

## Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Achmad Fariz Ramadhan<sup>1</sup>, Asep Sukohar<sup>2</sup>, Fitria Saftarina<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

<sup>2</sup>Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

<sup>3</sup>Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

### Abstrak

Kecemasan timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stres atau konflik. Kecemasan sangat mengganggu homeostasis dan fungsi individu. Hal ini biasa terjadi dimana seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi. Kecemasan akrab sekali dengan kehidupan manusia yang melukiskan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tenang yang biasanya dihubungkan dengan ancaman bahaya baik dari dalam maupun dari luar individu. Karena itu perlu segera dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian. Mahasiswa dalam kegiatannya juga tidak terlepas dari kecemasan. Penyebab kecemasan pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat awal dengan tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Sampel diminta untuk mengisi kuesioner kecemasan HARS dan data dilakukan uji analisis menggunakan uji T tidak berpasangan. Terdapat perbedaan derajat kecemasan yang signifikan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Mahasiswa kedokteran rentan terhadap kecemasan. Kecemasan ini bisa muncul pada berbagai tahapan kuliah di dalam pendidikan kedokteran. Sehingga penting untuk meneliti tentang perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat awal dengan tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

**Kata kunci:** Kecemasan, mahasiswa kedokteran, tingkat awal, tingkat akhir

## The Difference Between Between Anxiety Level Students Academic Stage Early Level and Final Level at the Faculty of Medicine, University of Lampung

### Abstract

Anxiety arises because of a response to stress or conflict. Homeostasis and individual functions. This usually happens when someone corrects changes in and is required to succeed. Anxiety that is loved very much by human life which is described as being moved, restlessness, challenges and feeling of unrest associated with the challenges of danger both from inside and outside the individual. Because it needs to be immediately eliminated by using all kinds of ways. Students in their activities cannot be separated from the discussion. The cause of the debate on students can be derived from his academic life, mostly from external considerations and from his own expectations. External demands can be sourced from lecture assignments, lesson load, arranging parents to succeed in their lectures and discussing social issues in the campus environment. Ease of influencing student learning outcomes, because increasing difficulties produce difficulties and distortion of perception. This study aims to determine the level difference between the initial academic level students with the Faculty of Medicine, University of Lampung. The research sample was to fill in the HARS research questionnaire and the data carried out by the analysis test using the unpaired T test. There are significant level differences between the final and early academic level students at the Faculty of Medicine, University of Lampung. Medical students are vulnerable to trials. This anxiety can arise at various stages of college in medical education. For students at Lampung Medical University.

**Keywords:** Anxiety, medical students, initial level, final level

Korespondensi: Achmad Fariz Ramadhan, S.Ked, alamat Bandar Lampung, HP 082184977950, e-mail: farizramadhan666@gmail.com

### Pendahuluan

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 akrab

sekali dengan kehidupan manusia yang melukiskan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tenang yang biasanya dihubungkan dengan ancaman bahaya baik dari dalam maupun dari luar individu. Kecemasan merupakan gejala normal

pada manusia dan disebut patologis bila gejalanya menetap dalam jangka waktu tertentu dan mengganggu ketentraman individu. Kecemasan sangat mengganggu homeostasis dan fungsi individu, karena itu perlu segera dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian.<sup>1</sup>

Mahasiswa dalam kegiatannya juga tidak terlepas dari kecemasan. Penyebab kecemasan pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dari harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain.<sup>2,3</sup>

Mahasiswa kedokteran rentan terhadap kecemasan. Kecemasan ini bisa muncul pada berbagai tahapan kuliah di dalam pendidikan kedokteran. Pendidikan kedokteran memiliki sistem belajar yang berbeda dibandingkan dengan pendidikan di fakultas lainnya. Pendidikan kedokteran di Indonesia terdiri dari 2 tahapan, yaitu Program Pendidikan Dokter (tahap akademik) dan Program Profesi Dokter.<sup>4</sup>

