

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres tidak dapat dipisahkan dari setiap aspek kehidupan. Stres dapat dialami oleh siapa saja dan memiliki implikasi negatif jika berakumulasi dalam kehidupan individu tanpa solusi yang tepat. Akumulasi stres merupakan akibat dari ketidakmampuan individu dalam mengatasi dan mengendalikan stresnya. Stres adalah respon tubuh tidak spesifik terhadap kebutuhan tubuh yang terganggu. Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak fisik, sosial, intelektual, psikologis dan spiritual (Rasmun, 2004).

Mahasiswa dalam kegiatannya juga tidak terlepas dari stres. Stresor atau penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi

perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran (Heiman & Kariv, 2005).

Stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh individu akan memunculkan dampak negatif. Pada mahasiswa, dampak negatif secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran dan sulit memahami pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, frustrasi, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah dan insomnia. Dampak perilaku yang muncul antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol, terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebih-lebihan serta berisiko tinggi (Spagenberg & Theron, 1998; Heiman & Kariv, 2005).

Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran sudah pernah dilakukan di beberapa universitas. Penelitian yang dilakukan oleh Firth (2004) pada salah satu fakultas kedokteran di Inggris, melibatkan 165 mahasiswa tersebut menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 31,2%. Sementara itu, tiga penelitian yang dilakukan di Asia menunjukkan hasil sebagai berikut: (1) Di Pakistan,

dengan 161 mahasiswa, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 30,84% (Shah, Hasan, Malik & Sreeramareddy, 2010). (2) Di Thailand, dengan 686 partisipan, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 61,4% (Saipanish, 2003). (3) Di Malaysia, dengan 396 partisipan, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 41,9% (Sherina, 2004).

Penelitian tentang stres pada mahasiswa kedokteran juga sudah pernah dilakukan pada salah satu universitas di Indonesia oleh Carolin (2010). Penelitian dilakukan dengan sampel 90 mahasiswa kedokteran dan didapatkan gambaran tingkat stres pada mahasiswa kedokteran sebesar 71%. Secara keseluruhan, prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran masih cukup tinggi, yaitu berkisar 30-70%.

Penelitian Abdulghani (2008) menunjukkan dampak stres terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga. Stres pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar dan penurunan daya ingat. Stresor yang mempunyai peran besar terhadap stres pada mahasiswa kedokteran adalah stresor akademik. Stresor akademik pada mahasiswa dapat berasal dari berbagai macam hal, yaitu dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal, yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggung jawab baru dan perubahan kebiasaan belajar. Faktor eksternal, yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih

kecil dari yang diharapkan (Bulo & Sanchez, 2014).

Mahasiswa baru merupakan status yang disandang oleh mahasiswa pada tahun pertama kuliahnya. Memasuki dunia kuliah merupakan suatu perubahan besar pada hidup seseorang (Santrock, 2006). Individu biasanya mengalami banyak perubahan di tahun pertamanya kuliah ketika memasuki perguruan tinggi. Hal ini terkait dengan penyesuaian yang merupakan masalah berat yang harus dihadapi individu ketika memasuki dunia kuliah (Dyson & Renk, 2006). Perubahan lain terjadi pada pola hubungan pengajar dengan mahasiswa. Menurut Gunarsa (2000) pola hubungan dosen-mahasiswa sangat berbeda dibandingkan dengan hubungan guru-siswa. Dialog langsung pada tingkat-tingkat awal jarang dilakukan di ruangan yang mana jumlah mahasiswa biasanya besar. Perhatian dosen terhadap mahasiswa juga lebih sedikit dibandingkan dengan perhatian guru ke siswanya.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses individu dalam memberikan respon terhadap tuntutan lingkungan dan kemampuan untuk melakukan koping terhadap stres. Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis. Salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri dalam bidang pendidikan, contohnya adalah penyesuaian diri pada tugas skripsi (Gunawati & Hartati, 2006).

Mengerjakan sebuah skripsi telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi dan ada juga yang nekat bunuh diri. Banyak contoh kasus mahasiswa yang menjadi lama dalam penyelesaian studinya karena terganjal dengan masalah tugas akhirnya, karena adanya pemikiran pembuatan tugas akhir susah dan berat maka akhirnya banyak mahasiswa menyerahkan pembuatan skripsi ini ke orang lain atau semacam biro jasa pembuatan skripsi (Riewanto, 2003).

