

ABSTRAK

TINGKAT STRES DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI DOKTER ANGKATAN 2007 DI UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA BANDUNG TAHUN 2011

Shereen Krisna Suwantina, 2012. Pembimbing I : Harry Tribowo Hadi, dr.,Sp.KJ

Pembimbing II : Felix Kasim, DR.,dr.,M.kes

Mahasiswa angkatan 2007 yang sedang menjalani Program Pendidikan Profesi Dokter (P3D) belakangan ini cenderung sering merasa cemas dan stres. Hal ini karena mereka menghadapi tantangan akademis tersendiri, seperti perubahan kebiasaan, perubahan tempat belajar, perubahan kondisi kehidupan, menghadapi masa awal di rumah sakit, hingga menghadapi pasien sungguhan. Hal ini menyebabkan mereka mudah mengalami stres dan kecemasan dibanding mahasiswa lain, bahkan mahasiswa Program Sarjana Kedokteran yang memiliki tantangan akademis yang tidak sebanding dengan mahasiswa P3D.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kondisi tingkat stres dan kecemasan pada mahasiswa P3D sehingga para mahasiswa dapat mengetahui tingkat stres dan kecemasan mereka.

Penelitian ini tergolong ke dalam rancangan studi deskriptif. Teknik penelitian yang digunakan adalah teknik survey dengan kuesioner sebagai alat ukur.

Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 136 orang yang berusia rata-rata 20 -24 tahun. Dari 136 responden didapatkan hasil sebagai berikut : responden yang mengalami stres berat sebanyak 9 orang (6,62 %), stres sedang sebanyak 37 orang (27,20 %) sedangkan yang stres ringan sebanyak 90 orang (66,17 %). Responden yang mengalami kecemasan sangat berat sebanyak 2 orang (1,47 %), kecemasan berat sebanyak 45 orang (33,09 %), kecemasan sedang sebanyak 38 orang (27,94 %), kecemasan ringan sebanyak 29 orang (21,23 %), dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 22 orang (16,18 %).

Kata kunci : stres, kecemasan, mahasiswa angkatan 2007, program pendidikan profesi dokter

ABSTRACT

LEVELS OF STRESS AND ANXIETY IN MEDICAL DOCTORAL PROFESSION STUDENT YEAR 2007 AT

BANDUNG MARANATHA CHRISTIAN UNIVERSITY ON 2011

Shereen Krisna Suwantina, 2012. Tutor I : Harry Tribowo Hadi, dr.,Sp.KJ

Tutor II : Felix Kasim, DR.,dr.,M.kes

Medical Doctoral Profession Student year 2007 are leaning to get stress and worried easily. This indicate that they have to face an academic challenge such as change of habiys, a place to study, life condition, early periode in hospital, and actual patients in hospital. This caused they are leaning to get stress and worried easily than other student of other disclipines.

The objective of this research was to measure the stress and anxiety levels of the Medical Doctoral Profession Student year 2007. So they would know they are stressed or anxious.

This research was categorized as descriptive. The method that is used in this research is method of survey. Survey method with questionnaires in the form of measuring instrument.

Amount of respondents in this research 136 persons at age 21-23 years old. This research concludes that 9 persons (6,62 %) do experience severe stress, 37 (27,20 %) persons do experience moderate stress, and 90 persons (66,17 %) do experience mild stress. 2 persons (1,47 %) do experience very severe anxiety, 45 persons (33,09 %) do experience severe anxiety, 38 persons (27,94 %) do experience moderate anxiety, 29 persons (21,23 %) do experience mild anxiety, and 22 persons (16,18 %) do not experience anxiety.

Keywords : stress, anxiety, medical doctoral profession student, student year 2007

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
SURAT PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Maksud Penelitian	3
1.3.2 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	4
1.4.1. Manfaat Akademis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Landasan Teori	4
1.6 Metodologi Penelitian	5
1.7 Lokasi dan Waktu	5
1.7.1 Lokasi Penelitian	5
1.7.2 Waktu Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Stres	6
2.1.1 Definisi Stres	6
2.1.2 Fisiologi Stres	7
2.1.3 Stresor	13
2.1.4 Respon Tubuh terhadap Stres	14
2.1.5 Psikofisiologi dan Psikopatologi stres	17
2.1.6 Tanda dan Gejala Stres pada Tubuh	19
2.1.6.1 Tanda Stres pada Tubuh	19
2.1.6.2 Gejala Stres pada Tubuh	19
2.2 Kecemasan	21
2.2.1 Definisi Kecemasan	21
2.2.2 Penyebab Kecemasan	21
2.2.2.1 Teori Psikologis	25

