

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa baru merupakan seseorang yang telah menyelesaikan studi SMA/ sederajat kemudian melanjutkan ke tahap perguruan tinggi. Perubahan sistem pembelajaran dan lingkungan yang baru akan dialami oleh mahasiswa baru. Setiap mahasiswa baru belum tentu memiliki pengalaman yang sama ketika melalui masa transisi ini. Tidak mudah menghadapi beban belajar yang lebih berat di perguruan tinggi bersama orang-orang baru, baik teman maupun dosen yang mengajar. Salam (2004) menyatakan bahwa perguruan tinggi merupakan suatu yang hakiki dari taraf pendidikan tinggi sesuai dengan tuntutan dari pendidikan tinggi. Mahasiswa baru akan terlibat dalam suatu sistem perguruan tinggi yang kompleks, tentu saja berbeda dengan sistem pendidikan di tahap sebelumnya. Oleh karena itu, mahasiswa dituntut untuk adaptasi dengan segala konsekuensi yang akan dihadapi.

Belajar beradaptasi berarti kecenderungan untuk mengatasi kesulitan agar memperoleh prestasi akademik yang lebih baik (Xiu-jun, 2009). Mahasiswa baru bisa saja mengalami kesulitan mengenai perubahan tuntutan pola berpikir di perguruan tinggi. Selain dalam hal akademis, mahasiswa baru juga mengalami proses adaptasi dari segi nilai-nilai dan etika suatu perguruan tinggi. Sujana (2004) menyatakan bahwa etika kehidupan kampus ingin mengantarkan mahasiswa baru agar memiliki sikap dan perilaku yang tertib, teratur, dan kondusif bagi mahasiswa untuk mengikuti pendidikan selama mengemban tugas sebagai mahasiswa.

besar mahasiswa baru merasa takut tidak dapat menyesuaikan diri dengan materi kuliah yang lebih susah untuk dipahami dan berbahasa Inggris, serta tugas-tugas yang banyak. Tidak hanya tugas akademik, mahasiswa baru juga mendapat tugas pengkaderan, sehingga sebagian besar merasa khawatir tidak dapat membagi waktu antara tugas kuliah, tugas pengkaderan, dan tugas rumah. Ketakutan yang dirasakan juga mengenai tidak dapat mencapai prestasi akademik, serta tidak dapat memenuhi ekspektasi diri sendiri dan orang tua. Perasaan negatif yang muncul dapat memengaruhi perilaku individu dalam menjalankan aktivitas. Bentuk ketakutan yang muncul, sebagian besar terhadap hal-hal yang belum terjadi. Berikut beberapa hasil wawancara dengan mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020:

“Saya takut tidak bisa menjalani kehidupan perkuliahan dengan baik, tidak bisa mengatur waktu. Padatnya jadwal membuat saya tidak bisa mengekspresikan diri saya melalui aktivitas-aktivitas yang saya cintai. Saya merasa hanya sekedar menjalankan hidup tanpa menikmatinya, sehingga belakangan ini saya tidak merasa seperti diri saya sendiri. Saya sering kali membayangkan skenario-skenario buruk yang mungkin terjadi, hal ini membuat saya sangat cemas. Sebelumnya saya sudah pernah mengunjungi tenaga profesional untuk mengatasi perihai seperti ini sewaktu kelas 12 awal, namun belakangan pikiran ini muncul kembali.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

“Saya takut tidak bisa memahami apa yang disampaikan bapak ibu dosen karena buku materi dan ppt kebanyakan berbahasa Inggris, saya juga takut tertinggal dengan teman-teman saya. Saya sangat cemas akan mengulang mata kuliah karena tidak paham dengan materi yg disampaikan bapak ibu dosen. Saya sangat takut mengecewakan kedua orang tua saya.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

“Saya takut orang tua saya tidak puas dengan hasil kuliah saya dan saya kemarin sempat dibilang tidak memiliki harga diri sebagai perempuan, itu masih terngiang di kepala saya sampai saat ini.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

Mahasiswa baru merupakan siswa yang telah melalui serangkaian seleksi masuk perguruan tinggi dan dinyatakan lolos. Lembaga Tes Masuk Perguruan Tinggi (LTMPT, dalam *medcom.id*, 2020) menetapkan usia 25 tahun sebagai batas maksimal siswa SMA, MA, atau SMK kelas XII atau peserta didik Paket C yang dapat mengikuti Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN) 2020. Menurut Santrock (2014), rentang usia 18-25 tahun termasuk dalam masa dewasa awal, yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa. Erikson (1963) menyatakan bahwa kehidupan dewasa awal dimulai dengan pengembangan keintiman. Erikson tidak membatasi keintiman hanya pada hubungan yang bersifat seksual, namun juga melibatkan persahabatan, perkelahiran, dan inspirasi.