Semua mahasiswa wajib mengerjakan skripsi karena skripsi tersebut digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai sarjana. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi. Proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi berlangsung secara individual, sehingga tuntutan akan belajar mandiri sangat besar. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat membuat suatu karya tulis dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum (Gunawati & Hartati, 2006).

Mahasiswa dihadapkan banyak hambatan atau masalah dalam menyelesaikan skripsinya. Masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurang adanya ketertarikan

mahasiswa pada penelitian (Slamet, 2003). Kegagalan dalam penyusunan skripsi juga disebabkan oleh adanya kesulitan mahasiswa dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing (Riewanto, 2003). Apabila masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa maka dapat menyebabkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa (Gunawati & Hartati, 2006).

Potensi kejadian stres pada mahasiswa juga terjadi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Mahasiswa tingkat awal sering merasa tidak mampu dalam mengerjakan berbagai tugas dan mata kuliah yang diberikan dikarenakan masih dalam tahap penyesuaian diri terhadap lingkungan baru, yaitu lingkungan kuliah. Mahasiswa tingkat awal juga menjadi berubah waktu tidur dari biasanya saat masih di SMA yang cukup menjadi kurang pada saat menjadi mahasiswa fakultas kedokteran dikarenakan sistem belajar yang berbeda. Pada Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang mulai dilaksanakan sejak tahun 2006 di berbagai institusi pendidikan di Indonesia termasuk Universitas Lampung sejak tahun 2008, metode pembelajaran pada kurikulum ini meliputi *Problem-Based Learning* (PBL), *clinical skill lab* (CSL), tutorial, perkuliahan, pleno (Unila, 2011). Metode-metode pada kurikulum tersebut mengakibatkan mahasiswa sibuk dan berpotensi mengakibatkan mahasiswa tingkat awal menjadi stres.

Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, mahasiswa tingkat akhir (semester 7) juga diwajibkan mengerjakan skripsi atau tugas akhir sehingga Mahasiswa tingkat akhir ini tidak lepas dari stres walaupun sudah beradaptasi dengan lingkungan kuliah. Skripsi menjadi ketakutan bagi mahasiswa tingkat akhir karena membuat skripsi tidak mudah dan skripsi dibuat saat mahasiswa juga sedang menjalani blok seperti biasa sehingga pikiran mahasiswa harus terbagi antara skripsi dan blok yang harus dijalani. Setelah mahasiswa selesai menyusun skripsi dan memenuhi syarat kelulusan lainnya, mahasiswa tingkat akhir pun masih harus mengikuti OSCE komprehensif dan *exit exam* yang merupakan syarat untuk bisa mengikuti Pendidikan Profesi (Ko Asistensi) di rumah sakit. Ujian-ujian tersebut juga tidak mudah karena mahasiswa harus menguasai semua materi yang dipelajari dari tingkat awal sampai tingkat akhir dan mahasiswa harus lulus pada ujian-ujian tersebut agar bisa mengikuti Ko Asistensi dan mendapatkan gelar profesi dokter. Faktor-faktor tersebut sangat berpotensi menjadi penyebab stres pada mahasiswa tingkat akhir karena banyaknya hal yang harus dipersiapkan agar bisa lulus dan mendapatkan gelar dokter.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran masih cukup tinggi baik pada mahasiswa tingkat awal maupun tingkat akhir yang akan berdampak negatif terhadap mahasiswa itu sendiri. Penelitian tentang perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir juga belum pernah dilakukan sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk

mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Unila.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka peneliti menyusun rumusan masalah yaitu apakah terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Unila?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Unila.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal FK Unila
- b. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir FK Unila
- c. Mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir FK Unila.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

- a. Dapat mengembangkan kemampuan di bidang penelitian serta mengasah kemampuan analisis peneliti.

