

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prevalensi stres memang menjadi perhatian besar di dunia, terutama terkait dengan kesehatan mental. Berdasarkan data WHO, sekitar 350 juta orang di dunia mengalami stres, menjadikannya salah satu masalah kesehatan terbesar, berada di peringkat ke-4 penyakit di dunia. Di Indonesia, prevalensi stres di kalangan mahasiswa berada pada kisaran 36,7-71,6%, yang menunjukkan bahwa kelompok ini sangat rentan terhadap gangguan mental dan emosional.¹ Data dari Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) juga menunjukkan peningkatan prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia, dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018.² Hal ini mengindikasikan bahwa semakin banyak orang yang mengalami stres dan gangguan mental di Indonesia. Selain itu, survei dari *The American College Health Association's National College Assessment* (NCHA) juga memperkuat bahwa mahasiswa secara global berada dalam tekanan besar. Dari survei terhadap lebih dari 98.000 mahasiswa di 157 institusi, ditemukan bahwa 53% melaporkan mengalami stres sedang atau berat dalam 12 bulan terakhir. Data ini menunjukkan betapa pentingnya memperhatikan kesehatan mental di kalangan mahasiswa dan perlunya intervensi untuk membantu mengurangi stres di lingkungan akademis. Tingkat severitas stres dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya kerentanan seseorang terhadap stres.¹

Kerentanan terhadap stres mengacu pada kecenderungan yang ada pada beberapa individu untuk mempunyai respons psikofisiologis yang meningkat terhadap rangsangan stres. Kerentanan terhadap stres mempunyai banyak dampak langsung, seperti penurunan kesejahteraan dan peningkatan risiko insiden, serta konsekuensi buruk jangka panjang (misalnya, berkembangnya gangguan mental dan kardiovaskular).³

Stres bisa meningkatkan kreativitas pada seseorang jika hasilnya berdampak positif tetapi juga bisa berdampak negatif yang membuat seseorang menjadi pribadi yang mudah putus asa. Stres yang tidak terselesaikan dengan coping yang benar dapat menjadi sesuatu yang berbahaya karena bisa membuat seseorang menjadi cemas, depresi, disfungsi sosial bahkan mempunyai niat untuk mengakhiri hidupnya.⁴ Model penjelasan yang diusulkan oleh Mann dan Arango untuk pertama kalinya mengintegrasikan

neurobiologi dan psikopatologi dalam model kerentanan stres dari proses bunuh diri, dan telah menjadi dasar bagi banyak penelitian tentang perilaku bunuh diri. Mereka mengemukakan adanya faktor risiko umum untuk perilaku bunuh diri pada gangguan mental, dan mengklasifikasikannya sebagai faktor yang bergantung pada keadaan (stres) atau bergantung pada sifat. Misalnya, episode stres akan memicu tindakan bunuh diri pada subjek dengan sifat impulsif.⁵

Menurut data WHO (2019), sekitar 800.000 orang di seluruh dunia meninggal karena bunuh diri. Setiap tahunnya, sekitar 1.000 mahasiswa Amerika berusia 18 hingga 26 tahun melakukan bunuh diri.⁶ Sementara itu, di Indonesia, pada tahun 2016, tercatat 1.800 kasus kematian akibat bunuh diri. Bunuh diri adalah salah satu masalah kesehatan mental yang menjadi perhatian banyak negara dalam beberapa tahun terakhir. Bunuh diri diartikan sebagai segala bentuk tindakan individu untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Di Indonesia, angka bunuh diri termasuk rendah, yaitu di bawah 5 per 100.000 penduduk, tepatnya 3,4 per 100.000 penduduk.⁴ Konseptual model kerentanan stres memandang perilaku bunuh diri sebagai proses multidimensi yang berkembang melalui interaksi variabel sosial, emosional, kognitif, perilaku, dan lingkungan. Penderita stres memiliki kerentanan berupa penyakit mental sebelumnya, cacat intelektual, trauma masa kanak-kanak, dan gangguan kepribadian. Penyebab stres mencakup perpisahan dari keluarga dan kurangnya dukungan, ketidakpastian dan keputusan, menjadi korban dan paparan terhadap kekerasan. Keadaan tersebut dapat membangkitkan kognisi negatif dan ide bunuh diri, yang dapat berkembang menjadi perilaku bunuh diri.⁷

Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu kelompok yang berisiko tinggi melakukan bunuh diri. Hal ini disebabkan karena pada tahun pertama studi, mahasiswa kedokteran memiliki tingkat morbiditas psikologis yang sama dengan populasi umum pada usia yang sama, namun mengalami penurunan kesehatan mental selama studi kedokteran. Ide bunuh diri merupakan prediktor kuat percobaan bunuh diri yang mencakup memikirkan, mempertimbangkan, atau merencanakan bunuh diri. Tingkat ide bunuh diri di kalangan mahasiswa kedokteran sangat bervariasi, mulai dari 6,0% hingga 43,0%.⁸ Mahasiswa kedokteran rentan terhadap keinginan bunuh diri karena tekanan pribadi dan profesional yang disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor ini termasuk kurangnya waktu luang, masalah finansial, berada jauh dari orang tua, serta beban akademik yang berlebihan yang memicu masalah emosional pada mahasiswa kedokteran. Beberapa

penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami depresi, kelelahan, dan gangguan mental pada tingkat yang lebih tinggi dibandingkan populasi umum, yang ditandai dengan kemunduran akademik selama studi kedokteran. Konsekuensi negatif dari kesehatan mental yang buruk di kalangan mahasiswa kedokteran termasuk kinerja akademik yang lebih buruk, penggunaan narkoba (termasuk alkohol), dan bunuh diri. Meskipun mereka mempunyai pengetahuan mengenai dampak negatifnya, penggunaan alkohol dan narkoba cukup tinggi di kalangan mahasiswa kedokteran dan tidak berbeda secara signifikan dengan mahasiswa lainnya.⁹

Meskipun akses terhadap perawatan medis mudah, mahasiswa kedokteran seringkali enggan untuk mencari bantuan psikiater. Kekhawatiran tentang waktu, kerahasiaan, stigma, dan potensi dampak negatif terhadap karier dimasa depan dikaitkan dengan kurangnya perawatan terhadap mahasiswa kedokteran karena masalah kesehatan mental. Identifikasi prevalensi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan keinginan bunuh diri pada mahasiswa kedokteran dapat membantu deteksi tepat waktu dan pemberian intervensi yang tepat untuk mengurangi besarnya masalah. Selain itu, intervensi pada tahap awal pelatihan medis memberikan cara untuk membantu mencegah masalah kesehatan mental di kemudian hari, termasuk risiko bunuh diri setelah menjadi dokter.¹⁰ Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kerentanan terhadap stres dengan kecenderungan bunuh diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kerentanan terhadap stres dengan kecenderungan bunuh diri pada mahasiswa Program Prodi Kedokteran Universitas Andalas tahun 2021-2024 ? ”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui kerentanan stres akademik dengan kecenderungan bunuh diri pada mahasiswa pendidikan dokter fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021-2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui **karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin, usia, dan angkatan** pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021–2024.
2. Mengetahui **gambaran tingkat kerentanan stres** pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021–2024
3. Mengetahui **gambaran tingkat ide bunuh diri** pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021–2024.
4. Mengetahui **distribusi ide bunuh diri berdasarkan tingkat kerentanan stres** pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021–2024.
5. Mengetahui **hubungan antara kerentanan stres dengan ide bunuh diri** pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2021–2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan

Sebagai referensi kepustakaan bagi peneliti lain untuk menelaah lebih lanjut sehingga penelitian selanjutnya bisa dilakukan dengan desain, metode dan variabel yang berbeda dalam pengembangan ilmu terkait.

1.4.2 Manfaat bagi Institusi dan Klinisi Kesehatan

Sebagai sumber data yang menggambarkan hubungan kerentanan terhadap stres dengan kecenderungan bunuh diri pada mahasiswa fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan tahun 2021 - 2024 Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi saran dan masukan bagi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas pendidikan kedokteran dalam mencegah permasalahan kesehatan mental dikalangan mahasiswa Program Prodi Kedokteran Universitas Andalas.

1.4.3 Manfaat bagi Peneliti

1. Sebagai sarana latihan pembelajaran dalam melakukan penelitian.
2. Menambah pengetahuan dan wawasan penulis mengenai hubungan Kerentanan stres dengan kecenderungan bunuh diri,.
3. Menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian di bidang kedokteran

