

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Profesi keperawatan/ners memegang peran strategis dalam memberikan pelayanan kesehatan holistik. Ners tidak hanya menjadi perawat fisik pasien tetapi juga berperan sebagai pendidik, pendukung, dan pengelola perawatan pasien (Syarifah & Asda, 2023). Sebagai suatu bidang profesi, keperawatan diharuskan memiliki kapasitas intelektual, keterampilan interpersonal, kemahiran teknis, dan integritas moral. Salah satu cara untuk meningkatkan kompetensi perawat untuk menjadi perawat yang profesional yaitu dengan melalui pendidikan program profesi ners dan mencapai gelar sarjana keperawatan ners (Ikhwan, 2019).

Pendidikan untuk keperawatan profesional perlu melewati setidaknya dua fase, fase pendidikan akademik dengan gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep.), kemudian diikuti dengan jenjang pendidikan profesi yang berakhir dengan gelar Ners (Ns). Selanjutnya fase ini harus dijalani karena merupakan bagian penting dari pendidikan yang saling terkait. Program Profesi ners adalah bagian dari program pendidikan akademik profesi yang memiliki tujuan menghasilkan ners dengan kualifikasi sebagai perawat profesional tingkat pertama (*first professional degree*) (Lestari, 2014).

Proses pembelajaran dalam program pendidikan profesi ners dikenal sebagai pembelajaran klinik, dilakukan sepenuhnya di lokasi praktek (rumah sakit, puskesmas, klinik, panti jompo, keluarga, dan komunitas) (Ikhwan, 2019). Dalam pembelajaran klinik mahasiswa profesi ners mungkin akan menghadapi beberapa kendala selama pembelajaran klinik, termasuk tugas dan tanggung jawab selama praktik, interaksi dengan rekan kerja di tempat praktik, tingkat pengetahuan, lingkungan praktik, keterampilan merawat pasien, dan dukungan dari pembimbing akademik Firmawati et al., (2023). Kendala-kendala ini dapat menyebabkan stres pada mahasiswa Profesi Ners dan berpotensi mempengaruhi keberhasilan pembelajaran profesi karena pembelajaran utamanya dilakukan di lokasi praktik.

Stres dalam penelitian Arisandi & Setia (2021) merupakan keadaan yang tidak nyaman yang memicu respon tubuh, disebabkan oleh berbagai tekanan, seperti saat seseorang menghadapi tantangan, ancaman, atau berupaya memenuhi harapan yang tidak realistis di luar kemampuan mereka. Salah satu jenis tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa profesi adalah stres akademik. Stres akademik menurut Sarafino & Smith (2017) adalah keadaan dimana mahasiswa merasakan tekanan akibat ketidakseimbangan antara tuntutan akademis dan kemampuan mereka. Stres akademik muncul ketika kapasitas yang dimiliki mahasiswa tidak mencukupi untuk memenuhi tuntutan akademis yang ada.

Stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa profesi Ners menurut Murdhiono & Vidayanti (2022) adalah hasil dari tekanan fisik dan emosional yang timbul akibat tuntutan dari lingkungan praktik, dosen, atau orang tua untuk mencapai pencapaian akademik yang memuaskan, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, serta merasa kurang mendapat arahan yang cukup dalam menyelesaikan tugas praktik klinik. Saryati (2020) dalam penelitiannya terhadap 132 responden menemukan bahwa 70 responden (52,2%) mengalami stres sedang. Mereka menyatakan bahwa salah satu penyebab stres tersebut adalah kesulitan dalam praktik dan beban pembelajaran. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2023) dari 96 responden 85,4% mahasiswa mengalami stres tingkat sedang, dikarenakan kesulitan saat praktik klinik serta adanya persaingan antara teman sebaya.

Stres akademik pada mahasiswa profesi ners dapat ditimbulkan dari berbagai faktor, seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Murdhiono & Vidayanti (2022) didapatkan hasil bahwa faktor utama yang membuat mahasiswa profesi ners mengalami stres adalah banyaknya tugas laporan praktik klinik dengan tenggat waktu yang ketat, serta ujian klinik yang membuat mereka merasa tertekan, selain itu penilaian dosen serta pembimbing klinik yang tidak sesuai ekspektasi mahasiswa membuat mereka mengalami stres akademik. Selain itu, kondisi lingkungan praktik yang dianggap kurang baik juga menjadi faktor penyebab stres akademik, (Taslim & Cahyani, 2021)

Stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa biasanya menimbulkan tanda dan gejala seperti sakit kepala, ketegangan otot, kesulitan tidur, pola makan terganggu, kehilangan dan kesulitan belajar, (Oktarisa et al., 2023). Hal ini juga sesuai dengan studi pendahuluan yang sudah dilaksanakan pada tanggal 28 Februari 2024 kepada mahasiswa profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Hasil wawancara dari 10 mahasiswa didapatkan bahwa 40% mengalami tanda dan gejala kesulitan tidur, 20% tidak nafsu makan, 40% sulit berkonsentrasi dan 20% merasa mual. Munculnya tanda dan gejala stres akademik pada mahasiswa profesi Ners menimbulkan upaya individu untuk mengurangi terjadinya stres akademik berlebih.

