

BAB I

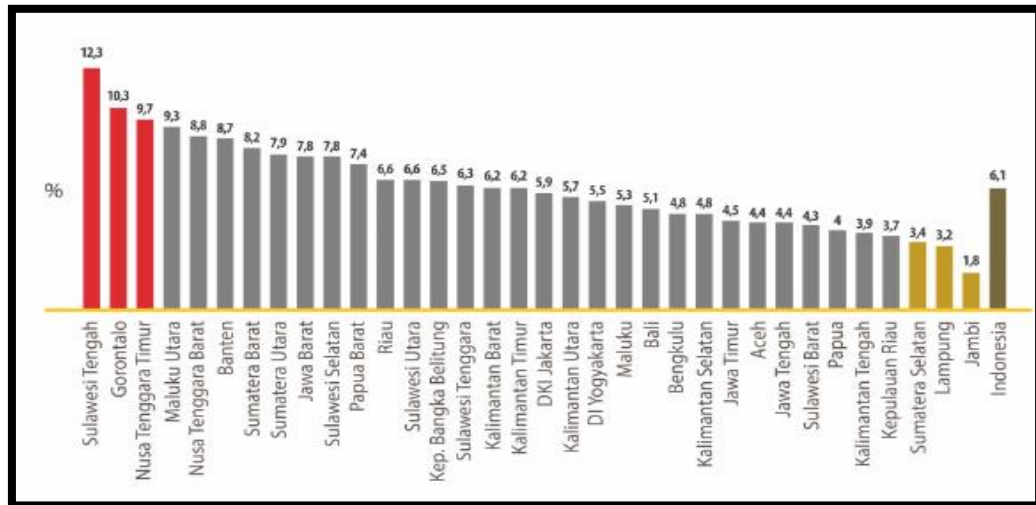
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Angka dua ribu telah menghiasi kalender di masing-masing tempat tinggal kita saat ini, atau lebih tepatnya 2022. Nominal tersebut sudah tidak bisa dilihat muda atau sebentar jika disebutkan dalam cakupan umur sesuatu. Perkembangan telah banyak dilakukan hingga saat ini, mulai dari peradaban manusia, hingga sesuatu yang berhubungan dengan manusia tersebut. Jika berbicara mengenai hal yang berhubungan dengan manusia, maka kata “isu kesehatan” pasti masuk di antara jajaran yang ada.

Seperti manusia yang selalu berubah dari waktu ke waktu, mulai dari membahas mengenai demam berdarah, penyakit flu burung, covid-19, hingga yang sedang hangat sekarang adalah mengenai kesehatan mental. Kesehatan mental dalam buku *Mental Hygiene* dikatakan berkaitan dengan beberapa hal. Pertama, bagaimana seseorang memikirkan, merasakan dan menjalani keseharian dalam kehidupan; Kedua, bagaimana seseorang memandang diri sendiri dan orang lain; dan ketiga, bagaimana seseorang mengevaluasi berbagai alternatif solusi dan bagaimana mengambil keputusan terhadap keadaan yang dihadapi (Fakhsardjito, 2022).

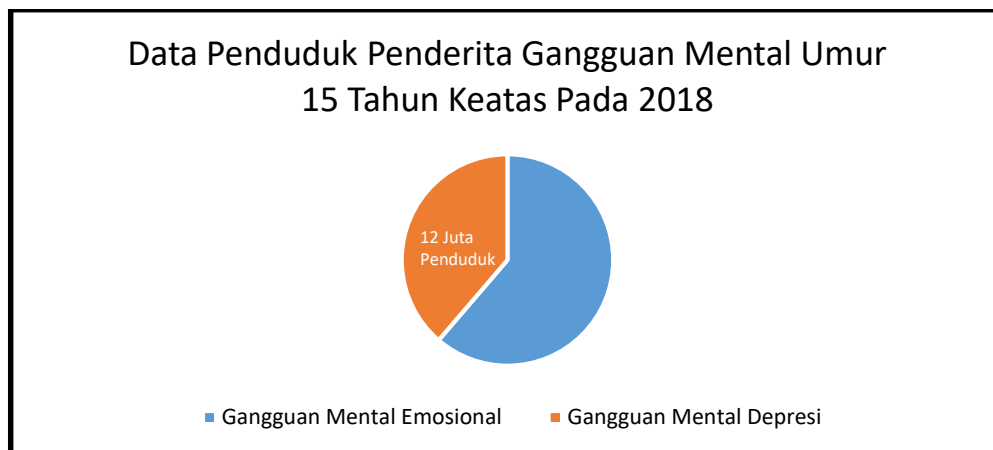
Kesehatan mental merupakan penyakit lanjutan yang mempunyai banyak sekali penyebabnya bahkan oleh penyakit lain sekalipun. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia drg. Vensya Sitohang yang mengatakan bahwa “kondisi pandemi (Covid-19) memperparah ataupun semakin mempengaruhi kesehatan jiwa” (Lakuana & Anisa, 2022).



