

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam dunia perkuliahan mahasiswa adalah individu yang sedang berproses dalam bidang perguruan tinggi. Mahasiswa akan mengalami perubahan dalam proses belajar dan kebiasannya dari tahapan pendidikan sebelumnya. Proses adaptasi yang perlu dilakukan oleh mahasiswa merupakan hal baru yang akan menimbulkan perasaan tertekan seperti, adaptasi terhadap lingkungan, tuntutan akademik seperti halnya penugasan mandiri maupun kelompok juga penugasan praktikum (Siregar & Putri, 2020). Mahasiswa memiliki banyak penamaan atau istilah yang harus disandang yaitu sebagai *direct of change, agent of change, iron stock, moral force, juga social control* yang karena adanya label nama diatas sebagai seorang mahasiswa hal itu dapat menjadi tuntutan bagi mereka. Sebagai seorang mahasiswa tidak hanya tuntutan melainkan ada juga tanggung jawab yang cukup besar meliputi tanggung jawab atas moral masing-masing individu sebagai seorang mahasiswa, tanggung jawab terhadap masyarakat atau lingkungan sosial, serta tanggung jawab terhadap ilmu dan pengetahuan yang ia miliki (Gafur, 2015).

Dengan banyaknya tuntutan dan tanggung jawab yang harus di tanggung oleh individu yang kemudian menjadi beban bagi mereka sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan mental begitupun seorang mahasiswa juga dapat mengalami masalah pada kesehatan mental karena

berbagai penyebab yang menjadi pemicu (Fajrussalam et al., 2022). Sejalan dengan pendapat diatas bahwa tanpa sadar kualitas kesehatan mental seorang mahasiswa terganggu karena banyaknya tuntutan dan tingginya tekanan yang dialami (Fitriah & Hariyono, 2019).

Terdapat berbagai masalah Kesehatan mental yang dapat dialami oleh mahasiswa salah satunya yakni masalah pada *self esteem* nya (Fitriah & Hariyono, 2019). *Low self esteem* atau dalam bahasa Indonesia disebut dengan kondisi harga diri rendah yang merupakan penilaian negatif terhadap dirisendiri sehingga individu akan merasa lebih buruk dibandingkan dengan oranglain (Rahmi Imelisa et al., 2021). Menurut Rosenberg tahun (1965) dalam Adriani et al., (2022) *low self esteem* merupakan salah satu klasifikasi dari *self esteem* yang terdiri dari tiga tingkatan *self esteem* yaitu *high self esteem* atau harga diri tinggi, *normal self esteem* atau medium *self esteem*, juga *low self esteem* atau harga diri rendah (Farhan & Rosyidah, 2021). Yang dimaksud dengan *self esteem* merupakan unsur penilaian atau evaluasi diri yang berfungsi untuk menggambarkan persepsi dari dirinya dalam hidup. Menurut Taylor (2003) dalam Oktavia et al., (2019), menyatakan bahwa *self esteem* merupakan salah satu faktor internal yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami stress akademik. *Self esteem* memiliki pengaruh terhadap terjadinya stress akademik yang dialami oleh mahasiswa (E. I. Hidayat et al., 2021).

Stress dianggap sebagai kondisi yang terjadi ketika seseorang mendapatkan tuntutan dan tantangan dari lingkungannya melebihi kemampuan individu tersebut dalam memenuhi tuntutannya (Gellman, 2020). Secara keseluruhan stress memberikan dampak pada seseorang yang

mengalaminya, baik dampak secara fisik, psikis, intelektual, sosial ataupun spiritual. Hal yang menyebabkan terjadinya stress disebut dengan stressor yaitu permasalahan psikologis yang dialami individu (Andriyani, 2019a). Hal-hal seperti proses adaptasi, tuntutan akademik berupa penugasan memang merupakan hal yang wajar dialami oleh seorang mahasiswa, namun dapat juga menjadi penyebab terjadinya stress pada mahasiswa (Ishmah Rosyidah et al., 2020).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ishmah Rosyidah et al., (2020) kepada 30 mahasiswa prodi ilmu keperawatan menunjukkan hasil yang signifikan bahwa 89% mahasiswa mengalami stress akademik tingkat berat, 10,5% mahasiswa mengalami stress sedang. Menurut Febriana & Simanjuntak (2021), menyatakan bahwa mahasiswa yang memasuki tingkat II atau tahun kedua perkuliahan akan mengalami stress akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan pada saat berada ditingkat I. Hal itu dikarenakan mahasiswa pada tingkat kedua memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi karena mahasiswa akan dituntut untuk mengerjakan tugas akademiknya yang memiliki kesulitan yang lebih tinggi sepertihalnya penugasan praktikum, tugas proyek, presentasi juga ujian. Mahasiswa juga dituntut untuk berorganisasi. Setelah dilakukan studi pendahuluan terhadap 30 mahasiswa PSIK dengan menyebarkan kuesioner, beberapa mahasiswa menunjukkan tanda-tanda mengalami *low self esteem*, antara lain (16.1%) mahasiswa merasa tidak puas terhadap keseluruhan diri, (25.8%) mahasiswa merasa tidak mampu memiliki pencapaian seperti oranglain, (32.3) mahasiswa merasa tidak banyak yang bisa dibanggakan atas dirinya, (83.9%) pernah merasa sebagai orang yang gagal, (99%) mahasiswa berharap mampu mengahgai kemampuan diri. Sedangkan

terkait variable stress, 24 mahasiswa mengatakan mengalami stress akademik (80.6%) karena perkuliahan (padatnya jadwal perkuliahan, penugasan), tertekan karena persaingan (51.6%). Dengan merasakan gejala seperti sakit kepala, cemas ketika mengalami tekanan, keringat berlebih, sampai tidur yang tidak teratur, nafsu makan menurun sampai mengalami penurunan berat badan. Dari beberapa tinjauan diatas mengenai *self esteem* dan stress akademik terhadap mahasiswa dapat dikatakan bahwa dua variabel tersebut memiliki hubungan. Untuk pembahasan lebih dalam mengenai hubungan *self esteem* dengan stres akademik maka diperlukan penelitian untuk mengetahui kebenaran hubungan dari kedua variabel tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan stres akademik pada mahasiswa Tingkat II Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan stres akademik pada mahasiswa Tingkat II Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *self esteem* pada mahasiswa Tingkat II Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
- b. Mengidentifikasi kejadian stress akademik pada mahasiswa Tingkat II Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
- c. Mengidentifikasi hubungan *self esteem* dengan stress akademik pada mahasiswa Tingkat II Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti dalam mengembangkan teori dibidang kesehatan jiwa dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai *self esteem* dan stress akademik pada mahasiswa.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan penelitian ini dapat digunakan oleh institusi Pendidikan sebagai tambahan referensi agar *self esteem* mahasiswa semakin meningkat dan mengatasi stress akademik yang dialami oleh mahasiswa sehingga dapat mencapai pembelajaran yang optimal karena stress akademik yang dirasakan menurun.

c. Bagi Keperawatan

Dapat digunakan sebagai saran penambahan pengetahuan keperawatan, terutama dalam keperawatan jiwa dalam meningkatkan pemahaman lebih dalam terkait *self esteem* dan stres akademik terutama yang dialami oleh mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai acuan penerapan ilmu keperawatan dalam permasalahan *self esteem* dan stress akademik.

b. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengembangkan pengetahuan terkait *self esteem* dan stress akademik pada mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pembelajaran atau sumber referensi departemen keperawatan jiwa terkait *self esteem* dan stress akademik pada mahasiswa.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian dengan judul “*Academic Stress And Depression Of Chinese Adolescent In Junior High School: Moderate Mediation Model Of School Burnout And Self Esteem*” oleh Jiang et al., (2021) berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan antara stress akademik dan depresi disebabkan

karena kelelahan sekolah (*burnout school*). Efek *burnout school* terhadap depresi disebabkan karena *self esteem*. Efek yang signifikan ditunjukkan pada siswa yang mengalami *low self esteem* ($P < 0,001$). Perbedaan dengan penelitian saat ini terletak variabel dimana variabel independent pada penelitian ini yaitu *self esteem* dan stress akademik menjadi variabel dependen. Juga populasi penelitian saat ini yaitu mahasiswa tingkat II program studi ilmu keperawatan.

2. Menurut Dony et al., (2017) dengan judul “Hubungan *self efficacy*, motivasi berprestasi, proktinasi akademik, dan stress akademik” dengan pendekatan kuantitatif penelitian tersebut membahas terkait 8 aspek yang diteliti. Berdasarkan penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan terhadap stress akademik yang dihubungkan dengan *self efficacy*, terdapat hasil yang signifikan yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara motivasi belajar dengan stress akademik, terdapat hubungan yang positif antara proktinasi akademik dengan stress akademik, terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy*, motivasi berprestasi, dan prokrastinasi akademik dengan terjadinya stress akademik pada mahasiswa, yang menjadi pembeda dengan penelitian saat ini yaitu meneliti hubungan *self esteem* dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat II jurusan ilmu keperawatan dengan instrument LASRS untuk variabel stress akademik.
3. Dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh *self efficacy*, *self esteem*, dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir” oleh E. I. Hidayat et al., (2021) dengan desain kuantitatif korelasional.

Instrument yang digunakan untuk mengukur pada penelitian ini yaitu menggunakan instrument yang diadaptasi oleh *Morgan-Jinks Students Efficacy* untuk variabel *self efficacy*, *self esteem inventory* untuk variabel *self esteem*, *interpersonal support evaluation list* untuk variabel dukungan sosial juga skala stress akademik. hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan dari masing-masing variable terhadap stress akademik. dari ketiga variable yang paling berperan terhadap stress akademik yakni dukungan sosial. Penelitian saat ini meneliti terkait hubungan *self esteem* dengan stress akademik yang difokuskan kepada responden yakni mahasiswa PRODI ilmu keperawatan tingkat II dengan alat ukur RSES untuk variabel *self esteem* dan LASRS untuk variabel stress akademik.

4. Menurut Sandya & Siti (2021) yang meneliti *self efficacy* sebagai variabel independent dan *academic stress* sebagai variabel dependen. Dengan judul “Hubungan *self efficacy* dengan *Academic stress* saat pandemi”. Dengan Teknik sampling *cluster sampling* dari penelitian tersebut menunjukkan adanya hasil yang signifikan bahwa ada hubungan antara *self efficacy* dengan *academic stress* ($P < 0,05$). Hal yang membedakan dengan penelitian saat ini ialah pada penelitian ini yang menjadi variabel independent ialah *self esteem* dengan tehnik sampling *total sampling*.
5. Dari penelitian yang berjudul “*Self esteem* dan resiliensi akademik mahasiswa” dengan *self esteem* sebagai variabel dependen dan resiliensi akademik sebagai variabel independent. Dengan hasil studi tersebut menunjukkan bahwa ada korelasi antara *self esteem* dengan resiliensi akademik dengan ($P < 0,05$), yang artinya apabila mahasiswa mengalami *self esteem* yang tinggi maka pada resiliensi akademik nya juga akan tinggi begitu juga sebaliknya.

Dalam penelitian ini menurut Roellyana & Listiyandi dalam Sholichah et al., (2018) menyatakan bahwa jika resiliensi akademik mahasiswa tinggi maka akan lebih optimis sehingga kejadian stress akademik dapat diminimalisir. Yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan saat ini yaitu variabel dependen pada penelitian ini yaitu stress akademik. alat ukur yang digunakan pada penelitian ini untuk variabel *self esteem* yaitu menggunakan kuesioner RSES dan variabel stress akademik menggunakan kuesioner LASRS.

