

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kualitas hidup pada mahasiswa menjadi salah satu indikator penting dalam menilai kesejahteraan individu selama menjalani pendidikan tinggi. Pada mahasiswa, kualitas hidup berkaitan erat dengan kemampuan menjalankan aktivitas akademik, menjaga kesehatan mental, membangun relasi sosial, serta beradaptasi terhadap berbagai tuntutan selama proses pendidikan (Kurniastuti & Puspasari, 2026). Individu dengan kualitas hidup yang baik cenderung memiliki keseimbangan dalam menjalani kehidupan akademik maupun personal, sedangkan kualitas hidup yang rendah dapat memengaruhi konsentrasi belajar, motivasi akademik, hingga kemampuan menghadapi tekanan sehari-hari (Kurniastuti & Puspasari, 2026).

Kualitas hidup mahasiswa secara umum belum berada pada kondisi optimal dan cenderung berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata kualitas hidup sebesar 59,4% yang menggambarkan bahwa tingkat kesejahteraan mahasiswa masih berada pada taraf cukup dan belum mencapai kategori baik secara maksimal (Komariah et al., 2025). Kondisi kualitas hidup yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa belum sepenuhnya merasakan kesejahteraan secara optimal, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan. Dampaknya, mahasiswa berisiko mengalami kelelahan, stres akademik, penurunan motivasi belajar, serta kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat (Nurzahirah et al., 2024). Kualitas hidup mahasiswa cenderung mengalami penurunan seiring dengan bertambahnya masa studi yang dijalani. Semakin tinggi tingkat semester, tuntutan akademik yang dihadapi mahasiswa menjadi semakin kompleks, baik dalam bentuk beban tugas, tekanan ujian, maupun kewajiban praktik yang membutuhkan kesiapan fisik dan mental (Christanti et al., 2024). Akumulasi dari berbagai tekanan tersebut menyebabkan kualitas hidup mahasiswa pada tingkat akhir cenderung lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa pada tingkat awal (Mahin et al., 2025). Kondisi kualitas hidup yang kurang baik pada

mahasiswa dapat berdampak pada munculnya kelelahan fisik, gangguan emosional, penurunan produktivitas, kesulitan beradaptasi, serta meningkatnya risiko stres akademik (Komariah et al., 2025)

Mahasiswa keperawatan termasuk kelompok yang rentan mengalami penurunan kualitas hidup karena memiliki tuntutan pembelajaran yang cukup tinggi, baik dalam bentuk teori, praktik laboratorium, maupun praktik klinik (Nurzahirah et al., 2024). Tekanan akademik yang berlangsung terus-menerus dapat memengaruhi persepsi mahasiswa terhadap kesejahteraan dirinya secara menyeluruh (Gunawan & Alfita, 2024). Selain itu, masih ditemukan adanya permasalahan pada aspek psikologis, seperti tingkat depresi sebesar 37,2% dan stres sebesar 23,7%, pada mahasiswa keperawatan yang berpotensi memengaruhi penurunan kualitas hidup (Komariah et al., 2025)

Kualitas hidup mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Kondisi fisik seperti tingkat kesehatan, kelelahan, serta pola istirahat berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Christanti et al., 2024). Dari sisi psikologis, tekanan akademik, stres, dan kecemasan turut menentukan tingkat kesejahteraan mahasiswa. Selain itu, faktor sosial seperti hubungan dengan keluarga, teman sebaya, serta dukungan yang diperoleh dari lingkungan sekitar juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup (Nurzahirah et al., 2024).

Dukungan sosial berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik dan menjaga keseimbangan psikologis selama proses pendidikan. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang baik umumnya lebih mampu menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik, memiliki strategi koping yang lebih adaptif, serta menunjukkan kondisi emosional yang lebih stabil (Rahman et al., 2024). Sebaliknya, keterbatasan dukungan sosial dapat menyebabkan mahasiswa merasa terisolasi, lebih mudah mengalami tekanan psikologis, dan berisiko mengalami penurunan kualitas hidup (A. Maharani & Putriani, 2025).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, dan *significant others* memberikan kontribusi sebesar 38,1% terhadap kualitas

hidup mahasiswa dengan nilai signifikansi $p = 0,001$, yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara dukungan sosial dan kualitas hidup mahasiswa (Christanti et al., 2024). Penelitian lain juga menemukan bahwa pada mahasiswa keperawatan, dukungan sosial yang tinggi berhubungan signifikan dengan penurunan tingkat stres akademik ($p = 0,003$) (Sulistiowati et al., 2025). Meskipun beberapa penelitian telah menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada mahasiswa, masih terdapat celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut. Pada mahasiswa keperawatan, praktik klinik menjadi salah satu sumber stres utama karena mahasiswa dituntut untuk mengaplikasikan teori secara langsung dalam situasi nyata yang melibatkan tanggung jawab terhadap pasien (Komariah et al., 2025). Selain itu, mahasiswa harus beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, menghadapi tuntutan dari pembimbing klinik, serta menjalani penilaian keterampilan secara terus-menerus. Interaksi dengan pasien yang memiliki kondisi kesehatan beragam, keterbatasan pengalaman, serta kekhawatiran melakukan kesalahan dalam tindakan keperawatan juga dapat meningkatkan tekanan psikologis (Wu, 2024).

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan) Panti Rapih Yogyakarta merupakan salah satu institusi pendidikan kesehatan yang menyelenggarakan program studi keperawatan dengan sistem pembelajaran yang menuntut integrasi antara teori, praktik laboratorium, dan praktik klinik secara berkesinambungan. Mahasiswa keperawatan di institusi ini dihadapkan pada beban akademik yang cukup tinggi, termasuk tuntutan pencapaian kompetensi, penilaian keterampilan klinik, serta adaptasi di lingkungan pelayanan kesehatan. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan mahasiswa selama menjalani proses pendidikan. Selain itu, interaksi yang intens dengan pasien, tenaga kesehatan, serta dosen pembimbing dalam praktik klinik dapat menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa dalam menjaga kesejahteraan dirinya. Lingkungan pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta menjadi konteks yang relevan untuk mengkaji kualitas hidup mahasiswa, khususnya dalam kaitannya dengan peran dukungan sosial sebagai faktor yang dapat

membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik dan klinik. Selain itu, sampai saat ini penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada mahasiswa keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih masih terbatas, padahal lingkungan pendidikan keperawatan di institusi tersebut memiliki tuntutan akademik yang dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan mahasiswa.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran empiris mengenai hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada mahasiswa keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

1.3.1.1 Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada mahasiswa keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mendapatkan gambaran karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, dan semester klinik

1.3.2.2 Mendapatkan gambaran tingkat dukungan sosial pada mahasiswa keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih

1.3.2.3 Mendapatkan gambaran tingkat kualitas hidup pada mahasiswa keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih

1.3.2.4 Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada mahasiswa keperawatan praktik klinik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi ilmiah serta dasar pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam penyusunan intervensi atau program peningkatan dukungan sosial guna meningkatkan kualitas hidup mahasiswa keperawatan, serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kesejahteraan mahasiswa.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam pengembangan program pendampingan mahasiswa melalui penguatan dukungan sosial sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup mahasiswa selama menjalani proses pendidikan.