

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres adalah perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan, baik fisik maupun psikis, sebagai reaksi atau reaksi terhadap faktor yang mengancam, mengganggu, membebani, atau membahayakan keselamatan, kepentingan, keinginan, atau kesejahteraan hidup seseorang. (Syamsul Yusuf, 2011: 106).

Stres dapat disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan keadaan sosial yang tidak terkontrol. Menurut WHO pada tahun 2017, hampir 450 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa, yang merupakan penyakit dengan peringkat kelima di dunia. Ini menunjukkan bahwa prevalensi kejadian stres cukup tinggi. Namun, menurut kementerian kesehatan 2013, jumlah orang yang mengalami gangguan jiwa di Indonesia mencapai 10% dari total populasi.

Pada tahun 2006, Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Jawa Tengah melaporkan bahwa ada 704.000 orang di Jawa Tengah yang mengalami gangguan kejiwaan; dari jumlah tersebut, sekitar 96.000 orang mengalami kegilaan dan 608.000 mengalami stres.

Pada beberapa universitas di seluruh dunia, penelitian telah dilakukan mengenai tingkat stres mahasiswa berdasarkan fakultas mereka. Jumlah siswa yang mengalami stres di seluruh dunia adalah 38–71%,

sedangkan di Asia adalah 39,6-61,3% (Habeeb, 2010). Di Indonesia sendiri, jumlah siswa yang mengalami stres adalah 36,7%. (Fitasari, 2011).

Suminarsis (2009) dalam Penelitian Mahasiswa PSIK Universitas Muhammadiyah Surakarta yang melakukan praktek klinik di RS dr. Moewardi menunjukkan bahwa tingkat stres responden rata-rata adalah kategori berat 28%, kategori sedang 46%, dan kategori ringan 26%. Rata-rata memiliki mekanisme koping adaptif 57%, dan mekanisme koping maladaptive 43%. Mahasiswa akan mengalami peningkatan mekanisme koping maladaptif seiring dengan tingkat stres yang lebih tinggi.

Susi Purwanti (2012) dalam Penelitian pada Mahasiswa reguler Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia angkatan 2010 melaporkan tingkat stres akademik mereka adalah 12,5 persen normal, 30,8 persen ringan, 43,3 persen sedang, dan 11,5 persen berat.

Menurut Smet (1994) faktor-faktor yang mempengaruhi stress antara lain kondisi individu, karakteristik keperibadian, sosia-kognitif, hubungan dengan lingkungan dan mekanisme koping. Stres biasanya disebabkan oleh beban yang berlebihan. Mahasiswa juga tidak bisa menghindari stres yang disebabkan oleh banyaknya tugas, seperti tugas kuliah yang harus diselesaikan segera, dan adaptasi dengan lingkungan yang baru (Fitasari, 2011).

Tingkat stres yang dialami siswa dapat berbeda-beda, tergantung pada kemampuan mereka untuk mengatasi stres. Untuk mencegah situasi stres ini berkembang menjadi stres yang signifikan, perlu segera dicari

solusi untuk menanganinya. Ini dapat dicapai dengan mengidentifikasi dan mengawasi stres dengan benar sehingga orang dapat menganggap stres sebagai bagian dari kesulitan dan bukan akhir dari masalah yang tidak dapat diselesaikan (Sunaryo, 2004). Ini adalah reaksi yang disebut sebagai mekanisme koping terhadap stres.

Koping sendiri adalah proses di mana seseorang berusaha untuk mengatur perbedaan yang dapat diterima antara keinginan (kebutuhan) dan pendapatan (sumber daya) yang dinilai dalam situasi tekanan (Nasir & Muhith, 2011).

Yesil et al. (2015) mengungkapkan bahwa Ketika seseorang berusaha untuk menghilangkan stres atau ancaman dari lingkungannya, mereka mengalami proses koping, yang merupakan respons yang sangat kompleks. Jadi dapat disimpulkan bahwa Koping adalah perilaku dan upaya individu untuk mengendalikan tekanan yang sedang dirasakan.

Untuk mencegah penyakit dan menjaga keseimbangan kesejahteraan, orang menggunakan berbagai strategi koping, menurut Demir et al. (2014). Strategi yang paling umum digunakan siswa saat menghadapi stres dianggap negatif dan tidak efektif. Seperti fokus koping terhadap pada emosi Hirsch et al. (2015).

Hasil penelitian awal pada mahasiswa Ners Universitas Muhamadiyah Purwokerto sebanyak 7 orang pada tanggal 15 juli 2023 di dapatkah hasil berupa 2 (28,5%) mengalaih stress akademis berat, 4 (57%) mengalami stress akademis sedang, dan 1 (14%) mengalami stress

akademis ringan. Studi pendahuluan dilakukan dengan cara menyebar kuesioner DASS 42 ke beberapa mahasiswa Ners Universitas Muhamadiyah Purwokerto.

Dengan demikian, kondisi ini sangat memungkinkan mahasiswa ners mengalami tekanan batin, perasaan buruk, dan cara berpikir buruk. Bahkan semakin lama mereka mengalaminya, sangat mungkin timbulnya gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi ringan hingga berat, yang bahkan dapat menyebabkan bunuh diri karena putus asa. Karena adanya masalah tersebut maka akan dilakukan penelitian, untuk mengidentifikasi hubungan antara mekanisme koping dan tingkat stres pada mahasiswa Ners di Universitas Muhamadiyah Purwokerto.

B. Perumusan Masalah

Untuk mengetahui hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah Purwokerto.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah Purwokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui Karakteristik Responden pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah.
- b. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah.
- c. Untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi Ners Universitas Muhamadiyah.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai sarana pembelajaran dan menambah wawasan khususnya hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stress pada mahasiswa Ners Universitas Muhamadiyah Purwokerto.

2. Bagi Responden

Sebagai referensi untuk informasi tambahan, Berkaitan tentang tingkat stres mahasiswa dan strategi koping mereka.

3. Bagi Institusi Terkait

Sebagai sarana kritik dan saran untuk memajukan lembaga pendidikan, khususnya Universitas Muhamadiyah Purwokerto agar jauh lebih baik.

4. Bagi Ilmu Pengetahuan

Menambah wawasan berkaitan dengan mekanisme koping dan tingkat stress pada tingkat mahasiswa.