Transisi psikososial ke masa dewasa dimulai pada masa remaja. Ketika masa remaja terdapat tantangan untuk memperoleh makna identitas ego. Remaja yang sedang mencari identitas seringkali ingin menyatu dengan identitas orang lain. Oleh karena itu, kebanyakan remaja mengikuti tren dan kegiatan yang banyak dilakukan oleh teman sebaya di lingkungannya. Hal ini biasanya terjadi karena remaja ingin diterima di lingkungannya, meskipun tren dan kegiatan tersebut tidak sesuai dengan bakat dan minatnya.

Tahap dewasa awal ditandai dengan perubahan remaja melalui pencarian identitas dan kebingungan peran, menuju identitas yang lebih aman yang mampu mengambil risiko untuk mengeksplorasi dan mengembangkan hubungan intim. Meskipun proses adaptasi bukan sesuatu yang mudah, namun setiap mahasiswa baru membutuhkan teman untuk berproses. Ketika di perguruan tinggi, mahasiswa baru bisa menggali bakat dan minat yang sebenarnya ia miliki dengan mengikuti

berbagai kegiatan. Oleh karena itu, ia dapat memperoleh teman sesuai dengan kesamaan yang dimiliki, tanpa mengubah dirinya agar diterima di lingkungan.

Mahasiswa baru juga akan tertarik menjalin persahabatan dengan individu yang dapat memotivasi untuk meningkatkan kualitas diri masing-masing. Oleh karena itu, dapat saling memacu satu sama lain untuk mengembangkan potensi yang dimiliki, memperoleh prestasi akademi yang memuaskan, dan bertukar hambatan yang dihadapi. Kemampuan dalam mengatur dan menyeimbangkan kehidupan sosial dan akademik dapat membantu proses penyesuaian diri mahasiswa baru di perguruan tinggi (Tinto, 1993). Teori perkembangan interpersonal Sullivan (1953) terdiri dari kebutuhan eksternal dan internal. Pertama, individu memenuhi kebutuhan eksternal untuk menjalin kedekatan (persahabatan, persaingan, dan kompromi dalam interaksi). Kemudian menyelesaikan kebutuhan internal untuk dukungan emosional dan berbagi secara emosional (keintiman dan kesamaan hubungan).

Kehidupan perkuliahan yang berbeda dengan saat SMA, tidak hanya mengenai materi pembelajaran, namun juga orang-orang yang dihadapi seperti dosen dan teman-teman. Beberapa mahasiswa baru merasa sangat cocok dengan teman-teman ketika SMA, sehingga merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru karena tidak ingin meninggalkan teman-teman lama. Selain itu, tidak semua individu dapat memulai interaksi dengan orang yang belum dekat. Hal ini menimbulkan perasaan takut tidak dapat memperoleh teman selama perkuliahan. Berikut beberapa wawancara dengan mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020:

“Lingkungan baru di universitas karena teman-teman yang saya miliki di SMA ada di universitas berbeda. Walaupun kita masih bisa bertemu, saya masih merasa seperti meninggalkan mereka, dan saya juga harus cepat beradaptasi agar bisa membaaur dengan teman-teman baru saya di sini.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020).

“Saya susah beradaptasi dengan lingkungan baru dan saya bukan tipe orang yang aktif berbicara atau ngobrol dengan orang yg belum dekat. Oleh karena itu saya khawatir jika saya tidak mendapat teman di masa kuliah ini dan saya merasa bersalah ketika saya kurang aktif dalam bersosialisasi, sehingga rasa bersalah itu membebani saya.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

Setiap berada di lingkungan baru, individu cenderung ingin diterima di lingkungan, sehingga ketika awal-awal proses pengenalan masih menunjukkan perilaku yang normatif, yaitu sesuai dengan norma-norma namun belum tentu perilaku yang sesungguhnya. Namun adapun individu yang dapat menjadi dirinya seutuhnya tanpa takut tidak dapat diterima di lingkungan baru. Beberapa mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020 menyatakan bahwa merasa takut akan munculnya penilaian negatif orang lain terhadap dirinya, sehingga membuat tidak percaya diri dan menghambat aktivitas yang ingin dilakukan. Berikut beberapa hasil wawancara tersebut:

“Kemampuan diri untuk menenangkan diri, mengendalikan emosi, menahan diri untuk tidak terlalu banyak bicara, ketidakpercayaan diri, merasa diri masih kurang, ketakutan untuk ke depannya, takut ga bisa ngikutin pelajaran, takut tertinggal sendiri, takut ditinggal teman-teman, takut dikucilkan, takut ga dapat teman atau menjauh, takut kalo ga dikenal sama siapa pun, takut dianggap menyebalkan dan masih banyak hal lainnya.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020)

“Saya mudah tertekan karena sesuatu. Saat PXD saja, saat SC, saya merasa terintimidasi dan stres. Saya menangis beberapa kali. Saya rasa saya terlalu mudah terbawa suasana. Sulit mengontrol emosi. Begitu juga ketika saya sedang berkomunikasi lewat pesan. Saya takut orang-orang tidak menyukai saya, menganggap saya aneh, menganggap saya ingin menjadi pusat perhatian. Contohnya saat tugas kelompok, saya

menghindari posisi ketua, tetapi mereka diam saja, ketika saya aba-aba baru bergerak. Saya takut mereka beranggapan kalau saya sok. Saya takut itu mengganggu orang, tetapi saya sulit untuk berhenti.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020).

Mahasiswa baru tahun 2020 menghadapi situasi berbeda tidak seperti dengan tahun-tahun sebelumnya. Tahun ini hampir seluruh dunia terpapar *Covid-19*, virus yang dapat mengakibatkan kematian. Kasus di Indonesia pertama kali diumumkan Presiden Joko Widodo pada tanggal 2 Maret 2020. Kasus yang terus bertambah setiap hari, serta peningkatan jumlah kematian penderita membuat pemerintah memberlakukan kebijakan kepada masyarakat untuk di rumah saja mulai tanggal 16 Maret 2020, guna menekan laju penyebaran virus. Segala aktivitas yang biasa dilakukan di luar rumah menjadi teralihkan untuk dilakukan di rumah.

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar, baik sekolah maupun perguruan tinggi, menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *Covid-19*. Hal ini membuat mahasiswa baru hanya bisa melakukan interaksi secara daring, padahal interaksi secara langsung dengan lingkungan sangat diperlukan mahasiswa baru guna memenuhi tugas perkembangannya. Adaptasi dengan lingkungan baru dalam keadaan normal saja dapat mengakibatkan seseorang stres, apalagi keadaan pandemi dengan segala ketidakpastian dan terbatasnya ruang gerak akan memperparah stres. Individu pada kelompok usia 18-24 tahun yang paling banyak melaporkan setidaknya satu gejala kesehatan mental atau perilaku merugikan (Czeisler, dkk., 2020).

Seringnya individu memperoleh informasi mengenai *Covid-19* dapat meningkatkan kecemasan dan kekhawatiran untuk menjaga keluarga dan orang-orang terdekat secara maksimal, agar tidak terkena virus tersebut. Individu yang masih melakukan aktivitas di luar rumah dapat merasa ketakutan berlebihan akan tertular atau menularkan virus terhadap keluarga di rumah. Beberapa mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020 merisaukan hidup berdampingan dengan *Covid-19*, berikut hasil wawancaranya:

“Kesehatan keluarga baik fisik maupun mental di masa pandemi ini, ekspektasi orang-orang, ketakutan ditinggalkan sendiri, takut sendiri, takut dibohongi diri sendiri, masa depan, masa lalu.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

“Situasi covid yang mempersulit keadaan, mempersulit ekonomi, dan kesehatan.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020).

Setiap individu tidak ada yang siap menghadapi perubahan situasi yang terjadi secara tiba-tiba dan cepat. Dampak pandemi dialami oleh semua masyarakat, termasuk murid dan pengajar. Pembelajaran secara daring menuntut pengajar mengimplementasikan metode yang efektif agar murid dapat memahami materi yang dijelaskan. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pengajar untuk beradaptasi di jaman digital (Charismiadji, 2020). Sebagian siswa mengaku mengalami stres selama pandemi karena pembelajaran daring yang mulai membosankan (Livana, dkk., 2020).

Dosen berusaha keras agar dapat menciptakan metode yang efektif selama pembelajaran daring, namun hasilnya tidak akan setara dengan pembelajaran secara

langsung. Akibatnya mahasiswa mendapatkan tugas lebih banyak untuk mengasah pemahaman secara mendalam terhadap materi. Tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab stres mahasiswa selama pandemi *Covid-19* (Livana, dkk., 2020). Tidak adanya akses untuk datang ke perpustakaan dan tidak bisa diskusi secara langsung, membuat mahasiswa lebih lama berada di depan laptop. Penelitian yang dilakukan Kusnayat, dkk. (2020) terhadap 63 mahasiswa di Bandung, menunjukkan sekitar 60% mahasiswa mengalami kesulitan tidur.

Mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020 juga merasa tidak mudah menyesuaikan diri dengan perkuliahan daring. Hal ini merupakan pengalaman pertama kali bagi mahasiswa baru karena ketika SMA belum diberlakukan peraturan untuk pembelajaran daring. Proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi beberapa individu merasa takut tidak dapat mengikuti materi pembelajaran, takut tidak memiliki teman, serta merasa bosan dan kesepian karena terlalu lama di rumah. Sedangkan faktor eksternal berasal dari keadaan rumah yang kurang kondusif, sehingga mengakibatkan mahasiswa baru tidak bisa fokus selama pembelajaran daring. Berikut beberapa hasil wawancaranya:

“Menyesuaikan diri perkuliahan online dengan keadaan rumah yg belum terbiasa anaknya kuliah online sehingga banyak distraksi dan tekanan.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020).

“Tugas yang terlalu banyak, sedangkan keadaan di rumah kurang kondusif. Mau pergi dari rumah ga bisa karena corona.” (Wawancara pada 21 Oktober 2020).

“Tentang kuliah yang diawali dengan daring, takut tidak punya teman, lingkungan baru, takut tidak bisa 'fit in', terlalu lama di rumah membuat saya merasa bosan dan kerap kali kesepian, takut tidak bisa

mendapat nilai yang baik di ujian dan tugas.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

Pembelajaran daring juga memiliki hambatan di luar kontrol manusia, seperti kuota internet, sinyal, dan perangkat yang belum *update*, sehingga dapat membuat mahasiswa stres karena tidak dapat menyerap ilmu dengan maksimal. Sebagian besar mahasiswa baru melakukan pembelajaran daring di wilayah asal masing-masing. Tidak semua mahasiswa baru berasal dari kota, adapun yang berasal dari desa yang masih susah untuk memperoleh sinyal yang bagus. Hal ini juga dialami oleh mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020, berikut hasil wawancaranya:

“Sinyal, karena setiap kelas yang saya ikuti pasti ada momen "freeze" dan itu lama. Sehingga penjelasan dosen yang saya terima hanya setengah-setengah. Keterlambatan informasi, baik kuliah maupun pengaderan, sehingga tugas yang saya buat hanya setengah-setengah.” (Wawancara pada 23 Oktober 2020).

Selain itu, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Abbasi, dkk. (2020) terhadap 382 mahasiswa Kedokteran dan Kedokteran Gigi di Pakistan. Hasilnya menunjukkan sebanyak 75,7% mahasiswa memiliki persepsi negatif terhadap *e-learning* dan 86% mahasiswa merasa *e-learning* hanya berdampak kecil terhadap pembelajaran mereka.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Teguh, dkk. (2020) terhadap 837 mahasiswa di Kalimantan Tengah, menunjukkan sebanyak 97% mahasiswa mengalami dampak perkuliahan daring terhadap kesehatan mental. Dampak yang dirasakan mahasiswa yaitu adanya kecemasan terkait dengan keterlambatan

pencapaian nilai akademik dan kelulusan tepat waktu. Penelitian ini menggunakan instrumen *Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7)* yang mengelompokkan level gejala kecemasan ke dalam kategori normal, ringan, sedang, dan berat. Hasil yang diperoleh pada level gejala normal adalah pria sebanyak 27,2% dan wanita sebanyak 22%. Sedangkan pada level gejala ringan menunjukkan pria sebanyak 29,6% dan wanita sebanyak 34,4%. Kemudian pada level gejala sedang, hasilnya pria sebanyak 22,4% dan wanita sebanyak 19,6%. Hasil terhadap level gejala berat, yaitu pria sebanyak 22,4% dan wanita sebanyak 19,6%. Peneliti juga memiliki data tempat tinggal responden, yaitu sebanyak 13% tinggal di pedesaan, 9% tinggal di kecamatan, 77% tinggal di perkotaan. Responden yang tinggal di kos sebanyak 55% dan sebanyak 42,7% tinggal bersama keluarga. Musim pandemi ini juga berdampak terhadap pendapatan orang tua responden, yaitu sebanyak 77,9%. Pembelajaran daring menggunakan sistem komunikasi internet sebagai media interaksi antara mahasiswa dan dosen, serta untuk sumber rujukan dalam mengerjakan tugas. Responden dalam penelitian ini ada yang menggunakan paket data dan *WIFI* (*speedy/indihome/fasilitas umum*) untuk mengakses internet. Sebanyak 68,3% menggunakan paket data dan 31,6% menggunakan *WIFI*. Aktifitas daring membutuhkan biaya yang tidak sedikit, sehingga berdampak terhadap kondisi ekonomi. Hal ini bisa juga memengaruhi kesehatan mental mahasiswa.

Selain penelitian tersebut, Hasanah, dkk. (2020) juga melakukan penelitian terhadap 190 mahasiswa Akademi Keperawatan Dharma Wacana Kota Metro, Lampung. Hasilnya menunjukkan mahasiswa lebih memilih pembelajaran tatap muka, serta kendala yang paling banyak dihadapi ketika pembelajaran daring

adalah sulit berkonsentrasi dan sulit memahami materi yang diberikan. Penelitian ini juga mengukur tingkat kecemasan mahasiswa terhadap pembelajaran daring, hasilnya sebanyak 41,58% mengalami kecemasan normal, 41,58% mengalami kecemasan ringan, dan 16,84% mengalami kecemasan sedang. Hasil ini sesuai dengan penelitian Saddik, dkk. (2020), yaitu tingkat kecemasan mahasiswa non kedokteran meningkat ketika pembelajaran daring. Hasil penelitian Hasanah (2020) terhadap tingkat stres responden adalah sebanyak 87,89% mengalami stres normal dan 12,11% mengalami stres ringan. Metode mengajar dan lingkungan belajar merupakan salah satu penyebab stres bagi mahasiswa kedokteran dan non kedokteran (Al-Dabal, dkk., 2020). Hasil lain pada penelitian Hasanah (2020), menunjukkan sebanyak 96,32% responden mengalami depresi normal dan 3,68% mengalami depresi ringan. Hasil serupa juga ditunjukkan pada penelitian Maia, dkk. (2020), yaitu para siswa yang dievaluasi selama periode pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan dengan para siswa pada masa-masa normal. Hasil penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek negatif terhadap psikologis mahasiswa.

Mahasiswa baru tahun 2020 menghadapi lebih banyak tantangan dalam menyesuaikan diri. Selain adaptasi dengan lingkungan baru, mereka juga adaptasi dengan perubahan yang terjadi sebagai dampak *Covid-19*. Seringnya membaca berbagai berita yang berkaitan dengan *Covid-19* dapat juga membuat stres. Berdasarkan data yang telah disebutkan oleh peneliti dan hasil *preliminary*, maka

peneliti ingin mengetahui bagaimana kondisi mental yang dirasakan mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga tahun 2020.

1.2. Identifikasi Masalah

Mahasiswa baru merupakan siswa yang telah menyelesaikan pendidikan di bangku sekolah menengah, kemudian melanjutkan di perguruan tinggi. Pilihan untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi berarti akan melibatkan dirinya dalam situasi hidup dan akademis yang berbeda dengan lingkungan di sekolah menengah. Oleh karena itu, mahasiswa baru akan menghadapi adaptasi dengan lingkungan baru dengan segala tantangan yang ada, antara lain adaptasi pola berpikir, belajar, berkreasi, dan bertindak dalam menjalani kehidupan di kampus (Estiane, 2015). Mahasiswa baru yang dapat melalui masa adaptasi akan memiliki dampak positif selama berada di perkuliahan. Beberapa peneliti menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara belajar beradaptasi dengan kemandirian akademik, optimisme, dan kemampuan mengatasi stres (Chemers, 2001).

