

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa di perguruan tinggi menghadapi berbagai perubahan dan tuntutan baru, sehingga memerlukan kemampuan penyesuaian diri yang baik. Ketika penyesuaian diri tidak optimal, mahasiswa dapat mengalami tekanan psikologis. Hal ini sejalan dengan pernyataan bahwa kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik dapat menyebabkan seorang mahasiswa mengalami persepsi stres (Suharsono & Anwar, 2020). Pada mahasiswa keperawatan, kondisi ini cenderung lebih kompleks karena program studi mereka dituntut melakukan adaptasi terhadap kurikulum padat, praktik laboratorium, serta lingkungan akademik yang ketat. Mahasiswa keperawatan sering mengalami persepsi stres awal (initial persepsi stress) karena harus beradaptasi dengan bahasa medis, budaya akademik keperawatan, serta tuntutan kompetensi klinik yang berbeda dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Persepsi stres awal ini akan memengaruhi bagaimana mahasiswa menggunakan mekanisme koping mereka dalam menghadapi tantangan di masa awal perkuliahan (Agustiningsih, 2019).

Mekanisme koping merupakan proses adaptif yang digunakan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai mengancam keseimbangan diri. Menurut Stuart & Sundeen (1995) dalam (Putri dan Wahyuni, 2020), mekanisme koping mencakup strategi *problem-focused coping*, *emotion-focused*

coping, serta respon adaptif dan maladaptif yang membantu individu merespon persepsi stresor secara efektif. Penelitian oleh (Pratiwi, 2020) mendukung bahwa penggunaan strategi coping adaptif seperti planning, kontrol diri, dan pencarian dukungan sosial terbukti mampu menurunkan tingkat persepsi stres individu, terutama pada konteks akademik yang menantang.

Persepsi persepsi stres merupakan penilaian subjektif seseorang terhadap sejauh mana tuntutan lingkungan dianggap melebihi kemampuan atau sumber daya yang dimilikinya. Menurut Sarafino dan Smith (2014) dalam (Purnami & Sawitri, 2019), persepsi persepsi stres dipengaruhi penilaian kognitif individu yang melibatkan komponen *perceived helplessness* dan *perceived self-efficacy*. Penelitian yang dilakukan oleh (Chen, 2020) menunjukkan bahwa tingkat persepsi persepsi stres pada mahasiswa meningkat ketika individu menilai dirinya tidak mampu mengendalikan situasi atau merasa kewalahan oleh tuntutan akademik yang dihadapi. Hal ini menegaskan bahwa persepsi persepsi stres sangat bergantung pada bagaimana individu memaknai tekanan yang diterimanya.

Pada Mahasiswa keperawatan, mekanisme coping berperan penting sebagai faktor psikologis yang membantu mahasiswa mengelola tekanan selama menjalani proses akademik maupun praktik lapangan. Penelitian oleh (Putri dan Anggraini, 2022) menegaskan bahwa coping adaptif seperti regulasi emosi positif, reinterpretasi kognitif, dan penggunaan dukungan sosial memiliki peran protektif dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa keperawatan. Selain itu, mahasiswa yang lebih sering menggunakan strategi coping maladaptif seperti

penghindaran cenderung mengalami persepsi stres lebih tinggi dan kesulitan dalam menyelesaikan tuntutan akademik (Lestari & Wibowo (2021).

Hubungan antara mekanisme koping dan persepsi persepsi stres menjadi penting untuk diteliti karena kedua variabel tersebut saling berpengaruh dalam menentukan kemampuan mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Penelitian oleh (Pratiwi, 2020) juga memperkuat bahwa efektivitas mekanisme koping menjadi faktor utama yang menentukan bagaimana mahasiswa menilai persepsi stresor dan merespons tekanan akademik maupun klinik. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa penguatan kemampuan koping sangat penting dalam upaya menurunkan persepsi persepsi stres pada mahasiswa keperawatan.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Hubungan antara Mekanisme Koping Dengan Persepsi Persepsi stres pada mahasiswa S1 Keperawatan universitas Muhammadiyah Malang

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui antara Mekanisme Koping Dengan Persepsi Persepsi stres pada Mahasiswa S1 Keperawatan Koping Univeristas Muhammadiyah Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Mekansime Koping pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang..
- b. Mengidentifikasi Persepsi Persepsi stres pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhaamdiyah Malang.

- c. Menganalisis hubungan Mekanisme Koping dengan Persepsi Persepsi stres pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi Peneliti

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi peneliti dalam mengembangkan teori di bidang kesehatan jiwa dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan pengetahuan mengenai Hubungan Mekanisme Koping Dengan Persepsi Persepsi stres yang dialami oleh mahasiswa.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan dari penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh institusi pendidikan sebagai referensi tambahan untuk meningkatkan Mekanisme Koping mahasiswa, sehingga mereka dapat lebih efektif mengatasi persepsi stres akademik. Dengan demikian, diharapkan proses pembelajaran menjadi lebih optimal karena tingkat persepsi stres yang dialami mahasiswa berkurang.

