

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan kedokteran di Indonesia saat ini menggunakan kurikulum yang berbasis kompetensi melalui pendekatan SPICES (*Student-centered, Problem-based, Integrated, Community-based, Elective/Early Clinical Exposure, Systematic*).¹ Kurikulum tersebut memberikan mahasiswa tanggung jawab lebih, sehingga mendorong mahasiswa lebih giat serta mandiri ketika belajar.² Hal tersebut berdampak pada sistem pembelajaran di fakultas kedokteran yang tentu saja berbeda dengan sistem pembelajaran saat di Sekolah Menengah Atas, sehingga mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran tersebut. Apabila mahasiswa tidak berhasil menyesuaikan diri, mereka rentan mengalami stres, dan gangguan mental lainnya.^{3,4}

Mahasiswa kedokteran sering mengalami tingkat stres yang tinggi selama masa pendidikan mereka. Sejumlah penelitian terkait stres yang dialami mahasiswa kedokteran telah dilakukan. Penelitian oleh Ragab dkk. di enam universitas di Sudan menemukan bahwa 31,7% mahasiswa mengalami stres selama masa studi mereka.⁵ Penelitian lain oleh Eva dkk. di delapan fakultas kedokteran di Bangladesh menemukan prevalensi stres secara keseluruhan sebesar 54% di kalangan mahasiswa kedokteran.⁶ Penelitian Musiun dkk. di Fakultas Kedokteran Universitas Sabah Malaysia menunjukkan prevalensi stres mahasiswa sebesar 33,3%.⁷ Di Indonesia, penelitian oleh Augesti di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung menemukan bahwa 54,1% mahasiswa kedokteran mengalami stres sedang.⁸ Penelitian lain oleh Rahmayani dkk. di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, mengungkapkan bahwa 51,6% mahasiswa mengalami stres yang berhubungan dengan akademik.⁹ Selain itu, penelitian oleh Wahyudi di Fakultas Kedokteran Universitas Riau menunjukkan prevalensi stres mahasiswa sebesar 57,23%.¹⁰

Stres yang dialami mahasiswa kedokteran dapat memengaruhi kondisi mental, seperti depresi, kecemasan, ataupun kesehatan fisik.¹¹ Stres akademik yang dialami mahasiswa kedokteran dapat dihubungkan dengan *self-esteem*.¹¹ *Self-esteem* merupakan kesungguhan serta kecakapan untuk berbuat dan menyikapi tantangan hidup, kesungguhan seseorang untuk bahagia, merasa dihargai, layak, dapat memastikan kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan serta merasakan hasil usaha yang telah dilakukan.¹² Secara garis besar, *self-esteem* dapat diartikan sebagai pandangan individu kepada dirinya sendiri.¹³

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Winarso, mahasiswa yang tinggi tingkat *self-*

esteemnya lebih mampu menangani stres dan mengurangi stres secara efektif. Hal ini dikarenakan mereka memandang stresor secara positif ketika dihadapkan pada kondisi yang penuh tekanan. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-esteem* yang rendah memandang diri pribadi sebagai orang lemah dan tak berdaya, yang mengarah pada kekhawatiran yang berlebihan, depresi, ketakutan, dan kecemasan, yang pada akhirnya menghasilkan tingkat stres yang lebih tinggi.¹⁴ Demikian pula, Andarini dkk. menemukan bahwa *self-esteem* yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat stres yang lebih rendah pada mahasiswa.¹⁵ Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Shamara pada mahasiswa kedokteran, yang menunjukkan bahwa *self-esteem* yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat stres yang lebih rendah.¹⁶ Penelitian-penelitian ini secara kolektif menunjukkan hubungan antara *self-esteem* dan stres pada mahasiswa.

Sejumlah penelitian telah menyelidiki tingkat stres di kalangan mahasiswa kedokteran di Universitas Tarumanagara. Sebagai contoh, penelitian oleh Tantra dkk. menemukan bahwa 78,4% mahasiswa mengalami stres sedang.¹⁷ Meskipun demikian, hubungan antara *self-esteem* dan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara masih belum diketahui, sehingga mendorong dilakukannya penelitian ini.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Pernyataan Masalah

Self-esteem dari mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara belum diketahui sehingga mendorong dilakukannya penelitian mengenai hal tersebut dan hubungannya dengan tingkat stres yang terjadi.

1.2.2 Pertanyaan Masalah

1. Berapakah persentase responden yang memiliki *self-esteem* tinggi, sedang, dan rendah?
2. Berapakah persentase responden yang mengalami tingkat stres ringan, sedang, dan berat?

3. Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara?

1.3 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.4 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Menurunkan prevalensi stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui persentase responden yang memiliki *self-esteem* tinggi, sedang, dan rendah.
2. Diketahui persentase responden yang mengalami tingkat stres ringan, sedang, dan berat.
3. Diketahui hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat untuk responden

Penelitian ini dapat membantu responden memahami *self-esteem* dan tingkat stres yang mereka alami. Hal ini dapat mendorong mereka untuk lebih memperhatikan kesehatan mental mereka.

1.5.2 Manfaat untuk institusi

Hasil penelitian dapat digunakan oleh universitas untuk merancang program dukungan yang lebih efektif bagi mahasiswa yang mengalami masalah *self-esteem* dan stres.

1.5.3 Manfaat untuk peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengeksplorasi lebih lanjut tentang *self-esteem* dan stres.