

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa dituntut untuk menyesuaikan diri dan menghadapi tekanan yang berbeda di setiap tingkatan perkuliahan dalam rangka menyelesaikan studinya. Tekanan yang paling berat bagi kebanyakan mahasiswa semester akhir adalah menyelesaikan skripsi atau tugas akhir untuk mendapatkan predikat sarjana. Penyusunan skripsi harus dilakukan oleh masing-masing mahasiswa secara mandiri, sehingga mahasiswa dituntut untuk belajar mandiri (Gunawati, et al., 2006). Hal ini kemungkinan berdampak pada meningkatnya tekanan yang dialami oleh mahasiswa semester akhir yang berpotensi menjadi hambatan pengerjaan skripsi. Faktor penghambat yang dihadapi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terbagi menjadi faktor internal dan eksternal (Suryadi, 2008). Faktor internal tersebut antara lain rasa malas, motivasi rendah, takut bertemu dosen pembimbing, dan sulit menyesuaikan diri dengan dosen pembimbing. Sedangkan faktor eksternal antara lain sulit menyesuaikan waktu dengan dosen pembimbing, minimnya waktu bimbingan, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, lamanya umpan balik dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi, tuntutan keluarga dan orang tua untuk segera lulus, masalah keuangan, pekerjaan, dan umur (Maritapiska, 2003). Selain itu kondisi pandemi Covid-19 terkini juga memberikan dampak mental khususnya terhadap mahasiswa. Berdasarkan meta analisis yang dilakukan oleh Luo, *et al.*, (2020) didapatkan prevalensi stres, kecemasan, dan depresi pada populasi secara umum sebagai dampak dari pandemi meningkat sekitar 30%. Selain itu, studi yang dilakukan oleh

Zimmermann *et al.* (2020) menyatakan bahwa terdapat peningkatan angka kejadian depresi dan kecemasan diantara sampel mahasiswa saat pandemi Covid-19 dibandingkan dengan sebelum masa pandemi.

Pendidikan Kedokteran di Indonesia juga terdampak oleh Pandemi Covid-19. Pada penelitian besar yang dilakukan oleh 49 Fakultas Kedokteran Universitas Swasta di Indonesia, ditemukan 32,6% dari program pendidikan dan 47,5% dari program pelatihan klinis ditunda. Dalam penelitian tersebut ditemukan peningkatan gejala depresi dan kecemasan, terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Didapatkan 66,7% mahasiswa yang diterima sebelum pandemi merasakan gejala depresi dan 54,7% mahasiswa merasakan gejala kecemasan terhadap resiko penularan SARS CoV-2. Selain masalah kesehatan mental, masalah keuangan juga ditemukan. Ditemukan 28,1% mahasiswa mengalami masalah keuangan, dan 2,1% mahasiswa mengambil masa cuti karena permasalahan keuangan (Turana, et al., 2022). Masih banyak lagi permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran di Indonesia, seperti permasalahan koneksi yang tidak stabil dan permasalahan lingkungan belajar di rumah yang kurang memadai.

Mahasiswa seringkali mengartikan hambatan-hambatan tersebut sebagai beban yang berat, yang pada akhirnya menciptakan emosi negatif. Emosi negatif ini akan berkembang dan dapat menimbulkan berbagai gangguan seperti ketegangan, kekhawatiran, stres, rendah diri, frustrasi, dan kehilangan motivasi (Suryadi, 2008). Dalam kasus mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi, perasaan negatif ini akan menumpuk dan menyebabkan terganggunya pengambilan keputusan yang berpotensi mengganggu pandangan tentang hidup dan menciptakan keputusasaan. Saat seseorang putus asa ia akan berpikir untuk mengakhiri hidup (Aswati, 2014). Sudah banyak contoh kasus mahasiswa mengakhiri hidup karena

tertekan saat mengerjakan skripsi. Pada pertengahan tahun 2020, mahasiswa berinisial BH mengakhiri hidupnya karena skripsi yang ditolak terus-menerus oleh dosen, kasus serupa juga terjadi pada mahasiswa berinisial FH yang bunuh diri karena depresi kesulitan menyelesaikan skripsi (Daton, 2020; Wawan, 2020). Kasus ini menekankan bahwa masalah stres yang dialami mahasiswa semester akhir penting untuk diatasi.

