

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) baru-baru ini melaporkan bahwa gangguan kesehatan mental tersebar luas di seluruh negara, tetapi tidak mendapatkan pengobatan dan tatalaksana yang adekuat. Tiga belas persen orang di dunia mengalami gangguan kesehatan mental. Gangguan mental adalah sindrom yang ditandai dengan kognisi, regulasi emosi, atau perilaku yang mencerminkan gangguan dalam proses psikologis, biologis, atau perkembangan yang mendasari fungsi mental dan perilaku. Sindrom ini dikaitkan dengan tekanan atau gangguan dalam fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan, pekerjaan, atau bidang fungsi penting lainnya.¹ Permulaan gangguan kesehatan mental dapat terjadi pada orang di bawah 25 tahun. Hal ini mendorong kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dan tatalaksana yang sebelumnya berfokus penyembuhan menjadi pencegahan.²

Stres adalah respon normal terhadap suatu rangsangan dari lingkungan yang dianggap menantang tetapi dapat menurunkan performa seseorang jika terjadi dalam jangka waktu yang lama.³ Mahasiswa pada umumnya akan menghadapi berbagai tantangan dan stres selama masa studi. Faktor terjadinya stres sangatlah beragam, tinggal bersama keluarga, kebiasaan mengonsumsi alkohol, kebiasaan makan yang tidak baik, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, ketidakcukupan tidur dan kurangnya dukungan sosial dihubungkan dengan stres, stres akademik bisa menjadi faktor yang paling dominan pada mahasiswa dan hal ini memiliki korelasi positif dengan prokrastinasi akademik.⁴⁻⁸

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa dari empat institusi berbeda di Australia memberikan hasil 37,2% mengalami gejala kecemasan, 40,2% mengalami gejala stres, dan 48,5% mengalami gejala depresi.⁹ Hal ini didukung oleh penelitian pada tahun 2023 yang menunjukkan 76% mahasiswa dari 125 institusi yang berbeda mengalami stres psikologis.¹⁰

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Yordania menunjukkan mahasiswa mengalami stres dan depresi derajat sedang, dan ansietas dengan derajat berat bahkan dari awal masa perkuliahan.¹¹ Penelitian pada 1.074 mahasiswa di

Universitas San Jorge, Spanyol, sekitar 370 mahasiswa mengalami gejala stres yang disertai gejala gangguan kesehatan mental lainnya seperti depresi dan ansietas. Seratus enam puluh dari 370 mahasiswa tersebut menunjukkan gejala stres saja.¹² Penelitian pada 808 mahasiswa di Mesir menemukan 19,7% mengalami stres derajat sedang dan 14,1% mengalami stres derajat berat. Penelitian ini juga menemukan gangguan mental dikaitkan dengan adiksi internet.¹³

Survei di Kanada yang membandingkan tingkat stres mahasiswa kedokteran dengan mahasiswa program studi lain dan masyarakat umum mendapatkan tingkat prevalensi stres psikologis yang dialami mahasiswa kedokteran lebih tinggi secara signifikan.¹⁴ Hasil penelitian pada 184 mahasiswa kedokteran di Kampala International University, Uganda menunjukkan mahasiswa mengalami stres persisten selama masa studi yang memengaruhi produktivitas akademik.¹⁵ Penelitian di Saudi Arabia yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tahun satu sampai lima memberikan hasil 134 dari 243 mahasiswa kedokteran mengalami stres dan prevalensi stres lebih tinggi terjadi pada mahasiswa kedokteran tahun tiga.¹⁶

Data dari penelitian pada 2.320 mahasiswa di berbagai fakultas oleh Universitas Muhammadiyah Malang mendapatkan 45% mahasiswa memiliki stres derajat ringan dan 55% memiliki stres derajat sedang.¹⁷ Penelitian di Banjarmasin pada 95 mahasiswa mendapatkan hasil 68,4% mengalami stres.¹⁸ Survei lain yang dilakukan di Universitas Halu Oleo, Kendari pada 246 mahasiswa menunjukkan 179 responden mengalami stres yang berisiko menimbulkan gejala insomnia.¹⁹

