

## **[TINJAUAN PUSTAKA]**

### **PERBEDAAN TINGKAT GELISAH ANTARA MAHASISWA KEDOKTERAN TINGKAT PERTAMA YANG TINGGAL KOST DAN BERSAMA ORANG TUA**

**Okta Diferiansyah**

Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

#### **Abstrak**

Kecemasan pada mahasiswa kedokteran cukup tinggi, khususnya pada mahasiswa tingkat pertama yang tinggal kos. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa tingkat pertama yang tinggal kos dengan yang tinggal bersama orang tuanya. Metode penelitian merupakan deskriptif-analitik dengan pendekatan studi potong lintang. Sampel penelitian ini terdiri dari 76 orang mahasiswa kedokteran tingkat pertama yang terdiri dari 38 mahasiswa yang tinggal kos dan 38 mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Instrumen yang digunakan dalam pengukuran tingkat kecemasan adalah Taylor Manifest Anxiety Scale (T-MAS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 mahasiswa yang tinggal kos, terdapat 6 (15,8%) mengalami kecemasan ringan, 12 (31,6%) mengalami kecemasan sedang dan 20 (50,6%) mengalami kecemasan berat. Pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya, menunjukkan bahwa dari 38 mahasiswa terdapat 6 (15,8%) mengalami kecemasan ringan, 28 (73,3%) mengalami kecemasan sedang dan 4 (10,5%) mengalami kecemasan berat. Data diuji secara statistik dengan uji Chi-Square ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara mahasiswa kedokteran yang tinggal kos dengan mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya.

**Kata kunci:** kos, kecemasan, mahasiswa kedokteran, tinggal bersama orang tuanya.

### ***DIFFERENCE IN ANXIETY LEVEL BETWEEN FIRST LEVEL MEDICAL STUDENTS WHO LIVE BOARDER AND LIVING WITH THEIR PARENTS***

#### **Abstract**

*Anxiety in medical students is quite high, especially in the first year students who live boarder. This study aims to determine the differences in the level of anxiety among first level students who live boarder and living with their parents. This study method use a descriptive-analytic cross-sectional study approach. The subject was 76 first year students which consisting of 38 students who live boarder and 38 students who live with their parents at the Faculty of Medicine, University of Lampung. The instruments used in the measurement of anxiety level is Taylor Manifest Anxiety Scale (T-MAS). The results showed that of the 38 students who live boarder, there are 6 (15.8%) faced mild anxiety, 12 (31.6%) faced moderate anxiety and 20 (50.6%) faced severe anxiety. On students living with their parents, from 38 students are 6 (15.8%) faced mild anxiety and 28 (73.3%) faced severe anxiety. Data were tested statistically by Chi-Square test with  $p < 0.05$  that means, there is a significant difference in anxiety level between first level medical students who live boarder and living with their parents. Students who live boarder are more anxious than students who live with their parents.*

**Keywords:** anxiety, boarder, living with their parents, medical students.

Korespondensi : Okta Diferiansyah | oktadiferiansyah\_x7@yahoo.com

## Pendahuluan

Kecemasan akrab sekali dengan kehidupan manusia, yang melukiskan perasaan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tenang yang biasanya dihubungkan dengan ancaman bahaya baik dari dalam maupun dari luar individu. Kecemasan timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stres atau konflik. Hal ini biasa terjadi dimana seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi. Kecemasan dapat mengakibatkan masalah akademik, olahraga dan penampilan sosial. Kecemasan juga dapat menimbulkan gangguan pada proses berpikir, konsentrasi belajar, persepsi dan dapat menimbulkan bahaya dalam kehidupan mereka yang masih belajar yang sudah tentu mempengaruhi prestasi belajarnya.<sup>1</sup>

Mahasiswa program studi kedokteran, terutama mahasiswa tingkat pertama yang tinggal kos, adalah kelompok yang rentan terhadap kecemasan akibat transisi kehidupan dalam lingkungan universitas. Mereka harus menyesuaikan diri pada kondisi yang jauh dari rumah untuk pertama kalinya, mempertahankan prestasi akademik, dan menyesuaikan dengan lingkungan sosial yang baru. Pada mahasiswa yang tinggal kos, kehadiran di dalam lingkungan baru akan memberikan konsekuensi adanya penyesuaian diri, akibat adanya perubahan tata cara bergaul, pola dan jenis makanan, bahasa untuk komunikasi serta tata cara kehidupan secara menyeluruh pada lingkungan yang baru.<sup>2</sup>

Setiap mahasiswa dituntut untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri yang baik agar dapat melakukan tugas-tugas perkembangan yang baik pula. Mahasiswa yang tidak mampu menyesuaikan diri cenderung akan lebih banyak mengalami ketegangan, kekhawatiran dan kecemasan. Sebaliknya mahasiswa yang mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang baik maka permasalahan yang dihadapi di lingkungan baru tidak terlalu sulit untuk diatasi. Hal ini dapat kita pahami karena seseorang yang mampu melakukan penyesuaian diri akan dapat berinteraksi dengan baik dan berkomunikasi dengan diri dan lingkungannya untuk memperoleh informasi yang tepat dalam rangka menyelesaikan tugas-tugas atau tuntutan lingkungan sekitar.<sup>3</sup>