Upaya yang dilakukan individu dalam menghadapi stres akademik yaitu melakukan berbagai hal, seperti mengobrol dengan teman atau anggota keluarga, mengikuti kegiatan olahraga dan mencari dukungan sosial (Mei et al., 2021). Berdasarkan hasil wawancara pada mahasiswa profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mengatakan, bahwa menghadapi stres akademik yang dirasakan dengan cara melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti (bermain *game*, menonton tik tok, menonton drama Korea, bermain bersama teman). Mengurangi beban akademik, dengan cara (segera menyelesaikan laporan-laporan praktik klinik). Hal ini dilakukan karena mereka paham, apabila perasaan stres tidak diatasi akan berdampak pada proses belajar selama pendidikan profesi ners.

Dampak dari stres yang dialami mahasiswa profesi ners yaitu dapat "mempengaruhi pengalaman siswa selama pendidikan dan berpotensi memberikan dampak pada kehidupan serta perjalanan mereka sebagai perawat profesional." (Amsrud et al., 2019). Hal ini sesuai dengan hasil wawancara mahasiswa profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, 70% dari mereka mengatakan mereka terkadang merasa kelelahan dan mengantuk saat berjaga di RS karena mengalami kesulitan tidur, dan 40% mengatakan terkadang sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas atau laporan. Stres akademik berkepanjangan dapat menimbulkan kelelahan mental serta masalah emosional pada individu, Binder (1996) dalam (Aryani, 2016). Stres akademik juga dapat menghambat kemampuan

seseorang dalam mengelola emosi saat menghadapi tekanan, sehingga berpotensi menurunkan ketahanan emosional mereka (Zahara et al., 2022).

Menurut Judijanto et al, (2023) ketahanan emosional merujuk pada kemampuan individu untuk menghadapi tekanan dan tantangan emosional sehari-hari dengan efektif. Ini juga mencakup kemampuan untuk tetap tenang dan stabil saat menghadapi situasi yang menantang atau sulit. Menurut Sakti et al, (2023) Seseorang yang memiliki tingkat ketahanan emosional yang tinggi dapat menangani stres dan tekanan dengan cara yang positif dan produktif, serta menjaga keseimbangan emosionalnya dalam jangka waktu yang panjang. Namun pernyataan ini berbanding terbalik dengan teori yang ditulis oleh Binder (1996) dalam Aryani, (2016) menjelaskan bahwa ketahanan emosional atau *emotional resilience* adalah bentuk dari dampak stres akademik yang berkepanjangan, karena ketika seseorang mahasiswa mengalami stres akademik secara terus menerus akan mengganggu keadaan emosional mereka dan sulit untuk mempertahankannya.

Tingkat ketahanan emosional seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, identitas, dan pengalaman hidup. Menurut Binder (1996) dalam Aryani (2016) ketahanan emosional juga berperan dalam kesehatan mental seseorang setelah menghadapi stres. Stres akademik yang tinggi dapat menghasilkan dampak negatif pada ketahanan emosional dan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola emosi. Penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2023) menjelaskan mahasiswa yang mengalami stres akademik tingkat sedang akan kesulitan dalam menangani masalah, mudah marah saat menghadapi tantangan, kesulitan menyelesaikan masalah sederhana, merasa gugup dan tertekan. Menurut penelitian (Hidayanti, 2021) didapatkan hasil 53,3% responden memiliki ketahanan mental tingkat sangat rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada bagian akademik memperoleh jumlah mahasiswa aktif Profesi Ners Angkatan XXI berjumlah 64 mahasiswa dan angkatan XXII berjumlah 34 mahasiswa. Dengan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 10 mahasiswa Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta didapatkan bahwa stres akademik memberikan dampak terhadap ketahanan emosional/*emotional resilience*

dengan kriteria hasil 40% memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi masalah, 60% mengelola emosi dengan baik, 60% kurang percaya diri dalam menghadapi masalah, 20% menyendiri ketika ada masalah.

Banyaknya mahasiswa profesi ners yang mengalami gejala stres akademik dan memiliki dampak pada ketahanan emosional/*emotional resilience* maka upaya yang sudah dilakukan prodi untuk menangani hal tersebut berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada ketua prodi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yaitu prodi memberikan fasilitas bimbingan konseling untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental dan mengurangi dampak kesehatan emosional mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ketahanan emosional dapat menjadi sebuah upaya untuk menghadapi stres dan juga sebagai dampak dari stres, karena adanya perbedaan pendapat tersebut dan sejauh pencarian peneliti dalam mencari jurnal penelitian yang mengaitkan antara stres akademik dengan *emotional resilience* belum ditemukan oleh peneliti, sehingga peneliti tertarik untuk mengambil judul hubungan stres akademik dengan *emotional resilience* pada mahasiswa ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah pada mahasiswa profesi ners dengan keluhan banyaknya tugas sehingga mengakibatkan stress akademik. Dari masalah tersebut dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Adakah hubungan antara stres akademik dengan *emotional resilience* pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara stres akademik dengan *emotional resilience* pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- b. Diketahui gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- c. Diketahui tingkat *emotional resilience* pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- d. Diketahui keeratan hubungan antara stres akademik dengan *emotional resilience* pada mahasiswa profesi ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pembaca memahami lebih banyak tentang apa yang mereka ketahui, terutama tentang hubungan antara stres akademik dan ketahanan emosional pada mahasiswa profesi ners di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Profesi

Diharapkan bahwa temuan dari penelitian ini dapat memberikan gambaran terkait stres akademik dan ketahanan emosional bagi mahasiswa keperawatan yang berencana melanjutkan program profesi ners, sehingga mereka dapat melakukan penyesuaian dengan baik saat menghadapi stres akademik.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu prodi dalam mengidentifikasi permasalahan psikologis yang dihadapi oleh mahasiswa profesi ners di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.