

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dapat dialami oleh setiap orang dalam kehidupan sehari-hari, biasanya kecemasan dialami ketika menghadapi hal-hal baru di luar rutinitas atau ketika menghadapi sesuatu yang datang tiba-tiba, misalnya ujian, perubahan lingkungan kerja atau pendidikan, dan perubahan suasana lainnya (Fajriati et al, 2018).

Menurut survei oleh Mancevska (dalam Sandjaja et al., 2017), mahasiswa kedokteran tahun pertama memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Kecemasan pada mahasiswa tingkat pertama dapat disebabkan oleh beberapa hal, mereka harus beradaptasi dengan lingkungan di perkuliahan yang berbeda dengan kehidupannya di jenjang SMA.

Penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana menyimpulkan bahwa prevalensi gangguan cemas pada mahasiswa semester awal yaitu 25,0% sedangkan 11,7% pada mahasiswa semester akhir. Jadi, mahasiswa semester awal memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi yaitu 25,0% dibandingkan dengan mahasiswa semester akhir yaitu 11,7% (Chandratika & Purnawati, 2013).

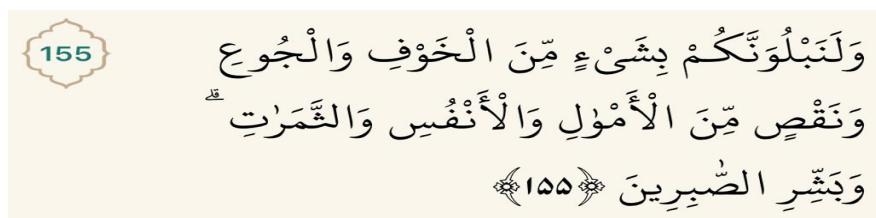
Ujian merupakan salah satu penyebab kecemasan yang sering dialami oleh peserta didik, dalam hal ini adalah mahasiswa kedokteran. Tubuh merespon stressor tersebut dalam bentuk perasaan cemas. Menurut Kaplan, dikatakan bahwa kecemasan berpengaruh pada organ viseral dan motorik, selain itu juga mempengaruhi persepsi, pikiran dan pembelajaran. Oleh karena itu, keadaan cemas dapat menghambat fungsi kognitif yang berpengaruh pada performa ketika ujian (Elindra et al., 2019)

Upaya-upaya untuk mengatasi kecemasan biasa disebut juga dengan *coping anxiety*. *Coping anxiety* tentu bermacam-macam. Salah satunya adalah dengan mengolah dan menurunkan ketidaknyamanan pada komponen kecemasan yang terganggu (Mukminina & Abidin, 2020).

Menurut Stuart dan Sundeen (dalam Maryam, 2017) terdapat dua jenis mekanisme coping yang dilakukan individu yaitu coping yang berpusat pada masalah (*problem focused form of coping mechanism/direct action*) dan coping yang berpusat pada emosi (*emotion focused of coping/palliatif form*). Selain itu, terdapat satu strategi coping yang oleh Carver, Scheier dan Weintraub (dalam Ramadhanti et al., 2019) dinamakan *less useful coping*.

Kecemasan sendiri menurut kajian psikologi islam, merujuk di dalam Al-Qur'an dijelaskan sebagai emosi takut. Menurut Abdul Hasyim dalam (Cahyandari, 2019) menjelaskan bahwa kata khasyyah dan derivasinya dalam Al-Quran disebutkan sebanyak 39 kali. Takut disini lebih kepada arti takut kepada Allah SWT, takut akan siksa, takut tidak mendapatkan Ridha-Nya. Dalam ayat Al-Qur'an pada surat Al- Baqarah 155 juga dijelaskan bahwa manusia akan diuji dengan ketakutan. (Nugraha, 2020)

Allah SWT berfirman:



Artinya:

*Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar. (QS. Al-Baqarah (2):155)".*

Dalam Islam, Allah telah mengatur dan memberi manusia berbagai cara atau strategi coping untuk mengatasi masalah dalam hidup. Menurut Bahreisy (1992) dalam Al-Qur'an Allah telah mencantumkan secara tersirat tahap-tahap yang harus dilalui seseorang untuk dapat menyelesaikan masalahnya yakni pada Q.S. Al-Insyirah ayat 1-8. Ada tiga langkah yang bisa dilakukan seseorang saat menghadapi permasalahan, yaitu *positive thinking, positive acting and positive hoping*. (Purnama, 2017)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
إِنَّمَا نَسْرَحُ لَكَ صَدَرَكَ ۝ وَوَضَعَنَا عَنْكَ وَزَرَكَ ۝ الَّذِي أَنْقَضَ  
ظَفَرَكَ ۝ وَرَفَعْنَا لَكَ ذَكْرَكَ ۝ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝ إِنَّ مَعَ  
الْعُسْرِ يُسْرًا ۝ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ ۝ وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝

Artinya:

1. *Bukankah telah Kami lapangkan untukmu dadamu?*
2. *Dan telah Kami hilangkan daripadamu bebanmu,*
3. *yang memberatkan punggungmu?*
4. *Dan Kami tinggikan bagimu sebutan namamu.*
5. *Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,*
6. *Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*
7. *Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.*
8. *Hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap (QS Al-Insyirah (94):1-8)*

## 1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa kedokteran tahun pertama memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda ketika menghadapi ujian. Untuk menangani atau mengurangi kecemasan tersebut, mereka harus menggunakan strategi coping yang tepat. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kecemasan dan strategi coping dalam menghadapi ujian pada mahasiswa tingkat awal fakultas kedokteran universitas YARSI.

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi dalam menghadapi ujian?
2. Bagaimana strategi coping yang digunakan oleh mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi dalam menghadapi ujian?
3. Bagaimana Pandangan Islam mengenai Kecemasan dan Strategi Koping mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas YARSI dalam menghadapi ujian?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat kecemasan dan strategi coping dalam menghadapi ujian pada mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi dalam menghadapi ujian
2. Untuk mengetahui tingkat strategi coping mahasiswa tingkat awal Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi dalam menghadapi ujian
3. Untuk mengetahui pandangan islam mengenai kecemasan dan strategi coping mahasiswa dalam menghadapi ujian

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu pembelajaran bagi peneliti untuk melakukan penelitian di bidang kedokteran dan bisa dipergunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

#### **1.5.2 Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini dapat memberikan gambaran tingkat kecemasan dan strategi coping dalam menghadapi ujian bagi mahasiswa tingkat awal fakultas kedokteran Universitas Yarsi

### **1.5.3 Bagi Universitas**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi Pustaka bagi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi dan diharapkan dapat memberikan masukan dalam kebijakan bimbingan akademik dan juga bimbingan psikologi kepada mahasiswa.