Nyatanya tidak sedikit mahasiswa yang dapat menyelesaikan skripsinya dan dapat mengatasi tekanan dalam mengerjakan skripsinya. Salah satu cara yang dapat membantu mengatasi tekanan yang dialami saat pengerjaan skripsi adalah dengan adanya resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, beradaptasi dan bahkan berkembang dalam mengatasi hambatan atau kesulitan. (Connor & Davidson, 2003). Contoh hambatan atau kesulitan yang ekstrim adalah bencana alam, seperti pandemi Covid-19. Penelitian terdahulu menyatakan ada hubungan terbalik antara tingkat resiliensi dan gangguan psikologis terutama saat bencana alam (Blanc, et al., 2016). Penelitian terdahulu juga menyatakan bahwa dampak mental masih jarang diperhatikan saat bencana besar, meskipun dampak mental memiliki efek yang lebih luas dan panjang dibandingkan dengan cedera fisik (Allsopp, et al., 2019). Dua penelitian tersebut menekankan bahwa pada kondisi seperti pandemi Covid-19 dan bencana alam, resiliensi sangat dibutuhkan.

Dalam melewati hambatan, setiap individu cenderung memiliki cara yang unik dan berlainan dalam mengerjakan skripsi, salah satunya adalah mendekatkan diri kepada Tuhan. Contoh dari kegiatan yang mendekatkan kepada Tuhan adalah melakukan ibadah dan banyak berdoa. Upaya untuk mendekatkan diri kepada Tuhan tersebut merupakan salah satu bagian dari *Spiritual well-being*. *Spiritual well-being* adalah usaha seseorang untuk mencapai dan merasakan hubungan

dengan esensi kehidupan, dibagi menjadi 3 dimensi utama, yaitu keterhubungan dengan diri sendiri, keterhubungan dengan orang lain dan lingkungan, dan keterhubungan dengan kekuatan transenden (Meezenbroek, et al., 2012). Penelitian terdahulu mengatakan bahwa seseorang yang memiliki tingkat *spiritual well-being* yang baik akan lebih mudah menyelesaikan masalah yang dihadapi (Graham, et al., 2001). Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa pendapat, bahwa terdapat hubungan sebab akibat antara *spiritual well-being* dengan resiliensi yang membantu individu menghadapi stres dan menyediakan proteksi terhadap depresi dan stres (Pustakasari, 2014). Salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah *spiritual well-being* (Apriawal, 2012). Individu dengan spiritual yang baik akan meningkatkan coping, optimisme, harapan, mengurangi kecemasan, serta mendukung perasaan nyaman dan tenang (Roper, 2002). Pendapat tersebut sejalan dengan karakteristik individu yang resilien (Connor & Davidson, 2003).

Spiritual well-being dan Resiliensi telah banyak diteliti, namun belum ada penelitian yang spesifik membahas kaitan antara *spiritual well-being* dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran yang sedang mengerjakan skripsi terutama pada kondisi pandemi Covid-19 di Universitas Airlangga. Walaupun mahasiswa semester akhir sudah dipersiapkan untuk mengerjakan skripsi, pada pelaksanaannya beberapa mahasiswa masih belum bisa mengatasi kendala yang berbeda-beda dengan tuntutan dan tekanan yang besar. Hal tersebut membuat peneliti tertarik dan termotivasi untuk meneliti hubungan *spiritual well-being* terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan masukan baik bagi institusi maupun masyarakat sekitar dengan menjelaskan kondisi *spiritual well-*

being, kondisi resiliensi, dan membuktikan hubungan antara *spiritual well-being* dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir pada masa pandemi Covid-19.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan searah antara *Spiritual well-being* dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi pada masa pandemi Covid-19 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Membuktikan hubungan searah antara *Spiritual well-being* dengan resiliensi pada mahasiswa semester akhir di masa pandemi Covid-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menjelaskan kondisi *Spiritual well-being* pada mahasiswa semester akhir di masa pandemi Covid-19.
2. Menjelaskan kondisi resiliensi pada mahasiswa semester akhir di masa pandemi Covid-19.
3. Membuktikan hubungan searah antara *Spiritual well-being* dengan resiliensi pada mahasiswa semester akhir di masa pandemi Covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi tentang hubungan antara tingkat *spiritual well-being* terhadap resiliensi mahasiswa semester akhir di masa pandemi Covid-19.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Meningkatkan pemahaman mengenai *spiritual well-being* dan resiliensi.
2. Sebagai data informasi ilmiah bagi penelitian selanjutnya.
3. Memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya *spiritual well-being* terhadap resiliensi dalam rangka mempertahankan kesehatan mental di tengah pandemi Covid-19.
4. Sebagai referensi untuk pertimbangan Pengelola Program Studi dan Pengelola Sub Program Fakultas Kedokteran, khususnya di Universitas Airlangga.