

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Fakultas Kedokteran memiliki beban akademik lebih banyak dibandingkan dengan fakultas lain. Hal ini sejalan dengan penelitian Lee (2001) yang menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki sumber stres akademik lebih banyak sehingga kesempatan beristirahat menjadi terbatas. Beban akademik yaitu penyesuaian lingkungan medis dari teori dasar sampai ke praktikum preklinik seperti pembedahan mayat, menjadi pemicu stres tersendiri bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran. Hal lain yang menjadi beban akademik bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran adalah mata kuliah atau banyaknya topik-topik pelajaran terkait kematian dan penderitaan manusia terhadap penyakit. Hal tersebut membuat mahasiswa semakin stres, merasa cemas dan takut terhadap pasien yang dihadapi, serta cemas akan masa depan dan identitas profesional mereka (Dyrbye et al, 2005).

Sumber stres lain yang dihadapi mahasiswa Fakultas Kedokteran selain beban akademik adalah risiko *drop out*. Penelitian tentang *drop out* pernah dilakukan di Universitas Swasta Amerika yaitu Danish Medical School. Pada penelitian tersebut, jumlah mahasiswa yang mengalami *drop out* adalah 128

dari total 639 mahasiswa di Danish Medical School. Mereka yang berisiko terkena *drop out* adalah mahasiswa yang mengalami studi lama karena mendapat Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang rendah di semester satu dan dua (Mette, 2012). Menurut penelitian Hasbullah (2008) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *drop out* pada mahasiswa antara lain motivasi belajar, sosial ekonomi, serta faktor pelayanan kualitas kampus.

Mahasiswa Fakultas Kedokteran yang mengalami studi lama atau pengulangan mengalami stres lebih berat daripada mahasiswa yang lulus tepat waktu. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa 89,64 % mahasiswa Fakultas Kedokteran mengalami stres. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, stres akademik dapat terjadi karena adanya pengabaian atau penundaan pengumpulan tugas, ketidakaturan manajemen waktu, ketidaknyamanan kondisi kelas, tekanan tugas, praktikum dengan waktu singkat serta tekanan untuk mendapat nilai yang baik (Dorle, et al, 2010).

Di Indonesia terdapat berbagai Fakultas Kedokteran negeri dan swasta. Seleksi masuk mahasiswa di Fakultas Kedokteran swasta lebih mudah karena daya tampung yang tersedia lebih banyak dibandingkan dengan perguruan tinggi negeri (Campuslifemagz, 2012). Proses penyeleksian mahasiswa tersebut mengakibatkan sebagian mahasiswa stres karena tidak tangguh dalam menghadapi sumber stres akademik. Kondisi tersebut mengakibatkan dampak secara psikologis yaitu kecemasan (Dyrbe, et al, 2005). Penelitian Giantoko (2010) menyatakan bahwa mahasiswa di Fakultas Kedokteran swasta memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dari pada mahasiswa Fakultas Kedokteran

negeri. Dalam penelitian ini, peneliti akan memusatkan partisipan pada salah satu perguruan tinggi swasta yang memiliki Fakultas Kedokteran. Peneliti akan menyebutnya sebagai Universitas X.

P merupakan salah satu mahasiswa di Universitas X yang tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Ia merupakan sosok yang sangat dikenal di berbagai fakultas. P juga menjadi ketua organisasi di tingkat universitas dan menjuarai ajang pemilihan remaja berbakat di tingkat Jakarta. Pencapaian di bidang sosial yang diraihny tidak berbanding lurus dengan kondisi akademiknya di Fakultas Kedokteran. Beban tersebut menyebabkan P mengalami stres.

Kondisi stres P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X dapat diatasi dengan menggunakan *coping* stres. *Coping* adalah cara atau usaha yang dilakukan individu baik secara internal maupun eksternal untuk mengurangi stres (Lazarus & Folkman dalam Sarafino, 2011). Penelitian Abdullah, et al (2010) menjelaskan individu yang menggunakan strategi *coping* efektif memiliki hubungan positif dengan pencapaian akademik yang lebih baik. Strategi *coping* adaptif yang berpengaruh dalam pencapaian akademik adalah *focused coping*.

