

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan suatu kondisi atau situasi internal atau lingkungan yang membebankan tuntutan penyesuaian terhadap individu yang bersangkutan. Keadaan cemas cenderung menimbulkan usaha ekstra dan penyesuaian baru, tetapi dalam waktu yang lama akan melemahkan pertahanan individu dan menyebabkan ketidakpuasan (Wahyuni, 2019). Kondisi cemas terjadi karena seseorang memandang besar akibat dari kejadian yang menegangkan dan tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya.

Kecemasan merupakan reaksi terhadap faktor fisik, psikologis, atau sosial yang mempengaruhi kesehatan jasmani dan/atau rohani. Selama pengerjaan skripsi, sumber kecemasan yang dialami mahasiswa berasal dari kecemasan psikologis seperti kekhawatiran, ansietas, dan tekanan batin untuk segera menyelesaikan skripsi oleh orang tua dan dosen pembimbing. Reaksi akibat kecemasan yang sangat mencolok dari seorang mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi adalah hilangnya motivasi dan konsentrasi, serta kejenuhan yang berdampak pada penundaan penyelesaian skripsi. Kondisi demikian akan membuat para mahasiswa mengalami perasaan tekanan baik secara fisik maupun psikis (Suarez et al., 2015).

Menurut *American Psychological Association* (APA) tahun 2019 terdapat 125 Ribu mahasiswa dari 150 perguruan tinggi dan universitas yang menunjukkan 30% mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik. Di Jawa Timur tingkat kecemasan akademik cukup tinggi, terdapat 82,6% mahasiswa mengalami kecemasan akademik yang sedang menjalankan tugas akhir, reaksi dari penelitian tersebut, antara lain responden mudah lelah, gelisah, gugup dan khawatir.

Mahasiswa mengalami kecemasan dari berbagai sumber, baik itu dari akademik maupun non-akademik. Dari segi non-akademik penyebab kecemasan yaitu pola hidup dari mahasiswa itu sendiri. Sehingga masalah di luar perkuliahan turut menambah daftar penyebab kecemasan yang dialami mahasiswa salah satunya tugas akhir atau skripsi. Skripsi merupakan tugas yang harus diselesaikan oleh mahasiswa untuk menuntaskan program studinya, hal ini berdasarkan Surat Dirjen Dikti no 152/E/T/2012 yang mengharuskan mahasiswa untuk menghasilkan makalah yang terbit pada jurnal ilmiah. Menurut Yulianto, skripsi merupakan suatu karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh seorang mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya.

Hasil wawancara awal pada sepuluh orang mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember ditemukan adanya ketakutan bertemu dengan dosen pembimbing, karena secara internal mahasiswa takut akan lemahnya materi keilmuan yang dimilikinya, kesulitan dalam mencari literatur di perpustakaan, kurang motivasi dari diri sendiri untuk segera menyelesaikan skripsi, sebagian orang tua yang tidak

pernah menanyakan apa yang dirasakan mahasiswa saat bimbingan skripsi, tetapi selalu menuntut untuk segera menyelesaikannya. Beberapa hal yang dapat memicu kecemasan bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi diantaranya kesulitan dalam menentukan judul, kejenuhan dalam mengerjakan skripsi serta adanya batasan waktu pengerjaan skripsi yang ditetapkan kampus, adanya tugas perkuliahan lain yang harus diselesaikan selain skripsi sehingga mahasiswa harus membagi waktu dengan baik, hingga kurangnya kemampuan mahasiswa dalam berbahasa Inggris untuk membaca literatur, dapat menjadi pemicu timbulnya kecemasan bagi mahasiswa yang menulis skripsi. Kecemasan menimbulkan ketidaknyamanan disertai ketegangan fisik dan emosional. Kecemasan jangka pendek mungkin mempunyai akibat yang bermanfaat dan positif, tetapi jika kecemasan berlangsung secara terus menerus maka akibat yang terjadi menjadi negatif, karena dapat mengganggu kesehatan dan aspek kehidupan lainnya. Demi mengurangi kecemasan seseorang menjadi termotivasi untuk melakukan sesuatu, atau bisa disebut dengan mekanisme koping.

Mekanisme koping bisa dipengaruhi oleh orang sekitar salah satunya dukungan sosial orang tua. Dukungan sosial yang diberikan orang tua dan keluarga menjadi faktor utama mereka masih bertahan untuk mengerjakan skripsi. Dukungan sosial mengarah pada rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu dari individu lain atau kelompok. Sumber utama dukungan sosial adalah dukungan yang berasal dari anggota keluarga, teman dekat, rekan kerja, saudara dan

tetangga (Perry and Potter, 2019).

Menurut Nurmalasari (2018) dukungan dari orang terdekat adalah yang paling berarti dan paling dibutuhkan oleh para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dukungan keluarga merupakan dukungan sosial pertama yang diterima karena keluarga adalah orang yang paling dekat dengan individu dan memiliki peluang paling besar untuk member bantuan. Adanya dukungan keluarga menjadikan mahasiswa untuk meredakan kecemasan dan memberikan ketenangan.

Berdasarkan dari fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Kecemasan merupakan suatu kondisi atau situasi internal atau lingkungan yang membebankan tuntutan penyesuaian terhadap individu yang bersangkutan. Keadaan kecemasan cenderung menimbulkan usaha ekstra dan penyesuaian baru, tetapi dalam waktu yang lama akan melemahkan pertahanan individu dan menyebabkan ketidakpuasan. Menurut *American Psychological Association* (APA) tahun 2019 terdapat 125 Ribu mahasiswa dari 150 perguruan tinggi dan universitas yang menunjukkan 30% mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik. Di Jawa Timur tingkat kecemasan akademik cukup tinggi,

terdapat 82,6% mahasiswa mengalami kecemasan akademik yang sedang menjalankan tugas akhir, reaksi dari penelitian tersebut, antara lain responden mudah lelah, gelisah, gugup dan khawatir . Demi mengurangi kecemasan seseorang menjadi termotivasi untuk melakukan sesuatu, atau bisa disebut dengan mekanisme koping. Mekanisme koping bisa dari orang sekitar salah satunya dukungan sosial orang tua. Dukungan sosial yang diberikan orangtua dan keluarga menjadi faktor utama mereka masih bertahan untuk mengerjakan skripsi. Dukungan sosial mengarah pada rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu dari individu lain atau kelompok. Adanya dukungan keluarga menjadikan mahasiswa untuk meredakan kecemasans dan memberikan ketenangan.

2. Pertanyaan Masalah

1. Bagaimana dukungan keluarga pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember ?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember ?
3. Adakah hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember ?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui dukungan keluarga pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- c. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Perkembangan Ilmu Keperawatan

Sebagai tambahan ilmu terutama dibidang keperawatan tentang dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan refrensi, menambah informasi, dan studi literatur khususnya mahasiswa tentang dukungan keluarga

terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. Manfaat lain penelitian ini yaitu dapat menjadi bahan penelitian selanjutnya.

3. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat sehingga masyarakat dapat memberikan masukan demi tercapainya peningkatan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk peneliti selanjutnya khususnya terkait dengan hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

