

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyatakan stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan). Sedangkan depresi adalah reaksi kejiwaan seseorang terhadap stressor yang dialaminya. Reaksi kejiwaan lainnya yang erat hubungannya dengan stres adalah kecemasan. Siapapun bisa mengalami stres mulai dari anak-anak, remaja, dewasa maupun lansia. Mahasiswa termasuk remaja yang yang tidak luput dari stres. Bagi orang tua dan masyarakat umum menganggap mahasiswa sudah dewasa dan mampu untuk menyelesaikan sendiri masalah yang sedang dihadapi. Perasaan stres mahasiswa dapat meningkat drastis akibat banyaknya tekanan atau tuntutan dari orang-orang terdekat untuk segera menyelesaikan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa. Akibat dari banyaknya tuntutan dan tekanan tersebut munculah stres yang bersifat negatif karena kurangnya kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan tersebut serta tidak adanya keseimbangan antara tuntutan dan kemampuan yang dimiliki.(1)

Banyaknya hambatan yang dihadapi mahasiswa dalam perjalanan kuliahnya memicu timbulnya stres. Stres menyebabkan mahasiswa menjadi lebih lama untuk menyelesaikan perkuliahan, karena akibat dari stres tersebut membuat mahasiswa kesulitan untuk menghafalkan materi yang diberikan dosen kepadanya sehingga membuat mahasiswa tidak lulus ketika menghadapi ujian. Selain itu kurangnya waktu tidur juga berpengaruh karena dampak dari stres yang dialami. Hal tersebut membuat mahasiswa kesulitan untuk berfikir dan munculnya rasa malas, sehingga membuat seseorang menunda mengerjakan tugas atau membuatnya untuk tidak belajar.(1)

Prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia didapatkan sebesar 36,7-71,6% (Fitasari 2011). Menurut Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey

2022, 15,5 juta (34,9 persen) remaja mengalami gangguan mental. Sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeeb 2010, Koochaki 2009).(2) Berdasarkan data tercatat didapati 86% populasi di dunia mengalami stres dan di Indonesia sendiri sebanyak 75% orang mengalami stres (Cigna, 2018). Menurut penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa di Amerika ada sekitar 45,3% dari keseluruhan datanya mahasiswa mengalami stres (American Collage Health Association, 2017).(1) Pada penelitian Sari (dalam Enik Nur Kholidah dan Asmadi Alsa, 2012) stres pada mahasiswa akibat beban tugas terjadi sebesar 46,9%. Dalam penelitian Arta (2004) menemukan bahwa stres pada mahasiswa yang disebabkan oleh faktor lingkungan mencapai 64,1%.(3) Sementara pada penelitian Hapsari (2004) melaporkan 45,3% mahasiswa mengalami stres pada saat mengerjakan skripsi dan sebesar 39,2% pada penelitian Rohman (2006) mengalami hal yang sama. Supradewi (2006) dalam penelitiannya melaporkan sebanyak 44,3% mahasiswa baru yang mengalami stres. Berdasarkan penelitian oleh Fauziyyah, Awinda, & Besral (2021), sebesar 55,1% stres dialami oleh mahasiswa Indonesia selama perkuliahan daring ditambah dengan angka kecemasan selama perkuliahan daring sebesar 40%.(4) Data dari WHO menyebutkan bahwa 3 per mil dari sekitar 32 juta penduduk di Jawa Tengah menderita kegilaan dan 19 per mil lainnya menderita stres. Jika dipresentasikan, maka jumlahnya mencapai sekitar 2,2 persen dari total penduduk Jawa Tengah (Pemerintah Sosial Budaya, 2007).(5)

Seorang mahasiswa berinisial KAM, berusia 20 tahun, mahasiswi dari salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta, melakukan bunuh diri akibat stres tugas kuliah. Contoh lain, GR, Mahasiswa Universitas 'X' disebut PTN (Perguruan Tinggi Negeri) di Jambi, melakukan bunuh diri akibat depresi menghadapi banyak persoalan, mulai dari pembuatan skripsi, masalah keuangan, hingga bertengkar dengan kekasihnya (2023). Selain itu juga ada mahasiswa berinisial FH, berusia 24 tahun, mahasiswa dari salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta, melakukan bunuh diri akibat depresi karena masalah keluarga dan kesulitan dalam pengerjaan skripsi (2020). seorang mahasiswa dari salah satu perguruan tinggi negeri yang ada di Makassar, melakukan bunuh diri karena stres atau depresi akibat tugas kuliah yang menumpuk (2022). Seorang mahasiswa berinisial BGL, seorang mahasiswa tingkat

akhir disalah satu perguruan tinggi negeri yang berada di Palembang, melakukan bunuh diri dengan cara gantung diri karena depresi saat mengerjakan skripsi (2022). Seorang mahasiswa berinisial BH, berusia 17 tahun, seorang mahasiswa di Samarinda, melakukan bunuh diri karena merasa depresi akibat tidak kunjung lulus setelah kuliah selama 7 tahun karena skripsinya sering kali ditolak oleh dosen pembimbingnya.(5)

Berdasarkan latar belakang dari permasalahan tersebut, tidak sedikit mahasiswa atau mahasiswi yang mengalami gangguan psikologis yang mengakibatkan stres. Penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan tingkat stres mahasiswa dalam proses pembelajaran.

1.2.Rumusan Masalah

Ketika seseorang mahasiswa mengalami stres terhadap pembelajarannya maka akan berdampak pula terhadap individu itu sendiri, dampak yang akan muncul adalah rasa malas dan rasa ingin selalu menunda kewajibannya sebagai mahasiswa.

1. Bagaimana gambaran tingkat stress mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022 dalam proses pembelajaran?
2. Bagaimana gambaran tingkat depresi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022 dalam proses pembelajaran?
3. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022 dalam proses pembelajaran?

1.3.Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat depresi yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2022.

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

1. Memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran.
2. Memperluas wawasan dan pengetahuan peneliti tentang stres.
3. Meningkatkan keterampilan peneliti dalam membuat, mengelola dan melaporkan karya ilmiah.

1.4.2. Bagi Instansi Peneliti

1. Sebagai karya ilmiah yang dapat digunakan sebagai pengetahuan di Instansi Universitas Kristen Indonesia.
2. Memberikan informasi ilmiah kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian di masa mendatang.
3. Memperkaya publikasi ilmiah bagi instansi peneliti.

1.4.3. Bagi Masyarakat

Menambah informasi ilmiah kepada masyarakat mengenai tingkat stres yang dialami oleh Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.