

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan status baru yang diberikan ketika seseorang masuk ke universitas.¹ Pada masa ini terdapat peralihan dari seorang siswa menjadi seorang mahasiswa baru yang membuat seseorang dihadapkan dengan begitu banyak perubahan dan tantangan baru.^{2,3} Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor yang berbeda, seperti sistem pembelajaran yang sangat berbeda antara sekolah menengah atas (SMA) dan universitas, penyesuaian diri dengan lingkungan kampus, kesulitan dalam pengembangan diri, penyesuaian diri dengan kelompok pertemanan baru dan masalah personal lainnya.^{2,4,5}

Ketika memulai tahun pertama kuliah, sebagian besar mahasiswa mengalami masa transisi atau mengalami perubahan yang dapat menimbulkan stres.² Mahasiswa tahun pertama masih terikat dengan kelompok dan lingkungan mereka, sehingga perubahan yang mereka hadapi terkadang dapat berupa lingkungan sosial yang berubah, pengelolaan keuangan yang berubah, beban kerja yang meningkat, dan tugas perkuliahan yang lebih sulit dibandingkan dengan saat di sekolah menengah atas.^{3,6} Mahasiswa yang berjuang untuk memenuhi persyaratan akademis yang ketat biasanya lebih rentan terhadap stres.^{7,8} Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2020, stres merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional apabila terdapat perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang untuk beradaptasi.

Menurut Legiran (2015) menyebutkan bahwa berbagai penelitian menunjukkan mahasiswa kedokteran mengalami stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa program studi di sektor non medis.^{1,9} Hal tersebut dapat terjadi karena volume materi pelajaran yang dipelajari lebih banyak serta perbedaan sistem pembelajaran di fakultas kedokteran jika

dibandingkan fakultas lainnya. Studi yang dilakukan oleh Abdulghani (2008) menunjukkan bahwa masalah terbesar yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa kedokteran adalah berasal dari pelajaran di perkuliahan sebesar 60,3%. Sementara itu, stres yang berasal dari lingkungan hanya sebesar 2,8%. Lebih lanjut, studi ini menemukan bahwa tingkat stres tertinggi pada mahasiswa terjadi pada semester pertama, mencapai 74,2%.¹⁰

Penelitian Saniskoro (2017) menyimpulkan bahwa sebagian dari pengurangan stres mahasiswa dapat dikaitkan dengan penyesuaian diri. Tingkat stres mahasiswa yang berkaitan dengan akademik dapat berkurang jika ia dapat terbiasa dengan lingkungan perkuliahan. Sebaliknya, tingkat stres mahasiswa akan meningkat jika mereka tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan.⁸

Bedasarkan penjelasan di atas tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru dapat memiliki potensi besar untuk mengalami stres. Sehingga atas latar belakang inilah, peneliti berinisiatif melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat stres pada mahasiswa FKUKI Jakarta angkatan 2022.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan sebelumnya, maka rumusan masalah untuk penelitian ini adalah sebagai berikut: Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa FK UKI Jakarta angkatan 2022?.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta Angkatan 2022.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta Angkatan 2022 dalam proses adaptasi menjadi seorang mahasiswa.
2. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta Angkatan 2022 dalam proses adaptasi menjadi seorang mahasiswa.

1.4. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti tentang subjek penelitian yang berkaitan dengan gambaran tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama.

b. Bagi Universitas

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah referensi untuk penelitian di masa yang akan mengenai tingkat stres mahasiswa, terutama pada tahun pertama mereka di perguruan tinggi..

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan mampu memberikan informasi kepada masyarakat mengenai tingkat stres pada mahasiswa baru.