

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi dan komunikasi di Indonesia telah mendorong pola kehidupan sosial yang semakin kompleks, mempengaruhi pergeseran nilai, dan mempengaruhi perubahan sosial dalam segala aspek kehidupan manusia. Perkembangan dan perubahan yang demikian pesat menimbulkan konflik dan rasa khawatir yang menuntut kemampuan menyesuaikan diri yang luar biasa dari setiap individu (Wibisono, 1990). Untuk sekelompok manusia, kecepatan perubahan sosial dapat meningkatkan kesulitan adaptasi antara manusia dengan lingkungan sosial, dan dengan teknologi (Purbokawotjo, 1970). Kesalahan adaptasi secara emosional, karena tidak dapat menyelesaikan suatu konflik, dapat menimbulkan stres (Maramis, 1994).

Stres merupakan satu pengalaman atau kejadian yang sering di alami oleh seseorang individu. Stres boleh mendatangkan gangguan pemikiran, perasaan dan aktivitas keseharian. Lessard (1998) mendapati bahwa stres bukan saja di alami oleh orang dewasa, bahkan turut dialami oleh pelajar universitas. Ini karena universitas menuntut pelajar menyeimbangkan berbagai peranan dan tugas yang perlu di laksanakan oleh mereka. Terdapat banyak faktor yang boleh menyebabkan seseorang pelajar mengalami stres. Pelajar mahasiswa/i pada tahun pertama perkuliahan

amat mudah mengalami stres disebabkan oleh proses transisi kehidupan mereka di universitas (Towbes dan Cohen, 1996). Masalah ini dapat dilihat apabila terdapat beberapa golongan pelajar yang menunjukkan kecemerlangan akademik di peringkat persekolahan tetapi tidak dapat mempertahankan pencapaian yang baik saat di universitas. Persaingan yang ketat dalam mengejar prestasi akademik telah memberikan tekanan yang tinggi kepada pelajar dalam merealisasikan wawasan mereka.

Stres terbentuk karena adanya stresor. Stresor tersebut merupakan salah satu dari peristiwa kehidupan yang dialami seseorang. Peristiwa tersebut dapat berupa peristiwa yang diinginkan atau yang tidak diinginkan oleh seseorang yang dapat mempengaruhi jiwa seseorang (Holmes dan Rahe, 1987). Stresor dapat terjadi karena perubahan sosial yang cepat, pergeseran tata nilai ukuran dan persepsi karena adanya perkembangan teknologi dan komunikasi. Stresor yang terjadi karena perubahan lingkungan sosial dan yang dapat mengakibatkan dampak positif atau negatif bagi seseorang merupakan stresor psikososial (Purbokatwotjo, 1970). Dirkeswa (1983), mendefinisikan stresor psikososial sebagai setiap keadaan yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau upaya menganggulangi stresor yang timbul. Stres dapat merupakan faktor pencetus, penyebab atau merupakan akibat dari suatu penyakit, sehingga taraf kesehatan fisik dan kesehatan jiwa dari orang yang bersangkutan menurun karenanya (Hawari, 1996).

Stres merupakan fakta hidup, individu bereaksi secara berbeda terhadap stressor bergantung pada berbagai faktor yang salah satunya oleh bagaimana individu memaknai peristiwa yang menimbulkan stress tersebut (stressor). Bagi sekelompok manusia, kecepatan perubahan menyebabkan manusia tidak dapat menggunakan pengalaman hidupnya sebagai pedoman hidup. Serta kehilangan kemampuan untuk meramalkan masa depannya dengan akibat ansietas (kecemasan), disorientasi social dan perubahan kebudayaan. Semua fenomena ini dapat merupakan dampak positif maupun dampak negatif yang terutama dialami oleh mahasiswa dalam bentuk stressor kehidupan.

Stres dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa/i. Mahasiswa/i dengan kesulitan menyesuaikan diri dapat merupakan stressor tersendiri yang akan menghambat proses belajar-mengajar sebagai tujuan utama pendidikan tidaklah semata-mata ditentukan oleh faktor-faktor yang bersifat akademik, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor non akademik. Dalam faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal dapat berupa dukungan maupun hambatan lingkungan, fasilitas, sistem sosial ekonomi, kondisi alam dan lain sebagainya. Adapun faktor internal dapat berupa kondisi kesehatan jasmani maupun kondisi kesehatan psikis atau emosional. Faktor internal memegang peranan yang paling menentukan dalam keberhasilan proses belajar karena kesehatan psikis seorang mahasiswa dapat berubah dengan adanya perubahan lingkungan (Sumarni,1998).

