

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Stres merupakan kondisi yang sering terjadi pada sebagian individu, termasuk mahasiswa. Stres muncul ketika tuntutan yang dihadapi melebihi kapasitas atau kemampuan untuk mengatasinya.<sup>1</sup> Menurut Okoye (2022), sumber stres atau stressor pada mahasiswa dapat berupa lingkungan, akademik, hubungan interpersonal dan intrapersonal. Lingkungan yang dapat menjadi stresor adalah lingkungan sosial dan fisik yang membuat mahasiswa tidak nyaman. Stresor akademik meliputi banyaknya kegiatan dan tanggung jawab akademik. Hubungan interpersonal yang menjadi sumber stres adalah interaksi mahasiswa dengan orang lain seperti keluarga, teman, dan dosen. Sementara stresor intrapersonal bersumber dari kondisi mahasiswa itu sendiri, seperti status kesehatan fisik, regulasi emosi, dan manajemen waktu yang dimiliki.<sup>2</sup>

Beberapa mahasiswa yang mengalami stres telah melakukan bunuh diri pada beberapa tahun terakhir ini. Yaitu pada tahun 2022 seorang mahasiswa berinisial A (23) ditemukan tewas di rumahnya di Tangerang diduga karena depresi akibat prestasi akademik yang buruk selama kuliah (Kompas.com).<sup>3</sup> Pada tahun yang sama, seorang mahasiswi baru UNIKA Semarang diduga melompat dari lantai 9 apartemen di Tembalang dan ditemukan meninggal dunia (CNN Indonesia, 2022).<sup>4</sup> Kemudian pada tahun 2024 di Kota Padang, seorang mahasiswi kedokteran berinisial SK (28) ditemukan tewas tergantung di rumahnya di Padang, Sumatera Barat.<sup>5</sup> Kasus-kasus ini menunjukkan bahwa mahasiswa rentan mengalami tekanan psikologis hingga nekat mengakhiri hidup.

Pada era globalisasi saat ini, banyak siswa sekolah menengah atas yang memiliki cita-cita melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi favorit yang umumnya berlokasi di kota-kota besar. Sebagian besar dari mereka menempuh pendidikan tinggi jauh dari kampung halaman, sehingga harus tinggal jauh dari rumah atau luar daerah asal untuk menyelesaikan studi dalam jangka waktu tertentu. Mahasiswa yang berada di luar daerah asalnya sering disebut sebagai mahasiswa perantauan.<sup>6</sup> Selama tahun pertama di perguruan tinggi, mahasiswa sering dihadapkan pada berbagai tuntutan dan tantangan baru yang dapat

menyulitkan perkembangan identitas diri terutama dalam pengambilan keputusan, eksplorasi, dan komitmen. Kesulitan tersebut dapat berlanjut dan menghambat perilaku sehat dalam penyesuaian diri pada masa dewasa awal. Stres lingkungan juga akan berlangsung dalam jangka waktu panjang meski kekuatan stresornya berbeda secara kontekstual. Selain itu, tinggal terpisah dari orangtua juga dapat menjadi sumber stres tambahan bagi mahasiswa rantau, karena mereka harus beradaptasi dengan kehidupan mandiri tanpa dukungan langsung dari keluarga. Mahasiswa akan mengelola stres dengan cara yang bervariasi.<sup>7</sup> Stres akademik yang dialami mahasiswa dapat berdampak negatif, peningkatan stres akademik yang berlebihan dapat menurunkan kemampuan akademik dan berpengaruh pada indeks prestasi.

Berdasarkan Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ), beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa termasuk beban akademik yang tinggi, kurangnya dukungan sosial, tekanan dari keluarga, dan kondisi lingkungan belajar yang kurang kondusif. Penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor ini dapat menyebabkan stres yang signifikan, yang pada gilirannya berdampak negatif pada kinerja akademik mahasiswa kedokteran.<sup>8</sup> Stres yang terlalu berat bahkan dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, kemampuan pemecahan masalah, dan performa akademik. Seseorang mengalami stres biasanya karena beban yang dihadapi terlalu berlebihan. Mahasiswa juga rentan mengalami stres akibat banyaknya tanggung jawab akademik yang harus diselesaikan.<sup>9</sup> Penelitian Rahmayani dkk. (2019) dan Costa dkk. (2021) menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang, dan perempuan cenderung memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki.<sup>10,11</sup>

