

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan zaman dunia pendidikan juga semakin berkembang pesat, tentunya juga semakin banyak siswa yang ingin melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi yaitu melanjutkan studi di perguruan tinggi terutama di universitas impiannya. Hal ini tentunya akan mejadi tantangan tersendiri ketika menjadi mahasiswa baru di perguruan tinggi, dimana mahasiswa baru pada hal ini berada pada masa peralihan dari awalnya seorang siswa menjadi seorang mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di bangku perkuliahan. Menurut (Yuni, 2020) mahasiswa baru akan di tuntutan supaya bisa beradaptasi di dunia pendidikan barunya, hal baru di sekitarnya, dan lingkungan baru di sekitarnya, yang sebelumnya masih menjadi siswa di lingkungan sekolah menengahatas (SMA) sekarang menjadi mahasiswa baru tahun pertama di perguruan tinggi yang baru. Dengan demikian mahasiswa baru memerlukan kemampuan dalam beradaptasi guna melangsungkan hidup di lingkungan barunya.

Perguruan tinggi dapat menambah beban bagi mahasiswa baru, karena mahasiswa baru harus beradaptasi dengan lingkungan barunya supaya bisa melangsungkan kehidupan selanjutnya. Adaptasi adalah penyesuaian diri yang dilakukan makhluk hidup untuk bertahan hidup di lingkungan baru (Lestarina & Purwantini, 2023). (Roki Saputra et al., 2022) menjelaskan bahwa proses adaptasi di perguruan tinggi adalah satu hal yang harus di lewati oleh mahasiswa baru dalam menghadapi rintangan pertama yang akan di hadapi di dalam pekuliahan, seperti perbedaan cara mengajar dari sekolah ke kampus yang berbeda, di mana di sekolah menengah atas (SMA) biasanya guru menjelaskan materi dengan terperinci dan sebaliknya di perguruan tinggi para dosen pengajar rata-rata akan

menjelaskan materi seperlunya dan menghimbau kepada mahasiswanya untuk belajar mandiri. Proses adaptasi atau penyesuaian diri pada individu sangatlah di butuhkan, terlebih pada mahasiswa baru dalam menghadapi pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini dikarenakan bentuk perubahan dan berbagai rintangan banyak terjadi ketika menjadi mahasiswa. Oleh demikian Santrock, (2012) mengatakan karena adanya perubahan yang signifikan sehingga tidak sedikit juga mahasiswa gagal dalam beradaptasi di lingkungan barunya (Prima et al., 2019).

Menurut (Nugraheni et al., 2020) mahasiswa baru akan menghadapi tantangan antaranya tidak dapat menyelesaikan tugas kuliah, terutama karena mereka tidak memiliki motivasi untuk menyelesaikannya. Selain itu, karena mereka berasal dari luar kota. Mahasiswa yang berasal dari luar kota biasanya akan kesulitan dalam berkomunikasi dan beradaptasi karena perbedaan bahasa dan budaya di lingkungan barunya.

Penelitian dari Esmael, Embrahim, & Misganew (2018) mengklaim bahwa kurangnya keterampilan adaptasi yang efektif mungkin menjadi akar penyebab tantangan yang dihadapi mahasiswa baru, termasuk kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, mengatur waktu, dan mencari teman baru (Prima et al., 2019). Menurut Baker dan Siryk, dalam Credé & Niehorster, (2012), ada empat jenis penyesuaian yang menentukan seberapa baik mahasiswa menyesuaikan diri dengan perguruan tinggi: penyesuaian akademis, penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emosional, dan penyesuaian institusional. Namun, penyesuaian sosial adalah yang memiliki dampak terbesar pada penyesuaian mahasiswa

Dalam proses adaptasi mahasiswa baru pasti akan mengalami juga yang namanya stres. Stres merupakan suatu keadaan dimana tubuh merespon terhadap perubahan dalam keadaan seimbang atau normal (Khotijah, et al., 2022). Oleh karena itu, stres dapat terjadi karena terlalu banyaknya kewajiban, terutama jika beban tersebut melebihi kapasitas

seseorang. Proses penilaian suatu peristiwa sebagai sesuatu yang sulit atau mengancam, baik secara fisik maupun psikologis disebut stres (Yuni, 2020).

Sumber stres bentuknya berbeda-beda yang terjadi pada mahasiswa baru. Selain proses adaptasi juga adanya tuntutan akademik seperti banyaknya tugas-tugas di perkuliaha, juga dapat memicu timbulnya stres pada mahasiswa baru (Arindra Candradhevy 2019). Berdasarkan survei yang dilakukan oleh *American College Health Association* (2017) di Amerika, didapatkan bahwa dalam perkuliahan. Stres adalah salah satu masalah terbesar yang harus di hadapi oleh mahasiswa. Sebanyak 33,7% dari total 47.821 mahasiswa menyatakan bahwa akademik akan terhambat jika mengalami stres (Ramadhanti et al., 2019).