Biasanya mahasiswa/i ketika mengikuti perkuliahan sering diikuti oleh perasaan stress. Stress seringkali timbul sehingga menyebabkan mahasiswa/i tidak dapat mengikuti perkuliahan secara efektif. Pada kenyataannya keadaan stress seperti ini sering dialami oleh mahasiswa/i. Kedokteran keadaan ini bisa disebabkan karena proses belajar mengajar yang padat dan mata kuliah yang materinya cukup berat. Hal ini dikarenakan mata kuliah yang lebih menekankan pada pemahaman tidak hanya sekedar hafalan. Jelas sekali hal ini bisa menimbulkan stress bagi mahasiswa/i. Dan akhirnya, stress yang ditimbulkan dapat mengurangi kenyamanan saat mengikuti perkuliahan dan mungkin akan menghambat belajar mahasiswa/i. Seperti pusing-pusing/sakit kepala, kelelahan, ingin mengerjakan segalanya dengan cepat, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, tidak sanggup melaksanakan tugas yang sudah dimulai, kehilangan semangat.

Setiap individu mempunyai keinginan untuk mencapai sesuatu yang dicita-citakan. Dari cita-cita inilah maka kebutuhan untuk berprestasi dimiliki oleh setiap individu. Usaha untuk mencapai sesuatu kebutuhan berprestasi tidak menutup kemungkinan menyebabkan individu mengalami tekanan atau stres. Setiap individu mempunyai respon dan cara yang berbeda dalam menghadapi situasi yang sama. Masing-masing orang memandang dunia secara berbeda dan merespon terhadap sesuatu itu berbeda pula. Kemampuan seseorang atau tidak adanya kemampuan untuk mengatasi kejadian dan reaksi yang dialami individu menimbulkan

stres dan sangat mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Stres merupakan suatu respon fisik dan psikologis yang biasa dialami oleh individu hampir di semua kalangan, baik orang dewasa, remaja, bahkan anak-anak. Jenis-jenis permasalahannya tentunya beraneka ragam. Stres belajar merupakan salah satu jenis stres yang banyak dialami oleh mahasiswa/i.

Manusia modern menyimpan segudang masalah. Mereka yang bisa mengelola berbagai pengalaman dalam hidupnya sejak masa anak-anak, remaja hingga menjadi orang dewasa baik, akan selamat menjalani kehidupan sehari-hari yang selalu terjadi pasang surut dari keadaan yang menyenangkan ke keadaan yang tidak menyenangkan. Dalam kehidupannya manusia mengalami berbagai konflik, frustrasi dan kegagalan yang pada waktunya dapat menjelma menjadi cemas, stres dan depresi.

Masalah-masalah yang akan selalu datang suka tidak suka harus kita hadapi sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah Al-Quran surat AL-Baqarah ayat 155 yang artinya sebagai berikut; “Dan sesungguhnya kami akan mengujimu dengan suatu cobaan seperti kelaparan, ketakutan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, namun kabar gembiralah bagi orang-orang yang sabar”.

Di saat ini kalangan masyarakat kita tengah terjadi peralihan perubahan sosial dan budaya dari masyarakat yang agraris menuju masyarakat industri, hal ini dapat kita lihat dengan semakin banyaknya didirikan perusahaan-perusahaan besar dan sebaliknya semakin sempitnya lahan-lahan pertanian. Akibat peralihan budaya ini, terjadi pula perubahan

dikalangan masyarakat, sehingga untuk dapat bertahan kita harus mampu bersaing dengan orang lain. Persaingan yang terjadi tidak hanya di dunia industri, perdagangan, komunikasi, dan lain-lain, tetapi juga muncul di dunia pendidikan untuk menjadi yang terbaik, baik itu didalam perolehan nilai maupun di dalam pergaulan tempat mereka menuntut ilmu (Kartono, 2000).

Akibatnya terjadinya pergeseran nilai-nilai yang berlaku (baik itu didalam keluarga, lingkungan belajar dan masyarakat umum) yang diiringi dengan tuntutan-tuntutan hidup yang semakin kompleks sering kali menyebabkan seseorang menemui hambatan-hambatan yang dapat menjadi konflik bagi dirinya dan pada gilirannya dapat menimbulkan stres yang nantinya berpengaruh terhadap prestasi belajar dan pergaulannya sehari-hari (Bahar, 1995).

Hal ini juga dialami oleh mahasiswa/i, apalagi jika mahasiswa/i itu adalah mahasiswa/i baru yang harus beradaptasi dengan lingkungan kampus yang berbeda dengan lingkungan sebelumnya.

Mahasiswa/i baru mengalami berbagai perubahan mental dan emosional dituntut untuk cepat melakukan adaptasi. Sebagai mahasiswa/i, mereka merupakan tumpuan harapan bagi keluarga dan negara karena mereka merupakan generasi penerus. Di lingkungan perguruan tinggi, mereka akan menemui situasi yang berbeda yaitu tanggung jawab yang lebih besar untuk menentukan kehidupan atau keputusan sendiri serta lingkungan pergaulan yang lebih luas dan bebas. Untuk itu mereka dituntut

untuk dapat bersikap bijak dan bertanggung jawab, namun tidak semua dari mereka yang siap menerima penghentian status ketergantungan serta persaingan akademik dan sosial yang lebih ketat sehingga hasil belajar yang mereka terima tidak tercemar dari nilai apapun Indeks Prestasi (IP) yang mereka inginkan akibat stres yang mereka alami.

Menurut Budiman (2002), stres merupakan bagian kehidupan manusia sehingga tidak perlu ditakuti dan dihindari. Selain itu dikatakan juga bahwa setiap saat stres dapat muncul dan mengganggu aktivitas kehidupan, untuk itu yang perlu dikembangkan adalah kemampuan manusia dalam menghadapi berbagai masalah sehingga dalam kehidupan didapat kebahagiaan dan kepuasan.

Menurut pemahaman kesehatan jiwa, seseorang dikatakan sakit apabila ia tidak lagi mampu berfungsi secara wajar dalam kehidupan sehari-harinya, baik di rumah, di sekolah, di tempat kerjanya atau lingkungan sosialnya. Seseorang yang mengalami stres akan terganggu fungsi kehidupannya sehari-hari. Hal ini dapat mengakibatkan menurunnya produktivitas (Hawari, 1999).

Stres merupakan respon dari setiap perubahan lingkungan yang selalu terjadi, maka tak ada manusia yang bebas dari stres. Karena itu satu-satunya pilihan yang tersedia adalah beradaptasi. Setiap orang mempunyai toleransi yang bervariasi terhadap stres, sehingga terdapat tingkatan yang berbeda dalam beradaptasi (Bahar, 1995).

Hal ini juga ditegaskan Maramis (1998) yang menyatakan bahwa seberapa besar kemampuan individu dalam menghadapi stres inilah yang disebut toleransi stres yang menggambarkan daya tahan terhadap stres atau nilai ambang frustrasi.

Masing-masing individu memiliki tingkat toleransi terhadap stres yang berbeda, dari yang rendah hingga yang tinggi (Atkinson *et.al.*, 1991). Stressor yang beraneka ragam, jika individu mampu menggerakkan kekuatan mengatasi stressor, maka ia mempunyai toleransi yang baik, dan sebaliknya jika ia menyerah, maka ia mempunyai toleransi terhadap stres yang kurang baik pula. (Crow, L. D., dan Crow, A., 1974).

Berdasarkan hal di atas, maka di lakukan penelitian apakah individu dengan insidensi stres yang rendah mempunyai prestasi akademik lebih rendah dibandingkan dengan individu yang mempunyai insidensi terhadap stres yang lebih tinggi.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran Indeks Prestasi (IP) pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011.

2. Bagaimana gambaran insidensi Stres pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011.
3. Benarkah ada hubungan antara insidensi terhadap stres dengan Indeks Prestasi (IP) pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan semester satu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah :

1. Mengetahui Indeks Prestasi (IP) mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011.
2. Mengetahui insidensi terhadap stres pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011.
3. Mengetahui hubungan antara insidensi terhadap stres dengan Indeks Prestasi (IP) pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011.

Adapun tujuan umum penelitian ini adalah :

1. Memahami karakteristik mahasiswa/i.
2. Memahami kondisi yang dialami oleh mahasiswa/i.
3. Memahami permasalahan yang dialami oleh mahasiswa/i.
4. Memahami cara mengidentifikasi permasalahan yang dirahasiakan mahasiswa/i.
5. Memahami bentuk-bentuk intervensi yang dapat di lakukan oleh dosen terhadap permasalahan mahasiswa/i.