Penelitian mengenai kecemasan pada mahasiswa kedokteran di salah satu universitas di Indonesia terhadap 90 mahasiswa kedokteran didapatkan gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran sebesar 71%. Secara keseluruhan, prevalensi kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran masih cukup tinggi, yaitu berkisar 30-70%.<sup>5</sup>

Terdapat penelitian yang menunjukkan dampak stress dan kecemasan terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama,

kedua dan ketiga. Stres dan kecemasan pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar dan penurunan daya ingat. Stresor yang mempunyai peran besar terhadap stres pada mahasiswa kedokteran adalah stresor akademik. Stresor akademik pada mahasiswa dapat berasal dari berbagai macam hal, yaitu dari faktor internal dan faktor eksternal.<sup>6</sup>

Berdasarkan latar belakang dan beberapa data penelitian yang dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran masih cukup tinggi baik pada mahasiswa tingkat awal maupun tingkat akhir yang akan berdampak negatif terhadap mahasiswa itu sendiri. Penelitian tentang perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir juga belum pernah dilakukan sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Unila.

## Metode

Desain penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*, dimana obyek penelitian hanya diobservasi sekali dan pengukuran pemeriksaan dengan cara pendekatan serta pengumpulan data sekaligus pada satu saat. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal bulan februari 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahap akademik angkatan 2014 dan 2016. Lalu dilakukan perhitungan sampel, maka pada penelitian ini sampel yang digunakan peneliti berjumlah 25 responden. Sampel yang diambil dengan teknik *consecutive sampling* berdasarkan keputusan peneliti sesuai dengan criteria inklusi dan eksklusi. Pada penelitian ini didapatkan variabel bebas adalah mahasiswa tahap akademik tingkat awal dan tingkat akhir dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah derajat kecemasan yang dinilai melalui Kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rate Score*).

## Hasil

Pada penelitian yang dilakukan untuk mengetahui perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Unila didapatkan hasil perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan tingkat awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung setelah dilakukan perimbangan jenis kelamin pada kedua sampel maka didapatkan skor kecemasan mahasiswa yang dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Hasil analisis univariat berdasarkan skoring kecemasan responden**

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi	Maksimal	Minimal
TA 2014	9,53	10,5	5,406	22	1
TA 2016	14,1	10,5	10,196	38	0

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa responden tahun angkatan 2014 memiliki rerata skor kecemasan sebesar 9,53 dengan tingkat variasi 5,406. Sedangkan responden tahun angkatan 2016 memiliki rerata skor kecemasan sebesar 14,1 dengan tingkat variasi 10,196. Dengan demikian selisih rerata skor kecemasan antara responden tahun angkatan 2014 dan 2016 sebesar 4,57.

Pada data perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dilakukan analisis. Hasil analisis bivariat tertera pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil uji t tidak berpasangan perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.**

Variabel	Mean	Median	Std Deviasi	Normalitas	Selisih	p-value
TA 2014 (tingkat akhir)	9,53	10,5	5,406	0,330	4,57	0,034
TA 2016 (tingkat awal)	14,1	10,5	10,196	0,056		

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa responden tahun angkatan 2014 memiliki rerata skor kecemasan sebesar 9,53 dan tahun angkatan 2016 memiliki rerata skor kecemasan sebesar 14,1 dengan selisih rerata skor kecemasan antara kedua kelompok sebesar sebesar 4,57. Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas untuk mengetahui sebaran kelompok data normal atau tidak. Pada uji normalitas Sapiro-Wilk yang digunakan untuk melihat sebaran kenormalan sebaran data pada responden < 50, didapatkan uji normalitas kelompok mahasiswa tingkat akhir dan awal masing – masing sebesar 0,330 dan 0,056. Hasil uji normalitas diperoleh nilai  $\alpha > 0,05$  yang berarti bahwa sebaran data pada kedua kelompok responden berdistribusi normal.