Jenis strategi *coping* yang digunakan pada setiap individu berbeda-beda. Sebagian individu mengatasi stres dengan cara emosional (*emotional focused*). Individu yang menggunakan cara ini akan menghayati perasaan sedihnya karena harus menerima masa studi lebih lama dari pada teman-temannya. Mereka umumnya sangat memerlukan dukungan sosial dari

lingkungan untuk dapat menyelesaikan masalahnya. Dukungan sosial biasanya didapat dari keluarga, teman, sahabat, dosen dan orang terdekat lainnya. Dukungan sosial tersebut dapat membantu mahasiswa yang mengalami studi lama menjadi lebih semangat belajar, mengerjakan tugas, dan membuat mahasiswa lebih optimis menjalani aktivitas sehari-harinya (Lazarus & Folkman dalam Sarafino, 2011).

Jenis strategi *coping* lainnya adalah *problem focused*. Pada strategi ini individu tidak terlalu fokus menghayati perasaan sedihnya, melainkan langsung menyelesaikan masalah yang dihadapi. Individu secara langsung berusaha mencari alternatif-alternatif penyelesaian masalah yang dihadapinya, seperti merubah metode belajar, berpikir positif, banyak berkonsultasi dengan dosen ataupun senior tentang masalah akademik (Lazarus & Folkman dalam Sarafino, 2011).

Pemilihan strategi *coping* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama adalah tipe dari masalah yang dialami individu seperti masalah akademik dan masalah interpersonal. Individu yang mempunyai masalah akademik cenderung menggunakan *problem focused*, sedangkan masalah hubungan interpersonal lebih menggunakan pendekatan *emotional focused*. Faktor kedua yang mempengaruhi strategi *coping* adalah usia. Pada usia dewasa individu cenderung menggunakan *problem focused*, sedangkan untuk usia dewasa madya sampai dewasa akhir lebih banyak menggunakan *emotional focused* untuk menyelesaikan masalahnya (Lazarus & Folkman dalam Ogden, 2007).

Pemilihan strategi *coping* dapat berubah sesuai situasi dan kematangan individu dalam menghadapi masalahnya (Lazarus & Folkman dalam Ogden, 2007). Dinamika tersebut merupakan proses kompleks kognitif dan unik pada setiap individu (Lazarus, 1976). Hasil strategi *coping* tersebut mengarahkan kepada efektivitas penurunan sumber stres. Hal tersebut dapat terlihat dari menurun atau tidaknya respon stres, kemampuan individu memprediksi dan meregulasi terhadap sumber stres serta kontrol internal diri individu (Mc Grath, 1970). Efektivitas *coping* dapat meningkatkan beberapa aspek seperti moral sosial, kesehatan fisik, psikologis maupun fungsi sosial (Lazarus, 1993).

Dalam tinjauan Islam, strategi *coping* stres dapat dilakukan dengan berdo'a dan dzikir. Kedua hal tersebut dapat diucapkan secara lisan maupun didengungkan dalam hati yang bertujuan untuk melindungi manusia dari bahaya serta selalu dilindungi Allah. Dzikir tidak hanya terbatas mengucapkan kata-kata itu sendiri melainkan dengan segala bacaan shalat serta perilaku kebaikan lainnya yang dianjurkan dalam Al-Qur'an dan hadits. Doa dan dzikir dapat menenangkan jiwa seseorang yang sedang dihadapkan dengan masalah. Hal tersebut juga dapat menghilangkan perasaan sedih, cemas, stres dan gelisah (Hawari, 2004). Pemahaman di atas sejalan dengan strategi *emotional focused coping* menurut (Lazarus & Folkman dalam Ogden, 2007).

