

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan kondisi kejiwaan ketika jiwa itu mendapat beban¹. Penjelasan lebih rincinya, stres merupakan respon non spesifik tubuh terhadap tuntutan yang ditujukan kepadanya². Istilah stres dalam ilmu psikologi menunjukkan suatu keadaan berupa tuntutan atau beban agar organisme beradaptasi terhadap lingkungannya³. Stres tidak selalu berimplikasi negatif terhadap fisik dan kejiwaan seseorang. Eustres (stres positif) meningkatkan kewaspadaan, kesiagaan mental, kognisi, bahkan meningkatkan motivasi untuk berkarya. Apabila stres tidak dapat teratasi dan melebihi kemampuan adaptasi tubuh, maka akan timbul penderitaan (distres) yang dirasakan sebagai keadaan psikologis negatif, seperti perasaan cemas, ketakutan, khawatir atau gelisah⁴.

Stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi akan memunculkan dampak negatif dalam bidang kognitif, emosional, perilaku dan fisiologis tubuh. Contoh dampak negatif pada kognisi adalah sulit berkonsentrasi, mengingat dan memahami pelajaran. Sedangkan dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, frustrasi. Gangguan fisiologis tubuh yang terjadi meliputi gangguan kesehatan akibat penurunan daya tahan tubuh, sakit kepala, badan terasa lemah dan insomnia⁵. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa perilaku negatif juga dapat muncul sebagai respon terhadap stres seperti penyalahgunaan obat dan alkohol, merokok, dan penggunaan situs internet berlebihan⁶.

Faktor yang menyebabkan stres disebut *stressor*³. Umumnya mahasiswa merupakan remaja tingkat akhir (berusia 18-21 tahun)⁷. Pada mahasiswa, stresor dapat datang dari berbagai aspek, baik dari aspek internal maupun eksternal. Stresor pada mahasiswa sebagai remaja secara umum adalah faktor biologis, sosial, kepribadian, teman sebaya dan juga masalah akademik⁴. Mahasiswa sangat rentan mengalami stres, khususnya stres akademik yang bisa bersumber dari perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik dan problem-problem akademik lainnya⁸.

Prodi pendidikan dokter merupakan salah satu bagian pendidikan profesi medis institusi perguruan tinggi dengan peminat yang cukup tinggi. Berdasarkan penelitian Salgar di *MES Medical College*, Kerala, fakultas kedokteran memiliki tingkat stres akademik yang lebih tinggi daripada fakultas lainnya⁹. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Gessley yang mengungkapkan di dalam penelitiannya di *Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)*, Lima (Peru) bahwa nilai median tingkat stres akademik mahasiswa kedokteran preklinik lebih tinggi dibandingkan dengan fakultas psikologi dan fakultas hukum. Begitu juga dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Neveu dan Marty masing-masing di Universitas Montpellier dan Universitas Los Andes di Peru yang menunjukkan tingkat stres akademik mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan fakultas psikologi¹⁰.

Yusoff dalam artikelnya yang berjudul *The Medical Student Stressor Questionnaire Manual* menuliskan setidaknya terdapat enam domain *stressor* pada mahasiswa kedokteran yaitu; *academic related stressor* (ARS),

intrapersonal and interpersonal related stressors (IRS), teaching and learning-related stressors (TLRS), social related stressors (SRS), drive and desire related stressors (DRS), group activities related stressors (GARS). Stresor terkait akademik merupakan stresor terbesar yang menyebabkan stres pada mahasiswa kedokteran¹¹.

Sumber utama stres akademik berasal dari ujian, terlalu banyak hal yang harus dipelajari dan ketertinggalan pelajaran daripada teman yang lainnya¹¹. Penelitian lain yang dilakukan oleh Augesti dan Nechita menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat stres yang lebih besar daripada mahasiswa tingkat akhir terutama menjelang ujian disebabkan oleh tidak adanya strategi belajar, kurang tidur pada malam sebelumnya, dan asupan makanan yang tidak sehat selama masa ujian^{13,14}.

Prodi pendidikan dokter Universitas Andalas menerima 252 orang mahasiswa pada tahun 2014 dengan jumlah mahasiswa baru perempuan lebih banyak daripada mahasiswa laki-laki. Jumlah mahasiswa perempuan pada pendidikan kedokteran Universitas Andalas lebih banyak dibandingkan mahasiswa laki-laki, termasuk pada mahasiswa baru tahun ajaran 2017/2018 yaitu 181 orang perempuan dan 72 orang laki-laki.

Salah satu aspek fisiologis yang terjadi pada mahasiswa perempuan adalah menstruasi. Menstruasi (haid) merupakan perdarahan dan deskuamasi endometrium yang terjadi secara siklik dan periodik¹⁵. Rerata siklus menstruasi pada wanita terjadi satu kali selama 28 hari¹⁶. Periode setiap siklus menstruasi yang normal berlangsung 21 sampai 35 hari¹⁷. Keteraturan siklus menstruasi menunjukkan organ reproduksi dan sistem hormon dalam keadaan yang sehat dan

tidak memiliki masalah. Hal ini ditunjukkan dengan diproduksinya sel telur secara teratur dan normalnya siklus menstruasi sehingga wanita lebih mudah dalam mengatur kehamilan, menyusun aktivitas rutin dan menghitung waktu subur¹⁸.

Oligomenore adalah gangguan siklus menstruasi dengan lama siklus satu periode lebih dari 35 hari¹⁸. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan *oligomenore* yaitu *ansietas* (kecemasan yang berlebihan) dan stres, penyakit kronis, gangguan nutrisi, aktivitas fisik berat dan gangguan fungsi *tiroid* atau *adrenalin*¹⁵. Gangguan menstruasi merupakan indikator penting yang menunjukkan adanya gangguan fungsi ovarium dan kerap dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit pada payudara, kanker ovarium, diabetes, penyakit jantung dan fraktur¹⁹. Stres merupakan faktor terpenting yang menyebabkan gangguan siklus menstruasi pada wanita²⁰ terutama oligomenore²¹.

Stres dapat terjadi pada siapa saja, termasuk pada mahasiswa prodi pendidikan dokter di Universitas Andalas, dan stres akademik diduga merupakan stresor yang paling dominan dirasakan oleh mahasiswa prodi pendidikan dokter Universitas Andalas. Stres yang berlebihan dapat menyebabkan ketidakteraturan siklus menstruasi terutama oligomenore.

Berdasarkan alasan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres akademik pada mahasiswi tahun pertama pendidikan dokter tahun ajaran 2017/2018 dengan oligomenore.

1.2 Perumusan Masalah

Rumusan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stres akademik dengan oligomenore pada mahasiswi baru pendidikan dokter Universitas Andalas tahun ajaran 2017/2018?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat stres akademik dengan oligomenore pada mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas tahun ajaran 2017/2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres akademik mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas tahun 2017.
2. Mengetahui angka kejadian oligomenore pada mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas tahun 2017 dalam tiga bulan terakhir.
3. Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan oligomenore pada mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas tahun 2017.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Menambah wawasan serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian terutama di bidang kedokteran.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Sebagai sumber bacaan penelitian dan pengembangan selanjutnya di bidang kedokteran yang berkaitan dengan stres pada mahasiswi dan oligomenore.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan oligomenore pada mahasiswi tahun pertama pendidikan dokter
3. Hasil penelitian diajukan sebagai pemenuhan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana kedokteran.
4. Dapat memberi masukan bagi badan konseling mahasiswa pendidikan dokter untuk meningkatkan pelayanan dalam mengelola stres pada mahasiswa terutama bersumber dari akademik.