Penelitian di Unika Atma Jaya pada 196 mahasiswa kedokteran dari tiga tingkat yang berbeda mendapatkan 81 mahasiswa mengalami stres, 112 mahasiswa mengalami cemas, dan 52 mahasiswa mengalami depresi.²⁰ Gejala dan intensitas stres dapat beragam, seperti pada 124 mahasiswa kedokteran Universitas Warmadewa, Bali yang 23 di antaranya menunjukkan gejala stres ringan dan 4 di antaranya menunjukkan gejala stres sangat berat.²¹ Penelitian Rahmayani dan Liza tahun 2019 pada 188 mahasiswa kedokteran Universitas Andalas menemukan 21 mahasiswa mengalami stres derajat ringan, 91 mahasiswa mengalami stres derajat sedang, dan 76 mahasiswa lainnya mengalami stres derajat berat.²²

Davarniya, Shakarami dan Zaharakar pada tahun 2019 menemukan dukungan sosial, strategi koping, dan resiliensi memprediksi kerentanan terhadap stres.²³ Penelitian tahun 2018 oleh Ananda dan Liza pada mahasiswa indekos pada program studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas menyatakan adanya hubungan kerentanan stres dengan prestasi akademik.²⁴

Mekanisme koping yang imatur dan perilaku koping yang negatif tidak hanya disebabkan oleh stresor tetapi juga disebabkan oleh kerentanan psikologis seseorang individu. Hal ini membuat mahasiswa lebih rentan terhadap stres sehingga dampak stres tak terelakkan.²⁵ Beberapa dampak stres terhadap mahasiswa, yaitu turunnya minat belajar²⁶, tertundanya pengerjaan tugas dan kewajiban karena prokrastinasi²⁷, dan turunnya hasil belajar.²⁸

Berbagai hal dapat menjadi faktor dan dampak dari stres tetapi peneliti belum menemukan penelitian tentang hubungan antara kerentanan terhadap stres dan lama masa studi pada mahasiswa kedokteran. Data yang didapatkan dari Bagian Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas terdapat 8 mahasiswa angkatan 2020 yang masih menjalankan studi preklinik, oleh karena itu peneliti memiliki keinginan untuk mengetahui hubungan di antara faktor tersebut pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran karakteristik mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?
2. Bagaimana gambaran kerentanan terhadap stres mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?
3. Bagaimana gambaran lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?
4. Bagaimana hubungan karakteristik dengan kerentanan terhadap stres mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?
5. Bagaimana hubungan karakteristik dengan lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?
6. Bagaimana hubungan kerentanan terhadap stres dengan lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kerentanan terhadap stres dengan lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.
2. Mengetahui gambaran kerentanan terhadap stres pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.
3. Mengetahui gambaran lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.

4. Mengetahui hubungan karakteristik dengan kerentanan terhadap stres mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.
5. Mengetahui hubungan karakteristik dengan lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.
6. Mengetahui hubungan kerentanan terhadap stres dengan lama studi preklinik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2020.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat terhadap Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti tentang hubungan kerentanan terhadap stres dan menjadi sumber informasi penelitian selanjutnya, terutama dalam bidang kesehatan jiwa dan berkaitan dengan hubungan kerentanan terhadap stres dan lama studi.

1.4.2 Manfaat terhadap Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kerentanan terhadap stres dan hubungannya dengan lama studi mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi institusi, baik institusi pendidikan maupun institusi pemerintah dalam pengendalian dan intervensi stres pada mahasiswa yang dihubungkan dengan lama studi.

1.4.3 Manfaat terhadap Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi mengenai hubungan kerentanan terhadap stres dengan lama studi sehingga masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan kerentanan terhadap stres dan dampaknya.

1.4.4 Manfaat terhadap Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan tentang hubungan kerentanan terhadap stres dengan lama studi, sebagai bahan pembanding, dan inspirasi untuk penelitian selanjutnya.