

Perbedaan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 Antara Kurikulum 7 Semester dan 8 Semester

Praluki Herliawan¹, Fajar Awalia Yulianto², Raden Ganang Ibnusantosa³

¹Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung,

²Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung,

³Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung

Abstrak

Kecemasan dapat terjadi pada setiap orang, termasuk mahasiswa. Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang tinggi karena beban belajar yang berat disertai jadwal kuliah yang padat. Kecemasan tidak hanya memengaruhi motorik dan visera, tetapi memengaruhi persepsi, belajar, dan berpikir. Pada mahasiswa kedokteran, gejala kecemasan dapat membawa pengaruh buruk, diantaranya performa akademik yang buruk, penyalahgunaan obat-obatan, dan bunuh diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa. Penelitian ini merupakan deskriptif analitik dengan metode pengambilan secara potong lintang dan simple random sampling. Subjek penelitian adalah mahasiswa tingkat 2 dan tingkat 3 tahun ajaran 2016/2017, menggunakan instrument penelitian Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Hasil penelitian menunjukkan dari 50 mahasiswa, terdapat 40 orang mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan (80%), 7 mahasiswa mengalami kecemasan ringan (14%), dan 3 mahasiswa yang mengalami kecemasan sedang (6%). Mahasiswa dengan kurikulum 8 semester yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 2 orang, sementara yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 orang. Mahasiswa dengan kurikulum 7 semester yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5 orang, sementara yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 1 orang.

Kata kunci: Fakultas Kedokteran, HARS, Kecemasan, Mahasiswa Kedokteran, UNISBA

Difference of Anxiety Level of Student of Islamic University of Bandung Academic Year 2016/2017 Between Curriculum 7 Semester and 8 Semester

Abstract

Anxiety can occur to everyone, including students. Medical students have a high level of anxiety because the hard study material along with dense lecture schedule. Anxiety not only affects motor and viscera, but affects perception, learning, and thinking. In medical students, anxiety symptoms can bring bad influences, such as poor academic performance, drug abuse, and suicide. The purpose of this study was to identify differences in anxiety levels among students. This research is an analytic descriptive with cross sectional method and simple random sampling. The subjects of the study were students of second year and third year of academic year 2016/2017, using HARS research

Korespondensi: Praluki Herliawan, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, Jl. Hariang Banga No. 2, Bandung, Jawa Barat, *E-mail:* praluki@outlook.com

instrument. The result of the research shows that from 50 students, there were 40 students who did not experience anxiety (80%), 7 students had mild anxiety (14%), and 3 students who experienced moderate anxiety (6%). Students with 8-semester curriculum who experience mild anxiety as much as 2 people, while those who experience moderate anxiety as much as 2 people. Students with 7-semester curriculum who experience mild anxiety as many as 5 people, while those experiencing moderate anxiety as much as 1 person.

Keywords: *anxiety, faculty of medicine, HARS, medical student, UNISBA*

Pendahuluan

Kecemasan dapat terjadi pada setiap orang, termasuk mahasiswa. Kecemasan tidak hanya memengaruhi motorik dan visera, tetapi memengaruhi persepsi, belajar, dan berpikir. Kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan gangguan persepsi.¹ Gangguan tersebut dapat mengganggu proses belajar dengan menurunkan kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain. Pada mahasiswa, gejala depresi dan kecemasan dapat membawa pengaruh buruk, diantaranya performa akademik yang buruk, penyalahgunaan obat-obatan, dan bunuh diri.² Hal ini adapat juga terjadi pada mahasiswa. Kecemasan dapat diukur dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur kecemasan, salah satunya adalah Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). HARS banyak dipakai oleh penelitian tentang kecemasan karena memiliki tingkat kepercayaan dan validitas yang lebih tinggi dibanding dengan kuesioner untuk mengukur kecemasan lainnya seperti Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSAS) dan Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)³.

