

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Fenomena bekerja paruh waktu di samping kuliah bukan sebuah hal yang baru dikalangan mahasiswa. Banyak alasan yang melatarbelakangi para mahasiswa menjalani profesi ganda, seperti masalah ekonomi, mengisi waktu luang, hidup mandiri dan mencari pengalaman (Daulay & Rola, 2009). Menurut Jacinta dalam (Dudija, 2012), yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja diantaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional, dan kebutuhan aktualisasi diri. Mahasiswa yang bekerja menghadapi banyak tantangan diantaranya mereka harus menyeimbangkan pekerjaan, sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, dan kehidupan pribadi. Beberapa penelitian merefleksikan fakta bahwa tindakan penyeimbangan ini berjalan seiring dengan tingkat stres (Săvescu et al., 2017)

Beberapa penelitian menggambarkan tingkat stres pada mahasiswa tergolong tinggi. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Săvescu et al., (2017) yang meneliti tentang stres delapan puluh mahasiswa dari tahun ketiga Fakultas Teknik Sibiu didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang bekerja merasa lebih stres dibandingkan dengan siswa yang tidak bekerja dibuktikan dengan mereka merasakan gejala seperti kehilangan nafsu makan atau makan berlebihan, kesulitan fokus, kesulitan mengambil keputusan, atau perasaan gelisah dan kekhawatiran dirasakan oleh lebih dari 50% siswa yang bekerja. Sementara proporsi lebih rendah untuk siswa yang tidak bekerja (sekitar 30-35%, dengan pengecualian kehilangan nafsu makan/makan berlebihan yang mungkin disebabkan oleh periode sesi ujian). Penelitian yang dilakukan oleh Purwati

pada salah satu instansi pendidikan keperawatan di Indonesia didapatkan hasil bahwa tidak ditemukan perbedaan tingkat stress pada jenis kelamin, namun pada tingkat usia ditemukan perbedaan tingkat stres, yaitu semakin tinggi tingkat usia maka tingkat stres akan semakin rendah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat stress sedang berjumlah 43,3%. Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ambarwati et al., (2019) gambaran tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan stres sedang dengan jumlah persentase 57,4% Tingkat stres tertinggi dialami oleh jenis kelamin perempuan dengan hasil stres sedang 33,6%, dan tingkat stres berat 4,0%. Pada penelitian yang dilakukan oleh Alifandi, (2016) yang mengukur tingkat kelelahan emosional mahasiswa di Universitas Negeri Semarang yang bekerja paruh waktu, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang bekerja mengalami kelelahan emosi yang termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya mahasiswa yang bekerja yaitu 64,60% ditinjau dari dua aspek yaitu kelelahan perasaan pribadi dan terkurasnya sumber emosi. Aspek kelelahan perasaan pribadi memperoleh hasil terbanyak 34,51% termasuk dalam kategori sedang, aspek terkurasnya sumber emosi memperoleh hasil terbanyak sebesar 69,91% termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki kelelahan emosi yang sedang. Tingkat stres yang jauh lebih tinggi dibuktikan di antara siswa yang menghasilkan lebih dari \$8 per jam dibandingkan dengan siswa yang berpenghasilan kurang dari jumlah ini dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Clara E. Schroeder, (2017).

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu membagi peran antara menjadi seorang mahasiswa dan karyawan. Apabila mahasiswa tidak dapat mensinkronisasi hal-hal tersebut, maka akan terjadi sebuah ketimpangan dimana mahasiswa akan merasa terbebani dan banyak hal akan terbengkalai baik dari sisi akademik maupun pekerjaan yang dijalani. Jika dibiarkan terus-menerus dan tidak ada koping yang efektif hal ini akan menjadi bom waktu yang menyebabkan mahasiswa merasa stress. Seseorang mengalami stres sebagai konsekuensi dari kejadian dan pengalaman hidup sehari-hari. Stres membantu merangsang proses berpikir dan membantu individu untuk tetap waspada terhadap lingkungan mereka. Selanjutnya, stres menghasilkan pertumbuhan kepribadian dan memfasilitasi perkembangan (Aguilera, 1998 dalam Potter et al., 2009). Bagaimana individu bereaksi terhadap stres akan bergantung pada bagaimana mereka memandang dan mengevaluasi dari dampak stressor, efeknya pada situasi dan dukungan saat mengalami stres, dan mekanisme koping mereka (Potter et al., 2009). Ketika stres mengganggu mekanisme koping seseorang, akan terjadi ketidakseimbangan yang akhirnya menghasilkan krisis (Aguilera, 1998 dalam Potter et al., 2009). Dampak positif dengan mahasiswa yang berprofesi ganda adalah dengan bekerja mahasiswa dapat membantu orangtua dalam membiayai kuliah, memperoleh pengalaman kerja serta kemandirian ekonomis (Schwartz & Motte, 2009). Disisi lain masalah yang perlu diwaspadai oleh mahasiswa yang bekerja adalah pekerjaan bisa membuat mahasiswa lalai akan tugas utamanya yakni belajar.

