

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan perasaan ketidakpastian, keprihatinan, dan ketakutan tanpa stimulasi yang pasti, ini berkaitan dengan reaksi perubahan fisiologis (berdebar-debar, berkeringat, gemetar, dan lain-lain).¹ Tipe-tipe gangguan cemas sendiri itu sendiri ada beragam, seperti: gangguan kecemasan umum, gangguan fobia, gangguan stress akut, gangguan panik, gangguan obsesif kompulsif, dan gangguan stress pasca-trauma.²

Secara global pada tahun 2010, sekitar 273 juta atau 4,5% dari populasi dunia memiliki gangguan kecemasan. Untuk gender, perempuan lebih sering terkena gangguan kecemasan (5,2%) dibandingkan dengan laki laki (2,8%). Untuk di indonesia sendiri terjadi peningkatan persentase dari 6% ke 9% pada penderita gangguan mental emosional pada penduduk berumur diatas 15 tahun, yang ditandai dengan gangguan kecemasan.³ Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Mirulalini Thinagar dan Wayan Westa, yang berjudul “Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian“ pada tahun 2014, penelitian ini menggunakan sekitar 130 responden, sekitar 23,1% (30 mahasiswa) mengalami fase kecemasan ringan dan 76,9% (100 mahasiswa) mengalami fase kecemasan sedang.⁴

Cemas sendiri sebenarnya adalah hal yang normal pada diri manusia, ini adalah respon normal untuk mengenal ancaman yang dapat menimbulkan gangguan kognitif (khawatir) dan somatik (jantung berdebar, berkeringat, gemetar, dll).⁵ Contohnya seperti seseorang yang takut akan hewan ular akan merasa cemas ketika melihat hewan tersebut bila ada di depannya. Namun ada juga kecemasan yang patologi, kecemasan patologi adalah kecemasan yang berlebihan. Salah satu penyebab kecemasan pada mahasiswa perguruan tinggi sekarang ini adalah stres, stres yang berlebihan ini harus segera diatasi, jika tidak akan mengakibatkan menurunnya tingkat konsentrasi

mahasiswa dalam proses belajar mahasiswa tersebut, hal ini juga berkaitan dengan turunnya pencapaian prestasi sehingga bisa menyebabkan terjadinya depresi pada mahasiswa tersebut. Jika sudah terjadi depresi sangatlah berbahaya, dapat memicu terjadinya aktivitas mencederai diri sendiri atau bahkan bisa sampai melakukan percobaan bunuh diri.⁴

Dalam Penyelenggaraan pendidikan program sarjana pendidikan kedokteran di Universitas Kristen Indonesia Jakarta menggunakan metode pembelajaran PBL (*Problem Based Learning*) dan juga dibagi dengan sistem blok. Materi yang diberikan berupa KP (Kuliah Pakar), skills lab, praktikum dan juga tutorial. Di akhir blok juga akan diadakan ujian blok dimana ujian tersebut dijadikan sebagai bahan evaluasi dari para mahasiswa tersebut.

Maka dari itu berdasarkan penjelasan diatas, dapat dilihat bahwa ujian blok yang dilakukan oleh mahasiswa dapat menjadi faktor pengaruh terhadap kecemasan yang terjadi.⁶ Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti mengenai tingkat kecemasan terhadap ujian blok.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat kecemasan terhadap ujian blok berbasis *CBT* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2020

1.3 Hipotesis

Ada hubungan antara ujian blok dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kedokteran Indonesia Jakarta

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan terhadap ujian blok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2020

1.4.2 Tujuan Khusus

Mengetahui prevalensi tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia terhadap ujian blok

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Aspek Teoritis

Memberikan dasar informasi ilmiah tentang gambaran tingkat kecemasan terhadap ujian blok berbasis CBT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia

1.5.2 Aspek Aplikatif

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi mengenai gambaran tingkat kecemasan terhadap ujian blok berbasis CBT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia

