

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa baru adalah status yang pindah dari sekolah menengah ke universitas. Hal ini merupakan perubahan besar dalam kehidupan seseorang atau individu (Santrock, 2017). Orang mengalami banyak perubahan selama tahun pertama mereka menjadi mahasiswa, ini adalah masalah terbesar yang dihadapi orang ketika memasuki universitas (Dyson dkk, 2018). Mahasiswa baru juga dianggap sebagai orang yang belajar dan bekerja di tingkat yang lebih tinggi menuju kedewasaan mereka. Mahasiswa ditempatkan pada masa remaja akhir dan dewasa. Masa dewasa adalah masa perkembangan yang dimulai pada masa remaja atau pada usia duapuluh dan berakhir pada usia tigapuluh

Awal masa dewasa dimulai pada usia 18 sampai 40 tahun. Pada umumnya orang yang memasuki masa dewasa awal disibukkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan adaptasi dalam berbagai aspek kehidupan. Masa dewasa awal dianggap sebagai masa stres emosional, masa isolasi sosial, masa ketergantungan, masa perubahan, masa adaptasi dengan gaya hidup baru, dan masa kreativitas. (Prastiwi & Imanti, 2022). Selain perubahan individu pada dua periode transisi, salah satu inovasinya adalah pengenalan sistem poin semester.

Sistem kredit semester adalah sistem pendidikan yang menggunakan satuan kredit semester (SKS) untuk menunjukkan kinerja belajar mahasiswa, kinerja dosen, beban pengalaman belajar, dan derajat pelaksanaan program. (Verawardina, 2021). Dengan demikian, sistem ini menuntut mahasiswa untuk mengambil banyak tanggung jawab dalam menentukan masa studi dan SKS yang harus diselesaikan. Di sekolah menengah situasinya berbeda, di mana universitas menentukan beban studi, mata pelajaran dan masa studi mahasiswa. Perubahan lainnya terjadi karena hubungan antara dengan dosen Menurut Gunarsa, (2018) pola hubungan mahasiswa dan dosen

sangat berbeda dengan pola hubungan siswa dan guru. Percakapan langsung pada tahap awal jarang terjadi di ruangan yang cenderung memiliki banyak mahasiswa. Selain itu, perhatian dosen kepada mahasiswa lebih sedikit dibandingkan perhatian guru kepada siswa. Selain itu, kondisi yang berubah merupakan peluang besar bagi mahasiswa baru untuk menciptakan stres sekaligus menciptakan kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.

Lingkungan yang baru adalah tantangan pertama yang akan dihadapi mahasiswa baru. Mahasiswa harus mampu beradaptasi mengikuti budaya lingkungan setempat, khususnya lingkungan kampus yang memiliki banyak mahasiswa yang mengakibatkan mahasiswa sulit beradaptasi dengan lingkungan kampus yang baru, akibatnya mereka menjadi terasing dari suasana kampus dan cepat memutuskan untuk kembali ke kosnya.

Keberhasilan adaptif manusia memang bervariasi. Namun, seiring waktu, siswa beradaptasi dengan dunia baru pilihan mereka. Dan umumnya menjalani hidup sebagai mahasiswa. Menurut penelitian Alsa & Kholidah (2012), liku-liku permasalahan mahasiswa baru seperti persaingan yang ketat untuk berprestasi, tekanan untuk terus meningkatkan fakultas melalui IPK yang tinggi, tugas kuliah yang beragam, nilai jurusan yang sempurna, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, penjadwalan yang kacau, sulit mengatur keuangan, tempat tinggal mahasiswa baru yang dianggap tidak sinkron, terputusnya hubungan antar manusia, pertengkaran dengan teman, keluarga dan orang lain yang dapat menimbulkan stress. Bagi sebagian mahasiswa, hal ini menjadi beban yang menimbulkan stres di awal perkuliahan, sedangkan bagi sebagian lainnya merupakan tantangan. Salah satu konsekuensinya, seringkali karena ketidakmampuan siswa baru untuk beradaptasi, adalah berkembangnya kecemasan. Dari berbagai tantangan sering kali menekan mahasiswa baru sehingga membuat mereka merasa cemas.

Kecemasan adalah ketakutan samar yang disertai dengan perasaan tidak aman, tidak berdaya, terisolasi dan tidak aman (Stuart, 2016). Faktor yang memicu kecemasan setiap mahasiswa baru berbeda, seperti prestasi akademik, hubungan