Sejumlah penelitian mengindikasikan bahwa mahasiswa di bidang kedokteran cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa pada program studi lainnya. Sebuah studi yang dilakukan Syiti (2017) terhadap mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Andalas menemukan lebih dari separuh mahasiswa yang mengalami stres.<sup>12</sup> Lalu penelitian Aji (2020) pada 40 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (PSPD UIN Malang)

menemukan bahwa 19 responden (47,5%) mengalami tingkat stres sedang, diikuti oleh 15 responden (37,5%) dengan stres berat, di mana 5 di antaranya merupakan mahasiswa tingkat pertama.<sup>13</sup> Penelitian lain menunjukkan bahwa 57,23% atau 95 mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau mengalami stres sedang.<sup>14</sup> Sementara itu, sebuah studi pada mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah mengungkapkan bahwa 60% termasuk dalam kategori stres sedang dan 30% lainnya mengalami stres ringan.<sup>15</sup> Tingkat stres mahasiswa tahun pertama lebih tinggi dibandingkan tahun kedua, ketiga, dan keempat. Dengan demikian, tingkat stres mahasiswa kedokteran cenderung menurun seiring dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi.

Pendidikan kedokteran terbagi menjadi dua tahap, yaitu tahap akademik (Preklinik) dan tahap profesi (Klinik). Pada Program Studi Kedokteran Universitas Andalas, mahasiswa diwajibkan untuk menempuh tahap akademik selama 3,5 tahun dengan beban studi tertentu.<sup>16</sup> Sementara itu, tahap profesi ditempuh dalam kurun waktu 2 tahun atau 4 semester.<sup>17</sup> Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa untuk menjadi seorang dokter, dibutuhkan waktu studi selama 5,5 tahun atau 11 semester. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Andalas di tahun pertama memiliki beban studi sebanyak 45 SKS yang terdiri dari berbagai mata kuliah blok, non-blok, serta *Clinical Skills Learning*.<sup>16</sup> Beban studi yang cukup berat ini dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa kedokteran, khususnya di tahun pertama ketika mereka harus beradaptasi dengan tuntutan akademik yang tinggi di lingkungan baru. Kondisi ini dapat menjadi lebih menantang bagi mahasiswa yang merupakan perantau, yang selain harus menghadapi tuntutan akademik juga harus beradaptasi dengan lingkungan baru dan terpisah dari lingkungan sosial yang familiar.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat kita ketahui bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa memiliki dampak negatif terhadap fisik maupun psikis. Apabila tingkat stres yang dialami cukup tinggi dan berkepanjangan maka akan berdampak negatif terhadap kemampuan akademik. Oleh karena itu, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kelulusan Blok Pada Mahasiswa Perantau dan Non Perantau Tingkat Pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non perantau tingkat pertama program studi kedokteran universitas andalas ?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non perantau tingkat pertama program studi kedokteran universitas andalas

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik jenis kelamin dan usia mahasiswa angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas
2. Mengetahui distribusi daerah mahasiswa angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui tingkat stres mahasiswa angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas.
4. Mengetahui faktor-faktor pemicu yang paling menyebabkan stres pada mahasiswa perantau dan non perantau angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas.
5. Mengetahui jumlah kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non perantau angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas.
6. Mengetahui hubungan tingkat stres dan nilai kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non perantau angkatan 2023 program studi Kedokteran Universitas Andalas.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Meningkatkan kapabilitas di ranah penelitian dan menambah pengetahuan mengenai hubungan antara tingkat stres dengan kelulusan blok pada mahasiswa

perantau dan non perantau tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Andalas.

#### **1.4.2 Manfaat Bagi Institusi**

1. Sebagai gambaran mengenai tingkat stres pada mahasiswa perantau dan non perantau tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Andalas.
2. Sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan yang berkaitan dengan kegiatan akademik mahasiswa.
3. Sebagai bahan pertimbangan dalam mengupayakan peningkatan kelulusan blok pada mahasiswa.

#### **1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Lain**

Sebagai literatur dalam penelitian mengenai hubungan antara tingkat stres dengan capaian kelulusan blok pada mahasiswa rantau dan nonrantau.

