

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut WHO, kesehatan jiwa bukan hanya tidak ada gangguan jiwa, namun mengandung berbagai karakteristik positif yang menggambarkan keselarasan serta keseimbangan kejiwaan yang mencerminkan kedewasaan kepribadiannya. Menurut data WHO pada tahun 2012, 450 juta orang diseluruh dunia menderita gangguan mental, dan sepertiganya tinggal di negara berkembang, 8 dari 10 penderita gangguan mental itu tidak mendapatkan perawatan. Menurut riset Kesehatan Dasar tahun 2013, terjadi penurunan prevalensi gangguan emosional dari 11,6% (2007) menjadi 6,0% (2013). Salah satu indikator penting yang menunjukkan bahwa seseorang telah berhasil meraih kesehatan mental adalah spiritualitas ( Najati, 2008).

Menurut Koziar (2011) Spiritualitas secara umum melibatkan keyakinan dalam hubungan dengan sesuatu yang lebih tinggi, berkuasa, memiliki kekuatan, serta bersifat ketuhanan, atau memiliki energi yang tidak terbatas. Clark (2008) menemukan bahwa 90% klien beberapa area di Amerika menyandarkan pada agama sebagai bagian dari aspek spiritual untuk mendapatkan kenyamanan dan kekuatan ketika mengalami sakit.

Penelitian yang dilakukan oleh Tuck, Alleyne dan Thinganjana (2006) menunjukkan bahwa ada hubungan antara spiritualitas dengan stres. Stres adalah suatu kondisi ketika individu berespons terhadap perubahan dalam

status keseimbangan yang normal (Kozier, 2011). Hasil studi yang dilakukan Tuck, Alleyne dan Thinganjana (2006) menyebutkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan dalam penurunan stres yang dirasakan dan peningkatan yang signifikan dalam kesejahteraan rohani. Scoot (2007) menyebutkan mereka yang lebih religius atau spiritual, dan menggunakan spiritualitas untuk menghadapi masalah hidup, mengalami banyak manfaat bagi kesehatan serta kesejahteraan. Spiritualitas dan kegiatan keagamaan telah menjadi sumber coping dari stres bagi banyak orang (Scoot, 2007).

Salah satu sumber stres pada mahasiswa adalah tugas skripsi (Mayoral, 2006). Penelitian yang dilakukan oleh Mayoral (2006) menyatakan bahwa penelitian dilakukan pada 334 responden mahasiswa yang sedang dan tidak sedang skripsi. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa yang sedang skripsi lebih banyak mengalami stres yaitu sebanyak 46,48 % responden. Faktor stres yang dialami mahasiswa yang menjalani skripsi yaitu terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal meliputi kondisi fisik, perilaku, minat, kecerdasan emosi, intelektual dan spiritual dan faktor eksternal meliputi tugas, lingkungan sosial dan lingkungan fisik (Sudarya, Bagia dan Suwendra, 2014). Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritualitas seseorang maka akan semakin rendah stres yang dialami (Ardila, 2012). Penelitian pada tahun 2013 yang dilakukan di PKU Muhammadiyah Yogyakarta pada 30 responden didapatkan hasil bahwa 8 responden (22,2 %) memiliki aktivitas spiritual yang baik dengan tingkat stres yang ringan.

Berdasarkan survei pendahuluan pada 10 mahasiswa skripsi di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Semua mahasiswa mengatakan stres. 8 dari 10 mahasiswa memiliki spritualitas yang baik dan 2 dari 10 mahasiswa memiliki spiritualitas rendah. 6 dari 10 mahasiswa mengakui ketika mengerjakan skripsi mereka merasakan stres, susah tidur, dan juga gelisah karena banyaknya revisi yang harus diperbaiki dan sulitnya mencari referensi yang mendukung. Saat stres datang biasanya mereka sholat, berdo'a dan juga menyempatkan waktu untuk membaca Al-Qur'an. Setelah hal tersebut dilakukan, mereka mengatakan lebih merasa tenang dan rasa gelisah yang dirasakan semakin berkurang. Dua dari 10 mahasiswa mengakui ketika mengerjakan skripsi terkadang merasakan stres karena revisi yang berulang-ulang. Untuk menghilangkan stres yang mereka rasakan, biasanya mereka melakukan hobi yang disukai dan juga sholat.

Dua dari 10 mahasiswa mengakui ketika mengerjakan skripsi merasakan stres, terkadang mimpi buruk dan sering menunda-nunda waktu untuk sholat karena terlalu sibuk dengan skripsi. Mereka mengakui merasa tidak tenang dan cemas karena sulit untuk menemui dosen pembimbing, untuk menghilangkan rasa stres tersebut, mereka lebih memilih untuk tidur dan juga sholat. Berdasarkan hal tersebut di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pemenuhan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi di prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Adakah hubungan antara pemenuhan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara pemenuhan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- b. Mengidentifikasi pemenuhan spiritualitas pada mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- c. Mengidentifikasi tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1 Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- d. Menganalisa hubungan antara pemenuhan spiritualitas dengan tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi di Prodi S1

Akutansi Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang serta menganalisa kekuatan korelasi, Nilai P dan arah korelasi.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan data dasar bagi penelitian selanjutnya di area keperawatan , khususnya penelitian yang berhubungan dengan stres dan spiritualitas.

##### **2. Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya untuk menurunkan tingkat stres pada mahasiswa yang menjalani skripsi dengan pemenuhan spiritualitas pada diri individu.

##### **3. Bagi Masyarakat**

Dengan penelitian ini diharapkan bermanfaat bahwa pemenuhan spiritualitas dapat mengatasi tingkat stres seseorang. Karena dengan memiliki spiritualitas yang tinggi menunjukkan bahwa seseorang telah berhasilmeraih kesehatan mental yang baik. Keimanan kepada Tuhan adalah salah satu kekuatan yang harus dipenuhi untuk membimbing seseorang dalam hidup.