Strategi *coping* stres lainnya yang dianjurkan Islam adalah menuntut ilmu. Hal tersebut termasuk berfikir, mengamati fenomena alam yang diciptakan Allah dan mengambil hikmah dan pelajaran positif dibalik semua yang terjadi di dunia. Ayat Al-Qur'an sebagai ayat *kauniyyah* banyak

menjelaskan tentang alam dan ilmu pengetahuan. Pemahaman yang mendalam terhadap ayat-ayat Allah, manusia akan memperoleh petunjuk dari ilmu yang dipelajarinya. Diantaranya anjuran agar mencari tahu berbagai hal dan memahaminya. Kata 'ilm' atau ilmu dalam Al-Qur'an terdapat 854 kali pengulangan. Pemahaman tersebut menunjukkan pentingnya ilmu dalam Islam (Zuhroni, 2010). Pandangan Islam mengenai hal diatas sejalan dengan strategi *problem focused coping* menurut (Lazarus & Folkman dalam Ogden, 2007).

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk membuat penelitian dengan judul “Gambaran *Coping* Stres Pada Mahasiswa P Yang Mengalami Studi Lama di Fakultas Kedokteran Universitas X dan Tinjauannya dalam Islam”. Penelitian ini akan memfokuskan bagaimana *coping* stres pada mahasiswa P di Fakultas Kedokteran X yang mengalami studi lama. Peneliti memilih mahasiswa yang mengalami studi lama karena menurut penelitian sebelumnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran yang mengalami studi lama, mereka mengalami stres akademik yang lebih berat (Dorle, et al, 2010). Selain itu, pemilihan mahasiswa studi lama di Fakultas Kedokteran universitas swasta didasarkan pada penelitian Giantoko (2010) yang menjelaskan bahwa terdapat kecemasan lebih tinggi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran swasta dibandingkan dengan universitas negeri. P dipilih karena sebagai salah satu mahasiswa studi lama yang mengalami stres di Fakultas Kedokteran Universitas Swasta X.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis mengangkat masalah mengenai gambaran *coping* stres pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran Universitas X dan tinjauannya dalam Islam dengan rumusan masalah “Bagaimana gambaran *coping* stres pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran Universitas X dan tinjauannya dalam Islam? ”Adapun turunan permasalahan dijelaskan sebagai berikut”:

- a. Sumber stres apa saja yang dihadapi mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X ?
- b. Bagaimana tahapan stres secara fisiologis, psikologis, dan kognitif pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X ?
- c. Bagaimana strategi *coping* stres pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X ?
- d. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *coping* stres pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X ?
- e. Bagaimana efektivitas strategi *coping* pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X?
- f. Bagaimana *coping* stres menurut ajaran agama Islam ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui sumber stres yang dihadapi mahasiswa pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- b. Mengetahui tahapan stres secara fisiologis, psikologis dan kognitif pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- c. Mendapatkan gambaran strategi *coping* stres pada mahasiswa P mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- d. Mendapatkan gambaran faktor yang mempengaruhi *coping* stres mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- e. Mengetahui efektivitas strategi *coping* pada mahasiswa P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- f. Mengetahui strategi *coping* dalam agama Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

