

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Stres merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan respon fisik, emosional, kognitif, dan perilaku terhadap peristiwa yang dinilai sebagai ancaman atau tantangan.¹ Stres juga merupakan gangguan emosional atau perubahan lingkungan disebabkan oleh stresor.² Stres tersebut dapat berasal dari individu itu sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal dan dapat pula berasal dari tempat - tempat dimana individu banyak menghabiskan waktunya seperti kantor dan tempat pendidikan.³

Mahasiswa selaku individu akademik dalam kegiatannya juga tidak terlepas dari stres. Penyebab stres pada mahasiswa dapat berasal dari kehidupan akademik terutama dari tuntutan eksternal maupun tuntutan dari harapan individu itu sendiri. Tuntutan eksternal bisa berasal dari tugas - tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan dari orang tua untuk berhasil di perkuliahan, dan penyesuaian sosial di lingkungan kampus. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa bisa berasal dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran.³

Stres akademik merupakan suatu keadaan emosional atau mental paling umum yang dialami oleh mahasiswa selama masa studi mereka.⁴ Stres akademik juga dapat diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stresor akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.⁵ Stres akademik juga dapat didefinisikan sebagai perasaan tertekan yang disebabkan oleh keterbatasan waktu dan ketidakmampuan dalam menguasai suatu ilmu pengetahuan.⁶

Beberapa hal yang menyebabkan stres akademik adalah beban ujian, sistem pendidikan yang berbeda, dan memikirkan rencana masa depan setelah kelulusan.⁴ Selain itu, mahasiswa perguruan tinggi yang mengalami stres tinggi

bisa dikarenakan berbagai alasan seperti kurangnya persiapan, gaya belajar dan kurangnya informasi yang dibutuhkan.⁷

Salah satu contoh stresor akademik yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir adalah penyusunan skripsi. Mengerjakan sebuah skripsi kebanyakan menyebabkan mahasiswa stres dan takut. Seluruh mahasiswa diwajibkan untuk mengerjakan skripsi karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademis sebagai sarjana. Mahasiswa dihadapkan banyak hambatan dan masalah dalam menyelesaikan skripsi tersebut. Apabila masalah tersebut menimbulkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa, maka bisa menimbulkan adanya stres dalam menyusun skripsi bagi mahasiswa.⁸

Tingkat stres pada mahasiswa kedokteran cenderung berkisar dari 25% sampai 75%.⁹ Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara semester ganjil tahun akademik 2012/2013 yang terdiri dari semester ganjil 1, 3, 5 dan 7 didapatkan bahwa gambaran tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan sebanyak 35 orang (35%) mengalami stres tingkat rendah, 61 orang (61%) mengalami stres tingkat sederhana dan 4 orang (4%) mengalami stres tingkat tinggi.¹⁰

Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan di Universitas Lampung terhadap 100 mahasiswa angkatan akhir, terdapat 45 responden (45%) mengalami stres ringan, 47 responden (47%) mengalami stres sedang dan 8 responden (8%) mengalami stres berat.⁸ Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 375 mahasiswa kedokteran dan mahasiswa kedokteran gigi di Universitas Kathmandu didapatkan bahwa 41 % mahasiswa kedokteran mengalami stres dan 34 % mahasiswa kedokteran gigi mengalami stres.¹¹

Berdasarkan uraian hasil penelitian di atas, diketahui bahwa mahasiswa kedokteran rentan untuk mengalami stres. Oleh sebab itu, Yusoff mengidentifikasi penyebab stres pada mahasiswa kedokteran menggunakan kuesioner MSSQ (*The Medical Student Stressor Questionnaire*). Pada kuesioner tersebut, penyebab stres pada mahasiswa kedokteran dapat dibagi menjadi 6 kategori, yaitu stresor terkait akademik, stresor terkait intrapersonal

dan interpersonal, stresor terkait belajar mengajar, stresor terkait hubungan sosial, stresor terkait keinginan dan pengendalian, dan stresor terkait aktivitas kelompok.²⁴

Somatisasi merupakan gangguan yang tidak dapat diterangkan oleh medis, serta berhubungan dengan masalah stres.^{12,27} Gangguan somatisasi juga merupakan salah satu bentuk gangguan *somatoform*, yang sumber gangguannya adalah kecemasan yang dimanifestasikan dalam keluhan fisik, sehingga orang lain tidak akan mengerti jika individu tidak mengeluh.^{13,26} Gangguan somatisasi ini juga dapat menimbulkan munculnya rasa cemas dan depresi yang berlebihan.²⁶

Berdasarkan hasil wawancara pada bulan Juni - Juli 2012 yang dilakukan pada sepuluh orang mahasiswi program studi Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, didapatkan bahwa mereka sering mengeluh mengalami sakit kepala, dispepsia, badan sering pegal-pegal, otot terasa tegang dan keluhan - keluhan lainnya tanpa sebab yang jelas. Delapan orang dari mereka tidak mengetahui penyebab keluhan – keluhan tersebut dan menurut mereka hal itu sudah biasa mereka alami, sedangkan dua orang lainnya mengatakan bahwa mereka mengalami keluhan tersebut saat kondisi tubuh mereka kurang sehat atau lemah. Beberapa dari mereka mengaku bahwa keluhan - keluhan tersebut mengganggu aktivitas mereka sehari - hari.¹⁴

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan Desember 2012 dengan jumlah sampel sebanyak 100 orang mahasiswi yang terdiri dari semester 5 dan semester 7 di Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, didapatkan bahwa 3% mahasiswi mengalami kecenderungan gejala somatisasi ringan, 33% mahasiswi mengalami kecenderungan gejala somatisasi sedang, dan 64% mahasiswi mengalami kecenderungan gejala somatisasi berat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswi farmasi semester 5 dan semester 7 Universitas Muhammadiyah Palangkaraya memiliki kecenderungan gejala somatisasi yang relatif tinggi.¹⁴

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, diketahui bahwa stres merupakan kondisi yang umumnya dialami oleh mahasiswa kedokteran dan dengan adanya beban akademik yang banyak dan berat dapat menimbulkan

tekanan pada mahasiswa kedokteran. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015?

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui derajat stres akademik pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015.
- b. Mengetahui persentase jumlah mahasiswa yang memiliki kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015.
- c. Mengetahui hubungan stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Mahasiswa Kedokteran

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai stres akademik dan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa kedokteran.

1.4.2 Bagi Staff Akademik dan Koordinator Blok

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan evaluasi dalam pembuatan kurikulum pada panduan mahasiswa dan materi akademik.

1.4.3 Bagi Bidang Penelitian

1. Menambah wawasan serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian terutama di bidang kedokteran.
2. Menambah pengetahuan peneliti mengenai hubungan antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi.
3. Memberikan informasi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang berhubungan dengan stres akademik dan kecenderungan gejala somatisasi.

