

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kecemasan ialah satu dari sekian banyak gejala psikiatri sebagai respon normal yang dialami individu ketika menghadapi ketegangan, konflik, perasaan serta situasi yang tidak nyaman, maupun ancaman kegagalan akan sesuatu dalam dirinya. Meskipun kecemasan merupakan salah satu respon normal pada individu, kecemasan yang berlebihan akan berakibat bagi kondisi fisik ataupun psikis seseorang. Rasa cemas ialah wujud dari perasaan subjektif perihal mental yang menegang dan merasa gelisah atas dasar respon umum dari ketidakberdayaan terhadap penanganan masalah. Perasaan yang tak pasti itu umumnya terasa kurang menyenangkan. Nantinya, setelah terpendam sekian lama akan memicu perubahan terhadap fisiologis maupun psikologis.

Atas dasar ketetapan yang tersampaikan di perundang-undangan Nomor 18 Tahun 2014 perihal kesehatan jiwa, pada umumnya menyebutkan jika UUD Republik Indonesia Tahun 1945 memberikan jaminan bagi semua orang agar bisa hidup sejahtera secara fisik maupun batin dan mendapat layanan kesehatan dengan menyelenggarakan pembangunan layanan kesehatan. Agar dapat meraih tujuan itu, harus melakukan beragam cara, termasuk usaha kesehatan jia menggunakan pendekatan pencegahan, menolong guna menyembuhkan, meningkatkan, serta pemulihan. Upaya tersebut terselenggara atas dasar integrasi, ekstensif, serta berkelanjutan oleh pemerintah pusat, daerah, ataupun masyarakat.

Individu yang merasa sehat jiwanya tercermin pada karakter yang positif, kredibilitas, serta bisa menyesuaikan diri terhadap dinamika maupun tuntutan hidup. Umumnya, terdapat empat tingkatan rasa cemas (Peplau, Videbeck, 2008), meliputi cemas ringan, menengah, berat, dan panic. Di setiap tahapan tersebut, seseorang akan menampilkan tingkah laku, kognitifnya, serta respon emosi saat berusaha mengatasi segala rasa cemas. Adapun rasa cemas muncul akibat tekanan kehidupan sehari-hari. Tekanan hidup sehari-hari yang terus menumpuk akan menimbulkan stres.

Salah satu sumber kecemasan adalah ujian. Berkaitan dengan hal tersebut peneliti mengalami hal serupa dengan teman-teman mahasiswa Pendidikan Dokter Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Ujian merupakan alat ukur untuk proses untuk menunjukkan kemampuan maksimal individu, seperti halnya pada mahasiswa program studi pendidikan dokter yang harus melewati berbagai macam ujian diantaranya adalah ujian akhir blok sebagai salah satu penentu kemampuan maksimal individu. Penelitian Al-Qaisyi (2011) yang telah dilakukan sebelumnya menghasilkan jika ada relasi positif di antara rasa cemas dengan performa akademik mahasiswa: mahasiswa perempuan tingkatan rasa cemasnya lebih tinggi daripada mahasiswa pria. Mahasiswa yang merasakan kecemasan saat menghadapi ujian merupakan suatu respon yang dirasakan individu karena individu tersebut terpacu untuk mendapatkan prestasi yang baik namun memiliki kendala pemahaman serta pengetahuan yang kurang terkait suatu pembelajaran yang harus dikuasai.

Sesuai dengan penjelasan yang sudah tersampaikan di Al-Quran Surat Al-Baqarah Ayat 155-156, berbunyi:

أَصَابَتْهُمْ إِذَا الْذِينَ الصَّابِرِينَ وَبَشِيرٌ ۖ وَالنَّمْرَاتِ وَالْأَنْفُسِ الْأَمْوَالِ مِنَ وَنَقَصِنِ وَالْجُوعِ الْخَوْفِ مِنْ بَشِيرٍ ۖ وَلَنْبَلُونَكُمْ  
رَأَجْعُونَ إِلَيْهِ وَإِنَّا لِلَّهِ إِنَّا قَالُوا مُصِيبَةٌ

*Dan berikan kabar gembira kepada orang-orang yang sabar. Siapakah orang-orang yang sabar? Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang besar, curahan rahmat Allah dan hidupnya dibimbing oleh Allah. Dua, Innalillahi Wainailaihi Rojiun. Sesungguhnya, kami adalah milik Allah dan kembali kepada Allah.*

Kecemasan yang dialami individu tidak hanya menimbulkan respon psikologis saja, tetapi juga menimbulkan respon fisiologis. Respon fisiologis yang ditimbulkan karena adanya kecemasan pada diri individu adalah respons sistem saraf otonom pada ketakutan serta ansietas memicu kegiatan involunter di tubuh individu, termasuk sistem mempertahankan diri. Serabut saraf simpatis secara otomatis akan mengaktifkan tanda vital terhadap apapun wujud bahaya agar individu sesegera mungkin mempertahankan tubuh. Kelenjar adrenal melepaskan adrenalin (epinefrin) sehingga mengakibatkan tubuh menyita banyak oksigen, medilatasi pupil, serta mengoptimalkan tekanan arteri. Dampaknya, intensitas jantung akan menciptakan konstiksi pembuluh darah perifer serta darah yang memirau dari mekanisme gastrointestinal dan reproduksi sehingga glikogenolisis akan melonjak menjadi glukosa bebas agar menopang otot, jantung, serta sistem saraf pusat. Saat bahaya sudah menandakan selesai, maka serabut saraf parasimpatis akan membalikan tahap ini dan mengatur kembali kondisi tubuh ke kondisi semula hingga tanda bahaya selanjutnya mengaktifkan kembali reaksi simpatis (Videbeck, 2008). Pada mahasiswa Pendidikan dokter Angkatan 2016 mengalami kecemasan berat dengan jumlah mahasiswa 31 orang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasar penjelasan yang tertulis pada latar belakang, didapat rumusan permasalahan, yaitu “Apakah ada keterkaitan pada tingkat kecemasan ketika tengah menjalani ujian akhir blok berdasar pada respon fisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY)?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Atas dasar penjelasan pada latar belakang dan pertanyaan seputar analisis, tujuan kajian ini berupaya guna mencari tahu apakah terdapat keterkaitan antara tingkatan rasa cemas saat menjalani ujian akhir blok berdasar pada respons fisiologis mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY).