dengan teman, jenis kelamin, kualitas tidur, masalah keuangan, ekonomi dan budaya. (Orzech *et al.*, 2011). Menurut Valentsia dkk (2020), ada beberapa faktor berbeda yang melatarbelakangi hal tersebut, yang menyatakan dalam penelitiannya bahwa ketika menghadapi stressor, khususnya bagi mahasiswa baru, perlu diketahui sumber permasalahan tersebut, mengeksplorasi pengetahuan fokus pada menemukan sumber masalah dan perencanaan, membangun hubungan dengan lingkungan dan membuat gerakan nyata terkait hal ini. diketahui, bukan hanya untuk menguburnya saja. Penelitian (Nugroho, 2019) didapatkan hasil masalah utama kecemasan mahasiswa baru yaitu masalah penyesuaian diri terhadap lingkungan kampus maupun terhadap akademik, adaptasi biasanya karena memiliki aspek kognitif dan fisik. Sisi fisik, dapat terwujud secara langsung dalam adaptasi. Seseorang yang memiliki kecemasan penyesuaian menjadi cemas, gugup, badan gemetar, dan terasa ada ikatan yang kencang di dahi. Ketakutan akan penyesuaian juga biasanya disebabkan oleh aspek kognitif yang dapat bermanifestasi secara langsung. Adanya ketakutan, kecemasan atau kekhawatiran tentang sesuatu akan berdampak buruk bagi seseorang di masa yang akan datang

Penelitian yang dilakukan oleh (Fahrianti & Nurmina, 2019) menemukan bahwa 6,7% mahasiswa yang masuk tidak mengalami kecemasan, sedangkan 9,5% mahasiswa mengalami kecemasan, 5,9% mahasiswa dengan kecemasan ringan, 21% merasakan kecemasan sedang, dan 21,8% merasakan kecemasan berat. Kecemasan mahasiswa baru meningkat sebesar 17,7 % orang dengan rata-rata 7,6% mahasiswa dalam krisis sangat parah dan 1,7 % dalam krisis parah. Menurut temuan penelitian dari Stuart (2005) menunjukkan bahwa baik mahasiswa maupun mahasiswi bisa mengalami kecemasan dan satu-satunya perbedaan adalah bagaimana mereka mengatasi masalah tersebut. Tingkat kecemasan yang sangat parah yang dimanifestasikan sebagai gejala tahun pertama seperti sesak napas (pernapasan cepat), detak jantung cepat, kesulitan berkontraksi, khawatir tentang sesuatu yang terjadi dan kelegaan ketika berhenti, khawatir tentang segalanya dan kegugupan, kecemasan, dalam ketidaknyamanan di sekitar orang lain.

Hasil wawancara peneliti dengan sepuluh mahasiswa baru program studi kesehatan semester satu mengatakan bahwa para mahasiswa baru terkejut dengan sistem akademik yang diterapkan di program pendidikan kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Mahasiswa baru mengatakan merasakan stres ketika menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan pihak kampus, ada rasa cemas dan takut tidak dapat mengerjakan tugas tersebut, karena banyak mahasiswa baru yang sebelumnya berada di SMA. Namun tidak semua mahasiswa baru merasakan stress tergantung dari bagaimana cara mahasiswa tersebut menyikapinya.

Biasanya situasi pertama bagi mahasiswa baru yaitu lingkungan sosial yang baru pula. Berinteraksi dengan orang-orang baru dengan asal yang berbeda, lingkungan yang sangat berbeda pada saat masih bersama di tempat asalnya. Sehingga tidak jarang terjadi konflik. Penyebabnya adalah ketidakcocokan budaya mahasiswa baru (pendatang) dengan masyarakat setempat.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti terdorong akan melaksanakan penelitian di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan mengambil judul “Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru Program Studi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks di atas bahwa rumusan masalah penelitian yaitu “Bagaimana Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru Prodi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penjelasan Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru Prodi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuahuinya Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru pada Prodi Keperawatan.
- b. Diketuahuinya Gambaran Kecemasan Mahasiswa Baru pada jenjang Prodi Kebidanan (D-3).
- c. Diketuahuinya Gambaran Kecemasan Mahasiswa Baru pada jenjang Prodi Kebidanan (S-1).
- d. Diketuahuinya Gambaran Kecemasan Mahasiswa Baru pada Prodi Farmasi.
- e. Diketuahuinya Gambaran Kecemasan Mahasiswa Baru pada Prodi Prodi RMIK.
- f. Diketuahuinya Gambaran Kecemasan Mahasiswa Baru pada Prodi Prodi TBD

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, ilmu keperawatan jiwa khususnya mengenai Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru Prodi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2. Manfaat Praktis

a. Untuk Mahasiswa Baru

Studi ini diharapkan dapat memberikan sedikit pencerahan yang dapat membantu mahasiswa mengatasi rasa takut akan perkuliahan bagi mahasiswa baru.

b. Untuk Pengelola Program Studi Kesehatan

Hasil penelitian ini menggambarkan dasar utama penyusunan program studi dan fakultas atau memberikan informasi yang berkaitan tingkat kecemasan mahasiswa baru dalam mengikuti perkuliahan agar dapat meminimalisir kecemasan mahasiswa baru dalam mengikuti perkuliahan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Memberikan informasi dasar bagi calon peneliti agar dapat melakukan penelitian mengenai topik ini dan memberikan referensi untuk pengembangan penelitian sejenis.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA