

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kecemasan mampu menurunkan kinerja individu dalam melakukan aktifitas. Suatu penelitian menunjukkan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa kedokteran di universitas negeri pada beberapa belahan dunia menunjukkan angka Untuk prevalensi depresi di kalangan mahasiswa kedokteran swasta, telah diperkirakan 19% di Amerika Serikat, 49,1% di India, dan 60% di Pakistan (Saravanan & Wilks, 2014).

Praktikum menjadi penyebab suatu kecemasan bagi mahasiswa. Praktikum merupakan suatu ilmu yang ditujukan kepada siswa untuk melakukan pengujian dalam keadaan yang sebenarnya dari apa yang didapat dalam pembelajaran secara teori (KBBI, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Embryol, 2015), menghasilkan, bahwa praktikum anatomi memberikan dampak kecemasan pada mahasiswa kedokteran pada tahun pertama. Tingkat kecemasan yang dilaporkan dari penelitian tersebut, siswa meningkat pada kursus diseksi untuk awal bulan pertama (Embryol, 2015). Pada awal, sebelum perbedahan, 18,1% siswa menunjukkan peningkatan kecemasan, 21% setelah satu minggu, dan 32,6% setelah satu bulan. Peningkatan ini bermakna secara statistik, Terkait-Contoh Cochran Q-test = 12.679, $p = 0,002$ (Embryol, 2015).

Anatomi merupakan suatu bidang yang menelaah mengenai bagian tubuh manusia, anatomi diambil dari bahasa Yunani ialah "*ana*" yang bermakna habis atau ke atas dan kata "*tomos*" yang memiliki arti memotong atau mengiris (Sudibjo et al., 2011). Jadi, anatomi adalah ilmu yang mempelajari struktur tubuh manusia dengan cara menguraikan tubuh menjadi bagian-bagian yang lebih kecil sampai ke bagian yang terkecil, dengan cara memotong atau mengiris, kemudian tubuh diangkat, dipelajari, dan diperiksa dengan bantuan alat mikroskop (Sudibjo et al., 2011). Disimpulkan dari pengertian di atas, bahwa praktikum anatomi adalah bagian dari suatu pengajaran yang ditujukan kepada mahasiswa untuk mempelajari bagian-bagian tubuh, agar memiliki kesempatan dalam melakukan

pengujian dan pelaksanaan dalam situasi yang sebenarnya dari yang didapatkan ketika pembelajaran secara teori, melalui kegiatan penguraian tubuh menjadi bagian-bagian yang lebih kecil sampai ke bagian yang terkecil, dengan cara memotong atau mengiris, kemudian tubuh diangkat, dipelajari, dan diperiksa dengan bantuan alat mikroskop.

Kecemasan tidak selalu memberikan dampak yang negatif dalam memengaruhi kinerja dan psikologis seseorang. Kecemasan ringan mampu memberikan kondisi yang positif seperti meningkatnya kesadaran dan kewaspadaan, memungkinkan seseorang untuk mempelajari perilaku yang baru dan membantu dalam memecahkan masalah. Kecemasan menengah melibatkan penurunan dalam bidang persepsi (hanya berfokus pada tugas langsung saja) orang dapat mempelajari perilaku baru atau memecahkan masalah dengan bantuan seseorang. Kecemasan berat mencakup perasaan takut atau teror. Seseorang tidak dapat berfokus ke tugas, ia berfokus pada detail yang tersebar dan memiliki gejala fisiologis takikardia, diaforesis, dan nyeri dada. Seseorang dengan kecemasan berat dapat pergi ke unit gawat darurat, meyakini dirinya sedang mengalami serangan jantung. Kecemasan panik, dapat mengakibatkan hilangnya pemikiran rasional, delusi, halusinasi, dan imobilitas fisik menyehunah dan kebisuan. Seseorang kemungkinan bekerja cepat dan tanpa tujuan, sering mengekspos dirinya sedang merasa terbuka menurut Hildegard Peplau dalam (Videbeck, 2011).

Berdasarkan buku *Psychology of Adjustment* (Haber & Runyon, 1984), kecemasan mampu dihadapi jika seseorang mempunyai penyesuaian diri yang positif, karena seorang individu yang mempunyai penyesuaian diri yang positif mampu mengatasi masalah-masalah yang muncul dan ketika mengalami kegagalan, individu mampu menerima dengan baik. Individu mampu memiliki pandangan terhadap realitas, agar dapat melakukan tujuan yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki juga memiliki kemampuan untuk mengenali resiko yang akan dihadapi. Individu mampu mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Individu mampu untuk mengekspresikan emosi lebih baik dan tetap di bawah kontrol. Individu mampu membangun hubungan dengan individu yang lain, sehingga mampu melakukan komunikasi ketika kesulitan dalam menghadapi

masalah. Jadi seseorang yang mempunyai penyesuaian diri yang positif, mampu mengatasi kecemasan dan stres yang dihadapi.

