

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Stres merupakan fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak fisik, sosial, intelektual, psikologis dan spiritual (Rasmun, 2004). Stres dapat berasal dari individu, lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal, lingkungan kerja dan pendidikan (Pedak, 2009). Goodman & Lorey juga mengemukakan bahwa salah satu pemicu stres sering datang dari lingkungan pendidikan, khususnya pada peserta didik (McKean & Misra, 2000).

Pembelajaran dalam bidang kedokteran merupakan suatu perjalanan panjang dengan jenjang karir yang memiliki tuntutan tinggi yang dapat membuat mahasiswa kedokteran beresiko untuk mengalami stres dan kelelahan (Fares et al, 2016). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Tyssen et al (2001) menyatakan bahwa stres selama masa pendidikan kedokteran dapat menurunkan kepuasan hidup yang akan berdampak pada perawatan pasien di masa yang akan datang (Tyssen et al, 2001). Mahasiswa, khususnya pada mahasiswa baru atau *freshman*, tergolong dalam usia remaja akhir (Purwati, 2012). Menurut Bakrie (2010) individu pada tahap ini berada pada periode *storm & stress*, periode saat seseorang berada pada tahap kritis karena akan memasuki masa dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan fisiologis yakni peningkatan kadar hormon sehingga membuat mahasiswa labil dalam menghadapi permasalahan kehidupan (Bakrie, 2010).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Daerah (2013) prevalensi orang yang menderita gangguan mental emosional di Indonesia adalah 6%. Scalavitz (2011) menyatakan bahwa prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres berkisar 38-71%, sementara di Asia 39,6 – 61,3% (Koochaki et al, 2009). Di Indonesia didapatkan 36,7 - 71,6% mahasiswa mengalami stres. Penelitian yang dilakukan oleh Carolin (2010) dan Oktovia (2012) didapatkan bahwa khusus di Fakultas Kedokteran di Indonesia, 45,8 – 71,6% mahasiswa mengalami stres. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi bila dibandingkan dengan *cut off point* tingkat stres mahasiswa secara keseluruhan di Indonesia (Suganda, 2014). Pada penelitian lain didapatkan prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran di Pakistan tingkat pertama, kedua, ketiga, dan keempat adalah 73%, 66%, 49%, dan 47% (Shah, dkk, 2010). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perkuliahan, maka semakin rendah stres yang dialami oleh mahasiswa.

Stresor pada mahasiswa dalam dunia pendidikan dibagi menjadi tuntutan eksternal dan tuntutan internal. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil dalam kuliah dan penyesuaian sosial di lingkungan kampus. Tuntutan internal berasal dari harapan mahasiswa untuk dapat mengikuti pelajaran dengan baik (Heiman & Kariv, 2005). Selain itu, perbedaan metode pembelajaran antara mahasiswa baru yang berbasis *student centered* dengan jenjang pendidikan sebelumnya, yakni Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berbasis *teacher centered* juga menjadi stresor utama pada mahasiswa baru (Yudita, 2011).

Tingkat stres juga dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dusselier et al (2005) terhadap mahasiswa di Amerika Serikat untuk menilai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat ansietas dan stres, didapatkan hasil bahwa mahasiswa perempuan lebih sering mengalami stres dibandingkan mahasiswa laki-laki (Dusselier et al, 2005). McKean dan Misra (2000) dalam penelitiannya juga mendapatkan hasil yang serupa (McKean & Misra, 2000).

Rice mengatakan stres yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan gejala fisiologis, emosional, kognitif, hubungan interpersonal, dan organisasi (Safaria, 2009). Hudd dkk juga menjelaskan bahwa dampak stres yang dialami mahasiswa seringkali berupa tingkah laku negatif seperti merokok, mengkonsumsi *junk food*, dan bunuh diri (Duffy & Atwater, 2005). Stres juga dapat mempengaruhi prestasi akademik yakni dengan membuat Indeks Prestasi (IP) mahasiswa menurun (Sutjiato dkk, 2015).

Tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa baru dapat berbeda-beda. Salah satu faktor yang menentukan tingkat stres adalah mekanisme penanganan masalah atau *coping mechanism* yang sangat ditentukan oleh kepribadian individual (Nurdin, 2011). Friedman (2006) juga mengemukakan pendapat yang sama, yakni bahwa kepribadian merupakan sebuah aspek penting yang menentukan kondisi kesehatan dan psikologis (Friedman, 2006).

