

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dunia semakin mengalami perkembangan ke era globalisasi. Dengan adanya perkembangan zaman ini, masyarakat dituntut untuk mengikuti perkembangan modern. Tidak dapat dipungkiri bahwa dengan adanya perkembangan ini, masalah yang harus dihadapi juga semakin beragam. Munculnya beragam permasalahan menjadi salah satu pemicu stres bagi seseorang. Salah satu respon tubuh terhadap kondisi stres dan konflik adalah kecemasan.⁽¹⁾

Kecemasan dapat dialami 2% - 4% dalam kehidupan manusia. Menurut *National Institute of Mental Health*, 20% populasi manusia di dunia menderita gangguan cemas, dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas. Di Amerika Serikat terdapat 40 juta orang mengalami gangguan cemas, dan terjadi pada usia 18 tahun sampai usia lanjut. Prevalensi kecemasan di Indonesia diperkirakan sekitar 2-6 juta jiwa dari 220 juta populasi masyarakat Indonesia dan 55% adalah remaja. Remaja perempuan 2 kali lebih banyak mengalami kecemasan daripada remaja laki-laki.^(2,3,4)

Kecemasan pada remaja disebabkan oleh 2 faktor, yaitu : faktor internal (fisik, kognitif dan kepribadian) dan faktor eksternal (lingkungan keluarga, lingkungan kampus, lingkungan masyarakat). Kecemasan pada remaja bisa bersifat akut maupun kronis.⁽⁵⁾

Jumlah remaja berusia 18-24 tahun (remaja akhir) di Indonesia sebanyak 23,9 juta jiwa dan sebanyak 20% berada pada jenjang perguruan tinggi. Remaja yang sedang belajar di tingkat perguruan tinggi disebut mahasiswa. Perasaan cemas juga dialami oleh mahasiswa dalam menjalani studinya. Sebuah penelitian telah dilakukan pada mahasiswa fakultas teknik universitas di India, menyebutkan bahwa 30 subjek (15 perempuan dan 15 laki-laki) mengalami tingkat kecemasan yang tinggi dan respon yang dirasakan adalah kesulitan tidur (insomnia), masalah sosial, sakit kepala bahkan depresi .^(3,6)

Salah satu fakultas dengan angka kecemasan yang tinggi adalah fakultas kedokteran. Menurut Jeong (2010) mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi stres dan cemas yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lain.⁽⁷⁾ Ko et. al., (1999) melaporkan bahwa 57% dari mahasiswa kedokteran mengalami tekanan psikologis, sedangkan mahasiswa hukum sebanyak 47,3%.⁽⁸⁾ Penelitian Saipanish (2003) di Thailand mengemukakan bahwa

61,4% dari mahasiswa fakultas kedokteran mengalami kecemasan yang terbagi menjadi beberapa derajat keparahan dimana 2,4% diantaranya berada dalam tingkat cemas yang tinggi serta berakibat gangguan panik.⁽⁹⁾

Banyak hal yang dapat meningkatkan kecemasan pada mahasiswa kedokteran seperti kesulitan menyesuaikan waktu belajar, masalah psikososial, serta tekanan menjelang ujian. Sistem pendidikan di fakultas kedokteran memiliki kurikulum tersendiri yaitu menggunakan sistem blok/modul. Dalam kurikulum pembelajaran modul/blok di Fakultas Kedokteran, mewajibkan mahasiswa mengikuti ujian akhir modul/blok.⁽¹⁰⁾ Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami kecemasan baik selama periode sebelum ujian maupun saat ujian berlangsung. Stresor utama pada keduanya ialah tekanan akademik dan ujian itu sendiri. Kecemasan menjelang ujian ini dikenal dengan kecemasan ujian (*test anxiety*).^(11,12)

Kecemasan yang dialami mahasiswa menjelang ujian merupakan jenis kecemasan akut dan berdampak pada sistem organ tubuh dan kesadaran, salah satunya sistem kardiovaskular. Dalam keadaan cemas akan timbul sensasi fisiologis seperti palpitasi dan takikardi. Kecemasan yang dialami mempengaruhi kerja kelenjar

adrenal dan tiroid dalam memproduksi hormon epinefrin, tiroksin, dan kortisol sebagai hormon utama stres. Peningkatan jumlah hormon-hormon stres akan berpengaruh secara signifikan pada sistem homeostasis tubuh. Epinefrin yang bekerja secara sinergis dengan sistem saraf simpatis berpengaruh terhadap kenaikan denyut jantung dan tekanan darah. Tiroksin selain meningkatkan *Basal Metabolism Rate (BMR)*, juga menaikkan denyut jantung dan frekuensi nafas.⁽¹³⁾

Kecemasan merupakan gejala normal pada manusia dan disebut patologis apabila gejalanya menetap dalam jangka waktu tertentu dan mengganggu ketentraman hidup individu dalam menjalankan aktivitasnya.⁽¹²⁾ Kecemasan menetap dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular seperti hipertensi dan penyakit jantung koroner.⁽¹⁴⁾ Pada penelitian ini peneliti ingin melihat bagaimana gambaran tingkat kecemasan dan kerja jantung (tekanan darah dan denyut nadi) pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian pada mahasiswa kedokteran.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat kecemasan, tekanan darah dan frekuensi denyut nadi pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian

pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala ?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan, tekanan darah dan frekuensi denyut nadi pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala sesaat sebelum ujian dengan kuisioner HARS (*Hamilton Rating Scale Anxiety*).
2. Mengetahui distribusi tekanan darah mahasiswa pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian pada tingkat/derajat kecemasan mahasiswa.
3. Mengetahui distribusi frekuensi denyut nadi pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian pada tingkat kecemasan mahasiswa.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan para pembaca terutama mengenai gambaran tingkat kecemasan, perubahan tekanan darah dan denyut nadi pada saat tidak ujian dan sesaat sebelum ujian pada mahasiswa kedokteran.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi peneliti

Penelitian ini merupakan kegiatan yang dapat menambah pengetahuan dan pengalaman.

1.4.2.2 Bagi masyarakat

Dapat dijadikan sebagai sumber atau referensi untuk menambah pengetahuan di bidang kesehatan tentang gambaran tingkat kecemasan, tekanan darah dan denyut nadi sesaat sebelum ujian agar masyarakat, terutama remaja dapat mempersiapkan diri dengan baik sebelum ujian.

1.4.2.3 Bagi institusi

Sebagai bahan masukan dan juga sebagai referensi awal mengenai gambaran kecemasan ujian di masa akan datang.