

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres didefinisikan sebagai situasi yang dapat membebani atau mengancam jiwa yang diakibatkan oleh reaksi terhadap organisme Selye, (1950) dalam (Gaol, 2016). Stres juga dapat diartikan ketidakseimbangan antara kemampuan individu dalam menghadapi berbagai situasi tertentu dari aspek biologis, psikologis dan sosial sehingga individu merasa situasi tersebut sebagai hal yang mengancam dan menekan (Sarafino & Smith., 2011).

Stres merupakan masalah umum yang terjadi pada manusia, stres dapat timbul pada semua usia, dan berbagai jenis kegiatan mulai dari lingkungan keluarga, sekolah dan kerja. Stres juga sering ditemui dan sulit dihindari. Stres yang terlalu banyak dan melebihi kapasitas individu akan dapat membahayakan (Lin & Huang, 2014). Stres biasanya ditandai dengan kenaikan tekanan darah, peningkatan ketegangan otot, telapak tangan berkeringat, sakit kepala, perubahan nafsu makan, perubahan frekuensi berkemih hingga perubahan pola tidur (Potter & Perry, 2005).

Stres juga sering timbul pada mahasiswa. Mahasiswa merupakan sekumpulan manusia intelektual yang melakukan perubahan, pembaharuan dengan pikiran jernih, positif, kritis yang bertanggung jawab, dan dewasa (Kosasih, 2017). Secara umum mahasiswa memiliki rentang usia pada 18-24 tahun yang mana ini merupakan transisi antara remaja dan dewasa, sehingga pada umur ini mahasiswa masih sangat labil dalam mengatasi masalah. Untuk memenuhi tanggung jawab tersebut tak jarang mendapatkan masalah-masalah dan akhirnya dapat menimbulkan stres. Stres yang berlebihan dapat berdampak pada aspek fisik, emosi, perilaku, dan kognitif (Musabiq & Karimah, 2018).

Stres juga dianggap sebagai ancaman yang dapat menyebabkan kecemasan, depresi, disfungsi sosial, bahkan niat untuk mengakhiri hidupnya (Legiran *et al.*, 2015). Berdasarkan berita yang dilansir dalam media detiknews pada tahun 2020 seorang mahasiswa salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta ditemukan meninggal dunia dikamar kosnya. Berdasarkan

keterangan dari beberapa saksi yang dikumpulkan, polisi menduga korban bunuh diri lantaran depresi. Berita lain yang dilansir oleh kompas.com pada tahun 2020 di Samarinda, Kalimantan Timur ditemukan juga kasus bunuh diri seorang mahasiswa yang diduga mengalami depresi karena sudah 7 tahun kuliah tak kunjung lulus yang disebabkan oleh skripsi yang sering ditolak dosen. Mahasiswa yang mengalami kondisi stres yang ekstrim atau depresi membutuhkan perhatian serius karena dapat membawa dampak yang kurang baik terhadap proses pembelajaran dan prestasi mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Leppink *et al.*,(2016) terhadap 1805 mahasiswa di Amerika Serikat menunjukkan 63,6% mengalami stres sedang-parah. Selain itu, penelitian yang dilakukan Younes *et al.*,(2016) di Lebanon yang melibatkan 600 mahasiswa menunjukkan 27% mengalami stres sedang. Sementara penelitian yang dilakukan di Thailand dengan melibatkan 78 mahasiswa menunjukkan persentase stres sedang pada mahasiswa keperawatan adalah 46,20% (Sritoomma & Domkrang, 2017).

Penelitian Wahyudi *et al.*,(2015) mengenai stres mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Riau tahun pertama yang terdiri dari 166 mahasiswa didapatkan sebanyak 22,89% mahasiswa mengalami stres ringan, 57,23% mahasiswa mengalami stres sedang, 17,47% mengalami stres berat, dan 2,41% mahasiswa mengalami stres sangat berat. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Sari, (2015) tentang hubungan organisasi dengan stres pada mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala dari 100 mahasiswa didapatkan sebanyak 56% mengalami stres.

Faktor penyebab terjadinya stres pada mahasiswa dipengaruhi masalah akademik maupun non akademik. Pada tahun 2020 Indonesia mengalami Pandemi Covid-19, kejadian ini membuat banyak perubahan diberbagai lini sektor tidak terkecuali sektor pendidikan. Melalui Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun kampus perguruan tinggi menggunakan metode daring atau *online* sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *Coronavirus disease* (Covid-19) termasuk kegiatan

berorganisasi. Permasalahan akademik yang muncul terkait dengan manajemen waktu, masalah finansial, hubungan dengan guru, serta dukungan dan kegiatan sosial. Faktor lain yang dapat menyebabkan stres karena adanya tuntutan dari orang tua, teman sebaya maupun guru. Selain beberapa faktor tersebut kegiatan non akademik mengikuti organisasi juga dapat menimbulkan stres (Barseli *et al.*, 2018).

Stres pada mahasiswa yang berorganisasi biasanya dikarenakan tekanan dari organisasi meliputi tugas yang terlalu berat dan waktu yang sedikit, selain itu juga terkait dengan manajemen waktu antara kuliah dan organisasi (Prakoso, 2018). Faktor lain yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa yang mengikuti organisasi adalah adanya tuntutan interpersonal, kegiatan akademik, lingkungan, dan masalah intrapersonal (Musabiq & Karimah, 2018).

