

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi COVID-19, yang pertama kali diidentifikasi pada akhir tahun 2019, adalah krisis kesehatan global yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2. Penyebaran virus yang cepat dan luas mengharuskan pemerintah dan organisasi kesehatan di seluruh dunia untuk menerapkan berbagai tindakan pencegahan, termasuk social distancing, karantina, dan pembatasan perjalanan. Tindakan-tindakan ini, meskipun penting untuk mengendalikan penyebaran virus, memiliki dampak signifikan terhadap kehidupan sosial, ekonomi, dan kesehatan mental masyarakat (Mansyah, 2020).

Dampak pandemi terhadap kesehatan mental terjadi cukup serius. Kebijakan *lockdown* dan *social distancing*, walaupun efektif dalam memperlambat penyebaran virus, menyebabkan isolasi sosial yang berkepanjangan, memutuskan orang dari dukungan sosial dan rutinitas sehari-hari. Hal ini, bersamaan dengan ketidakpastian tentang kesehatan, keuangan, dan masa depan, meningkatkan tekanan psikologis yang berpotensi memicu atau memperburuk kondisi kesehatan mental (Dedeilia et al., 2020).

Menurut laporan terbaru, sekitar 30% populasi global melaporkan peningkatan tingkat kecemasan dan stres selama pandemi COVID-19. Di Indonesia, prevalensi depresi meningkat hingga 20%, dengan mahasiswa sebagai salah satu kelompok yang paling rentan terhadap gangguan kesehatan mental ini (WHO, 2021).

Mahasiswa, khususnya di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022, menghadapi tantangan yang baru dalam bidang pendidikan. Mereka tidak hanya harus beradaptasi dengan metode pembelajaran baru yang serba daring tetapi juga menghadapi tekanan akademik yang tinggi di tengah ketidakpastian global. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan, dan depresi yang telah disebutkan sebelumnya.

Gangguan ini tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan individu tetapi juga berdampak pada prestasi akademik dan pengembangan profesional mereka sebagai calon dokter. Kecemasan dapat mengurangi kemampuan konsentrasi dan pemrosesan informasi, sementara depresi dapat menurunkan motivasi dan energi. Depresi dan kecemasan, di sisi lain, dapat mengakibatkan kesulitan dalam membentuk hubungan sosial yang sehat, penting dalam praktik medis (Dedeilia et al., 2020).

Studi awal memang menunjukkan peningkatan signifikan dalam prevalensi masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa sejak pandemi. Data spesifik untuk mahasiswa Universitas YARSI angkatan 2022 penting untuk diteliti, mengingat keunikan tantangan yang mereka hadapi. Memahami prevalensi dan jenis masalah kesehatan mental yang paling umum dapat membantu dalam pengembangan strategi intervensi yang tepat dan pendekatan pendidikan yang lebih inklusif dan mendukung (Pereira et al., 2022).

Menurut Subhan dkk. (2021), di Universitas YARSI terdapat perbedaan yang signifikan dalam status kesehatan mental mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2019 sebelum dan selama pandemi COVID-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 telah memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa, terutama dalam hal peningkatan tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Temuan ini menggarisbawahi urgensi penelitian yang saya usulkan, yaitu untuk menggambarkan depresi dan kecemasan pasca pandemi COVID-19 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022. Mengingat perubahan besar dalam status kesehatan mental yang teramati pada angkatan sebelumnya, sangat penting untuk memahami bagaimana pandemi terus mempengaruhi mahasiswa kedokteran yang baru saja memasuki dunia akademis yang penuh tekanan. Dengan memahami prevalensi dan jenis masalah kesehatan mental yang dialami oleh angkatan 2022, kita dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan mental mereka dan memastikan bahwa mereka dapat berkembang baik secara akademis maupun profesional di tengah situasi yang penuh tantangan ini (Subhan & Yusnita, 2021).

Dalam pandangan Islam, cemas adalah salah satu bentuk ujian dari Allah untuk menguji keimanan dan kesabaran seorang hamba. Islam mengajarkan bahwa rasa cemas tidak boleh membuat seseorang menjadi putus asa, tetapi justru menjadi pendorong untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah melalui doa dan dzikir. QS. Ar-Ra'd: 28 menyebutkan:

الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ لِلَّهِ بِذِكْرِ آلَا اللَّهِ بِذِكْرِ قُلُوبِهِمْ وَتَطْمَئِنُّ آمَنُوا الَّذِينَ

Artinya:

"Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." (QS. Ar-Ra'd / 13: 28).

