

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa tingkat akhir harus menyelesaikan tugas skripsi untuk mendapatkan gelar sarjana karena merupakan syarat utama untuk lulus, Banyak orang menganggap skripsi sebagai tugas akhir yang sangat menantang dan membutuhkan banyak waktu, tenaga dan ide (Habibullah, Hastiana& Hidayat, 2019). Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi dan minat yang tinggi terhadap skripsi namun keadaan itu menurun seiring dengan kesulitan yang dialami dan akan mengalami stres ketika sedang mencari referensi jurnal atau merangkai kata-kata saat proses penyusunan, dan merasa khawatir yang berlebihan saat akan melakukan bimbingan dengan dosen bahkan kesulitan tidur saat malam karna harus mengerjakan skripsi. Kesulitan itu membuat mahasiswa sering putus asa dan menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Hal ini membuat mahasiswa menjadi ansietas, stres bahkan depresi yang pada akhirnya dapat menyebabkan gangguan mental pada dirinya sendiri (Syaifuro & Prirahayu, 2021).

Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% Sementara itu, hasil dari prevalensi mahasiswa yang mengalami stress di Indonesia sendiri di dapatkan sebesar 36,7- 71,6%. Penelitian yang di lakukan di Universitas Bale Bandung Berdasarkan tingkat stress menunjukkan tingkat stress mahasiswa tingkataakhir dari 32 responden hampir setengahnya mengalami tingkat stres sedang yaitu

sebanyak 16 mahasiswa (50,0%) dan hampir setengahnya mahasiswa mengalami stres ringan sebanyak 16 mahasiswa (50,0%) (Nabila & Sayekti, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Negeri Semarang yang meneliti tentang tingkat kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan reguler dalam menyusun skripsi diperoleh 18,7% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 48% mengalami kecemasan sedang, 24% mengalami cemas ringan dan 9,3% tidak mengalami kecemasan (Bannepadang, Marna & Somba, 2021). sedangkan prevalensi depresi pada mahasiswa tingkat akhir mencapai 48,30%. Dari jumlah tersebut 26,75% di antaranya berada pada tingkatan perbatasan menuju derajat depresi ekstrim yang membutuhkan penanganan medis. Hasil penelitian Hasanah, Fitri, Livana, & Supardi (2020). didapatkan bahwa 21,1 % mahasiswa mengalami depresi ringan, 17% lainnya mengalami depresi sedang dan 3,4% mengalami depresi berat (Gabrielle, Aiyub & Novitayani, 2022).

Penelitian pendahuluan dilakukan pada tanggal 20 Maret 2024 dan melibatkan 10 mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2020 dari 159 mahasiswa di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Hasil pengamatan dan wawancara menunjukkan bahwa 4 dari subjek mengalami stres saat mencari judul dan jurnal Sementara 3 mahasiswa mengalami ansietas karena tidak percaya diri terhadap skripsi yang dikerjakan dan khawatir saat bimbingan dengan dosen pembimbingnya sementara 3 dari 10 mahasiswa mengatakan depresidan sulit untuk tidur dan berat badan menurun karena harus mengerjakan skripsi.

Mahasiswa sering mengalami hal-hal seperti kemalasan, sulit menrangkai kata-kata dan pencarian referensi jurnal adalah penyebabnya ketika mereka mengalami kesulitan mengerjakan skripsi mereka. Selain itu, ada pula faktor eksternal yang mungkin menghambat kemajuan mahasiswa, seperti permasalahan dalam lingkungan pergaulan mahasiswa, seperti konflik dengan keluarga, teman, atau orang yang dicintai (Wahyuni & Setyowati, 2020). Masalah yang dihadapi mahasiswa menyebabkan tekanan yang dapat menyebabkan tertundanya saat menyelesaikan tugas. Stres yang muncul dapat memicu perilaku buruk seperti marah terhadap hal kecil atau sepele, Stres jangka pendek dapat membantu berubah yang dianggap baik, tetapi jika terus berlanjut, dapat menyebabkan masalah fisik perilaku kesehatan yang buruk dan penundaan pengerjaan skripsi (Samaria, Santosa & Pratomo, 2021).

Salah satu faktor mahasiswa menganggap skripsi menakutkan disebabkan karena muncul sebuah Ansietas merupakan Ketakutan yang mengacu pada perilaku respons fisik dan pola pikiran yang mengganggu disebabkan oleh kekhawatiran tentang kemungkinan gagal dalam menyelesaikan tugas akhir mengerjakan skripsi, mahasiswa yang tidak pernah mengalami hal-hal seperti bimbingan dengan dosen, seminar di dalam ruangan, atau cerita tentang skripsi dari teman dan senior mereka yang menyebabkan rasa takut dan kecemasan pada mahasiswa yang memiliki pikiran yang akan memengaruhi perilaku mereka (Widigda et al., 2022).

