

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah sebutan bagi orang yang sedang menjalani proses pembelajaran untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik di universitas, institut maupun akademi. Mahasiswa adalah generasi penerus bangsa yang diyakini mampu membawa nama baik suatu bangsa dan juga mampu menyampaikan isi pikiran dan hati nurani guna memajukan suatu negara. Mahasiswa dipandang oleh masyarakat sebagai kaum yang memiliki intelektual tinggi, berpenampilan menarik, rapi, sopan dan santun.

Tuntutan belajar yang tinggi dan persaingan antara mahasiswa pada saat ini menjadikan setiap Universitas berusaha meningkatkan proses pembelajaran yang ada. Mahasiswa harus berjuang melalui berbagai macam tantangan dan rintangan yang harus dihadapi untuk mencapai gelar Sarjana. Perjuangan tersebut di mulai dari semester pertama hingga semester akhir. Mahasiswa mengikuti kuliah, membuat makalah dan tugas-tugas, melakukan praktikum di laboratorium maupun praktik lapangan. Salah satu yang menerapkan metode belajar seperti itu adalah pendidikan kesehatan dalam hal ini pendidikan dapat berjalan efektif dan berkualitas jika peserta didik dalam proses pembelajaran sesuai terhadap norma dan peraturan yang berlaku dalam pendidikan yang diajarkan. Peserta didik yang berkualitas akan menghasilkan calon tenaga medis yang memiliki mutu dan pelayanan yang baik dalam kesehatan pasien.

Fakultas yang bergerak di bidang kesehatan salah satunya adalah Fakultas Kedokteran UNISSULA. Fakultas kedokteran UNISSULA merupakan salah satu Fakultas Kedokteran terbaik di Indonesia dengan pengalaman pendidikan lebih dari setengah abad. Fakultas ini didirikan pada tanggal 10 Oktober 1963, kurang lebih 17 bulan setelah berdirinya UNISSULA pada tanggal 20 Mei 1962 dan kemudian mendapat SK terdaftar no 74/B.S.T/P/64 tanggal 28 februari 1964 yang ditandatangani oleh Moh. Sa'id pejabat kepala Biro Perguruan Tinggi dan ilmu pengetahuan.

Fakultas kedokteran berdiri UNISSULA didorong oleh tuntutan kebutuhan dan minat masyarakat yang sangat besar terhadap keberadaan Fakultas Kedokteran yang ada di Jawa Tengah untuk menampung calon-calon mahasiswa yang sulit diterima di perguruan tinggi Jawa barat dan Jawa timur pada saat itu. Fakultas kedokteran UNISSULA langsung mendapat dukungan dari masyarakat jawa tengah dan mendapat persetujuan penuh dari pejabat-pejabat resmi pada waktu itu, berdirinya Fakultas Kedokteran UNISSULA ini juga tidak lepas dari upaya para pendiri untuk ikut serta bersama-sama pemerintah mencetak dokter dalam rangka meningkatkan kesehatan seluruh rakyat Indonesia. Seiring berkembangnya IPTEK dalam proses pendidikan kedokteran dan kurikulum nasional perguruan tinggi yang berbasis kompetensi dengan menggunakan metode *problem based learning* (PBL) secara penuh.

Pendekatan sistem PBL ini mahasiswa diperkenalkan dengan metode pembelajaran dalam bentuk tutorial *Small Group Discussion* (SGD) menggunakan modul-modul. Modul tersebut terdapat integrasi diantaranya masing-masing disiplin ilmu baik ilmu Biomedik, ilmu Humaniora, ilmu Kedokteran Klinik dan ilmu Kedokteran Komunitas. Sistem ini juga menuntut mahasiswa untuk aktif di dalam memperoleh pengetahuan sehingga Fakultas Kedokteran memiliki standar penilaian yang berbeda dengan Fakultas lainnya karena menggunakan sistem permodulan dalam metode perkuliahannya.