Gambar 1.1 Sebaran Penderita Gangguan Kesehatan Mental di Indonesia

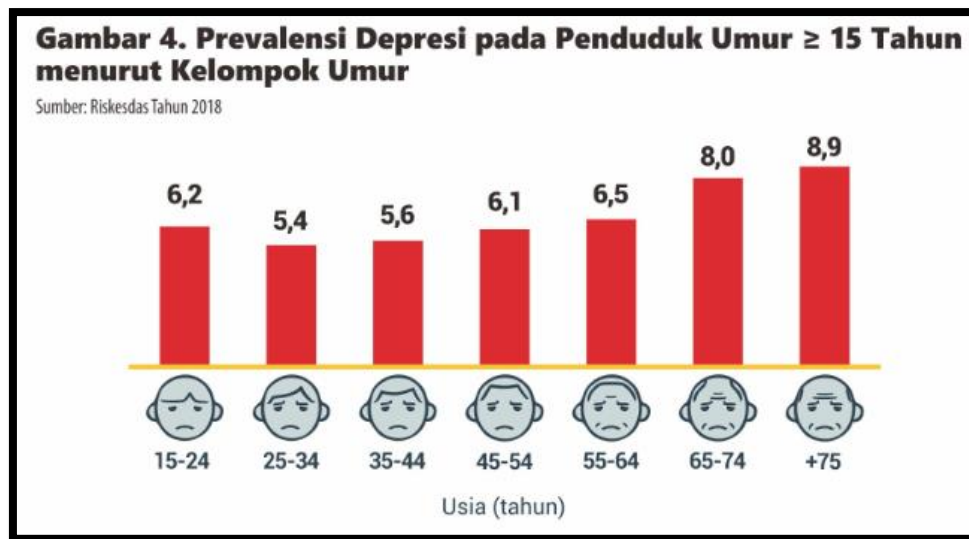
(Sumber : Lakuana,, Nurhaida. Anisa, Nindi.2022. *Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia*.Jakarta; Kementrian Kesehatan Republik Indonesia)

Berikut merupakan sebaran total pengidap gangguan jiwa di Indonesia, dilansir dari riset dasar kementerian kesehatan tahun 2018, dimana Sulawesi tengah menjadi provinsi terbesar penyumbang penderita gangguan kesehatan mental di Indonesia, dengan jumlah kisaran 450 ribu pengidap gangguan kesehatan mental/jiwa di Indonesia sendiri. Selain itu ada fakta menarik mengenai pengidap gangguan kesehatan mental seperti di bawah ini.



Gambar 1.2 Data Penduduk Penderita Gangguan Mental Diatas Umur 15 Tahun

(Sumber : Lakuana,, Nurhaida. Anisa, Nindi.2022. *Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia*.Jakarta; Kementrian Kesehatan Republik Indonesia)



Gambar 1.3 Klasifikasi Penderita Gangguan Mental Berdasarkan Usia Tahun 2019

(Sumber : Lakuana,, Nurhaida. Anisa, Nindi.2022. *Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia*.Jakarta; Kementrian Kesehatan Republik Indonesia)

Diatas merupakan data yang telah diterbitkan Riset Kesehatan Dasar (2018) RSUD Dr. Sardjito Yogyakarta yang menyatakan bahwa pengidap

gangguan mental emosional pada usia lebih dari 15 tahun sebesar 19 juta, dan gangguan mental depresi yang dialami pada orang berusia lebih dari 15 tahun sebesar 12 juta(Sardjito, 2022).