Mahasiswa kedokteran merasakan tekanan akademik karena semua teman sekelasnya dirasa merupakan mahasiswa yang *superior*. Mahasiswa kedokteran harus mengikuti kegiatan tutorial, *laboratory activity*, *skills laboratory*, dan tuntutan untuk belajar mandiri di luar jam-jam tersebut.⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Mayer² pada tahun 2016 di Brazil berhasil mengidentifikasi sumber kecemasan pada mahasiswa kedokteran yang terdiri atas tiga pokok masalah, yaitu tekanan akademik, masalah sosial, dan masalah finansial. Perkembangan sosial dan pribadi mahasiswa kedokteran juga terpengaruh oleh kehidupan akademik yang rutin dan menyita waktu. Kekurangan waktu untuk keluarga, teman dekat, dan melakukan liburan adalah masalah sosial utama bagi mahasiswa. Masalah finansial yang terjadi pada mahasiswa utamanya terkait dengan ketergantungan finansial terhadap keluarga. Pada tahun ajar 2015/2016, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung menerima mahasiswa baru sekaligus mengubah kurikulum untuk pendidikan sarjana kedokteran menjadi 3,5 tahun (7 semester) lamanya, berbeda dengan 12 angkatan sebelumnya semenjak tahun 2004 yang masih menetapkan kurikulum pendidikan sarjana kedokteran selama 4 tahun (8 semester). Diketahui bahwa dengan kurikulum 7 semester, mahasiswa akan menjadi lebih sering melaksanakan ujian dibandingkan dengan kurikulum 8 semester. Sedangkan mahasiswa kurikulum 8 semester harus mengerjakan skripsi secara paralel dengan berjalannya program pembelajaran BMP, BHP, CHOP, CSP, dan elektif. Saat ini masih jarang sekali penelitian yang menilai hubungan kurikulum dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran, sehingga penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian lebih lanjut. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi fakultas kedokteran yang akan menyusun kurikulum. Berdasar atas fenomena tersebut, peneliti bermaksud melakukan

penelitian mengenai perbedaan tingkat kecemasan pada mahasiswa dengan kurikulum 7 semester dan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung pada tahun ajaran 2016/2017.

Metode

Penelitian ini merupakan sebuah survei, dilakukan dalam sampel yang dapat mewakili populasi mahasiswa dengan kurikulum 7 semester dan mahasiswa dengan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, Alat yang digunakan dalam melaksanakan survei adalah formulir mengenai tingkat kecemasan.

Sampel diambil dari kerangka sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan data akan dilakukan oleh peneliti yang akan memberikan formulir kepada subyek dan diberikan kesempatan untuk bertanya kepada penulis. Penelitian ini berupa deskriptif analitik dengan metode pengambilan secara *cross sectional* dan *simple random sampling*

Hasil

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung pada bulan Februari sampai bulan Mei 2017, dengan subjek penelitian sebanyak 50 orang yang terdiri dari mahasiswa dengan kurikulum 7 semester sebanyak 25 orang dan mahasiswa dengan kurikulum 8 semester sebanyak 25 orang di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017 yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan.

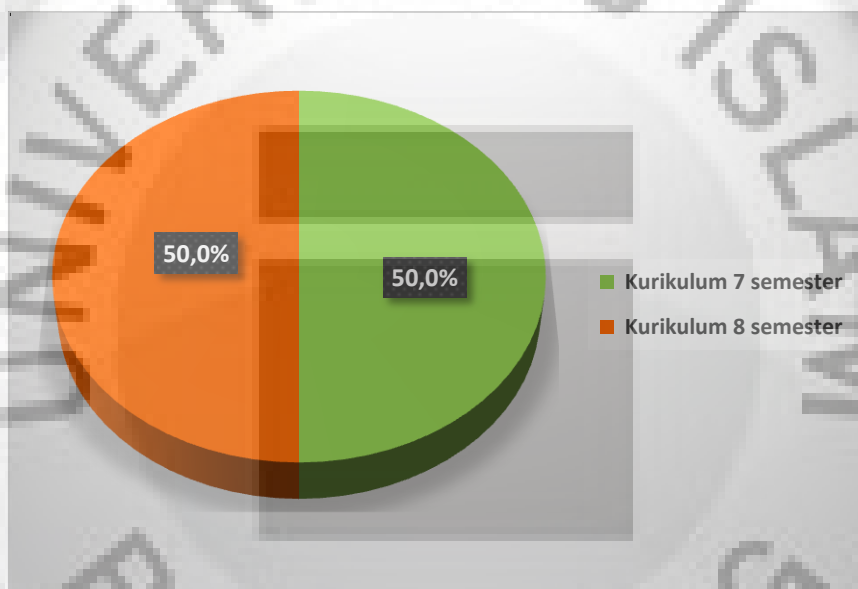
Didapatkan informasi bahwa proporsi jumlah mahasiswa dengan kurikulum 7 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017 tidak memiliki tingkat kecemasan yaitu sebanyak 19 dari 25 orang (76,0%) dan pada mahasiswa dengan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017 tidak memiliki tingkat kecemasan yaitu sebanyak 21 dari 25 orang (84,0%).