Menurut Wade & Tavris (2008), kepribadian (*personality*) adalah pola perilaku, tata krama, pemikiran, motif, dan emosi yang khas yang memberikan karakter kepada individu sepanjang waktu dan pada berbagai situasi yang berbeda. Pola tersebut meliputi banyak ciri kepribadian, yaitu cara-cara dan kebiasaan

berperilaku, berpikir, dan merasakan, pemalu, ramah, mudah berteman, kasar, murung, percaya diri, dan sebagainya (Wade & Tavris, 2008). Kepribadian merupakan suatu karakter yang dibentuk dan dipengaruhi oleh faktor-faktor dalam dirinya (faktor kognitif dan afektif) dan faktor-faktor luar dirinya (faktor kebudayaan, keluarga, status sosial, dan kelompok acuan) (Munandar, 2001). Secara khusus, faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian ada dua yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan (Pervin & John, 2001). Penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo (2007) menunjukkan bahwa faktor genetik merupakan faktor yang cukup dominan setelah lingkungan pendidikan dan keluarga (Rahardjo, 2007).

Menurut Carl Gustav Jung terdapat dua dimensi utama kepribadian, yaitu ekstrovert dan introvert, namun pada perkembangannya, Jung menambahkan tipe kepribadian ambivert ke dalam teorinya (Branca, 1965). Seorang ekstrovert ditandai dengan sikap jiwa yang tertuju keluar dirinya, pikiran, perasaan, hidup kejiwaan, tingkah laku, dan tindakan sangat dipengaruhi oleh lingkungan. Sebaliknya pada orang introvert orientasi kehidupannya tertuju ke dalam dirinya yang ditentukan oleh faktor subjektifnya (Suryabrata, 2008). Seorang ambivert pada keadaan tertentu cenderung ekstrovert dan pada keadaan lain cenderung introvert, tergantung kebutuhan dan kondisi (Purwandaru, 2007).

Perbedaan tipe kepribadian akan membuat *coping mechanism* serta tingkat kerentanan terhadap stresor menjadi berbeda. Bila mengalami masalah atau mendapat stresor, individu dengan tipe ekstrovert yang dominan akan memiliki rasa toleransi yang lebih tinggi terhadap rasa sakit, dan lebih mudah terlibat dalam suatu relasi (Burger, 2008). Eysenck mengatakan bahwa tipe introvert cenderung

lebih mudah mengalami gejala-gejala ketakutan dan depresi, yang ditandai dengan sifat mudah tersinggung, apatis, saraf otonom yang labil, mudah terluka, mudah gugup, rendah diri, sering melamun dan sukar tidur (Suryabrata, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Argyle dan Lu (1990) serta Hills dan Argyle (2001) menyatakan bahwa nilai ekstrovert memiliki korelasi positif dan signifikan dengan kebahagiaan dan afek positif, sehingga tingkat stres pada individu ekstrovert cenderung lebih rendah bila dibandingkan dengan ambivert dan introvert (Nayak, 2015).

Berdasarkan uraian tersebut, maka pemahaman pola kepribadian pada mahasiswa baru menjadi penting guna mengantisipasi timbulnya stres serta menemukan upaya penanganan terhadap stres yang sesuai dengan tipe kepribadian, berupa preventif ataupun setelah kejadian stres yakni kuratif dan rehabilitatif.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara tipe kepribadian ekstrovert, introvert, dan ambivert dengan tingkat stres pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan antara kepribadian ekstrovert, introvert, dan ambivert dengan tingkat stres yang dialami mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui distribusi jenis kelamin mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.
2. Mengetahui distribusi tipe kepribadian mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016 berdasarkan teori tipe kepribadian ekstrovert, introvert, dan ambivert.
3. Mengetahui distribusi tingkat stres pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.
4. Mengetahui distribusi tingkat stres berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.
5. Mengetahui hubungan tipe kepribadian ekstrovert, introvert, dan ambivert dengan tingkat stres pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016.

### 1.4. Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Bidang Pendidikan

- Sebagai bahan penambah wawasan terkait hubungan antara kepribadian dan tingkat stres.
- Menjadi masukan bagi individu dengan tipe berkepribadian ekstrovert, introvert, dan ambivert agar dapat mengantisipasi dan mencari *coping mechanism* terhadap stres yang terbaik.

#### 1.4.2 Bidang Penelitian

- Menjadi bahan tambahan penelitian tentang analisa terkait hubungan antara kepribadian dengan tingkat stres.