

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres adalah suatu keadaan dimana ketidakmampuan individu mengatasi ancaman yang nantinya juga dapat mempengaruhi keadaan fisik individu. Stres merupakan respon dianggap negatif, interaksi individu terhadap lingkungan dan hubungan individu dengan stressor (Kaplan & Sadock's, 2010). Mahasiswa tingkat akhir seperti mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Islam Sultan Agung Agung diwajibkan menyelesaikan tugas akhir berupa karya tulis ilmiah yaitu skripsi sebagai syarat mahasiswa dinyatakan lulus dari suatu perguruan tinggi dan mendapatkan gelar sarjana. Lulus tepat waktu dari perguruan tinggi yang sedang ditempuh merupakan impian bagi semua mahasiswa sehingga cara yang dapat dilakukan yaitu dengan menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.

Kondisi stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diperkuat pada penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, Hadiati dan Widodo (2017), di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro menyatakan bahwa dari 342 responden, 150 responden tidak mengalami stres, 36 responden stres ringan, 67 responden stres sedang, 51 responden stres berat dan 38 responden stres sangat berat. Adapula penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2018) menyatakan bahwa 26 responden stres sedang dari 46 responden. Kemudian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti, Mahardianisa, Syafei (2018) menunjukkan bahwa sebanyak 49 responden 6 diantaranya berada

dalam kategori stres tinggi, 34 responden berada dalam kategori sedang, dan 9 responden berada dalam kategori rendah. Sehingga sebagian besar stres yang dialami berada dalam kategori sedang.

Tidak hanya rentan mengalami stres namun juga gangguan tidur. Gangguan tidur tersebut dapat berkepanjangan yang akan berdampak pada perubahan siklus biologinya, turunnya imunitas tubuh seseorang, peringkat mulai menurun, ringan merasa tersinggung, kefokusannya berkurang sehingga dapat berpengaruh pada keselamatan diri dan orang lain di sekitar (Japardi, 2010).

Kondisi mahasiswa mengalami gangguan tidur juga diperkuat dari penelitian yang didapatkan Wulandari (2012) berdasarkan wawancara awal didapatkan bahwa 36% mahasiswa memiliki kesulitan tidur, jam tidur berkurang atau bertambah, terbangun pada malam hari, terbangun lebih dini sehingga sulit untuk tidur kembali serta mimpi buruk. Lalu menurut penelitian yang dilakukan oleh Diarti, Sutriningsih, Rahayu (2017) 19 responden mengalami gangguan tidur dari 33 responden yang telah diteliti.

Dalam keperawatan jiwa, seorang perawat memandang manusia sebagai individu secara holistik dan menggunakan diri sendiri sebagai alat dalam melakukan asuhan keperawatan. Dan dalam hal ini perawat berperan didalamnya. Hal tersebut merupakan dasar untuk perubahan sikap dan perilaku klien, perawat yang membantu klien dalam berespon secara adaptif dalam menghadapi berbagai masalah yang dihadapi dalam kehidupannya.

Dari wawancara yang dilakukan ketika studi pendahuluan di Fakultas Teknik Unissula, mendapati 4 mahasiswa ketika KKN mengatakan mengalami

kesulitan tidur di malam hari. Kemudian 6 dari 10 mahasiswa mengatakan stress dengan gejala gelisah, mudah lupa, bingung serta memiliki gangguan tidur dengan tanda mengalami kesulitan tidur di petang hari dan memulai untuk tidur di atas jam 24.00 WIB . Namun, untuk 4 orang lainnya mengungkapkan bahwa tidak mengalami gangguan tidur.

karena itu peneliti ingin melaksanakan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat Stress Terhadap Gangguan Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang sedang Menyusun Skripsi di Fakultas Teknik UNISSULA”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka permasalahan yang diangkat dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara tingkat stress dengan gangguan tidur pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Fakultas Teknik UNISSULA.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan gangguan tidur pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Fakultas Teknik UNISSULA.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa di Fakultas Teknik UNISSULA.
- b. Mengidentifikasi tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

- c. Mengidentifikasi gangguan tidur pada mahasiswa di Fakultas Teknik.
- d. Menganalisa hubungan tingkat stress terhadap gangguan tidur pada mahasiswa dalam menyusun skripsi Fakultas Teknik UNISSULA.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi bidang keperawatan

Semoga dapat membantu menyajikan informasi yang bermanfaat khususnya bahan masukan atau sumber bagi profesi untuk meningkatkan pengetahuan, mengenai hubungan antara tingkat stress dengan gangguan tidur pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Fakultas Teknik UNISSULA.

2. Bagi institusi

Diharapkan dapat membantu memberikan kontribusi keilmuan sebagai materi untuk meningkatkan di bidang keperawatan jiwa berkaitan dengan adanya hubungan antara tingkat stress dengan gangguan tidur pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

3. Bagi Mahasiswa

Berharap penelitian mampu memberi penjelasan mengenai penyebab gejala stress dan dampak akibat gejala stress pada mahasiswa, dan diharapkan dengan adanya penelitian ini kejadian gejala stress pada mahasiswa skripsi di Fakultas Teknik dapat berkurang.