

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kecemasan merupakan sebuah keadaan yang terdapat pada setiap orang. jika dikelola secara positif dapat menjadi sumber motivasi untuk menjadi lebih baik, namun jika tidak dapat dikendalikan secara positif maka akan menjadi gangguan keseimbangan hidup seseorang.<sup>1</sup> Kecemasan merupakan pengalaman perasaan yang tidak menyenangkan dan timbul akibat reaksi ketegangan akibat suatu penyebab dari dalam maupun luar tubuh.<sup>2</sup>

Kecemasan bisa muncul dimana saja termasuk di lingkungan pendidikan, dan bisa dialami oleh siswa maupun siswi, misalnya saat menghadapi ujian, hal ini disebut dengan kecemasan internal. Kecemasan akademik merupakan perasaan tidak menyenangkan terhadap kemungkinan terjadinya sesuatu yang dapat mengganggu seluruh proses pembelajaran.<sup>3</sup> Berdasarkan data yang didapatkan dari *The Epidemiologic Catchment Area* (ECA) menunjukkan bahwa rasio mahasiswa yang mengalami kecemasan ialah 6-7% dari satu angkatan berjalan.<sup>4</sup> Dan berdasarkan kepada penelitian yang dilakukan oleh Pakistan Psychiatry Society didapatkan bahwa Mahasiswa Kedokteran yang mengalami kecemasan lebih tinggi daripada rata-rata mahasiswa dalam populasi umum yang berusia diantara 18-29 tahun.<sup>5</sup> Kecemasan yang timbul akibat masalah pendidikan dapat terjadi akibat berbagai faktor diantaranya adalah banyaknya tuntutan dari dalam lingkungan pendidikan dan bahkan dari luar lingkungan pendidikan itu sendiri. Beberapa diantaranya adalah mahasiswa harus menyelesaikan pendidikan tepat waktu, menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik, dan juga kurangnya rasa percaya diri yang diakibatkan sedikitnya dukungan yang didapat oleh mahasiswa saat menjalankan perkuliahan. Kecemasan yang tidak dikendalikan dengan baik dapat berakibat dalam menurunnya kinerja seseorang bahkan sampai kepada tahap dimana seseorang dapat melukai dirinya sendiri.<sup>6</sup>

Berdasarkan hal tersebut didapatkan beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengatasinya, salah satu diantaranya adalah *Self-Efficacy* (Efikasi Diri).<sup>7</sup>

Efikasi diri ialah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas yang menjadi kewajibannya untuk berhasil. Seorang siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi diharapkan mampu mengatasi permasalahan dan tantangan yang dihadapinya selama menempuh studi.<sup>8</sup> Dengan adanya rasa percaya diri, seseorang akan mengetahui seberapa mampu dirinya, sehingga akan sangat mempengaruhi perilakunya. Orang dengan efikasi diri yang tinggi tidak mudah merasa kewalahan sehingga risiko rasa cemasnya lebih kecil.<sup>9</sup> Berdasarkan Penelitian yang dilakukan di Universitas Lampung didapatkan adanya hubungan antara tingginya efikasi diri pada mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tersebut dan memberikan sebanyak 47,5% dalam faktor penyebab kecemasan itu sendiri.<sup>10</sup>

Berdasarkan latar belakang dari masalah diatas, oleh karena itu penulis ingin mendalami penelitian terdahulu dengan mencari hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan kepada penjelasan yang terdapat di latar belakang, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri terhadap kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022 ?

### **1.3. Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian yang dilakukan penulis ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui jumlah individu yang mengalami kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.
2. Mengetahui faktor efikasi diri terhadap kecemasan yang dialami oleh Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.
3. Mengetahui faktor resiko kecemasan berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal dialami Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2022.
4. Mengetahui hubungan kecemasan dengan usia Mahasiswa Fakultas Kedokteran Kristen Angkatan 2022.
5. Mengetahui hubungan kecemasan dengan jenis kelamin Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.
6. Mengetahui hubungan kecemasan dengan tempat tinggal mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia 2022.
7. Mengetahui hubungan kecemasan dengan efikasi diri Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Angkatan 2022.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Institusi**

Hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah sumber kepustakaan bagi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Masyarakat mendapatkan informasi mengenai bagaimana menghindari kecemasan yang disebabkan oleh tidak efektifnya efikasi pada diri.

### **1.4.3 Bagi Peneliti**

1. Sebagai pengalaman untuk memperluas wawasan dan pengetahuan, dan untuk mengembangkan keterampilan penulis.
2. Sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