D. Keaslian Penelitian

Menurut pustaka yang ada, peneliti menemukan beberapa penelitian yang mengangkat masalah insidensi terhadap stres yang dilihat dari Indeks Prestasi (IP).

Penelitian tersebut diantaranya adalah :

1. Penelitian Mada Brata P tahun 1997 yang berjudul Hubungan Antara Ketahanan Terhadap Stres Dengan Indeks Prestasi Pada Mahasiswa/i semester enam (VI) Tahun Ajaran 1996/1997. Penelitian ini menggunakan metode *cros-sectional* dengan uji statistik *Chi Square* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketahanan terhadap stres dengan Indeks Prestasi (IP) mahasiswa/i Fakultas Kedokteran tahun 1996/1997 dengan hasil yang diperoleh adalah terdapat hubungan yang bermakna antar kedua variabel.

2. Penelitian Andy Aprianto tahun 1998 yang berjudul Perbandingan Tingkat Kekebalan Stres Dan Derajat Stres Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran dengan mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas Gadjah Mada dengan menggunakan instrument penelitian Skala Holmes. Penelitian ini menggunakan metode *cros-sectional* observasi dengan uji statistik *Student T-Test* yang bertujuan untuk menggambarkan perbedaan tingkat kekebalan terhadap stres dan derajat stres psikososial antara mahasiswa/i fakultas kedokteran dan mahasiswa/i fakultas ekonomi UGM dengan hasil yang diperoleh adalah terdapat perbedaan tingkat kekebalan terhadap stres pada kedua populasi yang diteliti.

3. Penelitian Kustyarini tahun 2006 melakukan penelitian yang bertujuan untuk membantu mahasiswa/i mengurangi stres dengan keefektifan Konseling Multimodal (KM), rancangan penelitian ini adalah pra-eksperimental, dengan menggunakan *the one-group pretest-posttest design*. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa/i Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana angkatan 2006/2007, yang memiliki ketrampilan mengelola stres rendah. Penelitian ini menggunakan dua jenis instrumen yaitu : a) bahan perlakuan, b) instrumen pengukuran.

Pada penelitian ini, peneliti mempunyai persamaan dengan penelitian sebelumnya dimana sama-sama meneliti tentang stres yang terjadi pada mahasiswa/i. Adapun perbedaan yang terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian terdahulu adalah peneliti

menggunakan tempat dan sampel yang berbeda, dan menitik beratkan penelitian terhadap sejauh mana korelasi yang ada antara toleransi stres dengan Indeks Prestasi (IP) pada sampel yang akan diteliti yaitu : jenis kelamin dengan Indeks Prestasi (IP), posisi anak dalam keluarga dengan Indeks Prestasi (IP), tempat tinggal dengan Indeks Prestasi (IP) dengan menggunakan analisis korelasi Spearman.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Toeritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan para pembaca terutama mengenai hubungan antara insidensi stres dengan Indeks Prestasi (IP) pada mahasiswa/i baru Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta semester satu angkatan 2010/2011 serta Sebagai salah satu sumber informasi tentang stres dan kaitannya dengan Indeks Prestasi (IP).

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak Universitas khususnya Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan dalam memberikan perhatian dan penanganan terhadap masalah

stres terutama bagi mahasiswa/i dengan kecenderungan lebih mudah suntuks terkena stres.

- b. Bagi mahasiswa/i Progam Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Umum dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang stres, insidensi terhadap stres serta hubungannya dengan prestasi belajar sehingga dapat mempersiapkan diri untuk beradaptasi dengan lebih baik dan cepat terhadap faktor-faktor pencetus stres.

- c. Masyarakat

Untuk masyarakat diharapkan dapat menambah wawasan tentang stres dan apa saja faktor pencetusnya terutama bagi orang tua yang mempunyai anak usia sekolah sehingga dapat membantu memberi dukungan dan membantu menyelesaikan apabila anak menghadapi masalah yang dapat menimbulkan stres.

- d. Peneliti

Selain untuk menyelesaikan salah satu syarat kelulusan, penelitian ini juga diharapkan dapat memperdalam pengetahuan peneliti mengenai stres dan permasalahan yang ada pada mahasiswa/i.