Tantangan lain yang dihadapi mahasiswa baru tahun 2020 ialah hidup berdampingan dengan *Covid-19*. Proses adaptasi dengan lingkungan baru dapat membuat seseorang stres. Stres dapat meningkat dengan seringnya memperoleh informasi mengenai *Covid-19*, ketakutan tertular dan menularkan virus terhadap orang-orang terdekat, serta adanya anggota keluarga yang terkena *Covid-19*. Selain itu, mahasiswa baru juga beradaptasi dengan pembelajaran daring yang tidak mudah. Mahasiswa baru yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal memiliki kebutuhan untuk membangun keintiman dan interaksi yang dapat

menciptakan persahabatan, inspirasi, kompromi, maupun perkelahian. Namun dengan adanya pembelajaran daring, kebutuhan tersebut bisa saja tidak dapat diperoleh secara efektif.

Ada beberapa penelitian yang dilakukan untuk mengukur tingkat gejala kecemasan, stres, dan depresi terhadap mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring. Penelitian tersebut antara lain yang dilakukan oleh Teguh, dkk. (2020), serta Hasanah, dkk. (2020). Namun peneliti belum menemukan penelitian mengenai kesehatan mental mahasiswa baru tahun 2020. Banyak faktor yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa baru. Tidak hanya pembelajaran daring, namun juga teman-teman dan dosen yang baru pertama dikenal, materi pembelajaran yang lebih kompleks, tugas yang lebih banyak, serta kehidupan perkuliahan selain akademis. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian menggunakan metode kuantitatif secara deskriptif untuk memetakan profil kesehatan mental mahasiswa baru tahun 2020 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga ditinjau dari jenis kelaminnya.

1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah dijelaskan agar pembahasan dalam penelitian ini tidak menyimpang dari topik yang dibahas. Berikut batasan masalah dalam penelitian ini:

a. Kesehatan Mental

Kesehatan mental didefinisikan oleh dua faktor yang saling berkorelasi, yaitu *psychological distress* dan *psychological well-being* (Veit & Ware, 1983). *Psychological distress* mendeskripsikan keadaan kesehatan mental yang negatif,

yaitu kecemasan, depresi, dan hilangnya perilaku atau kontrol emosi. *Psychological well-being* mendeskripsikan keadaan kesehatan mental yang positif, yaitu perasaan positif dan hubungan emosional. Peneliti akan mengukur bagaimana tingkat kesehatan mental terhadap responden penelitian ini. Alat ukur yang digunakan adalah *Mental Health Inventory 38* (MHI-38) yang dikembangkan oleh Veit dan Ware (1983).

b. Mahasiswa Baru

Mahasiswa baru merupakan siswa yang telah menyelesaikan studi sekolah menengah kemudian melanjutkan ke perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh status terkait dengan perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun (Asiyah, 2013). Peneliti akan melakukan penelitian terhadap mahasiswa baru tahun 2020 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

c. Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan proses transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Menurut Santrock (2014), rentang usia antara 18-25 tahun termasuk dalam dewasa awal. Santrock juga mengungkapkan karakteristik individu pada tahap ini ialah eksplorasi dan eksperimen.

1.4. Rumusan Masalah

Bagaimana profil kesehatan mental mahasiswa baru tahun 2020 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga di saat pandemi *Covid-19* ditinjau dari jenis kelaminnya?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil kesehatan mental mahasiswa baru tahun 2020 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga di saat pandemi *Covid-19* ditinjau dari jenis kelaminnya.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan profil tingkat kesehatan mental mahasiswa baru ketika masa pandemi.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi praktisi psikologi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk merumuskan tindakan intervensi terhadap mahasiswa yang mengalami stres ketika pandemi.
- b. Bagi pemerintah dan masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tingkat stres yang dialami mahasiswa selama pembelajaran daring.