

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres didefinisikan oleh Hans Seyle sebagai respon tubuh yang sifatnya adaptif pada setiap perlakuan yang menimbulkan perubahan fisik atau emosi. Sedangkan, stres menurut Lazarus dan Folkman adalah bukan hanya suatu respon atau stimulus, melainkan hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dinilai oleh individu tersebut sebagai melebihi kemampuannya atau sumber dayanya dan mengancam kesejahteraannya.¹

Para mahasiswa sedang melalui periode kritis masa transisi dari masa remaja menuju dewasa. Pada masa ini, mahasiswa sampai titik tertentu lepas dari ketergantungan pada orang tua pada masa kanak-kanak dan menjadi mandiri. Oleh karena hal-hal di atas, masa ini dapat menjadi salah satu masa yang paling menyebabkan stres pada kehidupan individu.²

Penelitian oleh Wafaa Yousif Abdel Wahed dan Safaa Khamis Hassan pada tahun 2016 terhadap 442 mahasiswa menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah 62,4%.³ Penelitian sejenis dilakukan oleh Eliza Omar Ova pada tahun 2015 pada para mahasiswa fakultas-fakultas kedokteran di Bangladesh. Penelitian yang dilakukan terhadap 1.363 partisipan tersebut menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 53% dan pada mahasiswi sebesar 55%.⁴ Pada penelitian yang dilakukan oleh Amelinda Nathania pada tahun 2013 pada 30 orang mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha, didapatkan 40% mahasiswi mengalami stres ringan, 26,6 % mahasiswi mengalami stres tingkat sedang, dan 33,3% mengalami stres tingkat berat.⁵

Stres yang berlebihan dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 36 Tahun 2009, kesehatan adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual dan sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.⁶

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 memberikan definisi kesehatan jiwa adalah kondisi di mana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan untuk komunitasnya. Artinya, orang dengan gangguan psikologis tidak dapat dikategorikan sebagai orang sehat.⁵

Selain itu, stres dapat memengaruhi pencapaian akademik dan perkembangan personal atau profesional.⁷ Hal ini dapat memengaruhi kesehatan pasien sebagai individu dan masyarakat luas di masa depan.

Penelitian Abdulghani pada tahun 2008 menunjukkan dampak stres terutama dialami oleh mahasiswa tingkat pertama, kedua, dan ketiga.⁸ Sementara itu, stres paling banyak dialami oleh mahasiswa tahun kedua.⁹ Di samping itu, pendidikan kedokteran dapat dikatakan merupakan lingkungan yang mempunyai tingkat stres tinggi.¹⁰

Berdasarkan data-data di atas, peneliti melihat pentingnya melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017.
2. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan jenis kelamin.
3. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan usia.
4. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan penggolongan IMT (Indeks Massa Tubuh).

5. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan asal domisili Jawa dan luar Jawa.
6. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan golongan jenis pekerjaan orangtua.

1.3 Maksud dan Tujuan

1.3.1 Maksud Penelitian

Mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan jenis kelamin, usia, penggolongan IMT (Indeks Massa Tubuh), asal domisili Jawa dan luar Jawa dan golongan jenis pekerjaan orangtua.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Akademis

Memberikan informasi mengenai gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 dan juga memberikan informasi mengenai gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 berdasarkan jenis kelamin, usia, penggolongan IMT (Indeks Massa Tubuh), asal domisili Jawa dan luar Jawa dan golongan jenis pekerjaan orangtua.

1.4.2. Manfaat Praktis

Bermanfaat bagi tenaga pengajar agar lebih mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa/i tingkat dua Universitas Kristen Maranatha tahun 2017 dan dapat menindaklanjuti dengan mengadakan upaya promosi kesehatan yang terkait keterampilan manajemen stres bagi para mahasiswa/i serta upaya preventif dengan cara mengevaluasi tingkat stres secara berkala pada mahasiswa/i.

1.5 Landasan Teori

Stres didefinisikan oleh Hans Seyle sebagai respon tubuh yang sifatnya adaptif pada setiap perlakuan yang menimbulkan perubahan fisik atau emosi. Sedangkan, stres menurut Lazarus dan Folkman adalah bukan hanya suatu respon atau stimulus, melainkan hubungan antar individu dengan lingkungannya yang dinilai oleh individu tersebut sebagai melebihi kemampuannya atau sumber dayanya dan mengancam kesejahteraan.¹

Mahasiswa/i termasuk kelompok yang sering mengalami stres. Menurut survei yang dilakukan oleh *Associated Press and mtvU* pada tahun 2008, 80% dari mahasiswa/i mengatakan sering atau kadang-kadang mengalami stres harian.¹¹

Penelitian yang dilakukan pada oleh M.H Sani, Ibrahim Ahmed Bani, dan Mohamed Salih Mahfouz pada tahun 2012 menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa/i di fakultas kedokteran mencapai 71,9 %.⁹ Menurut penelitian yang dilakukan di *College of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia*, stres lebih banyak dialami oleh mahasiswi (75,7%) dibandingkan dengan mahasiswa (57%).¹² Hasil penelitian Wafaa Yousif Abdel Wahid dan Safaa Khamis Hassan pada tahun 2015 menunjukkan bahwa stres lebih sering dialami oleh mahasiswa/i berusia 21-23 tahun. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa stres lebih sering dialami oleh mahasiswa/i dengan *obese* dan *overweight* dan pada mahasiswa/i dengan status sosioekonomi rendah yang berhubungan dengan jenis pekerjaan.³ Selain itu, berdasarkan penelitian Waghachavare et al., pada tahun 2013, stres lebih sering ditemukan pada mahasiswa/i yang berasal dari

perkotaan (20,4%) dibandingkan dengan pedesaan (20,2%).¹³ Menurut penelitian Khoerniawan pada tahun 2009 terdapat dinamika stres pada mahasiswa yang berasal dari luar pulau Jawa.¹⁴ Pada penelitian yang dilakukan oleh Amelinda Nathania pada tahun 2013 pada tahun 2013 pada 30 orang mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha, didapatkan 40% mahasiswi mengalami stres ringan, 26,6 % mahasiswi mengalami stres tingkat sedang, dan 33,3 % mengalami stres tingkat berat.⁵

