

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan zaman dan ilmu pengetahuan, sumber daya manusia dituntut untuk memiliki kualitas tinggi agar dapat bersaing di era globalisasi ini. Salah satu wadah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia adalah dengan pendidikan. Dalam pendidikan kedokteran, dokter diwajibkan untuk menjadi seorang *long life learner*, dimana seorang dokter harus memperbaharui ilmu kedokterannya tanpa batas pendidikan formal maupun usia sebagaimana dijelaskan dalam UU nomor 29 tahun 2004 pasal 51 poin E tentang praktik kedokteran yaitu, Dokter atau dokter gigi dalam melaksanakan praktik kedokteran mempunyai kewajiban menambah ilmu pengetahuan dan mengikuti perkembangan ilmu kedokteran atau kedokteran gigi.

Kualitas sumber daya manusia ataupun dalam hal ini adalah mahasiswa dapat terlihat dari indeks prestasi mahasiswa, yang merupakan salah satu indikator keberhasilan belajar mahasiswa. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dapat diartikan sebagai angka yang menunjukkan prestasi atau kemajuan belajar mahasiswa secara kumulatif mulai dari semester pertama sampai dengan semester paling akhir yang telah ditempuh (Nadziruddin, 2007).

Perubahan lingkungan, pola hidup dan berkembangnya teknologi dan transportasi yang pesat membuat generasi muda malas untuk bergerak dan melakukan aktivitas fisik. Penurunan aktifitas fisik sendiri dapat berdampak pada kesehatan seperti obesitas dan penyakit kardiovaskular seperti hipertensi. Selain itu masalah aktifitas fisik juga merupakan suatu permasalahan kesehatan mayor seperti yang dilaporkan dalam jurnal ilmiah bahwa kurangnya aktivitas fisik merupakan permasalahan kesehatan yang banyak dijumpai pada abad ke 21 (Blair S N, 2009). Padahal dalam berbagai literatur disebutkan bahwa

kebugaran jasmani ataupun kondisi fisik tubuh merupakan salah satu faktor yang dapat menunjang proses pembelajaran.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar terbagi menjadi duayaitu, faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup aspek fisik, misalnya kesehatan organ tubuh, aspek psikis, misalnya intelektual, emosional, motivasi, dan aspek sosial, misalnya kemampuan bersosialisasi dengan lingkungan. Faktor esksternal mencakup variasi dan derajat kesulitan materi yang dipelajari, tempat belajar, iklim, suasana lingkungan, budaya belajar masyarakat dan sebagainya (Anni, 2004).

Sesuai dengan uraian diatas, beberapa studi juga menunjukkan bahwa peningkatan aktifitas fisik berkorelasi dengana peningkatan performa akademik (Fonseca del Pozo et al, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Donelly J E et al (2016) menunjukkan adanya asosiasi positif mengenai aktifitas fisik, kemampuan kognitif dan prestasai akademik pada anak-anak usia sekolah. Beberapa studi seringkali tidak dapat menemukan kesimpulan yang spesifik, namun berbagai literatur menunjukkan peningkatan aktifitas fisik tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik (Fonseca del Pozo et al, 2017).

Banyak faktor menunjukkan yang berhubungan dengan prestasi akademik pada siswa sekolah dasar dan menengah atas seperti level kebugaran tubuh misalnya, kebugaran kardiorespirasi (VO₂ maksimum) dan komposisi tubuh, misalnya indeks massa tubuh dan massa lemak. (London R A, Castrechini S, 2011).

Menurut studi lain yang dilakukan oleh Meacham (2015) didapatkan tidak adanya korelasi yang signifikan antara aktivitas fisik dan indeks prestasi pada mahasiswa di Amerika Serikat. Namun, pada penelitian didapatkan bahwa mahasiswa yang aktivitas fisiknya lebih tinggi memiliki nilai akademik lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang kurang aktif. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa dengan tingkat aktivitas fisik sangat rendah dan sangat tinggi memiliki prestasi akademik yang lebih rendah daripada siswa yang memiliki aktivitas fisik rendah ke tingkat aktivitas fisik yang tinggi (Meacham, 2015).