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental individu. Tidak jarang pula ditemui bahwa

mahasiswa mengalami cemas dan depresi disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi yang penuh tekanan. Kecemasan dapat timbul pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya, faktor utama yang menyebabkan terjadinya kecemasan adalah faktor yang datang dari orang tuanya itu sendiri. Orang tua yang terlalu menuntut anak untuk menjadi lebih baik dapat menghasilkan kecemasan. Karena anak menganggap tuntutan tersebut sebagai suatu ancaman untuk mendapatkan hukuman. Konflik dalam keluarga juga dapat menyebabkan seorang anak merasakan kecemasan.<sup>2</sup>

Seseorang mahasiswa yang memiliki dukungan yang baik dari orang tua dan keluarganya maka akan merasa mendapatkan pertolongan kapanpun ia butuhkan, adanya rasa dicintai dan dorongan yang tinggi dari orang tua dan keluarganya. Dukungan dan semangat yang penuh dari keluarga menyebabkan mahasiswa memiliki keyakinan diri mampu menguasai situasi dan kondisi, dengan demikian mahasiswa yang memiliki dukungan orang tua dan keluarga yang baik mampu mengurangi tingkat kecemasannya.<sup>4</sup>

## Metode

Jenis Penelitian merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* atau potong lintang. Dalam desain tersebut digunakan pendekatan transversal, dimana observasi terhadap variabel bebas dan variabel terikat dilakukan hanya sekali pada saat yang sama.

Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

Variabel Bebas (*Independent variabel*) X dalam penelitian ini yaitu tempat tinggal mahasiswa Fakultas Kedokteran UNILA angkatan 2014 yaitu kos dan tinggal bersama orang tuanya.

Variabel Terikat (*Dependent variable*) dalam penelitian ini yaitu Tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran UNILA angkatan 2014 yang tinggal kos dan yang tinggal bersama orang tuanya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa FK UNILA angkatan 2014. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode *simple random sampling*. Pengambilan sampel dilakukan secara acak, sehingga masing-masing subjek atau unit populasi memiliki peluang yang sama dan independen untuk terpilih ke dalam sampel.<sup>5</sup>

## Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data diperoleh melalui kuisisioner TMAS (Taylor Manifest Anxiety Scale), merupakan kuisisioner yang berisi 50 pertanyaan, yang digunakan untuk mengetahui kecemasan subjek penelitian, TMAS mempunyai derajat validitas yang cukup tinggi.<sup>6</sup>

#### *Teknik Analisa Data*

Analisis data dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Variabel yang dicari hubungannya adalah data kategorik dan data kategorik sehingga uji yang digunakan untuk analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan uji *Chi-Square* karena variabel independen (Tempat tinggal mahasiswa FK UNILA angkatan 2014) dan variabel dependen (Tingkat kecemasan mahasiswa FK UNILA angkatan 2014 yang tinggal kos dengan yang tinggal bersama orang tuanya) merupakan jenis data katagorik. Prinsip penggunaan *Chi-Square* dengan membandingkan frekuensi yang terjadi dengan frekuensi harapan. Analisis data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini menggunakan program komputer khusus untuk mengolah data. Data disajikan dalam bentuk tabel. Hasil pengujian statistik dapat diketahui berdasarkan nilai *p value* yang dibandingkan dengan nilai  $\alpha$  (alpha) = 0,05. Apabila nilai *p value* <  $\alpha$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara variabel independen dengan variabel dependen. Sedangkan, apabila nilai *p value* > nilai  $\alpha$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara variabel independen dengan variabel dependen.<sup>7</sup>

#### **Hasil dan Pembahasan**

Dari data yang diperoleh bahwa tingkat kecemasan pada responden yang tinggal kos lebih tinggi dengan skor rata-rata *T-MAS* adalah 24,87 yang apabila dibandingkan dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya yang hanya mempunyai skor rata-rata *T-MAS* 22,74. Hasil penelitian ini juga menunjukkan perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan secara statistik dengan nilai *p* sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) setelah dilakukan uji *Chi-Square*. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aldi (2009) terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Jenderal Soedirman menyatakan bahwa kecemasan pada mahasiswa kedokteran yang tinggal kos cukup tinggi mencapai 76,3%.<sup>8</sup>