Survei yang di lakukan oleh Nurmala, et al., (2020) memaparkan ada (108 mahasiswa) dari 112 mahasiswa dinyatakan merasa stres dalam tingkat sedang. Hal yang harus di perhatikan dalam pendidikan adalah terjadinya stres (Busari, 2014, dalam Rahmanda & Satwika, 2023). Fitasari, (2011) menjelaskan prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%, adapun di Asia sebesar 39,6-61,3% , sementara itu, prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7- 71,6% (Ambarwati et al., 2019). Oleh karena itu mahasiswa harus benar benar siap dalam kondisi apapun setelah memasuki jenjang yang lebih tinggi untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru dan dunia perkuliahan.

Sebagai mana hasil dari penelitian (Yuni, 2020) tingkat stres ringan pada mahasiswa yaitu 20 (12,9%) responden, stres sedang berjumlah 110 (70,9%) responden dan sebanyak 25 (16,1%) responden mengalami stres berat. Sedangkan adaptasi sedang mahasiswa yaitu sejumlah 56 (36,1%) responden dan sebanyak 99 (63,9%) responden mengalami adaptasi tinggi. Penyebab terjadinya stres berbagai permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa baru, seperti program studi yang di pilih, peran dan tanggung jawab baru sebagai seorang

mahasiswa baru, beban tugas kuliah lebih banyak, perbedaan sekolah asal, hubungan social, masalah ekonomi, masalah keuangan, perubahan gaya hidup, dan porsi belajar yang lebih banyak dari sebelumnya, sehingga menyebabkan sulitnya mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya (Rosyidah et al., 2020). Masalah yang muncul pada proses adaptasi mahasiswa baru merupakan adanya perubahan pada lingkungan sekitarnya. Namun, apakah setiap mahasiswa baru yang mengalami stres karena berada di lingkungan baru selalu dapat menghambat terhadap proses adaptasi, belum ada penelitian sejenis terutama kepada mahasiswa baru S1 keperawatan.

Sebagai upaya untuk menunjukkan adanya kebaruan dalam penelitian ini dengan penelitian yang sudah pernah diteliti sebelum-sebelumnya, maka dari itu peneliti berupaya membandingkan antara variable, metode, instrumen, teknik sampling, lokasi dan uji yang di gunakan dalam penelitian yang sudah dilakukan berdasarkan tema Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru ini. Sebagian besar peneliti terdahulu banyak mengangkat variable tingkat stres sebagai variable independen, adapun pada variable independen bermacam-macam seperti, (Sofiarani, 2022; Darmawan, 2023 dan Yuni, 2020). (Sofiarani, 2022) “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Keperawatan”, (Darmawan, 2023) “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan”. Namun pada penelitian (Yuni, 2020) variable independen dan variable independennya sama, akan tetapi berbeda pada metode, instrumen, teknik sampling, lokasi dan uji yang di gunakan dalam penelitian berbeda dengan penelitian ini.

Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan pada bulan Januari 2025 di S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang, dengan melakukan wawancara kepada 10 mahasiswa baru. Diperoleh bahwa ada 3 mengalami stres berat, 3 mengalami stres sedang, dan pada 4 lainnya mengalami tingkat stres ringan. Adapun proses

adaptasinya di dapatkan 4 dari mahasiswa menunjukkan proses adaptasi baik dan 6 mahasiswa lainnya kurang baik.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti meneliti hubungan antara tingkat stres dengan proses adaptasi pada mahasiswa baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang 2024.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka bisa di simpulkan rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah Ada Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi tingkat stres pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Untuk mengidentifikasi proses adaptasi pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Untuk mengidentifikasi Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.4 Mamfaat Penelitian

1.4.1 Mamfaat Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian ini diharapkan peneliti lebih bisa mengembangkan kembali apa yang di tulis dan bisa menciptakan karya tulis yang lebih baik.

1.4.2 Mamfaat Bagi Masyarakat

Diharapkan hasil dari penelitian ini memberikan mamfaat terhadap masyarakat tentang bagaimana menangani stres dan bagaimana cara beradaptasi dengan baik pada lingkungan barunya.

1.4.3 Mamfaat Bagi Mahasiswa Baru

Dari hasil penelitian ini diharapkan untuk mahasiswa baru dapat memahami bagaimana mengatasi stres dan bagai mana proses beradaptasi yang baik dan benar.

1.4.4 Mamfaat Bagi Pendidikan Kesehatan

Untuk di bidang pendidikan kesehatan penelitian ini diharapkan menambah wawasan yang baru dalam keperawatan jiwa dan semoga menjadi bahan refrensi baru dalam penelitian yang baru.

