

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres merupakan istilah yang digunakan untuk menunjukkan suatu tekanan atau tuntutan kepada seseorang individu agar dapat beradaptasi atau menyesuaikan diri untuk menanggulangnya. Seorang individu yang gagal untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri akan menimbulkan masalah-masalah fisik maupun psikologi seperti kecemasan, tidak dapat berkonsentrasi, sakit kepala atau kelelahan. Segala sesuatu yang menjadi sumber pencetus timbulnya stres disebut stresor.¹ Pada lingkungan pendidikan, tidak jarang peserta didik yang mengalami stres. Sumber stres yang dialami oleh peserta didik bisa disebabkan oleh beberapa hal seperti tugas yang berlebihan, konflik dengan instruktur, ruangan kelas yang tidak nyaman, ujian, dan lain-lain.²

Ujian menjadi salah satu stresor yang paling sering dialami oleh peserta didik. Ujian merupakan suatu rangkaian persoalan yang terdiri dari pertanyaan-pertanyaan yang digunakan untuk menilai tingkat pengetahuan, kemampuan, bakat atau kualifikasi seseorang.³ Ujian dilakukan untuk mengetahui apakah peserta didik telah mengerti dan memahami materi pelajaran atau belum serta untuk menilai mutu dari suatu pendidikan dengan melihat hasil prestasi dari peserta didik.⁴

Pendidikan kedokteran di FK Unand terdiri dari dua tahap, yang disetiap tahapnya mahasiswa akan menghadapi banyak ujian, mulai dari ujian ditahap sarjana kedokteran (tahap preklinik) sampai ujian ditahap profesi dokter (tahap kepanitraan klinik). Pada tahap preklinik, mahasiswa akan menghadapi ujian blok, ujian pratikum, ujian keterampilan klinik, ujian tengah semester, ujian akhir semester dan *progress test*. Pada tahap profesi, masiswa akan menghadapi ujian pembekalan, ujian bagian, dan ujian FOME 3.^{5,6}

Pada tahap preklinik, mahasiswa akan menjalani tiga blok dan satu keterampilan klinik dalam satu semester. Setelah selesai menjalani kegiatan belajar dari suatu blok akan diadakan ujian pada minggu terakhir blok tersebut. Ujian blok disusun dalam bentuk skenario dengan format pertanyaan berupa MCQ

(*Multiple Choice Question*). Ujian blok dilaksanakan untuk menguji pemahaman mahasiswa mengenai materi yang dipelajari pada blok yang bersangkutan.⁶

Ujian menjadi stresor utama bagi mahasiswa kedokteran, dimana mahasiswa kedokteran sering bahkan hampir selalu merasa stres saat akan menghadapi ujian. Penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Saiful Bahri Yusoff et al di Universitas Sains Malaysia tahun 2010 menemukan bahwa ujian menjadi stresor yang paling tinggi pada mahasiswa kedokteran.⁷ Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Saeedan M et al pada tahun 2013 juga mendapatkan bahwa ujian menjadi faktor utama penyebab stres pada mahasiswa kedokteran.⁸ Pada penelitian Mittal R dan Kumar R pada tahun 2018 terhadap 600 mahasiswa kedokteran, didapatkan 23,8% mahasiswa selalu mengalami stres dalam menghadapi ujian dan 26,8% mahasiswa sering mengalami stres dalam ujian.⁹

Stres yang dihadapi mahasiswa ketika ujian disebabkan oleh beberapa hal, seperti materi ujian yang banyak dan sulit, suasana lingkungan ujian, prosedur ujian, dan durasi waktu ujian, dimana hal ini akan berpengaruh terhadap tingkat stres peserta didik ketika menghadapi ujian. Keadaan lingkungan yang bising, fasilitas yang kurang baik, dan pencahayaan yang kurang juga dapat memperberat stres peserta didik ketika menghadapi ujian.¹⁰

Tingkat stres yang dialami oleh setiap mahasiswa ketika menghadapi ujian berbeda-beda. Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami mahasiswa perlu dilakukan pengukuran dengan menggunakan alat ukur stres. Terdapat beberapa alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat stres seseorang, salah satunya adalah *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS). DASS dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond pada tahun 1995. DASS mengelompokkan tingkat stres menjadi lima tingkatan, yaitu normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat.¹¹

Hemant C Parikh pada penelitiannya tahun 2015 terhadap 50 orang mahasiswa kedokteran, mendapatkan 52% orang mahasiswa kedokteran yang menghadapi ujian mengalami tingkat stres yang berat, dan pada penelitiannya didapatkan juga perbedaan tingkat stres pada perempuan dan laki-laki, dimana perempuan lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan laki-laki.¹²

Dari survei awal yang peneliti lakukan pada sepuluh orang mahasiswa FK Unand, delapan dari sepuluh orang mengatakan mereka merasa cemas dan gelisah saat akan menghadapi ujian. Perasaan cemas dan gelisah yang dialami oleh mahasiswa saat akan menghadapi ujian tersebut merupakan gejala yang ditimbulkan dari stres.¹³ Dari hasil wawancara pada mahasiswa yang mengalami stres dalam menghadapi ujian tersebut, penyebab terbanyaknya adalah materi ujian banyak, khawatir mendapatkan nilai yang buruk, dan kekurangan waktu untuk mengulas kembali materi pelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dan hasil survei yang peneliti lakukan, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan faktor-faktor penyebab stres dalam menghadapi ujian blok dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 FK Unand.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan faktor-faktor penyebab stres dalam menghadapi ujian blok dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

1.3. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai melalui proses penelitian adalah:

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan faktor-faktor penyebab stres dalam menghadapi ujian blok dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Mengetahui distribusi frekuensi mahasiswa yang terdaftar sebagai peserta ujian blok berdasarkan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

- 1.3.2.2. Mengetahui distribusi frekuensi mahasiswa yang terdaftar sebagai peserta ujian blok berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- 1.3.2.3. Mengetahui distribusi frekuensi mahasiswa yang terdaftar sebagai peserta ujian blok berdasarkan faktor penyebab stres dalam menghadapi ujian blok pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- 1.3.2.4. Mengetahui hubungan faktor-faktor penyebab stres dalam menghadapi ujian blok dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi peneliti dan diharapkan dapat menjadi sarana untuk melatih berpikir secara logis dan sistematis. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan terhadap sistem pembelajaran dan evaluasi pada mahasiswa FK Unand.

1.4.3. Bagi Mahasiswa Kedokteran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa yang akan menghadapi ujian blok agar lebih matang persiapannya baik dari segi ilmu dan mental agar performanya maksimal ketika menghadapi ujian.