Metode yang digunakan semakin ditingkatkan dengan penekanan kurikulum akademis, melalui metode PBL ini maka lama pendidikan berubah dari 6 tahun menjadi 5 tahun, yaitu 3,5 tahun pada program studi sarjana dan 1,5 tahun pada Program Profesi Dokter. Mahasiswa berhak menyandang gelar dokter setelah lulus dari ujian Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter (UKMPPD). Mahasiswa Kedokteran dituntut memiliki sikap profesional, sebab mahasiswa yang sudah mendapatkan ilmu pembelajaran saat kuliah maupun belajar praktik harus mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuannya melalui praktik dunia kerja, sedangkan untuk bisa dapat melakukan praktik mandiri terlebih dulu lulusan dokter harus mengikuti program *internship* selama 1 tahun di unit-unit pelayanan kesehatan seperti Puskesmas dan rumah sakit sesuai

Undang-undang No.20 Tahun 2013 tentang Pendidikan Kedokteran. Pengelolaan kegiatan *internship* dilakukan oleh pemerintah melalui DEPKES.

Tuntutan perkuliahan yang begitu berat yang harus dijalani tersebut membuat mahasiswa Kedokteran tidak terlepas dari yang namanya stres. *Stressor* atau penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapan individu. Tuntutan eksternal dapat bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orang tua untuk berhasil di kuliahnya dan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Hal tersebut membuat mahasiswa Kedokteran tidak cukup waktu untuk beristirahat, sehingga mahasiswa cenderung merasa kelelahan akibat dari aktivitas yang begitu padat. Dampak dari tekanan tersebut adalah mahasiswa tidak fokus dalam mengikuti perkuliahan, nafsu makan berkurang dan berdampak dalam terganggunya aktivitas sehari-hari. Tuntutan ini juga termasuk kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan dan harapan mahasiswa dapat bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti pelajaran (Kariv, 2005)

Penelitian sebelumnya mengenai stres pada mahasiswa Kedokteran sudah pernah dilakukan di beberapa Universitas. Penelitian dilakukan pada salah satu Fakultas Kedokteran di Inggris oleh Firth (2004) melibatkan 165 mahasiswa Kedokteran menunjukkan prevalensi stres 31,2% , kemudian ada tiga penelitian di Asia menunjukkan hasil sebagai berikut (1) Di Pakistan dengan 161 mahasiswa menunjukkan hasil 30,84% (Shah, 2010). (2) Di Thailand dengan 686 partisipan menunjukkan prevalensi stres mahasiswa Kedokteran adalah 61,4% (Saipanish, 2003) (3) Di Malaysia dengan 396 partisipan prevalensi stres mahasiswa Fakultas Kedokteran adalah 41,9% (Sherina, 2004) penelitian tentang stres pada mahasiswa Kedokteran juga pernah dilakukan di salah satu Universitas di Indonesia oleh Carolin (2010) dengan sampel 90 mahasiswa Kedokteran dan diperoleh gambaran tingkat stres sebesar 71%. Secara keseluruhan prevalensi stres pada mahasiswa Kedokteran masih cukup tinggi yaitu berkisar 30-70%. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Legiran, Aziz dan Bellinawati (2015) terhadap 240 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas

Muhammadiyah Palembang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang berdomisili tidak bersama orang tua mengalami stres sebanyak 24,6% dan yang tidak mengalami stres sebanyak 23,8%.

Proses belajar mengajar mahasiswa Kedokteran pastinya banyak mengalami kendala-kendala yang dihadapi selama proses belajar yang dapat menyebabkan stres mulai dari faktor internal maupun faktor eksternal jika mahasiswa tidak dapat mengatasi kendala-kendala yang ada maka akan berdampak negatif yaitu menurunnya konsentrasi dan berkurangnya pemusatan perhatian selama kuliah, penurunan minat, demotivasi diri bahkan dapat menimbulkan perilaku yang kurang baik seperti datang terlambat kuliah, malas kuliah kemudian bolos, merokok, minum-minuman beralkohol dan sebagainya. Stres adalah kondisi yang menunjukkan tekanan fisik dan psikis akibat tuntutan dalam diri maupun lingkungan. Individu dapat dikatakan stres ketika mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri dan lingkungan (Nevid, 2005).

Munculnya banyak permasalahan akademik pada mahasiswa Kedokteran yang disebabkan oleh *stressor-stressor*, seperti banyaknya tugas, praktikum, asistensi, skill lab, ujian modul menuntut mahasiswa harus dapat membagi waktu dengan baik. Hal tersebut membuat mahasiswa Kedokteran memiliki beban dan tekanan yang cukup berat, sehingga membuat mahasiswa Kedokteran harus memiliki beberapa cara untuk menangani permasalahan yang dihadapi. Penurunan stres dapat dilakukan dengan cara *coping stress*. Santrock, (2005) berpendapat *coping stress* adalah suatu cara untuk mengatasi sesuatu yang membebani dalam diri individu, memperluas usaha untuk memecahkan masalah hidup dan berusaha menurunkan dan mengatasi stres yang dialami.