1.5 Keaslian Penelitian

Penyusunan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang” pada judul ini adalah hasil dari penyusunan dan penulisan serta penelitian sendiri berdasarkan literature, buku-buku, jurnal-jurna, website, karya ilmiah dan serta artikel yang sudah terpercaya. Tidak ada dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang”. Adapun sebagai perbandingan terdapat beberapa jurnal di bawah ini yaitu ;

1. Penelitian yang dilakukan oleh Yuni, & Siti Nurjanah, (2020) dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Proses Adaptasi Pada Mahasiswa Baru S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Mojokerto” analisis dalam penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan metode *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah 354 dengan jumlah sampel 155 yang terbagi di 4 kelas. Teknik *probability sampling* dengan cara *stratified random sampling*, dan pengambilan data diambil menggunakan kuesioner PSS dan kuesioner sacq, uji data pada penelitian ini merupakan uji *chi-square*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa baru keperawatan universitas muhammadiyah purwokerto. Lokasi penelitian ini bertempat di fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah purwokerto pada tanggal 4 dan 13 januari 2020. Variable independen : tingkat stres mahasiswa baru, variable dependen : proses adaptasi pada mahasiswa baru. Hasil dari penelitian ini adalah : Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan proses adaptasi pada mahasiswa baru keperawatan S1 Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan p value = 0,041.
2. Penelitian yang dilakukan oleh (Sofiarani, 2022) dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Keperawatan”. Analisis penelitian ini menggunakan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 Fakultas Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung dengan jumlah populasi sebanyak 242 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan oktober 2022. Variable independen pada penelitian ini adalah Tingkat Stres, variable dependen pada penelitian ini adalah Motivasi Belajar. Tingkat Stres diukur dengan *Depression Anxiety Stress Scale Scale (DASS_42)*, adapun Motivasi Belajar diukur menggunakan *Motivasi Belajar*. Hasil dari penelitian ini .
 - a. Tingkat stress terbanyak yaitu kategori stress normal terdapat 70 responden dengan presentase (46.7%).

- b. Motivasi belajar terbanyak dalam kategori motivasi belajar sedang sebanyak 109 responden dengan presentase (72.7%).
 - c. Terdapat hubungan tingkat stress terhadap motivasi belajar mahasiswa keperawatan dengan nilai P-value 0.000 dengan angka koefisien korelasi sebesar -.333 artinya tingkat keamatan hubungan (korelasi) antara variabel tingkat stress dengan motivasi belajar adalah sebesar .333 atau masuk dalam kriteria cukup.. Nilai koefisien korelasi sebesar 333, dimana nilai tersebut negatif yang artinya hubungan kedua variabel tersebut berlawanan. Dengan demikian dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat stress maka motivasi belajar akan semakin rendah.
3. Penelitian yang di lakukan oleh (Darmawan, 2023) “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan”. Analisis penelitian ini menggunakan cross secsonal. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 Fakultas Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung dengan jumlah populasi sebanyak 240 responden. Penelitian ini di lakukap pada bulan oktober 2022. Variable independen pada penelitian ini adalah Tingkat Stres, variable dependen pada penelitian ini adalah Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa. Tingkat Stres diukur dengan *Depression Anxiety Stress Scale Scale (DASS_42)*, adapun Motivasi Belajar di ukur enggunakan *kuesioner ipk terahir* . Hasil dari penelitian ini Hasil: Hasil penelitian menggunakan analisis korelasi Spearman Rank, terbukti bahwa p value 0,000 yang berada dibawah 0,05 ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan indeks prestasi kumulatif. Nilai Correlation coefficient ditemukan sebesar -0,608 > 0,1603. Dengan nilai korelasi tersebut menunjukkan adanya korelasi yang bermakna kuat antara tingkat stres dengan indeks prestasi kumulatif. Tanda negatif tersebut menunjukkan bahwa arah korelasi berlawanan, yang artinya semakin tinggi

tingkat stres maka semakin rendah hasil IPK mahasiswa dan sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin tinggi hasil IPK mahasiswa.

4. Penelitian yang di lakukan oleh (Ajeng Febrianti Rahayu, Bagas Aidi, Meirina Mega Rizki, Ayik Miirayanti Mandagi, 2020) dengan judul “Hubungan kemampuan adaptasi dan tempat tinggal dengan tingkat depresi pada mahasiswa baru”. Analisis penelitian ini menggunakan cross secsonal. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa baru program studi di uar kampus utama (PSDKU0 universitas airlangga banyuwangi angkatan 2019, dengan jumlah 149 mahasiswa yang tersebar di empat program studi yaitu ; kesehatan masyarakat, akutansi, akuakultur dan kedokteran hewan. Penelitian ini di lakukap pada tanggal 20 mei hingga 07 juni 2020. Variable independen pada penelitian ini adalah tingkat kemampuan adaptasi, variable dependen pada penelitian ini adalah tingkat depresi. Tingkat kemampuan adaptasi diukur dengan *Communicative Adaptability Scale (CAS)*, adapun tingkat depresi di ukur enggunakan *Beck Depression Inventroy II (BDI-II)*. Hasil dari penelitian ini diketahui adanya hubungan yang bermakna antara faktor tempat tinggal dengan tingkat depresi pada mahasiswa baru, dan faktor kemampuan adaptasi terhadap tingkat depresi pada mahasiswa baru PSDKU Universitas Airlangga di Banyuwangi.

