

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa merupakan golongan individu yang berada pada masa dewasa awal. Sebagai individu dewasa awal, mahasiswa wajib mengerjakan sejumlah tugas perkembangan yang berada dalam institusi pendidikan tinggi dan dibentuk untuk memiliki kemampuan belajar mandiri serta memenuhi tanggung jawab akademiknya (Hermawan & Hirmaningsih, 2021). Tugas akademik termasuk mengerjakan tugas kuliah, tugas lapangan, magang, karya tulis ilmiah, dan skripsi. Mahasiswa harus aktif dalam menyelesaikan pendidikannya dan berusaha keras untuk lulus tepat pada waktunya. Menurut Tarigan dan Sitepu (2020) Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang sudah mengerjakan hampir semua mata kuliah, serta harus mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Untuk mendapatkan gelar S1, mahasiswa harus menyelesaikan penelitian karya ilmiah dalam bentuk skripsi saat mereka menyelesaikan studi akhir mereka (Sari & Indrawati, 2016).

Skripsi dapat diartikan sebagai karya ilmiah yang menyajikan temuan penelitian tentang masalah dalam bidang tertentu sesuai dengan standar akademik (Ramadhani, 2016). Biasanya mahasiswa yang sedang menulis skripsi merasakan perasaan kecemasan, tidak berdaya, dan bersalah jika skripsinya tidak sesuai dengan harapan dosen pembimbing (Saihu, Abdushomad, & Darisman, 2021). Mereka berpendapat bahwa menyelesaikan skripsi merupakan pengalaman yang baru dan tidak mengerti apa yang harus dilakukan. Terjadi kekhawatiran bahwa mereka tidak akan dapat menyelesaikan penelitian karena mereka tidak memiliki pengalaman penelitian.

Berbeda dengan tugas kuliah sebelumnya, yang biasanya diserahkan dalam bentuk tugas, skripsi adalah tugas mahasiswa untuk menyelesaikan semuanya secara mandiri. Mahasiswa tingkat akhir yang tengah menyelesaikan skripsi diharuskan mempunyai rasa semangat hidup yang tinggi, mencapai hasil terbaik dan

berpartisipasi aktif dalam menyelesaikan permasalahan akademik maupun non-akademik. Mereka juga harus memiliki resiliensi untuk menemui kesulitan yang muncul selama mengerjakan skripsi (Umroh & Al Musafiri, 2022).

Menurut *American Psychological Association* (APA), resiliensi adalah reaksi adaptasi dalam menemui tantangan, trauma, tragedi, ancaman, atau bahkan sumber-sumber penting yang dapat menyebabkan stres bagi seseorang (Southwick, Bonanno, Masten, Brick, & Yehuda, 2014). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk tumbuh dan berkembang saat menghadapi tantangan dalam hidupnya. Resiliensi ini berkembang secara dinamis dan berproses sepanjang rentang kehidupan individu. Seseorang dapat dikatakan resiliensi apabila mereka mampu secara adaptif menghadapi berbagai risiko akademik dan menyeimbangkan tuntutan akademik dengan tuntutan sosial lainnya (Amelia, Elita, & Utomo, 2022).

Penyusunan skripsi terkadang tidak berjalan dengan lancar, ada banyak tantangan dan hambatan yang dialami. Mahasiswa menghadapi banyak tantangan dan kesulitan, salah satunya terbatasnya kemampuan mahasiswa untuk menulis skripsi. Menurut Cahyani dan Akmal (2017) mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menulis skripsi dan kesulitan beradaptasi cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi. Resiliensi mahasiswa juga memiliki pengaruh terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas akademik, termasuk menyusun skripsi. Mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi diharapkan dapat mengambil tanggung jawab yang lebih besar dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka, termasuk menyelesaikan skripsi dengan baik.

Setiap individu membutuhkan kemampuan resiliensi, untuk membantu dalam adaptasi dan menangani situasi yang menekan. Mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi mengungkapkan ada sebagian faktor yang menimbulkan mahasiswa meyakini bahwa skripsi merupakan tugas yang banyak tekanan. Tekanan yang dirasakan mahasiswa ketika mengerjakan skripsi jika tidak dibarengi dengan kemampuan beradaptasi maka hal ini dapat memicu terjadinya gangguan

psikologis. Hasil penelitian Aulia dan Panjaitan (2019), penelitian tersebut menemukan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ilmu Keperawatan UI sebagian besar mengalami stress dalam kategori sedang 77 responden (71,3%), kategori berat 16 responden (14,8%), dan kategori ringan 15 responden (13,9%). Analisis uji statistik menggunakan kolerasi gamma. Hasil analisis bivariat penelitian menunjukkan bahwa ada kaitan yang kuat antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stress dengan kolerasi ( $r = -0,649$ ;  $p = 0,000$ ). Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis, semakin rendah tingkat stres mahasiswa.

Menurut Missasi dan Izzati (2019) terdapat dua faktor yang memengaruhi resiliensi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas skripsi, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup faktor individu seperti usia, jenis kelamin, bidang pendidikan, *self efficacy* (keyakinan akan kemampuan diri) dan *self esteem* (penghargaan terhadap diri sendiri), sementara faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan dan melanjutkan dengan harapan yang lebih baik. Kemampuan untuk bertahan akan memberikan individu kekuatan untuk mengatasi berbagai tantangan dan membuat keputusan yang tepat ketika dihadapkan pada situasi sulit.

Usia dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi seseorang, bahwa seiring bertambahnya usia individu cenderung memiliki resiliensi yang lebih tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayuningtyas (2020) pada 79 remaja di Gunung Kidul, hasil statistik menunjukkan nilai ( $p$ -value  $0,049 < 0,05$ ) artinya ada hubungan antara usia dengan resiliensi. Hal ini disebabkan oleh pengalaman hidup yang lebih kaya, kemampuan pengendalian diri yang lebih baik, serta pemahaman yang lebih matang terhadap diri sendiri dan lingkungan.

Jenis kelamin sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat resiliensi individu. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Roellyana & Listiyandini (2016) pada 151 mahasiswa Provinsi DKI Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi, hasilnya adalah nilai ( $t=0,013$   $p<0,05$ ) artinya ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan resiliensi.

Pendidikan bidang kesehatan memiliki latar belakang keilmuan yang dapat mendukung kesehatan fisik dan mental sehingga dapat memperkuat resiliensi. Penelitian Marettih, *et al.*, (2022) pada 517 mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, hasilnya adalah ( $t=0,022$ ,  $p<0,05$ ) artinya ada hubungan signifikan antara fakultas dengan resiliensi.

*Self efficacy* (efikasi diri) adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam resiliensi ketika seseorang memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menyelesaikan tugasnya, maka dapat membantu mereka untuk mengatasi kesulitan yang dihadapinya (Missasi & Izzati, 2019). Berdasarkan hasil penelitian Azizah dan Ifdil (2023) pada 327 mahasiswa FIP Universitas Negeri Padang yang sedang mengerjakan skripsi, hasilnya adalah nilai koefisien kolerasi  $r = 0,432$  dengan  $Sig = <0,05$ . Berarti memiliki hubungan positif antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik.

Penelitian lain juga telah menyebutkan bahwa efikasi diri mahasiswa berhubungan dengan tingkat resiliensinya. Penelitian Nabila dan Ashshiddiqi (2023) pada 218 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, hasilnya adalah nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,696$  dengan  $p=0,001$ . Artinya, bahwa semakin tinggi *self efficacy* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Hal ini penting bagi mahasiswa untuk memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi, sehingga mampu untuk bangkit dan beradaptasi dengan tantangan yang muncul saat mengerjakan skripsi.

Menurut Oktaviani (2019) *self esteem* adalah penilaian diri sendiri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu. Hasil penelitian yang dilakukan Sholichah, Paulana, dan Fitriya (2019) pada 53 mahasiswa psikologi di Universitas Muhammadiyah Gresik, menunjukkan bahwa nilai korelasi 0,520 dengan signifikan sebesar  $<0,001$ . Artinya, terdapat hubungan korelasi positif sebesar 0,520 yang signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi berarti dapat menerima dan menghargai diri sendiri sebagai orang yang memiliki nilai.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan rendahnya resiliensi adalah kekurangan dukungan sosial. Sebagian besar mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi mengalami berbagai macam tekanan seperti kecemasan, stres, kebosanan, rendah diri, dan kehilangan motivasi. Dukungan sosial, yang mencakup simpati, penghargaan, informasi, dan bantuan lainnya dari individu terdekat seperti teman, pasangan, orang tua, dan bahkan dosen di perguruan tinggi, sangat penting untuk membantu mengatasi tantangan tersebut (Pratiwi & Kumalasari, 2021).

Hasil penelitian Said, Rahmawati, dan Supraba (2021) pada 72 mahasiswa Ikatan Pelajar Mahasiswa Maluku-Utara Malang (IPMA – MUM) yang sedang mengerjakan skripsi, hasilnya adalah nilai korelasi 0,469 dan taraf signifikan  $<0,001$ . Nilai korelasi 0,469 artinya semakin tinggi dukungan yang diberikan dari teman sebaya, semakin tinggi pula tingkat resiliensi mahasiswa tingkat akhir. Penelitian yang sama juga telah dibuktikan oleh Hasanah, Putri dan Murni (2024) pada 143 mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi  $r= 0,635$  dengan  $p < 0,001$ . Artinya dukungan sosial dan resiliensi akademik memiliki hubungan yang kuat dan hubungan yang positif, semakin baik dukungan sosial semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa.

