BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan salah satu dari banyak faktor yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan akademik seseorang. Kesehatan mental adalah kondisi ketika seseorang mampu menerima dirinya sendiri tanpa merasa bersalah, memiliki penilaian diri yang realistis, serta dapat mengenali dan memahami keterbatasannya. Individu dengan kesehatan mental yang baik mampu mengatasi berbagai tantangan dalam kehidupan, menjalin hubungan sosial yang positif, serta mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan dalam kehidupannya (Florensa *et al.*, 2023). Beberapa tahun terakhir, kesehatan mental menjadi perhatian di kalangan masyarakat Indonesia terutama pada mahasiswa. Mahasiswa semakin sadar betapa pentingnya kesehatan mental. Fakta ini didukung oleh hasil penelitian Casey (2010) dijelaskan bahwa usia remaja dan dewasa muda merupakan usia yang rentan akan terganggunya kesehatan mental hal ini dikarenakan masa ini merupakan fase perubahan sosial (Casey *et al.*, 2010). Erikson mendefinisikan tahap remaja awal dimulai pada masa pubertas dan berakhir pada usia 18-20 tahun dan tahap dewasa muda dimulai usia 20 tahun (Suryana *et al.*, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental mahasiswa masih menjadi isu yang memerlukan perhatian yang lebih khusus.

Penelitian Khotimah *et al*., (2024) mengatakan tekanan akademik dan stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi lebih tinggi jika dibandingkan dengan program studi lain di bidang non-medis. Seorang individu yang masuk ke dunia kedokteran dapat berisiko mengalami depresi atau stres, terutama karena mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi tidak hanya menjalani perkuliahan dengan mendengarkan penjelasan dosen, tetapi mereka juga menjalani *Problem Based Learning (PBL)*, *Pleno*, Praktikum, dan juga *Clincal Skill Lab (CSL)*. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi banyak sekali menghadapi berbagai ujian yang berat, seperti *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*, *Student Objective Oral Case Analysis (SOOCA)*, dan Ujian Praktikum. Hal ini menjelaskan bahwa

mahasiswa diharuskan menguasai ilmu biomedis dan ilmu klinis secara baik dan berkualitas, dikarenakan apabila sudah menjadi dokter mereka akan berhadapan langsung dengan pasien (Khotimah *et al*., 2024).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan gambaran mengenai fenomena kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap tekanan akademik pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI, ditemukan sebanyak 44,7% mahasiswa mengaku sering mengalami stres akibat perkuliahan, tugas-tugas, dan juga ujian. Tekanan ini berdampak pada kesehatan mental mereka, seperti munculnya kecemasan berlebih, gangguan tidur, hingga kelelahan emosional. Sebanyak 39,5% mahasiswa merasa tekanan ini cukup besar hingga sempat berpikir untuk berpindah jurusan. Hal ini menunjukkan adanya tanda-tanda bahwa tekanan yang dirasakan mahasiswa bisa berdampak pada prestasi akademik mereka, seperti menurunnya nilai atau kesulitan mempertahankan prestasi. Sebanyak 10 dari 38 mahasiswa mengaku bahwa kurangnya dukungan dari orang tua dapat berdampak pada motivasi dan pencapaian akademik mereka, sementara yang lain tidak terlalu merasakan pengaruhnya.

Tekanan akademik yang tinggi dan juga metode pembelajaran di perkuliahan yang kompleks sering kali dikaitkan dengan tingginya tingkat stres, kecemasan dan depresi di kalangan mahasiswa kedokteran gigi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan serta performa akademik mereka (Silva *et al.*, 2024). Orang tua mempunyai peran penting dalam dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa. Dukungan orang tua dalam bentuk emosional, motivasi, serta finansial dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Motivasi yang diberi oleh orang tua kemudian akan berpengaruh pada mental anak (Widhiati *et al.*, 2023). Dukungan emosional dan validasi perasaan membuat mahasiswa merasa ia tidak sendirian, merasa tenang, disayang dan dihargai, sehingga membuat mahasiswa semakin termotivasi untuk menjalankan proses pendidikannya. Finansial dan sarana belajar yang cukup juga dapat mengurangi tekanan tersebut, yang sering kali masalah finansial dapat menyebabkan seseorang menjadi banyak fikiran dan tertekan secara psikologis (Peltz *et al.*, 2021).

Dukungan secara emosional dan penghargaan yang diberikan orang tua pada mahasiswa dapat memengaruhi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Dukungan sosial dari orang tua yang tidak baik dapat menyebabkan stres akademik yang tinggi (Fawzyah et al., 2019). Mahasiswa yang kurang mendapatkan dukungan dari orang tuanya, cenderung lebih merasa berat dalam menjalani perkuliahan, mudah marah, kurang bersosialisasi, tidak percaya diri, dan sulit menyesuaikan diri (Wardhani, 2024).

