

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Karena adanya perubahan perkembangan dunia yang semakin modern untuk saat ini, masyarakat semakin banyak menghadapi berbagai masalah, antara lain seperti masalah yang ada di lingkungan sosial dan adanya tuntutan dari lingkungan itu sendiri. Dengan adanya keinginan untuk meningkatkan kualitas diri, ketidakmampuan diri seseorang untuk mendapatkan keinginan tersebut dapat berisiko menimbulkan stres pada diri seseorang (Pathmanathan V. V., 2013).

Menurut (Wahyudi, Bebasari, & Nazriati, 2015), stres merupakan suatu kondisi dimana sering dialami oleh seseorang di dalam menjalankan kehidupan sehari-hari yang sulit dihindari sehingga seseorang harus melawan rasa stres tersebut, selain itu seseorang yang mengalami stres dapat menjadi *nervous* dan merasakan kekhawatiran kronis bahkan stres yang berlebihan membuat dampak negatif yaitu membahayakan kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan, karena disini seseorang dituntut untuk berpikir dan menyelesaikan masalah atau tantangannya tersebut sebagai respon untuk tetap bertahan, dan apabila gagal, stres akan menyebabkan berbagai penyakit fisik, seperti masalah pencernaan, tekanan darah tinggi dan sulit tidur, selain itu juga muncul perilaku negatif seperti merokok, mengonsumsi minum-minuman

keras, mengonsumsi *junk food* dan yang paling buruk adalah mengakhiri hidupnya. Allah berfirman dalam Q. S Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ  
وَالْأَنْفُسِ وَالْثَمَرَاتِ ۗ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya:

Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar (Tafsir Ibnu Katsir Surat Al-Baqarah ayat 155).

Stres merupakan suatu keadaan ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang, sehingga dapat menimbulkan dampak negatif kognitif, emosional, fisiologis, dan perilaku, dampak negatif kognitif itu sendiri dapat berupa sulit berkonsentrasi, sulit mengingat dan memahami pelajaran, akibatnya nilai IP dapat menurun, sedangkan dampak negatif secara emosional antara lain sulit untuk memotivasi diri sendiri, muncul perasaan cemas, sedih, marah, frustrasi, dan dampak negatif fisiologis berupa adanya gangguan-gangguan kesehatan, kekebalan tubuh terhadap penyakit menjadi menurun, sering merasa pusing, badan menjadi lesu, lemah, dan insomnia, serta adanya dampak perilaku yang muncul seperti menunda untuk mengerjakan tugas kuliah, menjadi malas kuliah, serta menyalahgunakan obat dan alkohol (Kariv & Heiman, 2005).

Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa, terutama pada mahasiswa kedokteran. Penelitian mengenai prevalensi tingkat stres pada mahasiswa sudah banyak dilakukan, seperti penelitian dari (Sutjiato, Kandao, & Tucunan, 2015) di Saudi Arabia kepada 494 responden, dikatakan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran adalah 57% dimana mahasiswa yang mengalami stres ringan sebanyak 21,5% kemudian 15,8% mengalami stres sedang dan sisanya 19,6% mengalami stres berat, selain ini penelitian yang dilakukan di Iran oleh (Marjani, Gharavi, Jahanshahi, Vahidirad, & Alizadeh, 2008) kepada 129 sampel dikatakan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 61,7% yang terdiri dari 26,22% mahasiswa mengalami stres ringan, 20,5% mahasiswa mengalami stres sedang, dan sisanya 14,75% mahasiswa mengalami stres berat, dan juga masih banyak lagi beberapa peneliti yang meneliti mengenai prevalensi stres mahasiswa dan kebanyakan dari hasil penelitian lebih banyak mahasiswa kedokteran yang mengalami stres.

Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat gejala depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dari program studi lain dan populasi umum (Hadianto, Tarigan, & Andriani, 2014). Berbagai macam penelitian telah menginterpretasikan stres pada kelompok mahasiswa kedokteran dan hasilnya menunjukkan terdapat stres yang tinggi apabila dibandingkan dengan program studi yang lain di bidang non-medis, hal ini dikarenakan pendidikan di fakultas kedokteran yang relatif berat, banyak persaingan, dan banyak pula tekanan, selain itu, waktu kuliah yang panjang, tugas yang banyak, mahalnnya

biaya untuk masuk kuliah, dan tuntutan untuk dapat berhasil menjadi stresor yang harus dihadapi oleh mahasiswa selama masa pendidikannya dan jika penanganan tidak tepat dapat timbul gejala depresi pada mahasiwanya (P, 2012).