2.2.2.1.1 Kecemasan sebagai konflik yang tidak disadari	25
2.2.2.1.2 Kecemasan sebagai respon yang dipelajari	25
2.2.2.1.3 Kecemasan sebagai akibat kurangnya kendali	26
2.2.2.2 Teori eksistensial	26
2.2.2.3 Teori Biologis	26
2.2.2.3.1 Sistem Saraf Otonom	26
2.2.2.3.2 Neurotransmitter	26
2.2.2.3.3 Norepinefrin	27
2.2.2.3.4 Serotonin	27
2.2.2.3.5 GABA	28
2.2.3 Proses Terjadinya Kecemasan	29
2.2.3.1 Sirkuit Neuronal	29
2.2.3.2 Amigdala	29
2.2.3.3 Pengenalan Bahaya	30
2.2.3.4 Kecemasan Antisipasional	31
2.2.2.5 Memori Amigdala	31
2.2.3.6. Korteks Prefrontal	31
2.2.3.7 Hipokampus	33
2.2.4 Struktur Perkembangan Dewasa Muda	34
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	36
3.1 Jenis Penelitian	36
3.2 Rancangan Penelitian	36
3.3 Instrumen Penelitian	36
3.4 Teknik Pengumpulan Data	37
3.4.1 Metode Pengumpulan Data	37
3.4.1 Ruang Lingkup, Populasi dan Sampel	37
3.4.3 Penentuan Sampel	38
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	38
3.5.1 Identitas Responden	38
3.5.2 Evaluasi Tingkat Stres	38
3.5.3 Evaluasi Tingkat Kecemasan	39
3.6 Definisi Operasional	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
4.1 Hasil Penelitian	41
4.1.1 Data Umum Responden	41
4.1.1.1 Jenis Kelamin Responden	41
4.1.1.2 Usia Responden	41
4.1.2 Tingkat Stres Responden	42
4.1.3 Tingkat Kecemasan Responden	42
4.1.4 Kuesioner Holmes dan Rahe	43

4.2 Pembahasan	58
4.2.1 Data Umum Responden	58
4.2.1.1 Jenis Kelamin Responden	58
4.2.1.2 Usia Responden	58
4.2.2 Tingkat Stres Responden	59
4.2.3 Tingkat Kecemasan Responden	59
4.2.4 Kuesioner Holmes dan Rahe	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	74
RIWAYAT HIDUP	83

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Efek Otonomik pada Berbagai Organ Tubuh	9
Tabel 4.1 Distribusi responden yang mengalami kematian keluarga	43
Tabel 4.2 Distribusi responden yang mengalami kematian teman dekat	43
Tabel 4.3 Distribusi responden yang mengalami perceraian orang tua	44
Tabel 4.4 Distribusi responden yang mengalami hukuman penjara	44
Tabel 4.5 Distribusi responden yang mengalami sakit berat atau luka berat	45
Tabel 4.6 Distribusi responden yang mengalami pernikahan	45
Tabel 4.7 Distribusi responden yang mengalami dipecat / dikeluarkan dari pekerjaan	46
Tabel 4.8 Distribusi responden yang mengalami gagal dalam ujian	46
Tabel 4.9 Distribusi responden yang mengalami salah satu keluarga sakit	47
Tabel 4.10 Distribusi responden yang mengalami kehamilan	47
Tabel 4.11 Distribusi responden yang mengalami problem / masalah seksual	48
Tabel 4.12 Distribusi responden yang mengalami selisih dengan teman dekat	48
Tabel 4.13 Distribusi responden yang mengalami problem status keuangan	49
Tabel 4.14 Distribusi responden yang mengalami perubahan mata kuliah	49
Tabel 4.15 Distribusi responden yang mengalami masalah dengan orang tua	50
Tabel 4.16 Distribusi responden yang memiliki kekasih baru	50
Tabel 4.17 Distribusi responden yang memiliki tugas yang menumpuk	51
Tabel 4.18 Distribusi responden yang mendapat penghargaan terhadap diri sendiri yang memuaskan.....	51
Tabel 4.19 Distribusi responden yang mengalami semester baru di perkuliahan	52
Tabel 4.20 Distribusi responden yang mengalami perubahan kondisi kehidupan	52
Tabel 4.21 Distribusi responden yang mengalami perbedaan argumen dengan dosen.....	53
Tabel 4.22 Distribusi responden yang mendapat nilai lebih rendah dari yang diharapkan.....	53
Tabel 4.23 Distribusi responden yang mengalami perubahan siklus tidur	54
Tabel 4.24 Distribusi responden yang mengalami perubahan aktivitas / kegiatan Sosial.....	54
Tabel 4.25 Distribusi responden yang mengalami perubahan siklus makan	55
Tabel 4.26 Distribusi responden yang mengalami kecelakaan berkendara	55
Tabel 4.27 Distribusi responden yang mengalami perubahan jumlah keluarga (karena menikah / kematian).....	56
Tabel 4.28 Distribusi responden yang mengalami banyak ketinggalan kelas / kuliah	56

Tabel 4.29 Distribusi responden yang mengalami perubahan tempat belajar (di kampus lalu di rumah sakit)	57
Tabel 4.30 Distribusi responden yang mengalami dikeluarkan dari kelas	57
Tabel 4.31 Distribusi responden yang mengalami pelanggaran kecil di jalan raya	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pembagian Sistem Saraf Otonom	8
Gambar 2.2 Daerah Pengaturan Otonom pada Batang Otak dan Hipotalamus	8
Gambar 2.3 Mekanisme Biologis Respon Stress	11
Gambar 3.1 Asal Usul Kecemasan	22
Gambar 3.2 Berbagai Reaksi Terhadap Kecemasan	24