Hadis Rasulullah SAW juga menyatakan bahwa seorang Muslim yang mengingat Allah melalui doa akan merasa lebih tenang, karena kecemasan merupakan salah satu cara Allah untuk mengajarkan ketergantungan penuh kepada-Nya. (HR. Ahmad).

Dalam Islam, depresi dipahami sebagai bentuk ujian yang memerlukan pendekatan sabar, tawakkal, dan doa. Depresi sering kali lahir dari perasaan putus asa atau ketidakmampuan menghadapi suatu masalah. Namun, Islam melarang seorang Muslim untuk putus asa dari rahmat Allah (Nabiila & Kosasih, 2023).

Pandemi COVID-19 dan masa pasca pandemi dapat dilihat dalam Islam sebagai ujian besar yang mengajarkan manusia tentang kesabaran, tawakkal, dan pentingnya memperkuat hubungan dengan Allah (Dhuha, 2022).

Penelitian ini perlu dilakukan karena kebutuhan mendesak untuk menangani dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental mahasiswa fakultas kedokteran. Dengan memahami kondisi spesifik yang dihadapi mahasiswa Universitas YARSI angkatan 2022, intervensi dapat dirancang untuk tidak hanya mengatasi masalah kesehatan mental yang ada tetapi juga untuk meminimalisir dampak jangka panjang terhadap pendidikan dan karir mereka di bidang kedokteran. Lebih lanjut, penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga untuk

perguruan tinggi dan universitas dalam merancang program pendukung kesehatan mental yang efektif bagi mahasiswa, khususnya dalam menghadapi krisis kesehatan global.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini diperlukan untuk mengeksplorasi dan mengidentifikasi prevalensi serta jenis-jenis masalah kesehatan mental yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 dalam konteks pasca pandemi COVID-19, dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut. Melalui analisis ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai dampak pandemi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa berupa kecemasan dan depresi, serta membantu dalam pengembangan strategi intervensi yang efektif untuk mendukung kesehatan mental di lingkungan akademik.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 di era pasca pandemi COVID-19?
2. Bagaimana gambaran depresi yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 di era pasca pandemi COVID-19?
3. Bagaimana tinjauan Islam mengenai gambaran kecemasan dan depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 pasca pandemi COVID-19?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kecemasan dan depresi yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 di era pasca pandemi COVID-19.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 di era pasca pandemi COVID-19.
2. Mengetahui gambaran depresi yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 di era pasca pandemi COVID-19.
3. Mengetahui tinjauan Islam mengenai gambaran kecemasan dan depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022 dengan pandemi COVID-19

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat untuk Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah sebagai sarana pengembangan kompetensi dan pemahaman yang mendalam tentang dinamika kesehatan mental di lingkungan akademis, khususnya di kalangan mahasiswa kedokteran pasca pandemi COVID-19. Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menerapkan teori-teori psikologi dan kesehatan masyarakat dalam konteks nyata, serta mengasah kemampuan analisis dan penelitian kualitatif maupun kuantitatif. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kepekaan dan kemampuan peneliti dalam mengidentifikasi, menganalisis, dan merumuskan strategi intervensi untuk masalah kesehatan mental di masa depan.

1.5.2 Manfaat untuk Institusi

Temuan dari penelitian ini berpotensi memberikan wawasan berharga tentang kondisi kesehatan mental mahasiswa, khususnya di fakultas kedokteran, yang dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang dan mengimplementasikan program dukungan kesehatan mental yang lebih efektif. Dengan memahami prevalensi dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa, institusi dapat menyesuaikan kebijakan dan sumber daya untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih mendukung dan inklusif. Hal ini tidak hanya akan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa tetapi juga dapat meningkatkan prestasi akademik dan kepuasan mahasiswa terhadap institusi.

1.5.3 Manfaat untuk Universitas YARSI

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan reputasi universitas sebagai lembaga yang peduli dan responsif terhadap kesehatan mental mahasiswanya. Dengan mengadopsi pendekatan berbasis bukti dalam mengatasi masalah kesehatan mental, Universitas YARSI dapat menjadi model bagi universitas lain dalam menangani isu kesehatan mental di lingkungan akademik. Selain itu, peningkatan dukungan kesehatan mental di universitas dapat menarik calon mahasiswa yang lebih luas dan meningkatkan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studi mereka, yang pada gilirannya akan meningkatkan kualitas lulusan Universitas YARSI.