

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa pada perguruan tinggi dituntut untuk segera menyelesaikan masa studi belajarnya. Pada umumnya di akhir masa studinya seorang mahasiswa diberi tugas akhir yang biasa disebut skripsi. Skripsi merupakan suatu karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh seorang mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan untuk menyelesaikan masa studinya. Skripsi juga menjadi salah satu bukti kemampuan akademik mahasiswa, selain sebagai persyaratan akhir pendidikan skripsi juga menjadi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Proses penyusunan skripsi dilakukan secara individual oleh setiap mahasiswa. Dalam penyusunan skripsi dibutuhkan sumber yang banyak. Dengan membaca mereka dapat mengetahui sesuatu dan menambah pengetahuan serta wawasan tentang apa yang akan mereka kerjakan. Selain itu mereka juga harus memiliki semangat dan motivasi yang tinggi (Rahmi & Marnola, 2020).

Banyak mahasiswa dalam penyusunan skripsi merasa diberikan beban berat sehingga mengakibatkan kesulitan-kesulitan yang dirasakan menjadi berkembang perasaan negatif yang dapat menjadikan perasaan kekhawatiran, rendah diri, frustasi bahkan stres.

Faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam penyusunan skripsi adalah buku-buku referensi tidak cukup tersedia di perpustakaan, kesulitan

menemui dosen pembimbing, tidak dapat mengatur waktu, dan aktif organisasi. Kesulitan-kesulitan tersebut akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stres, rendah diri, frustrasi, depresi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi hingga ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya dan khawatir/takut akan masa studinya yang tidak tepat waktu. Banyaknya stressor dan tuntutan yang dihadapi menyebabkan mahasiswa skripsi rentan mengalami stres (Retno dkk, 2016).

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial. Stres dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan, diantaranya adalah stres normal, stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Stres normal biasanya dapat dialami secara alamiah oleh setiap individu, stres ringan dapat diartikan sebagai stressor yang dihadapi selama kurun waktu beberapa menit, stres berat adalah keadaan dimana terjadi dalam waktu yang cukup lama (Afryan, 2019).

Stres dalam menyusun skripsi dapat menghasilkan aspek-aspek yang saling terkait baik fisiologis, psikologis, maupun perilaku pada individu yang mengalaminya. Aspek fisiologis menimbulkan gejala gemetar, keringat dingin, pusing, jantung berdetak kencang. Aspek psikologis menimbulkan Gejala yang muncul berupa cemas, mudah tersinggung, mudah marah, gelisah, depresi, gugup, sedih dan perasaan bersalah yang berlebihan. Aspek perilaku yang timbul akibat stres misalnya ketidakmampuan untuk bersosialisasi, gangguan dalam hubungan interpersonal. Berdasarkan penelitian sebelumnya

tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi didapatkan hasil stres rendah sebanyak 9 responden (18,37%) stress sedang sebanyak 34 responden (69,39%), stress tinggi sebanyak 6 responden (12,24%) (Wittrin G, dkk, 2018).

Kondisi stres pada individu dalam menyusun skripsi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut I Wayan S, dkk (2015) mengungkapkan stres terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang dapat menjadi penyebab timbulnya stres misalnya kondisi fisik, perilaku, minat (motivasi), Kecerdasan emosi, *Adversity intelligence*, kecerdasan spiritual, Efikasi diri. Motivasi adalah suatu usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan dan menjaga tingkah laku seseorang agar ia terdorong untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu. Motivasi dapat didefinisikan sebagai salah satu kekuatan dalam diri seseorang yang mendorong atau menggerakannya untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan dasar. Motivasi bertujuan merangsang mahasiswa untuk bekerja dengan baik dan kemauan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Ernita S., Adnan F., 2019). Motivasi belajar adalah suatu dorongan yang timbul karena adanya rangsangan dari dalam maupun luar sehingga seseorang berkeinginan untuk mengadakan perubahan tingkah laku atau aktivitas tertentu lebih baik dari keadaan sebelumnya (Hamzah B. Uno, 2017). Mahasiswa tingkat akhir yang mendapatkan motivasi positif tentunya akan lebih bersemangat dalam mengerjakan skripsi. Resiko terkena dampak psikologis menjadi lebih ringan

saat mahasiswa memiliki motivasi yang tinggi terhadap dirinya (Retno, 2020).