Coping stress bertujuan untuk mengurangi stres yang sedang mahasiswa Kedokteran alami, baik yang dipengaruhi oleh pengalaman buruk yang dapat menimbulkan stres atau reaksi psikis dan fisik berupa perasaan ketidaknyamanan, atau keadaan sedang tertekan oleh masalah yang dihadapi. Lazarus & Folkman (1984) berpendapat bahwa *coping stress* memiliki dua macam yaitu yang pertama adalah *problem focused coping*, adalah perilaku *coping* untuk mengurangi stres, individu akan

mengatasi masalahnya dengan mempelajari cara baru atau meminta pendapat orang lain untuk menyelesaikan masalahnya, kemudian yang kedua adalah *emotional focused coping*, yaitu berorientasi dengan tindakan yang menjauh dari permasalahan tersebut. Individu lebih melarikan diri dari masalah dengan membayangkan seandainya ia berada pada situasi yang menyenangkan. Pengurangan beban masalah pada individu ini adalah dengan menolak untuk merenungkan suatu masalah dan bertindak seperti tidak terjadi apa-apa. (Andrew, 2015) Mengemukakan bahwa *problem focused coping* adalah perilaku coping yang tepat dan efektif, salah satunya dengan mengurangi secara langsung masalah yang timbul dan tidak menghindari masalah tersebut.

Faktanya mahasiswa Kedokteran memiliki *problem focused coping* yang rendah hal ini dibuktikan dari hasil wawancara yang sudah dilakukan. Berdasarkan hasil wawancara mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) menyatakan:

Subjek I

'ya kadang ngrasa bosan sih, jenuh pusing kalo lagi padat jadwalnya ditambah banyak tugas mba. Kadang jam tidurku jadi berkurang berangkat pagi pulang sore malamnya masih dikejar-kejar deadline tugas, sampai lupa makan kadang juga jadi gak doyan makan dan gak tidur sebelum tugas-tugasnya kelar semua, kalo udah gitu biasanya aku jalan sama temen apa sm pacar ke mall belanja, nonton bioskop apa nongkrong, kalo ada libur dikit ya langsung liburan yg agak jauh dikit menikmati pemandangan gitu sih paling mba ...' (FR, 2018)

Subjek II

'waktu awal-awal belum bisa ngatur waktu mba sampai keteteran bingung antara bagi waktu buat ngerjain tugas, ujian modul, praktikum skill lab dll sampai kadang weekend tetep masuk kalo ada kuliah pengganti. Sempet sakit juga gara-gara kecapekan saking padat jadwal kuliahnya ditambah pusing dengan banyak tugas yg harus segera diselesaikan, belum lagi kalo ada masalah yang lain sama keluarga di rumah makin tambah mumet mba, ya kadang paling saya kalo udah gitu aku pake istirahat saya tinggal tidur aja mba biar gak makin pusing mikirin terus sama paling beli jajanan macem-macem kesuakannku buat ngemil haha ...' (W, 2018)

Subjek III

“...pernah ngerasa sampai bener-bener di titik jenuh bisa dikatakan stres jg sih mb gara-gara kuliah, sampai gak ada waktu buat main atau pergi jalan-jalan bareng temen-temen. Kadang iri liat temen fakultas lain santai banget kuliahnya kayak gak ada beban dan dikejar-kejar tugas. tapi ya mau gimana lagi ya mba udah terlanjur masuk FK ya kuat gak kuat harus tetep dijalani, kalo ada masalah kuliah paling saya nemuin temen terus cerita paling abis itu aku diajakin jalan-jalan, apa nongkrong ke café ngopi-ngopi sama ngemil-ngemil gitu lah,itung-itung refreshing dikit hehe ...”(B, 2018)

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa mahasiswa Kedokteran mengalami banyak hambatan dan masalah yang dihadapi selama belajar yang membuat mahasiswa stres, namun tidak semua mahasiswa Kedokteran menggunakan *problem focused coping* untuk menyelesaikan masalah yang ada. Stres merupakan hal yang normal yang dialami oleh individu dan tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan, stres membuat individu berpikir keras dan berusaha keras dalam menyelesaikan suatu permasalahan atau rintangan sebagai bentuk respon.