Hasil uji t tidak berpasangan diperoleh nilai  $p = 0,034 < \text{nilai } \alpha = 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dimana skor kecemasan pada kelompok mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan pada kelompok mahasiswa tingkat akhir.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dimana skor kecemasan pada kelompok mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan pada kelompok mahasiswa tingkat akhir.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif. Kecemasan dan ketakutan memiliki komponen fisiologis yang sama tetapi kecemasan tidak sama dengan ketakutan. Penyebab kecemasan berasal dari dalam dan sumbernya sebagian besar tidak diketahui sedangkan ketakutan merupakan respon emosional terhadap ancaman atau bahaya yang sumbernya biasanya dari luar yang dihadapi secara sadar. Kecemasan dianggap patologis bila mana mengganggu fungsi sehari-

hari, pencapaian tujuan, dan kepuasan atau kesenangan yang wajar.<sup>1,3</sup>

Pada penelitian ini, kelompok responden dengan jenis kelamin laki – laki dan perempuan memiliki jumlah yang sama yaitu sebesar 30 responden. Namun, berdasarkan tingkat kecemasan terdapat responden dengan jenis kelamin laki – laki memiliki tingkat kecemasan sedang sebesar 6 responden dan tingkat kecemasan berat sekali sebesar 1 responden. Sedangkan responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 8 responden dan tingkat kecemasan berat sebesar 2 responden. Berkaitan dengan kecemasan pada pria dan wanita, bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif.<sup>7</sup>

Hal ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa prevalensi stres lebih tinggi terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Belakangan ini, hampir setengah dari mahasiswa kedokteran berjenis kelamin perempuan. Hal ini diduga yang menyebabkan hasil penelitian lebih cenderung mengatakan bahwa tingkat stres lebih sering terjadi pada perempuan.<sup>8</sup>

Pada penelitian kali ini didapatkan rerata skor kecemasan yang lebih tinggi pada mahasiswa tingkat pertama. Mahasiswa tahun pertama, adalah kelompok yang rentan terhadap stres 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 penelitian lain juga disebutkan bahwa stressor paling besar pada mahasiswa kedokteran pada tahun pertama terdiri dari adaptasi dengan kurikulum yang baru, mempertahankan kompetensi diri, akomodasi, dan tinggal jauh dari rumah.<sup>9,10</sup>

Menurut peneliti, salah satu penyebab dari tingkat stres yang lebih tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun pertama adalah padatannya jadwal perkuliahan dan praktikum pada kurikulum di tahun pertama daripada tahun kedua. Jadwal yang padat ini pada akhirnya akan sangat menyita waktu dari

mahasiswa tahun pertama tersebut. Pendapat ini didukung oleh penelitian yang sebelumnya dilakukan di Pakistan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu faktor pencetus stress pada mahasiswa tahun pertama adalah kurangnya waktu untuk diri sendiri, keluarga, teman dan hiburan. Alasan lain yang memungkinkan adalah kurangnya sarana rekreasi yang disediakan oleh pihak kampus.<sup>11</sup>

kecemasan terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga. Kecemasan pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar dan penurunan daya ingat. Faktor yang mempengaruhi antara lain faktor internal, yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggung jawab baru dan perubahan kebiasaan belajar. Faktor eksternal, yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan.<sup>6</sup>

Penyesuaian diri merupakan suatu proses individu dalam memberikan respon terhadap tuntutan lingkungan dan kemampuan untuk melakukan koping terhadap stress dan kecemasan. Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis. Salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri dalam bidang pendidikan, contohnya adalah penyesuaian diri pada tugas skripsi.<sup>12</sup>

Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, mahasiswa tingkat akhir (semester 7) juga diwajibkan mengerjakan skripsi atau tugas akhir sehingga Mahasiswa tingkat akhir ini tidak lepas dari stres walaupun sudah beradaptasi dengan lingkungan kuliah. Skripsi menjadi ketakutan bagi mahasiswa tingkat akhir karena membuat skripsi tidak mudah dan skripsi dibuat saat mahasiswa juga sedang menjalani blok seperti biasa sehingga pikiran mahasiswa harus terbagi antara skripsi dan blok yang harus dijalani. Setelah mahasiswa selesai menyusun skripsi dan memenuhi syarat kelulusan lainnya, mahasiswa tingkat akhir pun masih harus mengikuti OSCE komprehensif dan exit exam yang merupakan syarat untuk bisa mengikuti Pendidikan Profesi (Ko Asistensi) di rumah sakit. Ujian-ujian tersebut juga tidak

mudah karena mahasiswa harus menguasai semua materi yang dipelajari dari tingkat awal sampai tingkat akhir dan mahasiswa harus lulus pada ujian-ujian tersebut agar bisa mengikuti Ko Asistensi dan mendapatkan gelar profesi dokter. Faktor-faktor tersebut sangat berpotensi menjadi penyebab kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir karena banyaknya hal yang harus dipersiapkan agar bisa lulus dan mendapatkan gelar dokter.<sup>13</sup>

### Simpulan

Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif. Pada mahasiswa tahap awal didapatkan faktor yang mempengaruhi antara lain faktor internal, yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggung jawab baru dan perubahan kebiasaan belajar. Faktor eksternal, yaitu bertambahnya beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan. Sedangkan pada tingkat akhir banyaknya ujian dan tugas akhir menjadi faktor penyebab kecemasan pada penelitian ini. Sehingga didapatkan kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat perbedaan derajat kecemasan yang signifikan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dan awal di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

### Daftar Pustaka

1. Maramis WF. Catatan ilmu kedokteran jiwa. Surabaya: Airlangga University Press; 2005.
2. Heiman, Kariv. Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: the case of college students. *College Student Journal*. 2005;39(1):72-89.
3. Kaplan HI, Saddock BJ. Sinopsis psikiatri. Jakarta: Bina Rupa Aksara; 2010.
4. Pasaribu AS. Perbandingan tingkat kecemasan mahasiswa menjelang ujian blok pada mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir fakultas kedokteran universitas lampung tahun akademik 2011/2012 [skripsi]. Bandar Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung; 2012.
5. Carolin. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa kedokteran universitas sumatera utara [skripsi]. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara; 2010.
6. Bulo JG, Sanchez MG. Sources of stress among college students. *CVCITC Research Journal*. 2014; 1(1):16 – 25.
7. Ariyani MD. Perbedaan tingkat stres mahasiswa kedokteran pada tahun Pertama dan tahun ketiga di universitas muhammadiyah malang [Skripsi]. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang; 2011.
8. Abdulghani HM. Stress and depression among medical students: a cross sectional study at a medical college in saudi arabia. *Pak Journal Medical Science*. 2008;24(1): 12-17.
9. Ross SE, Niebling BC, Heckert TM. Sources of stress among college students. *Social Psychology*. 1999;61(5): 841-846.
10. Moffat KJ, Mcconnachie A, Ross S, Morrison JM. First year medical student stress and coping in a problem-based learning medical curriculum. *Medical Education Journal*. 2004;38(5): 482- 491.
11. Shah M, Hasan S, Malik S, Sreeramareddy CT. Perceived stress, sources and severity of stress among medical undergraduates in a pakistani medical school. *BMC Medical Education*. 2010;10(1): 2.
12. Gunawati R, Hartati S, Listiara A. Hubungan antara efektifitas komunikasi mahasiswa dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran UNDIP. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* [internet]. 2006 [Diakses pada 23 September 2014]; 75(3):1-5. Tersedia dari: <http://www.undip.ac.id>.
13. Augesti G. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir fakultas kedokteran universitas lampung [Skripsi]. Bandar Lampung: Universitas lampung; 2015.