

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Stres merupakan suatu keadaan yang dapat disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkontrol. Prevalensi kejadian stres cukup tinggi, Menurut survei tahunan WIN World Survey 2024, sebanyak 79% individu di seluruh dunia mengalami stres dengan berbagai tingkat keparahan orang-orang yang merasa paling stres setiap hari adalah mereka yang bekerja penuh waktu (82%), dan pelajar (83%).<sup>1</sup> Sedangkan Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, prevalensi stres secara global cukup tinggi, dengan hampir 350 juta orang di seluruh dunia mengalami stres, menjadikannya sebagai penyakit peringkat ke-4 di dunia.<sup>2</sup> Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 sebanyak 706.688 jiwa di Indonesia mengalami gangguan mental emosional, yang mencakup stres. Sedangkan di Sumatera barat angka gangguan mental emosional berada di 13.682.<sup>3</sup>

Mahasiswa juga tidak bisa terhindar dari stres yang disebabkan oleh banyaknya tanggung jawab seperti tugas kuliah yang harus segera diselesaikan. Mahasiswa mengalami stres dapat berdampak positif atau negatif. Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Bahkan yang dirasa terlalu berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik. Beban stres yang dirasa berat juga dapat memicu seseorang untuk berperilaku negatif, seperti merokok, alkohol, tawuran, seks bebas penyalahgunaan NAPZA bahkan percobaan untuk bunuh diri.<sup>4</sup> Saat mahasiswa terus-menerus mengalami stres, hal ini dapat memicu munculnya penyakit psikologis seperti depresi, gangguan cemas, dan kemarahan akibat *burnout* yang muncul menyertai perasaan kelelahan, sinisme, dan tidak berguna.<sup>5</sup>

Terjadinya stres bisa pada berbagai golongan umur dan profesi, termasuk mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran.<sup>6</sup> Stres di kalangan mahasiswa semakin sering menjadi masalah yang timbul akibat berbagai faktor yang saling berhubungan. Salah satu penyebab utama adalah beban akademik. Mahasiswa sering kali menghadapi tuntutan dari tugas, ujian, dan proyek yang memerlukan

tingkat konsentrasi yang tinggi serta usaha yang besar dalam proses belajar.<sup>7</sup> Mahasiswa adalah makhluk yang rentan terkena stres di mana mereka menjalani proses pembelajaran pada suatu perguruan tinggi dalam kurun waktu tertentu, dan harus berusaha keras dalam studinya agar segera mencapai kelulusan.<sup>8</sup> Hasil studi yang dilakukan Rahmayani mendapatkan mahasiswa fakultas kedokteran mengalami stres yang berasal dari lingkungan kampus, hal tersebut diakibatkan karena adanya kesulitan dalam berdiskusi dengan dosen, permasalahan dengan dosen, maupun perasaan tidak menyenangkan dari dosen.<sup>9</sup>

Terjadinya stres pada mahasiswa bisa diakibatkan oleh banyak faktor salah satunya status tempat tinggal. Sebuah penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Keperawatan STIKES Pasapua Ambon mendapatkan bahwa Mahasiswa yang tinggal bersama orang tua cenderung lebih mengalami stres karena tekanan dari orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang tinggal dengan orang tua, memiliki stres akademik kategori tinggi lebih banyak jika dibandingkan dengan kategori sedang.<sup>10</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Shita Darmajayanti pada tahun 2022 yang dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar tinggal dengan orang tua mengalami tingkat stres lebih tinggi (56,0%), dengan sebagian besar memiliki tingkat stres kategori sedang (23,2%).<sup>11</sup>

Respon stres yang dialami seorang individu berbeda beda, perbedaan respon stres yang dimiliki oleh remaja dipengaruhi antara lain oleh jenis kelamin. Perbedaan hormon terutama hormon estrogen yang dimiliki antara laki-laki dan perempuan membuat respon terhadap stres yang mereka alami akan berbeda juga. Hormon estrogen yang dimiliki oleh perempuan dapat membuat perempuan lebih mudah mengalami stres.<sup>12</sup> Hasil penelitian Intan Nirwana juga menunjukkan bahwa wanita cenderung melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi, dengan rata-rata skor 7.5, dibandingkan dengan pria yang melaporkan rata-rata skor 6.2. karena wanita sering kali menghadapi tekanan sosial yang lebih besar.<sup>13</sup> Stres yang dirasakan mahasiswa juga bisa diakibatkan oleh faktor pendapatan orang tua. Penghasilan orang tua diketahui dapat mempengaruhi psikologis seseorang seperti depresi, cemas dan juga stres.<sup>14</sup> Selain itu mahasiswa dengan penghasilan orang tua yang rendah dikatakan lebih berisiko mengalami masalah psikologis, hal ini

disebabkan karena penilaian terhadap diri yang cukup rendah. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al pada tahun 2020 didapatkan hasil bahwa penghasilan orang tua yang rendah diketahui lebih banyak mengalami depresi yaitu dengan presentase 60,00% dan penghasilan orang tua tinggi dengan presentase depresi sebanyak 33,85%.<sup>15</sup> Penyebab lain stres pada mahasiswa berupa rendahnya tingkat dukungan sosial yang akan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, dukungan sosial yang tercukupi pada mahasiswa akan menjaga mahasiswa melawan efek negatif dari stres yang tinggi.<sup>16</sup>

Mahasiswa pada perguruan tinggi dituntut untuk sesegera mungkin menyelesaikan masa studinya. Pada umumnya di akhir masa studinya seorang mahasiswa diberi tugas akhir yang biasa disebut skripsi termasuk mahasiswa kedokteran. Skripsi merupakan suatu karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh seorang mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan untuk menyusun masa studinya. Mahasiswa dihadapkan pada berbagai macam hambatan dalam proses menulis skripsi sehingga menyebabkan mahasiswa menjadi stres.<sup>17</sup> Salah satu penyebab stres yang biasanya dialami mahasiswa saat menyusun tugas akhir yaitu karya tulis ilmiah belum kunjung dapat terselesaikan tepat waktu, selain itu dalam proses bimbingan dengan dosen pembimbing, dan banyaknya revisi yang dapat menimbulkan rasa cemas bahkan takut terhadap mahasiswa itu sendiri jika tidak dapat menyusun tugas akhir secara tepat waktu.<sup>8</sup> Namun tidak semua mahasiswa tingkat akhir mengalami stres. Hal ini bisa disebabkan karena mahasiswa tingkat akhir telah melewati tahapan seperti ujian dan beban tugas yang menuntut kesiapan fisik dan mental. Pengalaman tersebut dapat membentuk resiliensi akademik, yaitu kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi penuh tekanan sehingga berkurangnya risiko terjadinya stres pada mahasiswa.<sup>18</sup> sesuai dengan penelitian suryani yang mendapatkan bahwa mahasiswa tingkat akhir telah memiliki pengalaman dan ketangguhan dalam menghadapi tekanan akademik sebelumnya sehingga akan terbentuk resiliensi akademik yang menyebabkan kerentanan stres akan menurun.<sup>19</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas serta minimnya penelitian mengenai gambaran faktor risiko tingkat stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir di Indonesia, khususnya di Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, peneliti tertarik

untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Faktor Risiko Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2021 dalam Menyusun Skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran faktor risiko tingkat stres mahasiswa kedokteran angkatan 2021 dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran faktor risiko tingkat stres mahasiswa kedokteran angkatan 2021 dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran angkatan 2021 dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
2. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berdasarkan jenis kelamin
3. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berdasarkan status tempat tinggal
4. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berdasarkan pendapatan orang tua
5. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berdasarkan tekanan akademik
6. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kedokteran dalam menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berdasarkan tingkat dukungan sosial

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman ilmiah mengenai tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa kedokteran
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memperkaya keilmuan di bidang medis dan psikologis

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Hasil penelitian ini bisa menjadi dasar bagi peneliti lainnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai gambaran faktor risiko tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah mengenai gambaran faktor risiko tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi
3. Hasil penelitian ini memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang tingkat stres bagi mahasiswa

