

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan peralihan dari masa SMA (Sekolah Menengah Atas) yang memiliki tantangan hidup mandiri dengan kegiatan akademik di perkuliahan. Mahasiswa pada tahun pertama akan dihadapkan beberapa perbedaan baik internal akademik maupun eksternal akademik. Mulai dari perbedaan sistem pembelajaran, hubungan antar teman dan pengajar, serta perbedaan kultur dan budaya yang dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa.¹

Stres merupakan respon tubuh terhadap *stressor*. *Stressor* dapat berasal baik secara intrinsik maupun ekstrinsik.² Stres akan menjadi masalah apabila kadar stres tinggi sehingga dapat menyebabkan gangguan pada mental dan fisiknya.³

Stres yang terjadi di lingkungan dunia pendidikan dapat disebut stres akademik. *Stressor* akademik pada mahasiswa dapat berasal dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal misalnya, perubahan siklus tidur, perubahan pola makan, dan perubahan cara belajar.⁴ Faktor eksternal seperti beban kuliah yang semakin banyak, lingkungan pertemanan, mendorong untuk mendapatkan nilai bagus, dan *financial*.⁵

Stres membuat seseorang kehilangan semangat hidup, dalam agama islam stres dikenal sebagai suatu cobaan dari Allah SWT untuk umatnya agar lebih bertaqwa. Allah SWT berfirman di dalam Al Qur'an surat Al Baqarah (2) ayat 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَّتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

artinya : “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”.

Mahasiswa kedokteran lebih sering mengalami stres akademik.⁶ Sistem pembelajaran *student-centered* dapat menjadi salah satu pemicu tingginya tingkat stres. Mahasiswa dituntut lebih aktif untuk mendalami pengetahuannya sendiri, tidak jarang harus dilakukan dengan waktu yang cukup singkat dengan kegiatan perkuliahan yang padat.⁷ Jika ini tidak dapat diatasi dengan baik oleh mahasiswa maka akan berpengaruh pada prestasi akademiknya.⁸

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa terjadi peningkatan tingkat stres secara signifikan pada mahasiswa kedokteran. Penelitian oleh Melaku di salah satu fakultas kedokteran Ethiopia diperoleh prevalensi stres mahasiswa Fakultas Kedokteran adalah 52.4%.⁹ Penelitian oleh Legiran di Universitas Muhammadiyah Palembang juga menyatakan 50.8% mengalami stres dan 49.2% tidak mengalami stres. Dampak stres tersebut dapat berpengaruh pada konsentrasi belajar, penurunan daya ingat, dan menurunnya prestasi akademik.¹⁰

Kegiatan perkuliahan mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang beragam terdiri dari kegiatan akademik seperti kuliah pembekalan, *skillab*, tutorial, rangkaian praktikum (mulai dari *pretest*, pelaksanaan praktikum, *posttest*, pembuatan laporan, dan ujian atau responsi), ujian tengah blok, ujian akhir blok, serta *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE). Beban tugas mahasiswa bisa dibilang lebih berat dibandingkan dengan program studi lainnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Abdulghani di Arab Saudi stres pada mahasiswa tahun pertama, kedua, dan ketiga di dapatkan hasil 63% mahasiswa kedokteran mengalami stres dan 25% stres berat. Mahasiswa kedokteran tahun

pertama sebesar 74.2% dan prevelensinya menurun menjadi 69.8% dan 48.6% pada tahun berikutnya, kecuali pada mahasiswa tingkat akhir.⁴ Penelitian Augesti tentang perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung diperoleh hasil dengan prevelensi sebesar 59.2% dimana stres mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan stres mahasiswa tingkat akhir. Dari 142 mahasiswa angkatan awal mengalami stres ringan 27.5%, mengalami stres sedang 59.2%, dan mengalami stres berat 13.4% adaptasi mahasiswa dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas adalah penyebab stres pada mahasiswa tingkat pertama.

11

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tahun pertama di Universitas Riau yang menyatakan bahwa dengan prevelensi 57.23% terbanyak mengalami stres sedang.¹¹ Berbeda dengan penelitian sejenis juga telah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara menunjukkan prevalensi stres adalah 72.1%, dimana terbanyak mengalami stres ringan yaitu 26.7%.¹²

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pada mahasiswa kedokteran stres masih cukup tinggi pada mahasiswa tahun pertama karena *stressor* yang diterima dan dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik atau mahasiswa itu sendiri. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasar latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu bagaimana gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan gambaran karakteristik pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.
2. Mendeskripsikan gambaran tingkat stres dan penyebab stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pendukung perkembangan ilmu kedokteran yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Sebagai pengetahuan dan memperluas wawasan penulis serta menerapkan ilmu kedokteran.
2. Dapat meningkatkan pengetahuan tentang ilmu kedokteran khususnya tentang stres pada mahasiswa kedokteran.
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan masukan bagi institusi untuk usaha pencegahan tingginya tingkat stres pada mahasiswa dengan merencanakan metode yang tepat guna mengembangkan kesiapan psikologis mahasiswa sehingga dapat mengikuti pembelajaran dengan maksimal.

1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti, Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Rony Wahyudi, Eka Bebasari, Elda Nazriati ¹³ (2015)	Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama	Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama yang terbanyak yaitu stres sedang dengan 95 responden (57,23%), sedangkan yang paling sedikit adalah stres sangat berat yaitu 4 responden (41%).	Variabel : Waktu meneliti tentang stres mahasiswa kedokteran tahun pertama, penelitian dengan deskriptif- <i>cross sectional</i> .	Waktu penelitian, tempat penelitian, subjek penelitian.
Hamza M. Abdulghani, Abdulaziz A. lKanhah, Ebrahim S. Mahmoud, Gominda G. Ponnamparum a, and Eiad A. Alfari ⁴ (2015)	<i>Stress and Its Effects on Medical Students: A Cross-sectional Study at a College of Medicine in Saudi Arabia</i>	Tingkat respons di antara subyek penelitian adalah 87% (n = 892). Total prevalensi stres adalah 63%, dan prevalensi stres parah adalah 25%. Prevalensi stres lebih tinggi ($p < 0,5$) di antara perempuan (75,7%) dibandingkan di antara laki-laki (57%) (rasio odds = 2,3, $\chi^2 = 27,2$, $p < 0,0001$). Stres menurun secara signifikan karena tahun studi meningkat, kecuali untuk tahun terakhir.	Variabel : Waktu meneliti tentang stres pada mahasiswa kedokteran. Penelitian <i>cross-sectional</i>	Waktu penelitian, subjek penelitian, tempat penelitian, design penelitian deskriptif, instrument penelitian.
Gita Augesti, Rika Lisiswanti, Oktadoni Saputra, Khairun Nisa ¹¹ (2015)	<i>Differences In Stress Level Between First Year And Last Year Medical Students In Medical Faculty Of Lampung University</i>	Terdapat perbedaan tingkat stres yang bermakna antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir dengan nilai $p = 0,016$ ($p < 0,05$) dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir.	Variabel : Waktu meneliti tentang stres mahasiswa kedokteran tahun pertama	Waktu penelitian, tempat penelitian, subjek penelitian, desain penelitian deskriptif, instrument penelitian.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang lain adalah lokasi penelitian, waktu penelitian, dan subjek yang diteliti. Desain penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* dan instrumen yang digunakan adalah *Medical Student Stressor Questionare* (MSSQ).