Kebanyakan dari penelitian di atas mengambil sampel dari anak usia sekolah dasar sampai usia sekolah menengah atas, sehingga masih sangat sedikit penelitian mengenai aktifitas fisik yang dibandingkan dengan prestasi akademik pada anak usia remaja maupun dewasa muda. Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan aktivitas fisik terhadap prestasi akademik pada usia dewasa muda, seperti mahasiswa.

Mahasiswa tahun pertama merupakan peralihan dari jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) ke jenjang perkuliahan dimana mahasiswa baru masih dapat digolongkan dalam kategori peralihan dari remaja ke dewasa muda. Rata-rata mahasiswa kedokteran Universitas YARSI berlatar belakang ekonomi menengah keatas Pemberian fasilitas oleh orang tua dan fasilitas yang ada di Universitas YARSI, seringkali menjadi faktor yang membuat mahasiswa kedokteran cenderung malas untuk melakukan aktivitas fisik ringan seperti naik tangga maupun berjalan kaki.

Menurut pandangan Islam, sesuai dengan QS. Al-Baqarah ayat 30, manusia diciptakan untuk menjadi khalifah di muka bumi. Dimana setiap insan harus senantiasa beribadah kepada Allah. Rasulullah SAW bersabda “seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih disayangi Allah daripada mukmin yang lemah” (HR.Muslim). Hadist ini menerangkan bahwa seorang manusia lebih baik menjaga kesehatan badannya agar menjadi seorang mukmin yang kuat dan dapat terus beribadah kepada Allah SWT. Islam juga mewajibkan bagi seluruh umatnya untuk menuntut ilmu baik laki-laki ataupun perempuan dalam rangka mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dasarnya, sebagaimana Rasulullah SAW bersabda “Menuntut ilmu itu wajib atas setiap orang muslim” (HR. Ibnu Majah).

Berdasarkan uraian diatas aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa, oleh karena itu penulis melakukan penelitian mengenai korelasi aktivitas fisik terhadap indeks prestasi kumulatif tahun pertama mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2017.

1.2 Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, kemampuan seseorang dalam belajar dan meraih prestasi dalam bidang akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor internal yang salah satunya adalah kesehatan fisik seorang individu. Perubahan gaya hidup pada generasi sekarang yang didukung dengan fasilitas yang memadai membuat mahasiswa malas untuk bergerak dan melakukan aktivitas fisik yang berujung kepada penurunan kebugaran jasmani.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik terhadap nilai indeks prestasi kumulatif mahasiswa?
2. Apakah terdapat perbedaan tingkat aktivitas fisik antara laki-laki dengan perempuan?
3. Bagaimana pandangan islam mengenai aktivitas fisik terkait dengan indeks prestasi kumulatif?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik terhadap nilai indeks prestasi kumulatif tahun pertama mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2017 Universitas YARSI.

1.4.2 Tujuan Khusus

Pada penelitian ini terdapat tujuan khusus yaitu sebagai berikut:

- a. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan indeks prestasi kumulatif tahun pertama mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2017
- b. Mengetahui perbedaan tingkat aktivitas fisik berdasarkan jenis kelamin
- c. Mengetahui pandangan islam tentang aktivitas fisik terkait dengan indeks prestasi kumulatif

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritik

Manfaat teoritik dari penelitian ini dalam bidang pendidikan kedokteran adalah sebagai kajian dan pertimbangan dalam pembuatan program pendidikan kedokteran maupun sebagai pertimbangan dalam penerimaan mahasiswa baru dimasa yang akan datang.

1.5.2 Manfaat Aplikatif

a. Bagi Mahasiswa

Dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi wawasan serta dapat diaplikasikan dalam proses belajar untuk meningkatkan nilai indeks prestasi kumulatif (IPK).

b. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti, dan menambah pengalaman belajar dengan secara langsung melakukan penelitian.

c. Bagi Universitas

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan menjadi bahan kepustakaan dan menjadi pengetahuan bagi staff pengajar di Universitas YARSI.

d. Bagi masyarakat umum

Penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan.

1.5.3 Manfaat Metodologi

Mempelajari dan melakukan penelitian secara langsung dapat melatih kemampuan dalam penyusunan karya ilmiah dalam bentuk skripsi