Salah satu fakta yang dapat mempengaruhi mahasiswa melakukan *problem focused coping* adalah dukungan sosial, karena lingkungan mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan mahasiswa Kedokteran. Mahasiswa tidak lagi hanya berinteraksi dengan orangtua di rumah dan teman-teman di perguruan tinggi tetapi juga mulai menjalin hubungan dengan orang-orang dewasa di luar lingkungan rumah dan di perguruan tinggi. Dukungan sosial teman dipilih karena dalam kegiatan sehari-hari mahasiswa banyak menghabiskan waktu dengan teman. Dukungan sosial akan membuat individu lebih percaya diri, menerima kenyataan, dan berpikir positif. Dukungan sosial dapat meningkatkan cara seseorang menghadapi atau memecahkan masalah dan pengurangan reaksi stres melalui *problem focused coping* (Prayascitta, 2010).

Gottlieb (Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan nasihat atau informasi verbal maupun non verbal, tindakan nyata yang diberikan seseorang dan mempunyai manfaat emosional maupun efek perilaku bagi pihak penerima. Mahasiswa

kedokteran bisa mendapatkan dukungan sosial dari berbagai sumber, baik itu orangtua, keluarga, teman dekat, atau bahkan dari orang-orang sekitar yang dianggap berarti. Peneliti memilih dukungan sosial dari teman sebab banyak dari mahasiswa Kedokteran adalah mahasiswa perantau yang jauh dari orang tua dan keluarga. Mahasiswa Kedokteran juga lebih sering berinteraksi dan menghabiskan waktu berkegiatan dengan teman dibandingkan dengan keluarga. Dukungan sosial yang didapatkan bisa dalam bentuk perhatian emosional, bantuan instrumental, atau bantuan informasi (King, 2016). Coben, dkk (dalam Aprianti, 2012) dukungan sosial dapat membantu individu untuk mengatasi stres, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu dukungan sosial dibutuhkan mahasiswa Kedokteran untuk mengatasi tekanan atau sebagai *problem coping stress*.

Penelitian yang dilakukan Fara Sofah Intani dan Endang R Surjaningrung (2015) dengan judul ‘*’ coping strategy’* pada Mahasiswa Salah Jurusan’ menunjukkan hasil bahwa *coping stress* terutama *problem focused coping* lebih efektif terhadap pengurangan ataupun penyelesaian konflik dibandingkan dengan *emotion focused coping*. Hal ini dikarenakan mahasiswa merasa memiliki kemampuan untuk dapat mengendalikan lingkungannya dan menghadapi konflik lebih besar di masa yang akan datang.

Penelitian diperkuat dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi *problem focused coping*. Hasan & Ruwaidah (2013) melaporkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan *coping stress*. Penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2015) juga menunjukkan sumbangan relatif *coping stress* terhadap motivasi belajar sebesar 55,85% dan sumbangan relatif dukungan sosial terhadap motivasi belajar sebesar 29,5%. Sumbangan efektif *coping stress* terhadap motivasi belajar sebesar 22,34% dan sumbangan efektif dukungan sosial terhadap motivasi belajar sebesar 11,8%. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *coping stress* dan dukungan sosial dengan motivasi belajar pada remaja yang orang tuanya bercerai. Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin meneliti seberapa

besar hubungan antara dukungan sosial teman dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang.

B. Perumusan Masalah

Adakah hubungan antara dukungan sosial teman dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui apakah ada hubungan dukungan sosial teman dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang .

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk referensi dan panduan penelitian selanjutnya terkait tentang *problem focused coping*
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberi saran mengenai pengetahuan yang berguna bagi ilmu Psikologi khususnya untuk perkembangan ilmu psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan saran kepada pengelola program studi mengenai sistem dan kurikulum perkuliahan terkait stres akademik, dukungan sosial teman dengan *problem focused coping* pada mahasiswa, serta memberikan pandangan dan informasi terhadap mahasiswa mengenai pentingnya pemilihan *coping stress* dalam menghadapi tekanan yang dialami.