Salah satu faktor penyebab depresi yang muncul saat mahasiswa mengalami stres dan ansietas akibat tugas akhir menyebabkan mahasiswa

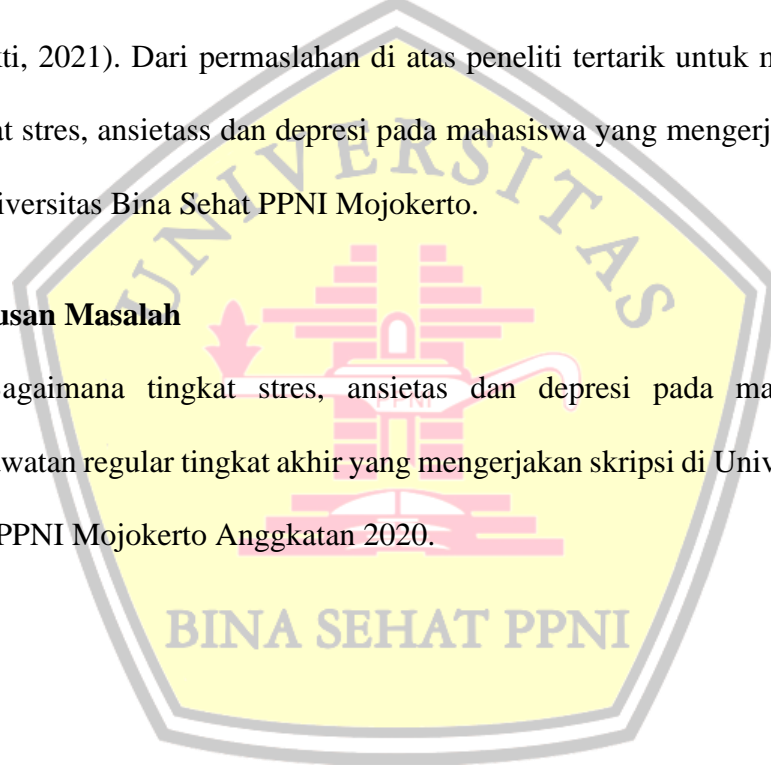
sering mengalami depresi saat menyusun skripsi (Wahyuni, dan Setyowati 2020). Jika skripsi dipandang sebagai tugas yang sulit bagi mahasiswa dan dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti kesulitan menemukan judul yang tepat, kejenuhan saat mengerjakan skripsi, dan penurunan optimisme selama pengerjaan skripsi (Solih et al., 2018). Mahasiswa keperawatan juga tidak kebal terhadap masalah ini karena dapat mempengaruhi setiap mahasiswa yang sedang mempersiapkan skripsi dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan fisiologis pada mahasiswa (Madaniah, 2020). Selain itu sangat jarang gejala depresi muncul dalam kehidupan seseorang tanpa disadari oleh orang lain di sekitarnya karena gejala tersebut tidak selalu terlihat. Jika tidak segera diobati dapat menyebabkan bunuh diri (Surya Dewi et al., 2019).

Berdasarkan masalah tersebut Stres, ansietas dan depresi yang terjadi di mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi karena selama penyusunan skripsibanyak masalah rumit muncul saat menyelesaikan skripsi berasal dari faktor internal seperti rasa malas saat mencari referensi, dan faktor eksternal seperti menghadapi masalah dengan orang tua, teman atau pasangan, yang dapat menghambat penyelesaian tugas (Sari, 2020). Stres dapat menyebabkan tingkah laku negative seperti marah terhadap masalah kecil stres, ansietas dan depresi terjadi jika terjadi dalam jangka pendek dapat mendorong merubah dan kemajuan dapat di anggap baik namun terus berlangsung dalam waktu lama akan menyebabkan perhatian menurun dan kepuasan hidup menurun serta masalah fisik dan perilaku kesehatan memburuk (Agusmar, Vani & Wahyuni, 2019).

Mahasiswa yang mengalami stres, ansietas dan depresi saat mengerjakan skripsi harus mampu melawan rasa takut dan meningkatkan rasa kepercayaan diri sehingga bisa menghadapi masalah seperti rasa takut saat bimbingan dengan dosen, sulit untuk menemukan judul dan mengurangi rasa malas selama proses penyusunan skripsi, mahasiswa harus bisa mengatur pola hidup yang sehat agar mampu mengatasi masalah stres, ansietas dan depresi saat mengerjakan skripsi dan bisa menyelesaikan dengan tepat waktu (Nabila & Sayekti, 2021). Dari permasalahan di atas peneliti tertarik untuk menganalisis tingkat stres, ansietas dan depresi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat stres, ansietas dan depresi pada mahasiswa s1 keperawatan regular tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Angkatan 2020.



### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menganalisis gambaran tingkat stres, ansietas dan depresi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat Stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Mengidentifikasi tingkat ansietas pada mahasiswa yang mengerjakan Skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Mengidentifikasi tingkat Depresi pada mahasiswa yang mengerjakan Skripsi di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini dapat di gunakan dalam memberikan informasi dan wawasan mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental saat sedang mengerjakan skripsi.

#### **1.4.2 Bagi Dosen**

Penelitian ini di harapkan dapat di gunakan sebagai sumber untuk memberi informasi mengenai tingkat stres, ansietas dan depresi saat mengerjakan skripsi

### 1.4.3 Institusi Pendidikan

Penelitian ini di harapkan menambah referensi mengenai tingkat stres, ansietas dan depresi saat mengerjakan skripsi pada mahasiswa S1 keperawatan regular yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas bina sehat PPNI Mojokerto.