Tabel 1. Tabel proporsi derajat kecemasan pada kurikulum 7 dan 8 semester

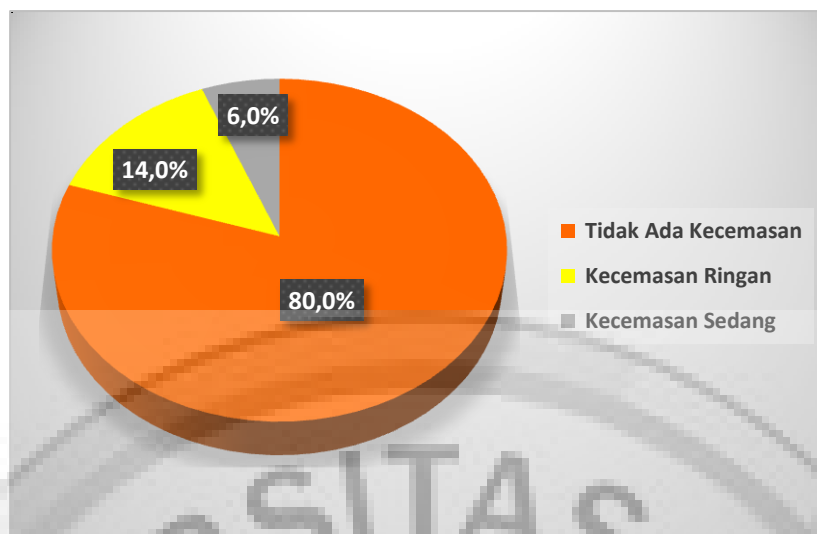
Program	Kecemasan			P Fisher's Exact
	Tidak cemas	Kecemasan Ringan	Kecemasan Sedang	
8 semester	21 0.84	2 0.08	2 0.08	0.55
7 semester	19 0.76	5 0.2	1 0.04	
Total	40 0.8	7 0.14	3 0.06	

Tabel 2. Gambaran mahasiswa dengan kurikulum 7 semester dan mahasiswa dengan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017

Variabel	n	%
Kurikulum		
Kurikulum 7 semester	25	50,0
Kurikulum 8 semester	25	50,0
Total	50	100,0



Gambar 1. Gambaran mahasiswa dengan kurikulum 7 semester dan mahasiswa dengan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017



Gambar 2. Gambaran tingkat kecemasan mahasiswa dengan kurikulum 7 semester dan mahasiswa dengan kurikulum 8 semester di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2016/2017

Pembahasan

Tidak ada subyek penelitian yang mengalami kecemasan berat. Proporsi subyek yang mengalami kecemasan ringan dan sedang sangat kecil bila dibandingkan dengan kelompok yang tidak mengalami kecemasan. Mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan merupakan proporsi terbanyak dalam kelompok 8 dan 7 semester. Nilai P yang didapat $>0,05$ sehingga H_0 diterima. Pada penelitian ini, didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara kurikulum dengan kecemasan. Seperti hasil yang telah diperoleh, nilai untuk penelitian ini adalah $>0,05$.

Dari hasil penelitian ini, didapatkan perbedaan tingkat kecemasan pada perbedaan kurikulum yang cukup beragam. Kecemasan merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh rasa khawatir disertai gejala somatik yang menandakan kegiatan berlebihan dari susunan saraf autonom. Kecemasan dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya :

1. Lingkungan: lingkungan atau tempat tinggal mempengaruhi cara berpikir seseorang. Kecemasan timbul ketika seseorang merasa tidak aman terhadap lingkungannya sendiri.
2. Emosi: kecemasan dapat terjadi jika seseorang tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya dalam berbagai hubungan personal maupun dalam menghadapi berbagai ujian.
3. Fisik: pikiran dan tubuh akan saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Hal ini dapat terjadi pada kondisi takut akan suatu hal. Pengaturan kecemasan di dalam tubuh berhubungan dengan aktivitas dari neurotransmitter GABA. Fungsi dari neurotransmitter GABA adalah mengontrol dan mengurangi sistem kerja saraf otonom. Pada saat terjadi kecemasan, maka terdapat substansi yang menjadi antagonis reseptor GABA. Antagonis reseptor GABA (beta carboline) menyebabkan penurunan jumlah reseptor GABA. Jika GABA berkurang maka saraf simpatis akan teraktivasi dan menimbulkan gejala seperti:

1. Mata: menyebabkan dilatasi pupil
2. Sistem kardiovaskular: peningkatan kekuatan kontraksi jantung, peningkatan frekuensi denyut jantung, tekanan darah yang meningkat.
3. Sistem urinari: menyebabkan kontraksi kandung kemih
4. Kelenjar keringat: menyebabkan peningkatan sekresi keringat.

Berdasarkan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stresor fisik dan mental dapat mempengaruhi terjadinya kecemasan. Seperti pada penelitian ini, banyaknya muatan materi dan ujian pada kurikulum 7 dan 8 semester menjadi stresor mental untuk responden yang sangat berpengaruh untuk meningkatkan terjadinya kecemasan pada responden. Tetapi, proporsi subjek yang mengalami kecemasan ringan dan kecemasan sedang sangat kecil bila dibandingkan dengan kelompok yang tidak mengalami kecemasan.