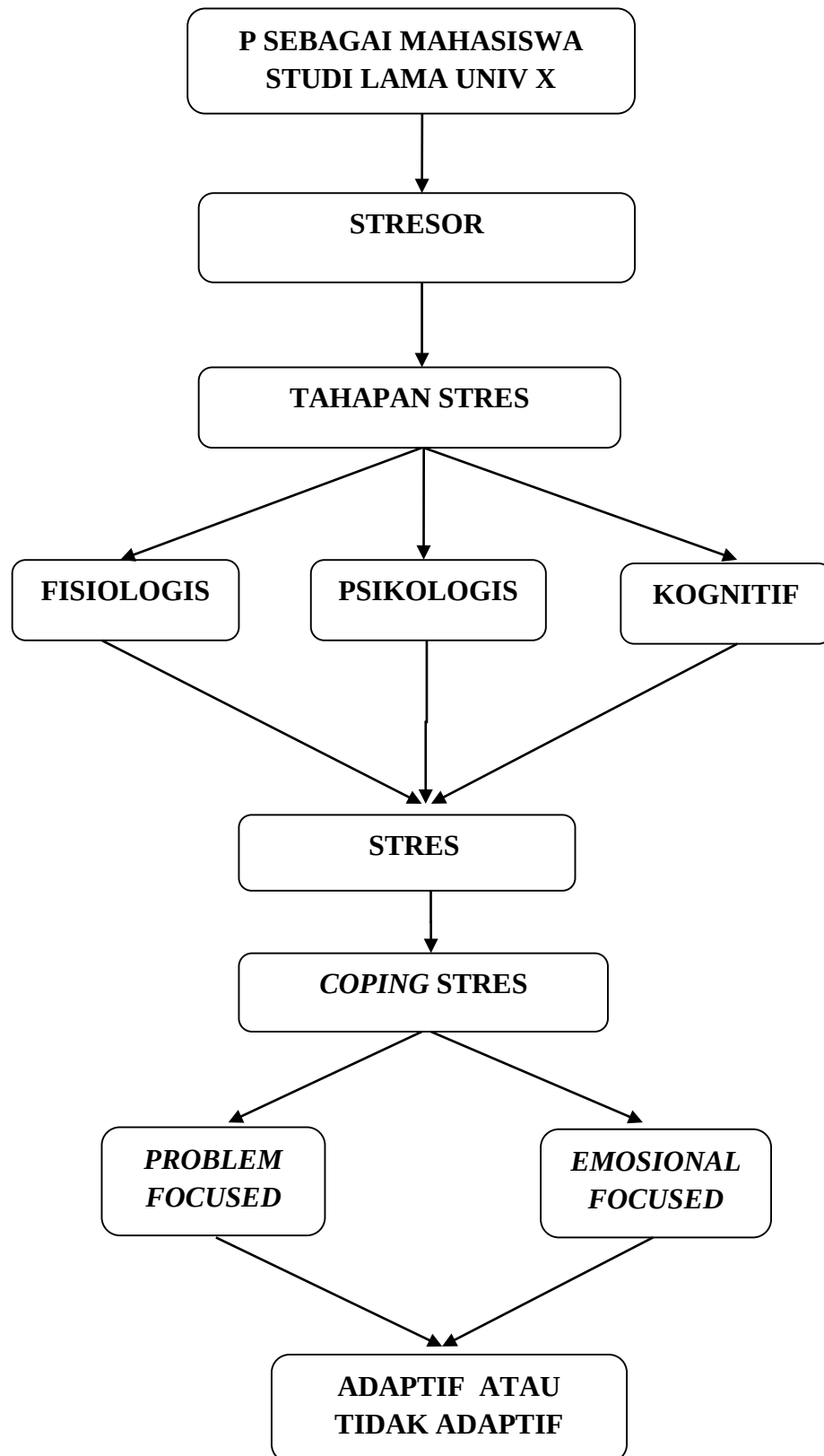
Manfaat dari penelitian ini adalah :

- a. Menambah kajian pustaka dalam ilmu Psikologi Kesehatan dan Psikologi Pendidikan serta dibidang Kedokteran mengenai gambaran *coping* stres pada mahasiswa yang P yang mengalami studi lama di Fakultas Kedokteran X.
- b. Menjadi salah satu bahan diskusi dalam perancangan program manajemen stres bagi mahasiswa semester awal Fakultas Kedokteran X agar tidak

menjadi mahasiswa studi lama atau *drop out* dengan diketahuinya proses *coping* stres yang adaptif

- c. Bagi Peneliti, dapat menambah wawasan ilmu mengenai *coping* stres dibidang pendidikan

1.5 Kerangka Pemikiran



1.6 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu universitas swasta yang memiliki Fakultas Kedokteran, dimana selanjutnya peneliti akan menyebutkan sebagai Universitas X. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Mei-Juli 2013.