

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dari populasi global, terdapat 3,6% penduduk menderita gangguan kecemasan (WHO, 2017). Sedangkan, di Indonesia 6% yang menderita kecemasan terdapat pada rentang usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta penduduk Indonesia dengan gangguan mental emosional yang memperlihatkan indikasi kecemasan (Riskesdas, 2018). Dalam perhitungan 10 beban penyakit terbanyak yang ada pada tahun 2017, jenis gangguan jiwa yang diperkirakan dialami oleh penduduk Indonesia adalah gangguan kecemasan sebagai salah satunya (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Dalam menyelesaikan masa studi, kecemasan akademik umum terjadi pada mahasiswa. Kecemasan akademik memiliki beberapa komponen antara lain kekhawatiran, emosionalitas, kesulitan dalam menyelesaikan tugas, penurunan kemampuan dalam proses belajar, dan perilaku menunda dalam melakukan suatu tugas (Hooda, M., & Saini, 2017). Dalam menghadapi tugas akademik individu yang merasa cemas merasakan kekhawatiran terhadap berbagai macam hal yang berkaitan dengan kehidupan akademik.

Kekhawatiran terbentuk dari pikiran-pikiran yang menghalangi individu untuk berkonsentrasi dan menyelesaikan tugas-tugas akademik

(Hooda, M., & Saini, 2017). Pikiran-pikiran yang muncul antara lain prediksi kegagalan, pikiran rendah diri, atau pikiran terhadap pengalaman mengalami hasil yang buruk. Kekhawatiran mahasiswa seringkali terkait dengan finansial, performa akademik, tuntutan untuk berhasil, dan rencana pasca kelulusan (Beiter, R., et al., 2015). Para peneliti telah menemukan bahwa kekhawatiran mengenai performa akademik dapat mempengaruhi kinerja mahasiswa (Brady, S. T., Hard, B. M., & Gross, 2018). Mahasiswa yang memiliki masalah kecemasan akademik mengalami minat belajar yang menurun dan dalam pengerjaan tugas mahasiswa kurang optimal (Dordi Nejad, et al., dalam Luzanil & Menaldi, 2021).

Menurut (Lal and Rohtak, 2014 dalam Agustiningsih, 2019) beban akademik mahasiswa keperawatan cukup berat karena mahasiswa tidak hanya harus melakukan kegiatan akademik dan praktik klinik, tetapi juga harus menjaga keseimbangan dalam kehidupannya yang beranjak menjadi dewasa. Merasa tidak mampu merawat pasien yang memiliki sakit berat, kesulitan dalam berinteraksi, waktu belajar dalam perkuliahan yang panjang, penugasan yang terlalu banyak sehingga hari liburnya menjadi singkat, frekuensi ujian, laporan klinik dan penugasan lainnya merupakan beberapa kondisi yang menyebabkan mahasiswa stres (Lal and Rohtak, 2014). Persiapan yang cukup banyak dan lama sebelum praktik klinik agar tidak terjadi kekeliruan dalam melakukan prosedur keperawatan yang dapat membahayakan pasien juga menyebabkan mahasiswa timbul

kekhawatiran dan stres (Waghachavare et al., 2013 dalam Agustiningih, 2019).

Terapi musik merupakan salah satu terapi komplementer. Dalam bidang kesehatan, terapi musik termasuk salah satu intervensi bagi individu, kelompok, keluarga, atau komunitas dalam meningkatkan kesehatan fisik, sosial, komunikatif, emosional, intelektual dan spiritual (Edwards, 2017). Dalam prosesnya, musik mengaktifkan syaraf untuk menjadi lebih santai sehingga dapat membantu pernapasan seseorang menjadi lebih baik, membuat suasana menjadi tenang, yang dapat mengurangi perasaan cemas (Natalia, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutja, A., & Yaksa, (2021) hasil temuan menunjukkan adanya pengaruh terapi musik untuk mengurangi kecemasan akademik di Universitas Jambi. Hasil *pre test* awal tingkat kecemasan akademik mahasiswa awalnya berada pada tingkat sedang, setelah diberikan terapi musik respon mahasiswa terhadap *post test* menjadi rendah, artinya tingkat kecemasan akademik mahasiswa mengalami penurunan ditandai dengan kecemasan berada pada tingkat ringan setelah dilakukan terapi musik.

Sebagai contoh, hasil wawancara tidak terstruktur dengan 10 mahasiswa keperawatan Poltekkes Kemenkes Bandung program studi keperawatan Bogor didapatkan hasil wawancara dengan 10 dari 10 mahasiswa mengatakan mengalami kecemasan akademik salah satunya saat akan melaksanakan praktik karena harus menyiapkan fisik dan mental

sebelum bertemu dengan kasus di rumah sakit maupun saat praktik laboratorium bersama, selain itu kecemasan akademik juga timbul saat menuju ujian tengah semester maupun ujian akhir semester karena mahasiswa memiliki tanggung jawab mempertahankan atau memperbaiki Indeks Prestasi Semester (IPS) agar hasil IPK akhir mendapat nilai yang bagus. Dari hasil wawancara tersebut, mahasiswa mengatakan dampak kecemasan akademik ini mempengaruhi pola tidur dan perasaan berdebar hingga telapak tangan dan kaki dingin.

Melihat masalah kecemasan akademik yang sering dialami oleh mahasiswa keperawatan, peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Bagaimana gambaran perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor poltekkes kemenkes Bandung setelah penerapan terapi musik?”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mendapatkan gambaran perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor poltekkes kemenkes Bandung setelah penerapan terapi musik.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor sebelum penerapan terapi musik.
- b. Diketuainya tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor setelah penerapan terapi musik.
- c. Diketuainya gambaran perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor sebelum dan sesudah penerapan terapi musik

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan, pengalaman dan mendorong penulis untuk memperluas pengetahuan mengenai terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik mahasiswa.

2. Bagi Subjek/Responden Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor

Menambah pengetahuan responden mengenai penerapan terapi musik menurunkan tingkat kecemasan akademik untuk meningkatkan performa akademik.

3. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan Bogor

Mengetahui kemampuan mahasiswa dalam melakukan asuhan keperawatan dengan pemberian terapi komplementer yang sesuai dengan masalah yang didapat dan sebagai bahan referensi maupun data dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penerapan terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik mahasiswa.