

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prestasi akademik mahasiswa merupakan perwujudan keberhasilan belajar peserta didik yang menunjukkan keuletan dan kesungguhannya dalam belajar (Rahayu, 2004). Nilai akademik di dalam dunia kedokteran menunjukkan kompetensi skill dari mahasiswa kedokteran. Data yang ada di FK UNISSULA terkait UKMPPD, menunjukkan angkatan *first taker* Ujian Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter (UKMPPD) belum sesuai target yang ditentukan. Oleh karena itu dilakukan *re-taker* dengan sebelumnya diberi bimbingan sebanyak 6 kali. Hasil *re-taker* pada periode 2014-2016 belum ada yang memenuhi target, setelah dilakukan analisis didapatkan hasil rendahnya semangat dan motivasi mahasiswa dalam mengikuti bimbingan sehingga mempengaruhi hasil ujian UKMPPD *re-taker*. Motivasi dan semangat belajar dapat dipengaruhi oleh stress akademik yang dapat mengubah keyakinan diri seseorang dalam belajar sehingga menurunkan motivasi yang harusnya timbul dari dalam diri mereka.

Menurut Rahmi (2013) mahasiswa yang memiliki prestasi baik dijumpai pada tingkat stres yang normal, sedangkan mahasiswa berprestasi baik yang berada pada tingkat stres berat jumlahnya sembilan kali lebih kecil dibandingkan dengan mahasiswa pada stres normal. Menurut Gadzella dan Masten (2005) stress akademik merupakan suatu kondisi di mana terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dan kapasitas individu untuk

mengatasi tuntutan, sehingga menyebabkan terjadinya reaksi fisik, emosi, kognitif dan tingkah laku untuk menghadapi peristiwa stres tersebut. Penelitian sebelumnya tentang pengaruh stres terhadap mahasiswa ditemukan adanya masalah pencernaan (88%), mengalami kecemasan di rumah atau di kampus (75%), makan dan minum atau merokok berlebihan untuk mengurangi kecemasan (32%), merasakan ketegangan atau nyeri di leher atau bahu, sakit kepala, atau sesak nafas (77%), tidak dapat berhenti berpikir mengenai permasalahan mereka atau tidak dapat merasa tenang (85%), memiliki masalah dalam berkonsentrasi karena selalu mengkhawatirkan hal lain (88%), dan mahasiswa memerlukan obat untuk menenangkan diri (16%) (Agolla dan Ongori, 2009).

Menurut Taylor (2003) bahwa secara fisik, hal-hal yang dianggap berbahaya atau mengancam diri seseorang seperti stres dapat mengaktifkan peran saraf simpatis pada tubuh sehingga berefek meningkatnya tekanan darah, detak jantung, produksi keringat, dan penyempitan pembuluh darah. Stres di sisi lain juga mampu mengaktifkan sistem HPA (*Hypothalamic – Pituitary - Adrenocortical*) axis yang akan berefek pada pengeluaran hormon-hormon stres. Proses berulang dari pengeluaran hormon stres seperti (epineprin dan norepineprin) mampu memberikan efek menurunkan fungsi kekebalan tubuh, meningkatkan detak jantung, dan ketidakseimbangan biokimia tubuh sehingga dapat menimbulkan penyakit, baik penyakit fisik maupun kejiwaan. Selain faktor individu itu sendiri, Menurut (Hamalik, 2003) dalam menggapai prestasi ada beberapa faktor yang mempegaruhi yaitu

mahasiswa itu sendiri, tenaga pengajar, tujuan dalam belajar, materi pelajaran, sarana dan prasarana belajar, interaksi antara dosen dan mahasiswa, interaksi antara mahasiswa dan mahasiswa serta lingkungan belajar.

Berdasarkan survey oleh *American College Health Association* pada tahun 2006, salah satu masalah kesehatan terbesar yang memiliki dampak pada kinerja akademik mahasiswa adalah masalah stres akademik. Sekitar 32 % mahasiswa menyatakan bahwa stres akademik mengakibatkan kuliah yang tidak selesai (*drop out*) atau nilai yang lebih rendah (Kadapatti dan Vijayalaxmi, 2012). Pilihan stimulus guna meningkatkan prestasi telah banyak berkembang, salah satunya adalah Murottal. Murottal dapat di jadikan pilihan dalam meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Murottal dianggap mudah, terjangkau, dan tidak memiliki efek samping terhadap orang yang mendengarkannya. Murottal merupakan rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang Qori' (pembaca Al-Qur'an) (Siswantinah, 2011). Lantunan Al-Qur'an yang dibacakan oleh seorang qori' (pembaca Al-Qur'an) dengan memperhatikan panjang pendeknya dan tajwidnya secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan dan alat yang paling mudah dijangkau. Murottal Al-Qur'an dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam

atau lebih lambat dapat menimbulkan ketenangan, mengendalikan emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Siswantinah, 2011). Mendengarkan murrotal Al-Qur'an juga akan memberikan rangsangan ke hipotalamus dan Gelombang delta. Rangsangan ke hipotalamus menurunkan produksi CRH (*Corticotropin Releasing Hormon*). CRH akan merangsang kelenjar pituitary anterior untuk menurunkan produksi ACTH (*Adrenocorticotropin Hormon*). Hormon ini akan merangsang kortek adrenal untuk menurunkan sekresi kortisol yang akan menekan sistem imun tubuh sehingga mengurangi tingkat kecemasan, nyeri dan menimbulkan efek relaksasi pada tubuh dan menimbulkan rasa percaya diri, rasa optimisme, mendatangkan ketenangan, damai, dan merasakan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa (Oken, 2004). Sedangkan gelombang delta sebagai penanda kondisi responden dalam kondisi rileks (Siti, 2015).

Dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hal-hal yang berhubungan dengan tingkat prestasi akademik mahasiswa. Akan tetapi belum banyak penelitian yang menghubungkan antara murottal Al- Qur'an dengan tingkat prestasi akademik mahasiswa. Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian untuk membuktikan pengaruh terapi murottal kepada mahasiswa yang menjalani progress tes CBT Lokal jika di bandingkan dengan mahasiswa yang tidak di beri perlakuan pada hari sebelumnya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh mendengarkan Murottal Al- Qur'an

terhadap nilai progress tes CBT lokal persiapan UKMPPD?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh mendengarkan Murottal Al- Qur'an terhadap nilai progress tes CBT lokal persiapan UKMPPD.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat prestasi akademik melalui nilai progress tes CBT lokal persiapan UKMPPD pada mahasiswa yang mendengarkan Murottal Al- Qur'an.
- b. Mengetahui tingkat prestasi akademik melalui nilai progress tes CBT lokal persiapan UKMPPD pada mahasiswa yang tidak mendengarkan Murottal Al- Qur'an.
- c. Mengetahui pengaruh kecemasan dengan hasil progress tes CBT lokal persiapan UKMPPD dengan menggunakan kuesioner HARS

1.4 Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Sebagai tambahan informasi dan landasan bagi penelitian selanjutnya terkait mendengarkan Murottal Al- Qur'an terhadap prestasi akademik mahasiswa.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penggunaan Murottal Al- Qur'an terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa.