

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa pandemi *Corona Virus Disease-19 (Covid-19)* menuntut mahasiswa untuk melakukan pembelajaran secara daring. Mahasiswa menjadi sebagian populasi yang terkena dampaknya baik dalam segi ekonomi, kebutuhan sosial, dan kesehatan mental. Hal tersebut menimbulkan peningkatan tingkat stress dan kecemasan pada mahasiswa karena tuntutan akademik seperti beban tugas, jaringan yang kurang memadai, ketersediaan kuota internet, serta adaptasi belajar secara daring (Pamungkas, 2021). Tidak terkecuali mahasiswa keperawatan yang merupakan salah satu mahasiswa lingkup kesehatan yang selain belajar secara teori tetapi juga diperlukan belajar secara praktik klinis maupun lapangan yang dapat meningkatkan *skill* dan pengalaman mahasiswa keperawatan. Pembelajaran daring menyebabkan pembelajaran tidak dilakukan secara sempurna seperti lebih sulit menindaklanjuti tugas-tugas yang diberikan, kurangnya komunikasi dua arah antara dosen dan mahasiswa, dan jadwal perkuliahan yang padat, sehingga menghambat proses belajar mahasiswa keperawatan dan menimbulkan stress serta kecemasan terhadap mahasiswa keperawatan (Alviani, 2021).

Hingga saat ini angka kejadian Covid-19 di Kota Surabaya yang terkonfirmasi sejumlah 116.272. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan angka kejadian kecemasan pada mahasiswa keperawatan selama pembelajaran daring bervariasi mulai dari kecemasan rendah 30,4%, kecemasan sedang 58,9%, kecemasan berat 9,8%, dan panik 0,9% (Saraswati *et al.*, 2021). Angka kejadian

stress pada mahasiswa selama melaksanakan pembelajaran daring pada penelitian sebelumnya menunjukkan hasil stress yang dialami mahasiswa mulai dari kategori stress sangat tinggi 6,9%, stress tinggi 27%, stress sedang 39,2%, stress rendah 21,6%, dan stress sangat rendah 5,4% (Lubis, Ramadhani and Rasyid, 2021). Berdasarkan studi pendahuluan tanggal 4 November 2021 dengan beberapa pertanyaan Perceived Stress Scale dan Zung Self-Rating Anxiety Scale, dari 15 mahasiswa, sejumlah mahasiswa keperawatan Universitas Airlangga tingkat akhir menjawab mengalami kecemasan dan stress lebih tinggi saat menjalani pembelajaran daring dibandingkan dengan pembelajaran luring dengan skala stress dan kecemasan kategori ringan 26,7%, kategori sedang 33,3%, dan kategori berat 40% dengan faktor yang menyebabkan stress dan kecemasan selama pembelajaran daring diantaranya kuota internet terbatas, tugas kuliah, jadwal kuliah yang padat, dan kesulitan melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing. Salah satu cara untuk menyeimbangkan antara beban berat dan hasil yang maksimal yaitu dengan memupuk rasa percaya pada kemampuan yang dimiliki sendiri, sehingga akan muncul motivasi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu (Saraswati *et al.*, 2021). Dampak yang muncul jika stress dan kecemasan pada mahasiswa tidak diatasi yaitu rasa putus asa yang bisa berakibat fatal seperti rasa ingin mengakhiri hidup karena bentuk manifestasi dari berbagai emosi yang bercampur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (Musabiq and Karimah, 2018).

Perubahan yang signifikan dan berlangsung lama akibat dari pandemi Covid-19 tentu dapat menimbulkan stress tersendiri bagi mahasiswa, terutama mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dan harus melakukan

penelitian (Adrian, Putri and Suri, 2021). Faktor penyebab stress selama pembelajaran daring diantaranya karena tugas pembelajaran, bosan di rumah saja, tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat, tidak dapat mengikuti pembelajaran daring karena kuota internet yang terbatas, dan tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020). Faktor yang menimbulkan kecemasan pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring diantaranya proses bimbingan tugas akhir, ketidakpercayaan diri, khawatir akan penelitian yang sulit, dan tuntutan dari orang tua (Ilahi *et al.*, 2021). Keterkaitan antara stress dan kecemasan menurut teori Lazarus dijelaskan bahwa pengalaman stress mempunyai pengaruh yang berbeda tiap individu berupa respon psikologis seperti timbulnya kecemasan yang merupakan emosi terdekat dengan stress (Empati, Ashari and Hartati, 2017).

Manifestasi kognitif yang tidak terkendali berupa munculnya stress dan kecemasan akibat dari cara berpikir mahasiswa yang tidak terkondisikan yang memikirkan tentang kemungkinan buruk dalam menjalani perkuliahan. Kecemasan dan stress yang terjadi dalam diri seseorang diartikan sebagai suatu kegagalan, sehingga adanya efikasi mendorong seseorang untuk melakukan dan mencapai sesuatu yang ingin dicapai (Fauziyyah and Awinda, 2021). Seseorang yang memiliki efikasi diri rendah tidak bisa mencari peluang untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menciptakan keberhasilan, termasuk dalam membangun kepercayaan diri pada kemampuan yang dimilikinya sebaliknya seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi mempunyai pandangan untuk sukses dan yakin akan kemampuan yang dimiliki (Saraswati *et al.*, 2021).

Teori Lazarus menjelaskan dalam lingkungan akademik dan proses belajar jika ditemukan stress dan kecemasan, bisa saja berdampak positif jika masih dalam kategori normal karena stress juga dibutuhkan untuk mengaktifkan kinerja otak, tetapi jika stress dan kecemasan sudah melewati kategori normal atau melebihi kemampuan maka bisa berdampak negatif pada kondisi belajar dan kemampuan kognitif siswa yang menyebabkan penurunan prestasi akademik. Penanggulangan stress dan kecemasan yang berfokus pada emosi diri sendiri dengan coping individu salah satunya efikasi diri (Lumban Gaol, 2016). Berdasarkan masalah-masalah dan kesenjangan yang muncul mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan tingkat stress dan tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga dengan pendekatan teori Lazarus.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana hubungan efikasi diri dengan stress dan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan efikasi diri dengan stress dan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan stress mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga.

2. Menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga.
3. Menganalisis hubungan antara stress dengan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pembaca untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengembangan ilmu keperawatan jiwa dengan pendekatan Teori Lazarus dalam hubungan efikasi diri dengan stress dan kecemasan mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa keperawatan
Mampu menjadi bahan referensi dalam penelitian selanjutnya dan mampu menjadi referensi tambahan untuk penelitian-penelitian yang sudah ada.
2. Bagi institusi pendidikan
Hasil penelitian yang dilakukan dapat menambah informasi mengenai hubungan efikasi diri dengan stress dan kecemasan pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir selama pembelajaran daring di Universitas Airlangga dengan membuat metode pembelajaran daring yang lebih interaktif dan menarik.
3. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan, responden atau mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang mengalami stress dan kecemasan dapat meningkatkan efikasi diri.