Beberapa penelitian menunjukan adanya hubungan antara kesehatan mental dan dukungan orang tua dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Penelitian Saptarina *et al*., (2023) di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat menemukan bahwa tingkat kecemasan berhubungan dengan Indeks Prestasi Kumulatif. Penelitian lainnya ditemukan oleh Rambe (2019) disebutkan bahwa prestasi belajar siswa tergantung pada keadaan keluarganya. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa lingkungan keluarga mempunyai hubungan positif yang kuat terhadap prestasi belajar siswa (Fredy *et al*., 2022). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aziz *et al*., (2024) di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi keluarga dengan prestasi belajar.

Kesehatan mental membutuhkan peran serta dukungan dari keluarga. Islam menempatkan orang tua sebagai tokoh utama dalam membimbing, melindungi, dan mendidik anak. Dukungan emosional, perhatian, dan kasih sayang dari orang tua berperan penting dalam membentuk ketenangan jiwa dan keseimbangan psikologis anak sesuai ajaran Islam (Sawkani & Suhaimi, 2024). Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qu'ran:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا قُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَاَهْلِيْكُمْ نَارًا وَّقُوْدُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ

Artinya: *"Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu."* (Q.S. At Tahrim (66) : 6)

Al-Ghazali menjelaskan bahwa ayat ini menegaskan kewajiban orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak secara lahir dan batin. Islam memandang orang tua sebagai sumber kasih sayang, pembimbing, serta penanggung jawab kesejahteraan

spiritual dan material anak. Anak merupakan amanah Allah SWT sekaligus ujian bagi orang tua, karenanya mereka harus mendidik dan mengarahkan anak sesuai nilai Islam agar tumbuh menjadi pribadi berakhlak mulia dan bertakwa (Al Ayyubi et al., 2024).

Peran orang tua tidak hanya membentuk ketenangan jiwa anak, tetapi juga berdampak positif terhadap proses belajar dan pencapaian prestasi akademik. Menuntut ilmu merupakan kewajiban bagi setiap Muslim untuk memperoleh pengetahuan duniawi, juga sebagai bentuk ibadah dan sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT (Fauzan et al., 2024). Islam menegaskan pentingnya menuntut ilmu sebagaimana sabda Rasulullah SAW:

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ

Artinya: *"Menuntut ilmu itu wajib atas setiap Muslim." (HR. Ibnu Majah).*

Hadis tersebut menegaskan bahwa menuntut ilmu merupakan kewajiban setiap Muslim, baik laki-laki maupun perempuan. Islam menegaskan bahwa kewajiban ini tidak hanya mencakup ilmu agama, tetapi juga ilmu pengetahuan umum yang bermanfaat bagi kehidupan (Fauzan et al, 2024).

Berdasarkan penjelasan di atas, fenomena kesehatan mental dan dukungan orang tua perlu dikaji tidak hanya dari aspek psikologis maupun akademik, tetapi juga melalui pandangan Islam yang memandang keseimbangan jiwa serta peran keluarga sebagai upaya membentuk pribadi mahasiswa yang berilmu, bermental sehat, dan berakhlak sesuai tuntunan Islam.

Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan di Fakultas Kedokteran (FK) dan belum secara spesifik meneliti mahasiswa di Fakultas Kedokteran Gigi (FKG). Penelitian ini memiliki kebaruan dalam konteks subjek dan lokasi, yaitu mahasiswa preklinik FKG Universitas YARSI. Dan penelitian sebelumnya hanya mengkaji 1 variabel saja, sedangkan pada penelitian ini meneliti 2 variabel sekaligus secara bersamaan. Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk melihat bagaimana pengaruh kesehatan mental mahasiswa dan dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif, khususnya

dalam mengahadapi beban akademik yang berat di Preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI?
2. Bagaimana pandangan Islam mengenai pengaruh kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI dan pandangannya menurut Islam.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI.
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI.
3. Untuk mengetahui pandangan Islam terkait pengaruh kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Subyek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI mengenai pentingnya kesehatan mental dan dukungan orang tua terhadap pencapaian akademik.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Kedokteran Gigi

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kepedulian kesehatan mental yang lebih oleh institusi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang fasilitas bimbingan dan konseling yang lebih efektif.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental dan dukungan orang tua dalam menunjang prestasi akademik mahasiswa. Masyarakat diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam menciptakan suasana yang positif bagi perkembangan pendidikan anak.

1.4.4 Manfaat Bagi Khazanah Islam

Penelitian ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman nilai-nilai Islam dalam membentuk keseimbangan mental, dukungan orang tua, serta keberhasilan akademik mahasiswa sebagai wujud pengamalan ajaran Islam.