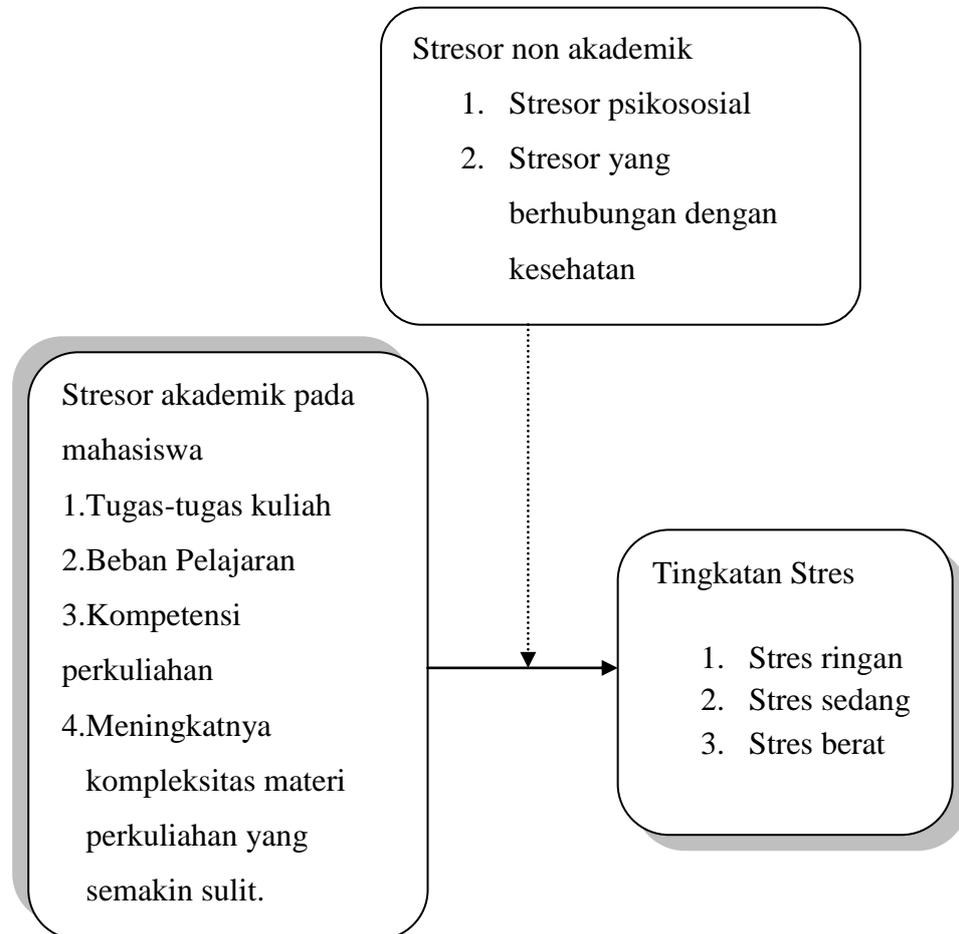
- b. Dapat meningkatkan pengetahuan tentang stres dan mendapat gambaran tingkat stres pada mahasiswa kedokteran.

1.4.2 Bagi Institusi

Data dan informasi hasil penelitian ini dapat menjadi informasi dan masukan bagi institusi dalam usaha pencegahan stres pada mahasiswa dan dalam penyusunan kurikulum fakultas kedokteran Universitas Lampung.

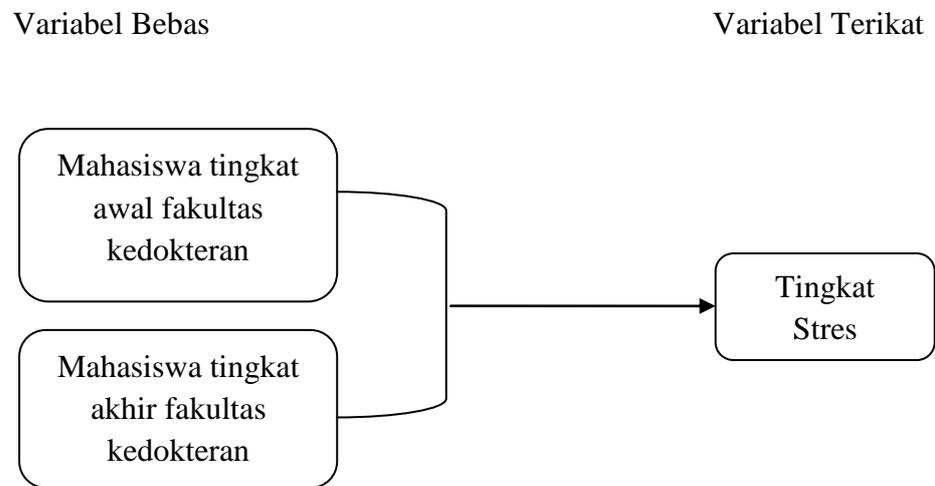
1.5 Kerangka Pemikiran

1.5.1 Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori menurut Heiman (2005)

1.5.2 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

1.6 Hipotesis

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dijelaskan sebelumnya, hipotesis dalam penelitian ini adalah tingkat stres mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.