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Menjadi kajian baru yang bisa difungsikan bagi penelitian selanjutnya.

#### **2. Manfaat Praktisi**

##### **a. Bagi Peneliti**

Hasil kajian ini setidaknya bisa memberi pemahaman baru perihal keterkaitan pada tingkatan rasa cemas saat menjalani ujian akhir blok berdasar pada respons fisiologis mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY).

##### **b. Bagi Institusi**

Hasil kajian ini semoga bisa memberi literatur rujukan dan dan evaluasi pelaksanaan ujian akhir blok terhadap mahasiswa.

##### **c. Bagi Peneliti Berikutnya**

Semoga hasil kajian ini bisa dijadikan tolak ukur perihal kepustakaan serta sumber ilmu bagi penelitian ataupun analisis di kemudian hari.

### **E. Keaslian Penelitian**

Hasil analisis ini adalah kajian yang baru dan tidak pernah dilaksanakan di mahasiswa kedokteran angkatan 2016. Akan tetapi, ada penelitian serupa yaitu :

1. The relation of depression and anxiety in academic achievement among group of university students oleh Lama M. Al – Qaisy pada tahun 2011. Perbedaan pada penelitian tersebut adalah variabel penelitian. Penelitian Al Qaisy variabelnya terkait

dengan tingkat kecemasan dan depresi, sedangkan pada penelitian ini variabel penelitian terkait dengan tingkat kecemasan terhadap respon fisiologis. Dengan hasil pada pertengahan kursus, 9% dari siswa yang sebelumnya bebas gejala menjadi depresi dan 20% menjadi cemas pada tingkat yang signifikan secara klinis. Dari mereka yang sebelumnya cemas atau depresi, 36% telah pulih. Setelah menyesuaikan gejala pra-masuk, kesulitan keuangan membuat kontribusi independen yang signifikan terhadap depresi dan kesulitan hubungan secara independen memprediksi kecemasan. Depresi dan kesulitan keuangan di tengah kursus memperkirakan penurunan kinerja ujian dari tahun pertama ke tahun kedua. (Al-Qasyi, L. M., 2011).

2. Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di kalangan Mahasiswa oleh Zulkarnain Ferry Novliadi tahun 2009. Perbedaan pada penelitian sebelumnya adalah variabel tergantungan, variabel bebas, dan skala yang digunakan adalah menggunakan skala *sense of humor*. Sedangkan pada penelitian ini adalah respon fisiologis dalam menghadapi ujian akhir blok. Atas dasar kajian yang didapatkan, menyatakan jika sense of humor mempunyai aspek penting guna meminimalkan rasa cemas selama mengikuti ujian. Ternyata, humor mampu memberi dampak positif guna meminimalkan tekanan selama menghadapi kondisi atau situasi yang tidak menentu dan cenderung menjadi sebuah ancaman. Bagi mahasiswa yang rentan cemas ketika menjalani ujian pertengahan semester, akhir semester, bahkan ujian akhir (sidang) karya ilmiah perlu mengoptimalkan *sense of humor* sebagai upaya terbaik guna mengatasi kecemasan selama menghadapi kondisi yang kerap menekan.
3. Hubungan Kecemasan dan Hasil UAS-1 Mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado Tahun Ajaran 2012-2013 yang dilakukan oleh Daniel et al medio 2013. Dismilaritas hasil analisis ini terhadap kajian sebelumnya, yaitu pada kajian Daniel et al adalah memanfaatkan metode kajian analitik

observasional atas pemakaian desain kajian longitudinal preospektif, sedangkan pada hasil analisis ini berupa penggunaan metode kajian melalui melalui kuesioner berdasarkan alat ukur dan pemeriksaan. Keseluruhan mahasiswa baru Prodi (Program Studi) Kedokteran Umum tahun akademik 2012/2013 di Universitas Sam Ratulangi acap mengidap rasa cemas, khususnya cemas ringan. Tidak ada keterkaitan antara rasa cemas terhadap hasil UAS-1, namun ada keterkaitan antara gender serta rasa cemas dengan persentase hampir tiga kali lipat bagi mahasiswa baru perempuan yang lebih merasa cemas ketimbang mahasiswa baru bergender pria.

4. Hubungan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) dengan Kelulusan OSCE pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang dilakukan oleh Amir medio 2016. Dismilaritas dengan kajian yang dilaksanakan oleh Amir variabel yang digunakan terkait dengan tingkat kecemasan dengan kelulusan OSCE, sedangkan pada penelitian ini variabel penelitian terkait dengan tingkat kecemasan terhadap respon fisiologis. Hasil kajian ini mendapat nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sejumlah  $-0,106$ , sedangkan nilai signifikansi  $p > 0,05$ . Atas dasar hasil analisis, bisa menyimpulkan jika tidak ada keterkaitan yang krusial pada tingkat rasa cemas selama mengikuti OSCE dengan tingkat kelulusan mahasiswa FK Unand. (Amir, Dinda, P., Iryani, D., Isrona, L., 2016).