Fenomena mengenai mahasiswa yang kuliah sambil kerja juga ditemukan di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. Berdasarkan studi pendahuluan

yang penulis lakukan dengan memberi pertanyaan dalam bentuk kuisisioner terhadap 10 (sepuluh) orang mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Airlangga pada bulan Februari 2021 dengan isi pertanyaan yaitu jenis pekerjaan, jumlah jam kerja, jumlah penghasilan, dan dikaitkan dengan gejala stres dari tingkat stres normal sampai dengan stres sangat berat didapatkan hasil bahwa 10 dari 10 mahasiswa yang melakukan pekerjaan paruh waktu merasakan kelelahan saat melakukan pekerjaan ganda sebagai mahasiswa dan sebagai pekerja paruh waktu, enam diantaranya mengatakan bahwa mereka merasa sulit membagi waktu antara pekerjaan dan akademik, serta lima diantaranya pernah lalai dalam mengerjakan tugas akademik. Sedangkan berdasarkan gejalanya, semua mahasiswa merasakan gejala stres normal, 2 dari 10 orang mahasiswa hanya merasakan gejala stres ringan, 1 dari 10 orang hanya merasakan gejala stres ringan dan sedang, serta sisanya merasakan gejala-gejala dari stres ringan sampai dengan stres yang sangat berat. Hal ini selaras dengan penelitian dari Hamadi (2018) yakni dari 46 responden sebanyak Sebagian besar mahasiswa yang tidak bekerja yaitu 15 orang (65,22%) dikategorikan memiliki stres sedang sedangkan sebagian besar mahasiswa bekerja yaitu 13 orang (56,52%) dikategorikan memiliki stres berat.

Berbagai latar belakang mengapa mahasiswa menjalani peran ganda sebagai pelajar dan sebagai pekerja sama-sama menuntut seorang mahasiswa yang bekerja harus memiliki manajemen waktu yang baik. Padatnya jadwal kuliah disertai dengan jadwal praktikum lab bagi mahasiswa keperawatan tentunya menjadi tantangan tersendiri dalam mengatur jadwal bekerja. Tekanan yang tinggi dalam perkuliahan dan tekanan dalam lingkungan pekerjaan ditambah koping individu

tidak efektif juga menjadi salah satu faktor mengapa resiko stres dapat terjadi. Hal ini sesuai dalam teori *Stress, appraisal and coping strategy in transactional theory* yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman pada tahun 1984. Lazarus mengatakan bahwa stres merupakan hubungan antara individu dengan lingkungan yang oleh individu membebani atau melebihi kekuatannya dan mengancam kesehatannya. Stres merupakan aspek yang tak terelakkan dari kehidupan dan bahwa apa yang membuat perbedaan dalam fungsi manusia adalah bagaimana orang mengatasi stres tersebut. Penelitian terkait dengan tingkat stress pada mahasiswa keperawatan yang bekerja paruh waktu masih belum banyak dilakukan, sedangkan temuan terkait tingkat stres mahasiswa keperawatan yang bekerja paruh waktu bermanfaat untuk mengelola tingkat stress mahasiswa sehingga dapat meningkatkan kemampuan manajemen stres dan manajemen waktu melalui pemilihan coping individu yang adaptif.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu

1.3.2 Tujuan khusus

1. Menganalisis hubungan usia dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu

2. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu
3. Menganalisis hubungan jumlah jam kerja dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu
4. Menganalisis hubungan jumlah pendapatan dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang bekerja paruh waktu

1.4. Manfaat

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjelaskan hubungan pekerjaan paruh waktu dengan tingkat stres mahasiswa, dapat menambah ilmu pengetahuan tentang keperawatan jiwa terkait tingkat stres serta dapat digunakan sebagai landasan pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan kesehatan jiwa.

1.4.2 Praktis

1. Mahasiswa Fakultas Keperawatan

Mahasiswa dapat mengetahui hubungan pekerjaan paruh waktu dengan tingkat stres sehingga dapat mencegah dan mengurangi resiko stres.

2. Pendidikan

Manfaat akademik dari penelitian ini adalah untuk mengimplementasikan praktik ilmu keperawatan kesehatan jiwa terkait dengan stres dan mekanisme coping serta sebagai acuan perbandingan ataupun gagasan untuk penelitian selanjutnya.