Efikasi diri memiliki peran dalam menentukan strategi coping yang tepat ketika individu menghadapi masalah yang sedang dialaminya. Seperti halnya yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, efikasi diri yang dimiliki mahasiswa memungkinkan dirinya memiliki bertindak dan berusaha dalam proses penyusunan skripsi, sebaliknya apabila mahasiswa kurang memiliki efikasi diri maka kurang mendapatkan dorongan yang kuat dalam dirinya untuk menyusun skripsi. Dalam strategi coping dibutuhkan adanya efikasi diri untuk menangani tingkat stres yang dialaminya, dengan memiliki strategi coping dan efikasi diri mahasiswa tidak akan rentan terhadap permasalahan yang dihadapinya, sehingga tidak menimbulkan stres dalam proses mengerjakan skripsi (Danusatyawati, 2020).

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. Faktor ini berperan penting pada mahasiswa ketika menyusun skripsi meliputi lingkungan tempat tinggal, lingkungan sosial dan keluarga, lingkungan belajar (Didik W dkk, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah saya lakukan dengan metode wawancara terkait motivasi dan efikasi diri 5 responden mahasiswa keperawatan S1 mengatakan bahwa stres yang dialami mahasiswa dikarenakan kesulitan dalam menentukan judul skripsi, dosen pembimbing yang sangat sibuk, kesulitan menemukan sumber-sumber yang relevan, tidak menemukan jurnal-jurnal yang cocok dengan judul penelitian hal tersebut

menunjukkan bahwa ada beberapa mahasiswa yang mengalami gejala-gejala stres pada dalam diri mahasiswa, gejala yang saya temukan pada mahasiswa fakultas ilmu kesehatan yaitu sebagian mahasiswa sangat sulit berkonsentrasi dalam menyelesaikan skripsi sehingga bisa dapat membuat mahasiswa stres.

Hasil observasi juga menunjukan 5 mahasiswa 3 diantaranya sebelumnya mahasiswa memiliki semangat dan motivasi yang tinggi terhadap skripsi karna ingin cepat selesai, namun dalam perjalanannya menyusun skripsi semangat dan motivasi belajar sepertinya menurun seiring dengan hambatan atau kesulitan yang dialami dalam proses penyusunan skripsi dan mahasiswa tersebut tidak berusaha menyelesaikan masalah-masalah yang muncul dalam penyusunan skripsi.

Didalam strategi coping dibutuhkan adanya efikasi diri untuk menangani tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa, dengan demikian memiliki strategi coping dan efikasi diri mahasiswa tidak akan rentan terhadap permasalahan yang dihadapi, sehingga tidak menimbulkan stress dalam proses mengerjakan skripsi.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Motivasi dan Efikasi Diri dengan Dengan Tingkat Strees Pada Penyusunan Skripsi Di Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan motivasi dan efikasi diri dengan dengan tingkat strees pada penyusunan skripsi di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah Mengetahui hubungan motivasi diri dan efikasi diri dengan tingkat strees pada penyusunan skripsi di Fakultas Ilmu Kesehatan Univeritas Muhhamadiyah Purwokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk Mengetahui Gambaran Karakteristik Responden Pada Saat Penyusunan Skripsi.
- b. Mengetahui Gambaran Motivasi Pada Penyusunan Skripsi Program Studi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Univeritas Muhammadiyah Purwokerto.
- c. Mengetahui Gambaran Efikasi diri Pada Penyusunan Skripsi Program Studi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- d. Mengetahui Gambaran Tingkat Strees Pada Penyusunan Skripsi Program Studi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

- e. Mengetahui Hubungan Motivasi Diri Dengan Tingkat Strees Pada Penyusunan Skripsi Di Fakultas Ilmu Kesehatan Univeritas Muhhamadiyah Purwokerto.
- f. Mengetahui Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Strees Pada Penyusunan Skripsi Di Fakultas Ilmu Kesehatan Univeritas Muhhamadiyah Purwokerto.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat secara teoritis

Untuk memberikan gambaran yang jelas tentang adanya hubungan motivasi diri dan efikasi diri untuk menurunkan stres mahasiswa tingkat akhir agar mampu menyelesaikan skripsi ditengah pandemi secara maksimal dengan potensi yang dimiliki.

2. Bagi akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pengetahuan dan bahan pertimbangan bagi pihak lain yang membutuhkan, bila ingin mempelajari masalah-masalah yang ada hubungannya dengan tingkat stres.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan tentang hal-hal yang berhubungan dengan tingkat stres, serta menjadi referensi bagi masyarakat luas pada umumnya serti penulis khususnya.