Hasil penelitian ini diperkuat dengan

alasan bahwa mahasiswa program studi kedokteran, terutama mahasiswa tingkat pertama yang tinggal kos, adalah kelompok yang rentan terhadap kecemasan akibat transisi kehidupan dalam lingkungan universitas. Mereka harus menyesuaikan diri pada kondisi yang jauh dari rumah untuk pertama kalinya, mempertahankan prestasi akademik dan menyesuaikan dengan lingkungan sosial yang baru. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa mahasiswa yang tinggal kos rentan terhadap kecemasan akibat adanya penyesuaian diri, terhadap perubahan tata cara bergaul, pola dan jenis makanan, bahasa untuk komunikasi serta tata cara kehidupan secara menyeluruh pada lingkungan yang baru.<sup>9</sup>

Pada mahasiswa tingkat pertama yang tinggal bersama orang tuanya memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dari pada tingkat kecemasan mahasiswa yang tinggal kos, hal ini dijelaskan dalam penelitian yang menunjukkan bahwa seseorang mahasiswa yang memiliki dukungan yang baik dari orang tua dan keluarganya maka akan merasa mendapatkan pertolongan kapanpun ia butuhkan, adanya rasa dicintai dan dorongan yang tinggi dari orang tua dan keluarganya. Dukungan dan semangat yang penuh dari keluarga menyebabkan mahasiswa memiliki keyakinan diri mampu menguasai situasi dan kondisi, dengan demikian mahasiswa yang memiliki dukungan orang tua dan keluarga yang baik mampu mengurangi tingkat kecemasannya.<sup>10</sup>

Kondisi diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rauzatul (2011) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki dukungan orang tua dan keluarga dalam kategori baik, mengalami kecemasan sebanyak 59,1% dengan  $P < 0,05$ , sedangkan mahasiswa yang memiliki dukungan orang tua dan keluarga dalam kategori buruk, mengalami kecemasan sebanyak 71,4% dengan  $P < 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi atau dukungan yang baik dari orang tua dan keluarganya berarti kemungkinan besar ia akan mampu menghadapi kecemasan dalam hidupnya karena dia dapat mempersiapkan diri disetiap situasi yang dihadapinya.<sup>4</sup>

#### **Simpulan**

Terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang bermakna antara mahasiswa yang tinggal kos dengan mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya. Hal ini disebabkan karena mahasiswa

yang tinggal kos rentan terhadap kecemasan akibat adanya penyesuaian diri, terhadap perubahan tata cara bergaul, pola dan jenis makanan, bahasa untuk komunikasi serta tata cara kehidupan secara menyeluruh pada lingkungan yang baru. Sedangkan Pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya memiliki tingkat kecemasan lebih rendah karena memiliki dukungan yang baik dari orang tua dan keluarganya sehingga mampu mengurangi tingkat kecemasannya.

#### **Saran**

Mahasiswa baru FK UNILA, kiranya dapat membangun proses adaptasi yang baik dalam lingkungan yang baru, yang dapat dilakukan dengan membangun komunikasi yang baik antar teman, kakak tingkat, dosen dan orang – orang dilingkungan yang baru. Dengan demikian ketika terdapat suatu tekanan atau masalah dalam lingkungan yang baru dapat terselesaikan sehingga tidak sampai menimbulkan kecemasan yang dapat mengganggu kondisi fisik dan mental mahasiswa.

#### **Daftar Pustaka**

1. Prawirohusodo, S. 1991. *Anxietas, Simposium Gangguan Kecemasan dan Penanggulangannya dalam Praktek Sehari-hari*. Ikatan Dokter Ahli Jiwa Indonesia Cabang Surakarta, Surakarta 31 Agustus 1991.
2. Warsito, H. 2013. *Perbedaan Tingkat Kemandirian Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Suku Batak Ditinjau Dari Jenis Kelamin*. Surabaya : Universitas Negeri Surabaya. hlm 23.
3. Sumarni, D.W. 1991. *Stresor Psikososial Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UGM, Yogyakarta* : Universitas Gadjah Mada. hlm 56-58.
4. Rauzatul, J. 2011. *Hubungan Antara Motivasi Mahasiswa dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester I di Fakultas Kedokteran Syiah Kuala*. Banda Aceh : Fakultas Kedokteran Syiah Kuala.
5. Dahlan, S. 2013. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*, Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika. hlm 77-79.
6. Azwar. 2007. *Konsep Pengukuran Validitas*. Jakarta: Gunadharma Press. hlm 60.
7. Riwidikdo, H. 2008. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendekia Press. hlm 20.
8. Aldi, M. *Hubungan Lingkungan Kos Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran di Universitas Jenderal Soedirman* [script]. Purwokerto : Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman. 2009.
9. Mudjaddid, E. *Pemahaman dan Penanganan Psikosomatik Gangguan Ansietas dan Depresi di Bidang Ilmu Penyakit Dalam*. Ed 2. Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. hlm 913.
10. Rosniza, A. 2013. *Longitudinal Study of Relationships between Previous Academic Achievement, Emotional Inteligence and Personality Traits with Psychological Health of Medical Students during Stresful Periods* : *Education for Health Journal*. 2013. 26(4):39-47.