- c. Bagi Keperawatan

Dapat dijadikan sebagai saran untuk menambah pengetahuan dalam bidang keperawatan, khususnya keperawatan jiwa, guna meningkatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai Mekanisme Koping dan persepsi stres akademik, terutama yang dialami oleh mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai acuan penerapan ilmu keperawatan dalam permasalahan Mekanisme Koping dan Persepsi stres akademik.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengembangkan pengetahuan terakit Mekanisme Koping dan Persepsi stres akademik pada mahasiswa.

3. Bagi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pembelajaran atau sumber referensi departemen Keperawatan Jiwa terkait Mekanisme Koping dan Persepsi stres akademik pada mahasiswa.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian Berjudul “Persepsi stress and Koping Strategies Among Nursing Students: A Cross-Sectional Study” oleh (Fawzy & Hamed, 2017)

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara mekanisme koping dan tingkat persepsi stres pada mahasiswa keperawatan ($p < 0.01$) dengan nilai korelasi r bernilai negatif. Arah hubungan negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan mekanisme koping adaptif seperti *active koping*, *seeking social support*, dan *positive reframing*—maka semakin rendah tingkat persepsi stres yang dirasakan mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa yang lebih sering menggunakan koping maladaptif seperti *avoidance* dan *self-blame* memiliki tingkat persepsi stres lebih tinggi. Temuan ini menegaskan bahwa koping adaptif berperan

penting dalam menurunkan persepsi persepsi stres pada mahasiswa keperawatan..

2. Penelitian berjudul “Koping Strategies and Perceived Persepsi stress Levels Among Nursing Students During Clinical Practice” Oleh (Shaban, Khater, & Akhu-Zaheya, 2012) Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara mekanisme koping dan persepsi persepsi stres pada mahasiswa keperawatan dengan nilai $p < 0.01$ dan korelasi negatif. Arah hubungan negatif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi penggunaan mekanisme koping adaptif seperti *problem-solving*, *positive reframing*, dan *seeking emotional support*, maka semakin rendah tingkat persepsi stres yang dialami mahasiswa selama praktik klinik. Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa yang menggunakan koping maladaptif, termasuk *avoidance* dan *emotion suppression*, cenderung memiliki tingkat persepsi stres yang lebih tinggi. Hal ini memperkuat bukti bahwa strategi koping adaptif berperan penting dalam menurunkan persepsi persepsi stres mahasiswa keperawatan di lingkungan pendidikan klinik internasional.
3. Penelitian dengan judul ”Hubungan Antara Mekanisme Koping Dengan Persepsi Persepsi stres Pada Mahasiwa (Hasanah & Dharma Wacana, 2017). ” Penelitian ini menemukan adanya hubungan antara strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa dengan tingkat persepsi stres akademik yang dialami. Mahasiswa yang menggunakan strategi koping yang efektif cenderung mengalami tingkat persepsi stres yang lebih rendah. Nilai signifikansinya tidak disebutkan secara eksplisit dalam summary yang tersedia. Namun, jika penelitian ini menggunakan uji statistik yang standar (seperti Spearman Correlation), maka nilai $p < 0.05$ biasanya dianggap

signifikansi yang menunjukkan adanya hubungan yang nyata antara variabel-variabel yang diamati. Perbedaan dari penelitian tersebut adalah variabel yang membahas hubungan Mekanisme Koping dalam mengelola Persepsi stres akademik pada mahasiswa baru.

4. Penelitian “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Persepsi stres Akademik pada Mahasiswa Keperawatan” oleh (Pratiwi, 2020) Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara mekanisme koping dan tingkat persepsi stres pada mahasiswa keperawatan dengan nilai $p < 0.05$ dan $r = -0.486$. Arah hubungan negatif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan strategi koping adaptif, semakin rendah tingkat persepsi stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa. Penelitian ini menjelaskan bahwa mahasiswa yang menerapkan strategi *problem-focused koping*, seperti penyusunan jadwal belajar, mencari solusi ketika menghadapi masalah akademik, dan berbagi pengalaman dengan teman atau dosen, cenderung memiliki persepsi persepsi stres yang lebih ringan. Sebaliknya, mahasiswa yang lebih mengandalkan koping maladaptif misalnya menunda tugas, menghindari tanggung jawab, atau mengabaikan tekanan menunjukkan tingkat persepsi stres yang lebih tinggi. Temuan ini mempertegas bahwa strategi koping adaptif memiliki peran protektif yang signifikan dalam mengurangi beban psikologis selama proses pendidikan keperawatan.