

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Mahasiswa termasuk aset bangsa yang perlu mendapat perhatian untuk menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan produktif. Pada masa ini Mahasiswa mengembangkan diri dan merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi. Montgomery dalam Papalia dkk (2007) menjelaskan bahwa perguruan tinggi atau universitas dapat menjadi sarana atau tempat untuk seorang individu dalam mengembangkan kemampuan intelektual, kepribadian, khususnya dalam melatih keterampilan verbal dan kuantitatif, berpikir kritis dan *moral reasoning*.

Memasuki dunia perkuliahan merupakan suatu perubahan besar pada hidup seseorang termasuk transisi dari seorang senior di sekolah menengah atas menjadi Mahasiswa baru di perguruan tinggi (santrock,2003). Greenberg (2002) merangkum penyebab stres pada Mahasiswa yang memasuki perkuliahan yaitu Perubahan gaya hidup, prestasi akademik, jadwal perkuliahan yang padat, masalah pertemanan, menyesuaikan diri jauh dari rumah untuk pertama kali dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru dapat menjadi penyebab stres pada Mahasiswa tahun pertama. Bagi Mahasiswa yang jauh dari tempat tinggalnya dapat memilih kost maupun asrama untuk menjadi salah satu pilihan bagi para Mahasiswa yang berasal dari luar kota bertempat tinggal. Menurut Wijaya (2007) para siswa yang tinggal di asrama mengalami “transisi asrama” yakni transisi dari tempat tinggal yang lama bersama orang tua dan keluarga ke tempat tinggal yang baru yakni asrama yang menghadapkan dirinya pada perubahan-perubahan dan tuntutan baru. Perubahan tersebut meliputi lingkungan asrama yang baru, pendamping asrama sebagai pengganti orang tua, teman baru, aturan dan kehidupan lainnya di dalam asrama Ini merupakan suatu keadaan yang baru untuk Mahasiswa tahun pertama yang perlu beradaptasi dengan suasana baru.

Manusia dalam berinteraksi antara lingkungan dengan objek yang terdapat di lingkungan akan melakukan adjustment secara timbal balik antara individu, lingkungan sosial dan lingkungan fisik.(Iskan <sup>1</sup> 2012). Dalam situasi stimulus lingkungan yang begitu banyak akan memberikan informasi, manusia akan memberikan perhatian yang menyempit untuk lebih fokus pada informasi yang relevan. Namun, informasi yang masuk begitu banyak, sehingga stimulus tersebut mulai dirasakan menekan dirinya.

Stimulus demikian dapat menyebabkan dirinya stress dan stimulus lingkungan tersebut menjadi “stressor” (Iskandar,2012).

Lingkungan yang berada di sekitar manusia memberikan stimulus yang dapat di maknakan sebagai stressor atau stimulus yang dapat menimbulkan tekanan pada seseorang (Iskandar,2012). Transisi dalam kehidupan menghadapkan individu pada perubahan-perubahan dan tuntutan sehingga di perlukan adanya penyesuaian diri (Hurlock,2002). Penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan salah satunya adalah transisi sekolah. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah yang baru yang lebih tinggi tingkatannya. Pada dasarnya transisi tersebut adalah pengalaman normative bagi semua siswa, tetapi hal tersebut dapat menimbulkan stres. Stres tersebut timbul karena transisi berlangsung pada suatu masa ketika banyak perubahan pada individu yaitu fisik, sosial dan psikologi (Santrock,2003). Proses stres dari kajian fisiologi seseorang berinteraksi dengan stimulus lingkungan yang dapat menimbulkan stres bagi seseorang (Selye,1956). Penyebab dari stres disebut dengan istilah stressor yang berupa situasi atau kondisi tertentu yang pada dasarnya merupakan suatu perubahan dalam kehidupan. Hans Selye dalam teori *General Adaptation Syndrome* (GAS) mengungkapkan bahwa stressor adalah faktor yang mengganggu keseimbangan tubuh . Hal ini merupakan suatu kondisi yang negatif, suatu kondisi yang mengarah ke timbulnya penyakit fisik maupun mental, atau mengarah ke perilaku yang tidak wajar (Munandar,2001). Suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang (Handoko,2008). Stres sangat bersifat individual dan pada dasarnya bersifat merusak bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan mental individu dengan beban yang dirasakan (Hanger, 1999). Namun berhadapan dengan suatu stressor tidak selalu mengakibatkan gangguan secara psikologis maupun fisiologis (Diana, 1991).

Berdasarkan penelitian hernawati pada tahun 2005 yang dilakukan terhadap Mahasiswa baru yang tinggal di asrama putra dan asrama putri di kampus IPB Darmaga, cenderung mengalami tingkat stres yang tinggi yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti belum pernah kost sebelumnya, terlalu banyak teman sekamar, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, masalah pribadi, kesulitan berteman, memahami materi kuliah, masalah kesehatan, rindu keluarga dan masalah keuangan

Serta hasil penelitian yang di lakukan oleh Yoyo Suoyo, Ova Emilia dan Tridjoko Hadianto (2006) pada Mahasiswa tingkat profesi Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada, dari 204 Mahasiswa ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang

bermakna tingkat stres akademik pada Mahasiswa tingkat profesi tahun pertama dan Mahasiswa tahun ke dua, tetapi ada perbedaan yang bermakna tingkat stres sosial dan stres personal. Lalu sejalan pula dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Towbes & Cohen dalam Ross (1999) menyatakan bahwa Mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat stres lebih tinggi di bandingkan Mahasiswa lainnya, hal ini karena Mahasiswa tahun pertama harus menyesuaikan diri jauh dari rumah untuk pertama kalinya. Ingin memperoleh prestasi akademis yang tinggi, dan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru.

Dari latar belakang yang telah di jabarkan di atas, penulis tertatir untuk melakukan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama.

## **1.2 Permasalahan penelitian**

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang masalah tersebut, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon?

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Membuktikan adanya stres di lingkungan asrama Akademik Maritim Cirebon
- b. Mengidentifikasi stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon
- c. Membuktikan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Untuk Ilmu Pengetahuan**

Dari segi pengembangan ilmu, hasil penelitian ini diharapkan

- Menjelaskan tentang tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama.

- Menambah ilmu pengetahuan bagi orang yang membacanya

#### **1.4.2 Manfaat Untuk Pelayanan Kesehatan**

- Untuk pelayanan kesehatan psikiatrik

#### **1.4.3 Manfaat Untuk Masyarakat**

- Untuk memberi wawasan bagi masyarakat mengenai tingkat stres Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon

#### **1.4.4 Manfaat Peneliti**

- Meningkatkan pengetahuan peneliti tentang Tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon
- Meningkatkan pengetahuan peneliti untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama di asrama Akademik Maritim Cirebon

#### **1.4.5 Manfaat Responden**

- Untuk memberi pengetahuan terhadap responden mengenai tingkat stres yang dimiliki
- Untuk memahami tingkat stres pada responden terkait sehingga mampu mengantisipasi terjadinya stres berulang

### **1.5 Orisinalitas penelitian**

#### **Tabel I.5 Keaslian Penelitian**

Peneliti	Judul Penelitian	Tahun Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
Novikarisma wijaya	Hubungan Antara Keyakinan diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan	2007	observasional	Ada hubungan antara keyakinan diri akademik dengan penyesuaian diri siswa tahun pertama sekolah asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith muntilan
Ross, Shannon E, dkk	<i>Sources Of Stress among College Students</i>	2008	observasional	Mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat stres lebih tinggi di bandingkan Mahasiswa lainnya, hal ini karena Mahasiswa tahun pertama harus menyesuaikan diri jauh dari rumah untuk pertama kalinya. Ingin memperoleh prestasi akademis yang tinggi, dan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru.
Erin Khoirun Niam	Koping Terhadap Stress Pada Mahasiswa Luar Jawa Yang Mengalami Culture Shock Universitas Muhammadiyah Surakarta	2009	observasional	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan pengungkapan diri berdasarkan nilai perbedaan rata-rata pengungkapan diri subjek pria lebih rendah dari subjek wanita
Aurel ion Clinciu	<i>Adaption and stress for the first year university student</i>	2012	Eksperimental	Terdapat hubungan yang tinggi antara stress dan adaptasi pada Mahasiswa tahun pertam