Organisasi adalah wadah dari sekelompok orang (*group of people*) yang mengadakan kerja sama untuk mencapai tujuan bersama. Organisasi juga merupakan hal penting untuk pengembangan diri mahasiswa, diorganisasi mahasiswa dituntut untuk berani mengemukakan pendapat, berani mengambil keputusan dengan cepat, memiliki kekuatan tanggung jawab, dan menumbuhkan keterampilan kewarganegaraan (Kosasih, 2017). Manfaat organisasi untuk mahasiswa sangatlah besar, diantaranya mengembangkan kemampuan diri (*soft skills*), membentuk karakter, meningkatkan kepercayaan diri, lebih bertanggung jawab, disiplin, sikap peduli, dapat kompak dalam bekerja tim, dan mahir dalam segala bidang (Dewantara & Vebrianto, 2018).

Salah satu Institusi penyelenggara pendidikan di Indonesia adalah Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah beroperasi sejak 5 Juni 2006. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tiga Fakultas yaitu Fakultas Teknik Teknologi dan Informasi (FTTI), Fakultas Ekonomi Sosial (FES) dan Fakultas Kesehatan (FKes). Model pembelajaran di Fakultas Teknik Teknologi dan Informasi (FTTI) dan Fakultas Ekonomi Sosial (FES) masih menggunakan model pembelajaran TCL (*Teacher Centered Learning*), sedangkan Fakultas Kesehatan (FKes) sudah menggunakan model pembelajaran SCL (*Student Centered Learning*). Berdasarkan hasil penelitian

yang dilakukan Haedhori & Riyadi, (2017) terdapat hubungan antara penerapan pembelajaran model SCL dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tujuh program studi, yaitu Program studi Profesi Ners memiliki 38 sks dengan metode pembelajaran yaitu pre dan post conference, diskusi kasus, presentasi kasus, seminar ilmiah kecil, kegiatan prosedural keperawatan, asuhan keperawatan klien, rotasi tugas sesuai preceptor. Program studi Keperawatan (S-1) memiliki 145 sks dengan metode pembelajaran yaitu perkuliahan, praktik laboratorium, Diskusi tutorial dengan PBL (*Problem Based Learning*), *Cooperative Learning*, *Interactive Station Skill (ISS)*, *Discovery Learning* dan *Pleanary discussion*. Program studi Farmasi (S-1) memiliki 144 sks dengan metode pembelajaran yaitu pengalaman belajar teori (metode ceramah, diskusi, seminar, dan penugasan terstruktur) dan pengalaman belajar praktikum (kegiatan simulasi dan demonstrasi).

Program studi Kebidanan (D-3) memiliki 108 sks dengan metode pembelajaran yaitu kuliah, responsi dan tutorial, seminar, praktikum dan praktik lapangan. Program studi Kebidanan (S-1) memiliki 148 sks dengan metode pembelajaran yaitu perkuliahan, praktik laboratorium, *field trip*, diskusi tutorial dengan PBL (*Problem Based Learning*), *Cooperative Learning*, *Interactive Station Skill (ISS)*, *Discovery Learning*, dan *Pleanary discussion*. Program studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (D-3) memiliki 112 sks dengan metode pembelajaran yaitu pengalaman belajar ceramah/ teori, pengalaman belajar praktik, pengalaman belajar klinik dan Program studi Teknologi Bank Darah (D-3) memiliki 110 sks dengan metode pembelajaran yaitu pengalaman belajar teori, pengalaman belajar praktik dan pengalaman belajar lapangan (Skep//77/FKES/VIII/2019). Beban perkuliahan dengan model pembelajaran SCL tersebut dirasa cukup memberatkan untuk mahasiswa, terlebih lagi jika mahasiswa aktif dalam mengikuti salah satu organisasi yang ada di kampus.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa yang mengikuti organisasi di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani

Yogyakarta yang dilaksanakan pada 10 November 2020 dengan wawancara pada 12 mahasiswa dengan latar belakang pogram studi, organisasi dan struktur jabatan yang berbeda, didapatkan 11 dari 12 orang menyatakan pernah menemukan diri mereka mudah merasa kesal didalam organisasi, merasa banyak menghabiskan energi karena cemas memikirkan organisasi, dan menyatakan bahwa mereka pernah menjadi tidak sabar karena penundaan didalam organisasi.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Fakultas Kesehatan dengan judul “Hubungan Keaktifan Organisasi di Masa Pandemi dengan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah hubungan keaktifan organisasi di masa pandemi dengan stres pada mahasiswa semester empat Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuainya hubungan keaktifan organisasi di masa pandemi dengan stres pada mahasiswa semester empat Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya gambaran keaktifan mahasiswa semester empat Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dalam berorganisasi.
- b. Diketuainya tingkat stres mahasiswa semester empat Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Diketuainya nilai keeratan keaktifan berorganisasi dalam masa pandemi terhadap stres mahasiswa semester empat Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk menambah ilmu pengetahuan dan menjadi sumber rujukan penelitian selanjutnya tentang stres.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Memberikan gambaran dan pertimbangan bagi mahasiswa yang mengikuti serta aktif dalam berorganisasi agar dapat menghindari faktor penyebab stres dan dapat memanajemen stres secara adaptif

b. Bagi Kabag. Kemahasiswaan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian untuk mengembangkan program atau manajemen stres pada mahasiswa yang berorganisasi.

c. Bagi dosen pembimbing akademik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan Dosen PA sebagai tambahan informasi tentang keaktifan mahasiswa dan membantu dosen PA dalam mengatasi stres mahasiswa bimbingannya.