Hal ini terjadi mungkin karena adanya *coping strategies* dari mahasiswa itu sendiri. *Coping strategies* didefinisikan sebagai usaha seseorang untuk mengubah perilaku dan kognitif untuk mengelola, menurunkan atau mengontrol kecemasan.

Mahasiswa menggunakan berbagai macam mekanisme untuk menanggulangi kecemasan (*various coping mechanisms*). Strategi yang melibatkan keterikatan diri sendiri (*personal engagement*) seperti pemecahan masalah dan ekspresi dari emosi yang dapat menurunkan kecemasan. Aktivitas ekstrakurikuler yang melibatkan musik dan latihan fisik diasosiasikan dengan penurunan kecemasan dan stres pada mahasiswa kedokteran pra-klinik. Program pendukung yang berasal dari mahasiswa didesain untuk melakukan bimbingan (*mentorship*) oleh mahasiswa yang lebih senior untuk mahasiswa junior. Program seperti ini direkomendasikan karena diketahui menurunkan kecemasan mahasiswa karena memberikan sumber dukungan dan meningkatkan strategi positif untuk menanggulangi kecemasan. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang lebih senior tahu akan tantangan yang dihadapi mahasiswa junior. Ada pula sistem evaluasi yang digunakan untuk menilai performa mahasiswa yang dapat memberikan efek yang masif pada lingkungan belajar karena mahasiswa dapat menilai bagaimana performa mereka pada ujian sebelumnya dan cara untuk menghadapi ujian selanjutnya atau mengubah cara belajar.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mohd Nazeer⁵, dari 370 responden, menunjukkan bahwa *meditation-praying* menempati urutan teratas dalam menanggulangi kecemasan yang dilakukan mahasiswa kedokteran. Pada penelitian yang dilakukan oleh Soliman⁶ secara potong lintang, 319 mahasiswa kedokteran tahun pertama di King Saud University College of Medicine, Riyadh, Saudi Arabia ikut serta dalam pengisian kuesioner. Kuesioner tersebut berisikan 22 butir faktor yang dapat membuat cemas dan 17 butir *coping strategies*. Hasilnya menunjukkan dengan response rate 45,5%, dapat diidentifikasi bahwa faktor penyebab kecemasan yang dialami adalah kurangnya waktu belajar, banyaknya materi, ujian, tuntutan para dosen, tingginya kompetisi antar mahasiswa, dan masalah keluarga. *Coping strategies* nya adalah membuat prioritas, menghindari perbandingan antar mahasiswa, dan mengisi waktu luang (bioskop, membaca, olahraga, bertemu teman dan keluarga). Dukungan sosial sangat penting untuk kehidupan mahasiswa kedokteran. Dukungan sosial merupakan suatu bantuan yang diterima dari orang-orang tertentu, khususnya teman dan keluarga, yang berupa simpati dan bukti kasih sayang.⁷

Simpulan

Terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung kurikulum 7 semester dan 8 semester di tahun ajaran

2016/2017.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua penulis yang tercinta, kepada pembimbing 1 dr. Fajar Awalia Yulianto M.Epid, pembimbing 2 dr. Raden Ganang Ibnusantosa, MMRS, dan yang terhormat Prof. Dr. Ieva B. Akbar dr., AIF selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

Daftar Pustaka

1. Sadock BJ, Sadock VA. Kaplan & Sadock Buku Ajar : Psikiatri Klinis. 2nd ed. Sihombing RNE, Muttaqin H, Nisa TM, Profitasari, editors. Jakarta: Jakarta EGC; 2010. 723 p.
2. Brenneisen Mayer F, Souza Santos I, Silveira PSP, Itaquí Lopes MH, de Souza ARND, Campos EP, et al. Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. *BMC Med Educ.* 2016;16:282.
3. McDowell I. *Measuring Health: A Guide to Rating Scales and Questionnaires*, Third Edition. 3rd ed. Oxford University Press; 2006.
4. Kumaraswamy N. Academic Stress , Anxiety and Depression among College Students- A Brief Review Introduction : *Int Rev Soc Sci Humanit.* 2013;5(1):135-43.
5. Nazeer M, Sultana R. Stress and it's Coping Strategies in Medical Students. *Sch J Appl Med Sci Sch J App Med Sci* [Internet]. 2014;2(6D):3111-7. Available from: <http://saspublisher.com/wp-content/uploads/2014/11/SJAMS-26D3111-3117.pdf>
6. Soliman M. Perception of stress and coping strategies by medical students at King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia. *J Taibah Univ Med Sci* [Internet]. 2014;9(1):30-5. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jtumed.2013.09.006>
7. Iqbal Muhammad I. Perbandingan Kecemasan Ibu Primi Dan Multi.Pdf. *Global Medical Health Communication*; 2015. p. 8.