

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan adalah perasaan ketakutan yang menyeluruh, tidak menyenangkan, bersifat samar-samar, seringkali disertai gejala otonomik seperti nyeri kepala, jantung berdebar, gangguan lambung ringan maupun berkeringat. Kecemasan juga merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal normal yang terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menentukan identitas diri dan arti hidup (Sadock & Sadock, 2009).

Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun rasa cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Dalam kehidupan sehari-hari kita pasti pernah merasa cemas, misalnya berdebar saat akan ujian, sakit perut saat akan berbicara depan publik, dan lainnya.

Pada mahasiswa, masa kuliah adalah masa dimana seorang individu mengalami suatu peralihan dari masa remaja menuju dewasa, termasuk perkembangan secara psikologis. Mahasiswa memiliki tugas untuk belajar, namun ia juga harus mulai memikirkan bagaimana kelangsungan hidupnya kelak. Semua perubahan tersebut menyebabkan mahasiswa cukup rentan untuk mengalami gangguan psikologis, salah satunya adalah gangguan kecemasan, terutama bagi mahasiswa tingkat awal yang sedang mengalami masa transisi perkuliahan.

Menurut Dyah Chandratika dan Susy Purnawati (2014) mahasiswa sering mengalami gangguan cemas, salah satunya adalah akibat dari faktor psikososial, dimana mahasiswa tidak merespon secara tepat dan akurat terhadap *stressor* misalnya terhadap situasi lingkungan yang baru. Gangguan kecemasan dapat mempengaruhi proses belajar mengajar pada mahasiswa karena pada gangguan ini seseorang akan mengalami distorsi pemrosesan informasi. Hal ini dapat

mengganggu kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, dan lain-lain. Sehingga dapat mengganggu proses belajar pada mahasiswa (Chandratika & Purnawati, 2014).

Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang tinggi karena peran pentingnya mahasiswa tersebut dalam bidangnya. Pada mahasiswa semester awal diasumsikan bahwa mahasiswa sedang mengalami perubahan lingkungan dari masa SMA ke jenjang kuliah sehingga harus beradaptasi terhadap lingkungan baru (Chandratika & Purnawati, 2014).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yeli Erna Fratiwi tahun 2010 terhadap mahasiswa semester tiga Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Angkatan 2008, dikemukakan bahwa mahasiswa tanpa kecemasan sebanyak 40%, kecemasan ringan 34%, kecemasan sedang 20%, kecemasan berat 4%, dan mahasiswa dengan kecemasan sangat berat sebanyak 2% (Fratiwi, 2010).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran harus mengikuti jadwal kuliah yang padat, kegiatan tutorial, praktikum, *skills lab*, dan tuntutan untuk belajar mandiri di luar jam-jam tersebut sehingga tekanan dan beban terhadap kondisi fisik dan mental mahasiswa relatif lebih berat dibandingkan bidang pendidikan yang lain. Dalam penelitian ini, akan fokus pada mahasiswa tingkat awal yang sedang mengalami masa transisi perkuliahan. Dalam hal mewujudkan pencapaian mengetahui gambaran tingkat kecemasan, maka akan melakukan studi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Angkatan 2014. Melalui studi ini, maka dapat mengetahui jumlah dan presentase mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis mengangkat judul “Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun 2014”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, melalui studi pada mahasiswa kedokteran angkatan 2014, maka identifikasi masalah yang akan diteliti adalah:

1. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan dan berapa jumlah dan persentase mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014 yang mengalami gangguan kecemasan.
2. Apakah ada perbedaan persentase kecemasan antara pria dan wanita pada mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014.
3. Bagaimana gambaran faktor-faktor demografi yang berperan dalam kecemasan pada mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014.

1.3 Maksud dan Tujuan

Tujuan dari karya tulis ilmiah ini adalah:

1. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan, jumlah, dan persentase mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014 yang mengalami gangguan kecemasan.
2. Mengetahui perbedaan persentase kecemasan antara pria dan wanita pada mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014.
3. Mengetahui gambaran faktor-faktor demografi yang berperan dalam kecemasan pada mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

Manfaat karya tulis ilmiah Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Kedokteran adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat melakukan penelitian ini adalah untuk memberikan informasi kepada masyarakat, dosen Fakultas kedokteran, dan mahasiswa tentang tingkat kecemasan pada mahasiswa semester satu Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha sehingga dapat memberikan bantuan pada mahasiswa yang mengalami kecemasan serta mengurangi tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.

Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi Dekan Fakultas Kedokteran untuk dapat membuat sistem perkuliahan yang tidak membuat cemas mahasiswa, namun tetap efektif.

1.4.2 Manfaat Akademis

Mengetahui bagaimana gambaran kecemasan pada mahasiswa semester satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2014 sehingga dapat bermanfaat bagi kemajuan ilmu kedokteran khususnya pada bidang kejiwaan dan menjadi landasan untuk penelitian-penelitian lain yang terkait dengan kecemasan serta dapat berguna dalam aplikasi secara klinis.