Resiliensi penting bagi semua orang, termasuk mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mereka perlu menjaga kesehatan mental agar memiliki ketahanan atau resiliensi yang tinggi. Tingkat resiliensi yang rendah dapat menyebabkan kecemasan dan stress, serta dampak negatif lainnya seperti depresi hingga keputusan yang bisa memicu keinginan bunuh diri (Wardhana & Kurniawan, 2018).

Terdapat upaya peran perawat dalam melaksanakan perannya untuk meningkatkan resiliensi atau ketahanan mahasiswa dalam menyelesaikan tugasnya. Peran perawat dapat sebagai edukator dan konselor dengan menyediakan kesempatan untuk meminta penyelesaian mengenai gangguan yang dihadapi oleh klien. Berbagai gangguan tersebut diharapkan mampu ditangani dengan cepat sehingga mahasiswa dapat beradaptasi dengan tuntutan tugas akhir yang harus diselesaikannya. Dukungan psikologis, emosi, dan intelektual diperlukan dalam konseling. Perawat menyampaikan saran terutama kepada individu yang mengalami hambatan penyesuaian diri. Untuk membantu meningkatkan sikap, perasaan, dan perilaku baru dengan memperkuat mereka mencari perilaku alternatif, memahami pilihan yang tersedia, dan memperoleh rasa pengendalian diri (Zuliani & dkk, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan pada 10 mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta, didapatkan bahwa 2 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang rendah, menunjukkan kesulitan dalam menghadapi stress dan tantangan. Sebanyak 2 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang sedang, menunjukkan kemampuan untuk mengatasi kesulitan, namun masih membutuhkan dukungan untuk meningkatkan resiliensi. Sementara itu, 6 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, mampu menghadapi stres dan tantangan dengan baik serta bangkit kembali dari kemunduran dengan lebih mudah.

Berdasarkan uraian di atas dan beberapa hasil penelitian sebelumnya peneliti tertarik untuk mengangkat judul “**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Resiliensi Mahasiswa Tingkat Akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin**”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada berbagai rintangan dalam proses penyelesaian skripsi, seperti kesulitan dalam menentukan tema, judul, sampel, dan alat ukur, hambatan dalam mendapatkan referensi, rasa malas dan kurangnya motivasi, hingga rasa cemas dalam berinteraksi dengan dosen pembimbing. Tantangan-tantangan ini dapat membawa dampak negatif terhadap kesehatan mental mahasiswa, memicu stres, depresi, bahkan dapat berakibat fatal seperti pengakhiran hidup atau bunuh diri. Mahasiswa memerlukan kemampuan resiliensi untuk mengatasi berbagai kesulitan saat mengerjakan skripsi. Dua faktor utama yang memengaruhi resiliensi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas skripsi adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, program studi, *self efficacy* dan *self esteem*, sementara faktor eksternal mencakup dukungan sosial.

Oleh karena itu, pertanyaannya adalah faktor apa sajakah yang berhubungan dengan resiliensi mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan resiliensi mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden yaitu, usia, jenis kelamin dan program studi dan faktor-faktor resiliensi yang meliputi *self*

*efficacy, self esteem* dan dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.

- 1.3.2.2. Menganalisis hubungan karakteristik responden usia, jenis kelamin dan program studi dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.
- 1.3.2.3. Menganalisis hubungan *self efficacy* dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.
- 1.3.2.4. Menganalisis hubungan *self esteem* dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.
- 1.3.2.5. Menganalisis hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Program Strata 1 Di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Responden**

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada mahasiswa terkait dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan resiliensi mahasiswa tingkat akhir untuk membantu mahasiswa lebih mengenal diri sendiri dan menjadi individu yang resilien dengan terus memberi keyakinan pada diri sendiri bahwa mampu mengatasi setiap kesulitan dalam hidup.

### **1.4.2 Bagi Universitas MH Thamrin**

Penelitian ini dapat digunakan menjadi landasan untuk mengembangkan program dalam mempertahankan mahasiswa tetap resilien.

### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengetahui dan memiliki pengalaman penelitian di bidang kesehatan serta memungkinkan bagi peneliti lain untuk pengembangan ke arah penelitian selanjutnya dalam mengembangkan intervensi terkait resiliensi.