Penyebab stres bisa berasal dari individu itu sendiri, dari lingkungan, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan tempat tinggal, dan dapat juga berasal dari tempat-tempat dimana individu banyak menghabiskan waktunya seperti kantor dan tempat pendidikan (Krohne, 2002). Selain itu, beberapa faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami stres antara lain pada mahasiswa awal tahun perkuliahan sangat rentan mengalami stres karena mereka mengalami proses transisi kehidupan, hal ini dapat dilihat dari beberapa siswa yang unggul di sekolah menengah tetapi tidak dapat mempertahankan prestasinya di universitas, selain itu persaingan akademik, faktor-faktor seperti lingkungan, hubungan interpersonal, dan cara berpikir dapat memberikan tekanan sehingga menyebabkan mahasiswa mengalami stres (Mahfar, Zaini, & Nordin, 2007). Pada penelitian yang dilakukan oleh (Amelia & Wardaningsih, 2006) didapatkan 63% usia muda yaitu usia 18-21 tahun mengalami stres, dan sisanya tidak mengalami stres, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sarwono, 2011), yang menyatakan bahwa populasi paling banyak untuk mendapatkan resiko mengalami depresi adalah golongan usia muda.

Jenis kelamin juga merupakan salah satu penyebab terjadinya stress dimana siswa perempuan memberi peringkat lebih tinggi daripada laki-laki,

seperti penelitian yang dilakukan oleh (Abdulghani, Alkanhal, Mahmoud, Ponnampereuma, & Alfariis, 2011) didapatkan bahwa proporsi stres mahasiswa perempuan lebih besar yaitu (75,7%) dibandingkan mahasiswa laki laki yang memiliki porsi sebesar (57%). Perbedaan jenis kelamin mengenai tingkat stres juga terlihat dimana perempuan melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi daripada laki-laki, hal ini dikarenakan perempuan lebih banyak menggunakan perasaannya saat mendapatkan suatu masalah, sedangkan laki-laki dituntut untuk lebih kuat dibandingkan dengan perempuan, hal itulah yang membuat laki-laki lebih banyak menggunakan akal nya dibandingkan perasaannya (Sutjiato, Kandao, & Tucunan, 2015). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pathmanathan & Husada, 2013), menunjukkan bahwa kelompok pria lebih tinggi mengalami stress (6,1%) daripada kelompok wanita (2%), hal ini dikarenakan waktu yang dibutuhkan pria lebih lama untuk kembali membaik sesudah suatu peristiwa terjadi daripada wanita sehingga membuat tingkat stres pada kelompok pria menjadi lebih tinggi. Selain jenis kelamin, tempat tinggal juga merupakan faktor yang dapat menyebabkan stres, berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa mahasiswa yang tinggal dengan orang tua sebagian besar mengalami stres yaitu sebesar (70,2%), hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal dengan orang tua lebih mudah mengalami stres dibandingkan dengan mahasiswa yang kost (Taha & Sabra, 2012). Sementara penelitian yang dilakukan oleh (Amelia & Wardaningsih, 2006) didapatkan 74,1% mahasiswa yang tinggal bersama orang tua mengalami stres.

Berdasarkan latar belakang di atas, dimana penelitian sebelumnya kebanyakan hanya meneliti pada mahasiswa Fakultas Kedokteran, disini peneliti tertarik untuk meneliti tingkat stres tidak hanya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran saja dan faktor demografi apa yang paling berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa. Sehingga, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bobot pengaruh faktor-faktor demografi terhadap tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka rumusan masalahnya adalah apakah faktor-faktor demografi mempunyai besar bobot pengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi bobot pengaruh faktor-faktor demografi terhadap tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- Untuk mengidentifikasi bobot pengaruh usia terhadap tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Untuk mengidentifikasi bobot pengaruh jenis kelamin terhadap tingkat stres mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Judul, penulis, tahun	Variabel	Jenis penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado; Margaret Sutjiato, G. D. Kandou, A. A. T. Tucunan; 2015	Variabel bebas: faktor internal dan eksternal, variabel terikat: tingkat stres	Penelitian analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Variabel bebas: faktor internal dan eksternal, subjek yang dituju hanya mahasiswa Fakultas Kedokteran	Variabel terikat sama yaitu tingkat stres, di dalam variabel bebas membahas bobot pengaruh jenis kelamin dan tempat tinggal terhadap tingkat stres mahasiswa
2.	Hubungan Kebiasaan Berolahraga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama; Rony Wahyudi, Eka Bebasari, Elda Nazriati; 2015	Variabel bebas: kebiasaan berolahraga, variabel terikat: tingkat stres	Penelitian analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Variabel bebas: kebiasaan berolahraga, subjek yang dituju hanya mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun pertama	Variabel terikat sama yaitu tingkat stres
3.	Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Tingkat Gejala Depresi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura; Henry Hadiano, Jendariah Tarigan, Rini Andriani; 2014	Variabel bebas: prevalensi dan faktor-faktor risiko, variabel terikat: tingkat gejala depresi	Penelitian analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Variabel bebas: prevalensi dan faktor-faktor risiko, subjek yang dituju hanya mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran, variabel terikat: tingkat gejala depresi	Faktor risiko mencakup penjelasan mengenai bobot pengaruh jenis kelamin dan tempat tinggal terhadap tingkat stres mahasiswa