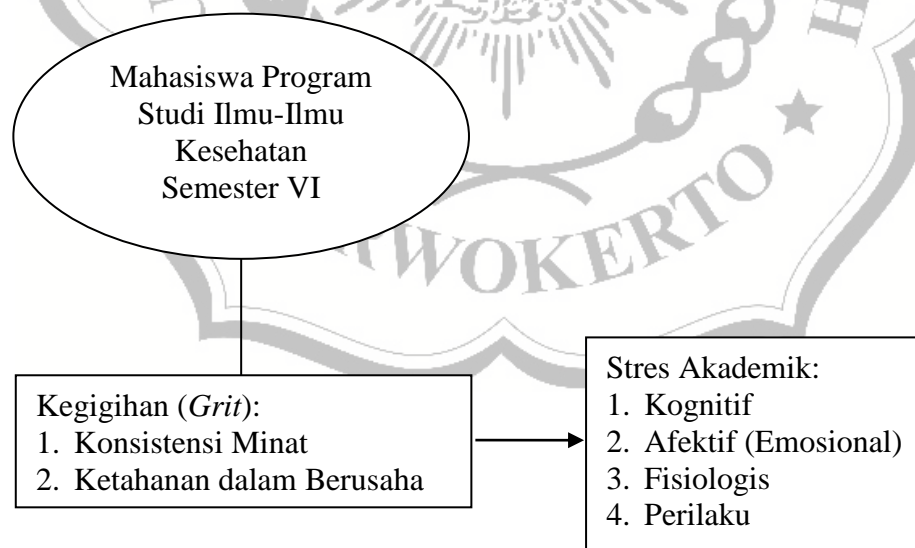
Penelitian yang menunjukkan adanya stres pada mahasiswa ilmu-ilmu kesehatan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Jafri, Zaidi, Aamir, Aziz, Din, & Shah (2017), mengemukakan bahwa mahasiswa Ilmu Kesehatan memiliki tingkat stres yang tinggi yaitu 54,6% dibandingkan dengan mahasiswa diluar ilmu kesehatan. Penelitian lain yang juga menunjukkan adanya stres pada mahasiswa ilmu kesehatan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Sari (2016), menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa program studi Kebidanan Universitas Aisyiah Yogyakarta mengalami stres sangat berat dengan prevalensi 40,0%.

Stres yang dialami oleh mahasiswa yang berkaitan dengan pendidikan selanjutnya disebut sebagai stres akademik, yaitu suatu keadaan dimana mahasiswa mengalami tekanan dari hasil persepsi dan penilaian tentang *stressor* akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Terjadinya stres akademik pada mahasiswa ilmu-ilmu kesehatan disebabkan oleh beberapa faktor dan salah satu faktornya adalah karakteristik pribadi. Namun, karakteristik pribadi juga dapat menjadi salah satu faktor yang dapat menahan terjadinya stres akademik, tergantung hasil persepsi dan

penilaian stresor dari mahasiswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Park (2004) yang menyatakan bahwa beberapa kekuatan karakter (*character strength*) menjadi faktor protektif yang dapat menahan, mencegah atau mengurangi pengaruh negatif dari stres.

Setiap mahasiswa tentu memiliki keinginan mencapai tujuan yang dicita-citakan, hal ini berkaitan dengan salah satu klasifikasi kekuatan karakter yaitu *courage*, merupakan kekuatan emosional yang mengandung keinginan untuk menyelesaikan tujuan. *Courage* memiliki klasifikasi diantaranya adalah ketekunan/kegigihan. Individu yang memiliki kekuatan karakter tekun atau gigih akan senang menyelesaikan tugas walaupun sulit tanpa banyak mengeluh.

Berdasarkan tinjauan teori dan hasil penelitian sebelumnya dapat digambarkan kerangka berpikir di bawah ini:



**Gambar 1. Kerangka Berpikir**

## E. Hipotesis

Hipotesis berasal dari kata *hypo* yang berarti kurang dari dan *thesa* yang berarti pendapat atau teori, sehingga hipotesis diberi pengertian pendapat yang belum final dan masih harus dibuktikan kebenarannya (Nawawi, 2001).

Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu “Ada pengaruh kegigihan (*grit*) terhadap stres akademik pada mahasiswa program studi ilmu-ilmu kesehatan semester VI di Kabupaten Banyumas”.