1.5 Landasan Teoritis

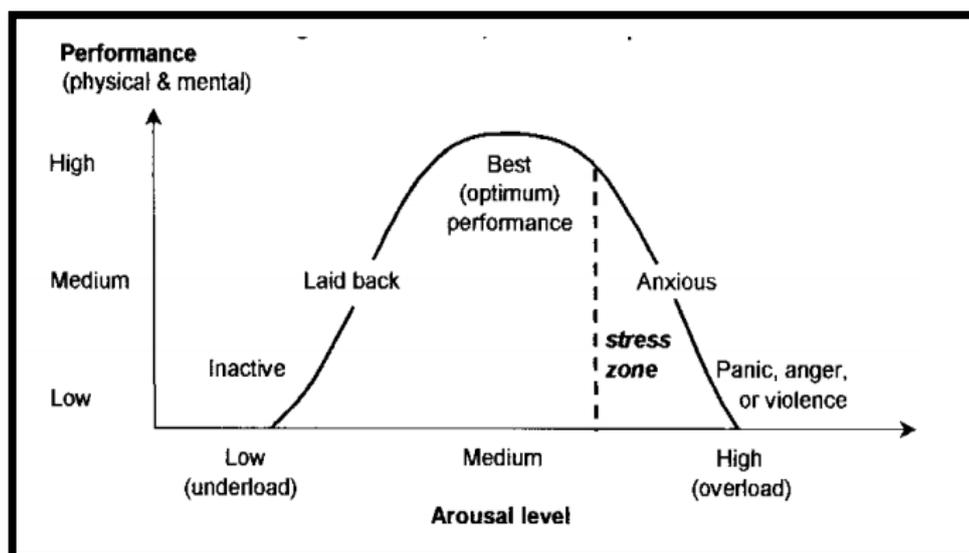
Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam (Departemen Kesehatan RI, 1990).

Menurut Casle & Bassett (2009), penyebab kecemasan dapat berasal dari fisik dan psikiatrik, dimana penyebab fisik terbagi atas eksogen dan endogen. (Castle & Bassett, 2009). Selain dari dua etiologi tersebut, terdapat juga penyebab

psikologis yang menyebutkan bahwa kecemasan terjadi karena kurangnya pengetahuan seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap pertumbuhan dan perkembangan lingkungan sosial, kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, dan tidak mampu menyesuaikan diri terhadap tekanan yang ada (Migwar, 2006).

Kecemasan terbagi menjadi 4 tingkat dimulai dari Kecemasan ringan, sedang, berat, hingga panik dimana pada masing-masing tingkatan terdapat 3 gejala utama (fisiologis, kognitif, dan afektif) yang akan semakin berat dan nampak pada tingkat kecemasan yang semakin berat (Stuart & Sundeen, 1998).

Sebenarnya kecemasan yang rendah normal bagi manusia, bahkan untuk memberikan performa yang optimal dalam situasi tertentu, kita membutuhkan kecemasan/rangsangan dalam jumlah yang cukup. Terkadang dorongan kecemasan yang besar dibutuhkan dalam menghadapi situasi yang mengancam jiwa sebagai respon yang disebut *fight or flight*. Namun kecemasan yang terlalu tinggi menyebabkan kelumpuhan dalam menghadapi masalah bahkan menyebabkan disorganisasi seperti yang dijelaskan oleh kurva Yerkes-Dodson pada gambar 1.1 (Castle & Bassett, 2010).



Gambar 1.1 Hubungan antara tingkat rangsangan/kecemasan dengan efisiensi performa

(Sumber: <http://nicksorrelltraining.com/wp-content/uploads/2014/09/stress1.gif>)

Gejala pada gangguan kecemasan meliputi ketakutan yang ekstrim, nafas pendek, denyut jantung meningkat, *insomnia, nausea, trembling, dizziness*.

Sensasi kecemasan ditandai oleh rasa ketakutan yang difus, tidak menyenangkan, dan samar-samar yang sering kali disertai oleh gejala otonomik. Gejala otonomik yang timbul seperti nyeri kepala, berkeringat, palpitasi, rasa sesak pada dada, gangguan lambung ringan, dan kegelisahan yang ditandai dengan kesulitan untuk duduk atau berdiri tetap dalam waktu yang lama. Manifestasi perifer dari kecemasan yaitu adanya diare, pusing, perasaan seperti melayang, hiperhidrosis, hiper refleksia, hipertensi, palpitasi, midriasis pupil, gelisah, sinkop, takikardia, rasa gatal pada anggota gerak badan, tremor, gangguan lambung, dan frekuensi berkemih meningkat, hesitansi, urgensi. Kumpulan gejala tertentu yang ditemukan selama kecemasan cenderung bervariasi dari orang ke orang. (Sadock & Sadock, 2009).