Dilanjutkan dengan gambar kedua yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2019 yang menyatakan klasifikasi penderita gangguan kesehatan mental berdasarkan umur. Hal yang paling mengejutkan yang dapat ditarik dari kedua gambar diatas bahwa, di umur permulaan usia produktif 15-24 tahun saja sudah ada yang mengalami hal tersebut, bahkan dengan jumlah yang tidak bisa dikatakan sedikit. Pada 2021 lalu juga The Conversation melakukan penelitian terhadap 393 remaja Indonesia di usia 16-24 tahun dalam rangka mendukung temuan organisasi *World Health Organization (WHO)* yang mengatakan 1 dari 4 remaja di usia ini mengalami gangguan kesehatan mental. Hasilnya adalah 95,4% menyatakan bahwa pernah mengalami gejala kecemasan (*anxiety*) dan 88% pernah mengalami gejala depresi (Kaligis, 2021).

Peristiwa Stressor Psikososial ini dapat terjadi di kalangan remaja karena beberapa penyebab, di antaranya ada perkawinan/cinta kepada orang lain, orang tua, hubungan interpersonal, lingkungan, pekerjaan, keuangan, hokum, perkembangan, penyakit, keluarga, dll (Lakuana & Anisa, 2022).

Lingkungan menjadi salah satu penyebab utama gangguan kesehatan mental di usia 16-24 tahun, yang mana notabene dalam kurun waktu tersebut salah satu kesibukan utama anak adalah lingkungan perkuliahan, transisi masa pendidikan formal menuju dunia kerja yang membuat anak merasa beban bertambah berkali-kali lipat, terbukti bahwa banyak sekali yang menerangkan penyebab-penyebab terjadinya gangguan kesehatan mental khususnya pada mahasiswa atau lingkup perkuliahan, di antaranya keluarga, pertemanan, faktor sosial, lingkungan dan sebagainya. Sebagai contoh ketika mahasiswa akhir selalu ditanya “kapan lulus” dan sebagainya yang merujuk dengan arah yang sama, terkadang hal tersebut menjadi hal yang vital untuk ditanyakan. Tentu saja ketika ada penyebab tentu saja ada akibatnya, ketika mahasiswa tingkat akhir yang mungkin pola pikirnya sudah terpecah menjadi berbagai cabang, dari mulai

pekerjaan, pembelajaran, keluarga, dll. Akan tetapi tiba-tiba pertanyaan tersebut ditanyakan akan membuat mahasiswa merasa kalap, dan bingung apa yang harus mereka lakukan, dituntut oleh keadaan, dituntut oleh ekspektasi, dan tersudut oleh tanggung jawab, yang mungkin akan berakibat dengan kesehatan mental mahasiswa itu sendiri. Tentu sudah tidak asing lagi hal tersebut didengar oleh mahasiswa apalagi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir dalam rangka syarat kelulusan program sarjananya tersebut.

Jika merujuk pada laporan ***Grand Challenges in Student Mental Health*** (2014) oleh Student Mind yang merupakan lembaga nasional asal Inggris bahwa stress termasuk dalam permasalahan kedua yang dialami mahasiswa, berawal dari stress, mahasiswa berpotensi mengalami masalah kesehatan seperti kecemasan, depresi, perfeksionis, dan *obsessive compulsive disorder* (OCD)(Aurelia Gracia, n.d.).

