

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Stres yang terlalu berat dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan. Stres dapat mempengaruhi seseorang tanpa memandang usia, mulai dari bayi, anak, remaja, hingga lanjut usia. Stres juga banyak terdapat pada pekerja sipil maupun non sipil, pelajar hingga mahasiswa (Maharsari, 2004).

Pelajar merupakan golongan yang mudah terpapar kepada stres dalam melaksanakan tanggung jawab dan peranan di universitas. Stres yang tidak mampu dikendalikan oleh seseorang akan memunculkan berbagai macam dampak negatif. Pada mahasiswa dampak negatif secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, muncul perasaan cemas, sedih, marah, frustrasi. Sedangkan dampak negatif secara fisiologis dapat berupa gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, badan terasa lesu, lemah, insomnia, sering pusing. Sehingga memunculkan dampak perilaku antara lain malas kuliah, menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, penyalahgunaan obat terlarang dan alkohol, serta terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebih-lebihan (Heiman, 2005).

Pada mahasiswa kedokteran stres merupakan fenomena yang ditemui di seluruh dunia. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Arab Saudi menunjukkan prevalensi stres mencapai 53%. Diantara stressor akademik, ujian sumber utama dari stres. Mahasiswa fakultas kedokteran yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik yang baik maka kecenderungan stresnya rendah. Sebaliknya apabila mahasiswa fakultas kedokteran memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik yang buruk maka kecenderungan

stresnya buruk (christyanti *et al.*, 2010).

Beberapa penelitian prevalensi tingkat stres pada mahasiswa kedokteran telah dilakukan di beberapa universitas. Penelitian yang dilakukan di kawasan Asia yaitu di Thailand dengan 686 partisipan, prevalensi stres mahasiswa kedokteran mencapai 61,4%. Di Malaysia, prevalensi tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran mencapai 41,9% dengan 396 partisipan. Dampak stres terutama dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama, kedua, dan ketiga. Stres yang terjadi pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan daya ingat, penurunan konsentrasi belajar, serta penurunan prestasi akademik. Penelitian lainnya di Iran menyebutkan bahwa tingkat stres pada tahun pertama mencapai 33%, tingkat kedua mencapai 26%, tingkat ketiga mencapai 16%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres pada tahun pertama lebih besar dibandingkan tingkat stres tahun sebelumnya (Marjani *et al.*, 2008).

Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa yaitu stres akademik. Stres akademik diartikan sebagai sesuatu keadaan individu mengalami tekanan dari lingkungan perkuliahan dan penilaian tentang stressor akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.

faktor-faktor stres akademik dibagi menjadi 8 kategori yaitu pendaftaran dan penerimaan perkuliahan, mata kuliah, dosen, teman, jadwal perkuliahan, keadaan ruang kelas, kondisi keuangan, harapan kedua orang tua (Calaguas, 2011).

Saat ini Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi menggunakan Kurikulum Berbasis Kompetensi dengan pendekatan *Problem - Based Learning* (PBL). Pada kurikulum ini menuntut mahasiswa mendapatkan pengetahuan yang penting, mampu memecahkan masalah, serta memiliki strategi belajar sendiri dan memiliki kecakapan berpartisipasi dalam tim. Kurikulum yang dikonsepsikan ini lebih didasarkan pada rumusan kompetensi yang harus dicapai oleh lulusan perguruan tinggi yang sesuai atau mendekati kompetensi yang dibutuhkan oleh masyarakat. Hasil yang diharapkan dari kurikulum ini yaitu kemampuan untuk mengintegrasikan *intellectual skill, knowledge*, dan afektif dalam sebuah perilaku secara utuh.

Strategi kegiatan pembelajaran yang diterapkan di Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi yaitu, kuliah, tutorial, *clinical skill laboratorium/CSL*, praktikum, pleno, belajar mandiri. Mahasiswa tingkat pertama mahasiswa di kenalkan dengan ilmu kedokteran dasar yaitu blok Metode Belajar. Pada blok ini mahasiswa diharapkan mampu mengintegrasikan ilmu kedokteran dasar. Dengan memahami ilmu kedokteran dasar diharapkan mahasiswa dapat mengintegrasikan seluruh ilmu-ilmu dasar yang telah di pahami dengan ilmu klinis kedokteran.

Stres utama pada mahasiswa tingkat pertama dengan sistem PBL yaitu perilaku belajar individu, bakat dan kemampuan, kekhawatiran terhadap hasil ujian, bahan pembelajaran, kelompok lingkungan belajar termasuk guru, dan interaksi dengan teman sebaya. Pada sistem PBL mahasiswa dituntut untuk belajar secara kolaboratif serta adanya sikap kompetitif terhadap sesama teman dengan kepribadian yang berbeda, gaya belajar, harapan masing masing individu memberikan stres tersendiri bagi mahasiswa (Moffat, 2004)

Islam dengan segala kesempurnaannya datang membawa risalah untuk kehidupan manusia. Stres dalam Islam bukanlah sesuatu yang harus ditakuti atau dihindari. Namun Islam mengajarkan kepada manusia bahwa tuntutan atau ujian hidup ini merupakan sesuatu yang harus dijalani sebagai bagian dari proses kehidupan itu sendiri. Allah SWT berfirman :

أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴿٢﴾
وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ
الْكَاذِبِينَ ﴿٣﴾

Artinya:

“Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: "Kami telah beriman", sedang mereka tidak diuji lagi?. Dan sesungguhnya kami telah menguji orang-orang yang sebelum mereka, maka sesungguhnya Allah mengetahui orang-orang yang benar dan sesungguhnya Dia mengetahui orang-orang yang dusta”. (QS. Al’ Ankaboot (29): 2-3).

Melihat penjelasan di atas sudah seharusnya sebagai seorang Muslim yang beriman, stres bukanlah masalah yang besar dan menjadi masalah kehidupan yang berkepanjangan. Namun stres yang dihadapi di dunia harus dijadikan sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah agar dapat terhindar dari beban dan pikiran yang berat serta dapat dijadikan sebagai sebuah proses kehidupan agar kita menjadi lebih matang menghadapi kehidupan di dunia dan juga di akhirat.

Hadist tentang ujian dan cobaan ini didasarkan pada hadist dari Ali bin Abi Thalib Ra, bahwasanya Rasulullah SAW bersabda:

“Sabar itu ada tiga macam: sabar dalam menghadapi musibah, sabar dalam menjalankan ketaatan dan sabar dalam menghindari kemaksiatan. Siapa yang sabar dalam menghadapi musibah sehingga mampu menjalaninya dengan baik, dengan segala kekuatan hatinya, maka Allah akan mencatat untuknya sebanyak 300 derajat yang antara satu derajat dengan derajat yang lain seperti jarak antara langit dan bumi. Siapa yang sabar dalam menjalankan ketaatan, maka Allah akan mencatat untuknya 600 yang antara satu derajat dengan derajat yang lain seperti jarak antara batas dasar bumi hingga puncak ‘Arasy. Siapa yang sabar dalam menghindari kemaksiatan, maka Allah akan mencatat untuknya 900 derajat yang antara satu derajat dengan derajat yang lain seperti jarak dua kali antara batas dasar bumi hingga puncak ‘Arasy.” (HR. Ibnu Hibban, Ibnu Abid Dun-ya dan Dailami).

Balasan minimal bagi seorang Muslim yang tertimpa musibah, sekecil apapun musibah tersebut, maka Allah akan menghapuskan kesalahannya. Apabila ia mampu bersabar dan mengharapkan pahala dari musibah tersebut, maka sesungguhnya ia akan mendapatkan tambahan kebaikan. Sudah selayaknya bagi seorang muslim agar selalu menghadirkan niat dan mengharapkan pahala di setiap musibah yang di alami, baik kecil maupun besar. Allah selalu menjadikan hamba-hamba-Nya yang selalu mengharapkan balasan pahala hingga musibah terkecil yang kita terima.

Menurut ustad Muchlis, inilah hakikat hidup manusia akan diberikan sedikit musibah, artinya musibah yang Allah timpakan kepada kita itu sementara dan bukan yang paling dominan sepanjang hidup kita.

1.2 Rumusan Masalah

Tingkat stres pada ujian blok hematologi cukup tinggi terutama bagi mahasiswi tahun 2018 sehingga berpengaruh terhadap emosional, kondisi fisik, dan konsentrasi pembelajaran. Peneliti memilih blok hematologi karena mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2017 banyak yang tidak lulus dibanding blok yang lain. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat stres terhadap hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkatan stres terhadap hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI ?
2. Bagaimana gambaran hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI ?
3. Bagaimana hubungan tingkat stres terhadap hasil ujian blok hematologi mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI ?
4. Bagaimana pandangan Islam terhadap kondisi stres pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI ?

1.4 Tujuan Masalah

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui hubungan tingkat stres terhadap hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkatan stres pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

2. Mengetahui gambaran hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI
3. Mengetahui hubungan tingkat stres terhadap hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI
4. Mengetahui pandangan Islam terhadap kondisi stres pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan guna untuk memberikan informasi terkait hubungan tingkat stres terhadap hasil ujian blok hematologi pada mahasiswi tahun 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, serta memberi wawasan kepada para mahasiswa/i serta mengenai pentingnya pengendalian stres.