Penelitian ini juga didukung oleh beberapa temuan berita terkait yang isinya mengenai gangguan kesehatan mental pada mahasiswa di Indonesia (Lihat lampiran I). Tabel tersebut adalah cuplikan berita yang diterbitkan oleh portal media berbeda, dengan kasus berbeda, tempat berbeda, dan juga waktu yang berbeda. Tapi, ketiga berita tersebut mempunyai satu hal yang sama, yaitu inti berita dimana terjadinya gangguan kesehatan mental di kalangan mahasiswa tingkat akhir yang mengakibatkan mereka memberanikan diri untuk melakukan hal-hal kontraproduktif atau bisa juga disebut disonansi kognitif bahkan tidak masuk akal dalam kehidupannya, salah satunya bunuh diri. Dimulai dari gantung diri akibat skripsi yang selalu ditolak oleh dosen, lalu tekanan yang diakibatkan lingkungan selama ia berkuliah, dan juga mahasiswa yang takut tidak bisa menyelesaikan kuliahnya tepat waktu. Ketiga berita tersebut merupakan contoh kecil betapa berbahayanya gangguan kesehatan mental khususnya pada lingkup mahasiswa tingkat akhir.

Penulis juga telah melakukan pra riset dalam jajak pendapat mahasiswa untuk menentukan lokasi penelitian penulis pada kali ini, dengan beberapa pertanyaan kunci di antaranya mengenai perasaan menjadi mahasiswa semester

akhir, lalu seberapa sering ditanya “kapan lulus”, serta bagaimana perasaan ketika ditanya kapan lulus pada perspektif mahasiswa tersebut menurut jurusan dari 7 (tujuh) fakultas yang berbeda di Universitas Trunojoyo Madura, berikut hasil risetnya (Lihat lampiran II).

Melihat hasil tersebut menguraikan mengenai perspektif dan juga pendapat tentang ditanyakannya pertanyaan “kapan lulus” kepada mahasiswa tingkat akhir dalam berbagai fakultas dan program studi, 25 di antara 35 orang dinyatakan mendapatkan efek stressor sosial khususnya akibat pertanyaan kapan lulus, dan 10 di antaranya termotivasi, sehingga didapatkan dikatakan dampak negatif berupa stressor sosial lebih tinggi ketimbang dampak positifnya, dan itu sebagai salah satu landasan mengapa penulis memilih topik ini.

Maka dari itu dengan adanya kesempatan ini penulis berencana menuliskan tugas akhir sarjananya dengan judul *Disonansi Kognitif Pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Merespon Pesan “Kapan Lulus?” (studi kasus mahasiswa semester akhir universitas Trunojoyo Madura)* dalam rangka menganalisis bagaimana munculnya perilaku disonansi kognitif sebagai akibat gangguan kesehatan mental serta tindak lanjutnya di kalangan mahasiswa akhir ini terjadi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Pemaknaan Disonansi Kognitif pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Merespon Pesan “Kapan Lulus”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diambil pada penelitian ini, adapun tujuan penelitian nantinya yaitu mengetahui bagaimana Pemaknaan Disonansi Kognitif pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Merespon Pesan “Kapan Lulus”.

1.4 Manfaat Penelitian

Sedangkan manfaat penelitian ini juga terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis, antara lain :

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan terhadap mahasiswa tentang psikologi komunikasi, khususnya masalah kesehatan mental pada mahasiswa tingkat akhir dalam merespon pertanyaan “kapan lulus”.
- b. Diharapkan dapat membantu para mahasiswa akhir yang melakukan penelitian bermetode fenomenologi mengenai Pemaknaan Disonansi Kognitif pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Merespon Pesan “Kapan Lulus” dalam menyelesaikan studi sarjananya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat umum mengenai kemungkinan yang terjadi khususnya bagi yang mempunyai keluarga dengan salah satu anggotanya seorang mahasiswa, agar terhindarkan dari disonansi kognitif, dan paham bagaimana menyikapi hal tersebut.

2. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi pandangan positif mahasiswa yang merupakan subjek utama dalam penelitian ini, sehingga dapat mempelajari dan menghindari lahirnya perilaku disonansi kognitif akibat gangguan kesehatan mental yang biasa dialami dalam rentang mahasiswa tingkat akhir beserta tindak lanjut yang harus dilakukan. Hasil penelitian ini di harapkan menjadi pelajaran dan juga motivasi bagi mahasiswa tingkat akhir, dan seluruh pembaca, sehingga masalah yang sama tidak akan dialami di kemudian hari.