Menurut (Calhoun & Acocella, 1990) memberikan gagasannya yaitu, contoh individu yang memiliki penyesuaian diri yang bagus, mempunyai persepsi yang berfokus pada realita, dapat menyelesaikan tekanan dan kecemasan yang dihadapi, mempunyai gambaran diri yang baik tentang dirinya, dapat menunjukkan perasaannya dengan tepat, mampu mempunyai hubungan yang sehat dengan individu yang lain, mempunyai kontrol diri yang baik, mampu beradaptasi dengan setiap perubahan yang terjadi.

Schneiders dalam (Novia & Cristiana, 2015) mengatakan bahwa unsur-unsur yang menghalangi penyesuaian diri ialah (a) Kondisi tubuh seseorang mampu menjadi unsur yang mengganggu penyesuaian diri, sebab kondisi sistem-sistem fisik yang sehat menjadi syarat agar terwujudnya penyesuaian diri yang positif. (b) Macam-macam penyesuaian diri seseorang memiliki perbedaan pada tiap-tiap fase perkembangan. Sesuai dengan perubahannya, seseorang mulai melakukan tingkah laku kekanakan dalam memberikan respon. (c) Kondisi psikis individu yang baik adalah syarat untuk terciptanya penyesuaian diri yang positif, maka bisa dikatakan bahwa dengan munculnya kecemasan, frustrasi dan cacat mental kemungkinan akan menjadi penghalang dalam proses penyesuaian diri. (d) Kondisi keluarga menjadi peranan yang vital untuk seseorang dalam menjalani proses penyesuaian diri. (e) Religiusitas menjadi salah satu unsur yang memengaruhi suasana psikologis individu yang bisa dipergunakan dalam memperkecil konflik, rasa frustrasi dan ketegangan psikis yang lain. Kultur kebudayaan yang dimiliki oleh suatu kelompok adalah salah satu unsur yang mampu membantu perilaku dan sikap seseorang agar mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik atau malah membentuk individu yang tidak mampu melakukan menyesuaikan diri.

Mahasiswa tentunya memiliki keadaan psikologis yang berbeda-beda, dapat berubah kapanpun, dan disebabkan oleh apapun. Mahasiswa merupakan masa bagi seorang individu dari masa remaja menuju masa dewasa awal. Seorang mahasiswa akan melakukan sistem pembelajaran yang baru dan berbeda disaat

masih berada di Sekolah Menengah Atas. Sehingga dibutuhkan penyesuaian diri yang baik, dan tidak dipungliri hal tersebut mampu menciptakan tekanan berupa stress dan kecemasan yang akan memengaruhi perkembangan individu dan kinerjanya dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan di kampus (Sundari, 2005). Penyesuaian diri mahasiswa yang baik dalam melaksanakan praktikum anatomi dapat membantu mahasiswa mengurangi kecemasan. Faktor-faktor yang mungkin menyebabkan kecemasan dikelompokkan menjadi faktor keluarga, faktor individu, dan faktor lingkungan pendidikan (Priabowo & Sihombing, 2007)

Di lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang sendiri, mulai melakukan kegiatan praktikum anatomi ketika memasuki semester kedua, dan dilakukan sampai pada semester 6. Selama satu semester, akan dilakukan kuliah teori dan membenikan jatah praktikum sebanyak 2 kali dalam satu semester. Mahasiswa yang mendapatkan nilai yang kurang baik, harus mengulang atau melakukan remidi. Hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap beberapa subjek, kebanyakan mahasiswa memang memiliki kecemasan disaat melakukan praktikum, terutama praktikum anatomi. Peneliti menanyakan tentang "Hal apa yang membuat Anda cemas dalam menempuh perkuliahan di kedokteran?", kebanyakan subjek menjawab ketika praktikum. Kemudian peneliti menanyakan tentang "Praktikum apa yang membuat subjek merasa cemas?", subjek pertama mebgatakan "saya lebih merasa cemas ketika akan melaksanakan praktikum anatomi dan OSCE", subjek kedua mengatakan bahwa "praktikum anatomi membuat saya harus belajar lebih giat dari biasanya, bahkan sesudah belajar lebihpun masih merasa cemas dengan nilai yang saya dapat", subjek ketiga megatakan bahwa "saya sebenarnya merasa biasa saja, tetapi ketika praktikum anatomi, ada hal yang membuat saya merasa lebih cemas dari biasanya, mungkin dikarenakan objek yang saya hadapi dan tingkat kedisiplinan yang tinggi dari ASDOS (asisten dosen) nya".

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan (Artha & Supriyadi, 2013), hasil penelitian yang telah dilakukan, memunjukkan bahwa penyesuaian diri memengaruhi seorang individu terhadap tingkat pemecahan masalah yang dialami. Hasil penelitian ini tergolong tinggi dengan ditunjukkanya

perbandingan besarnya *mean* empirik daripada *mean* hipotetik yaitu sebesar 90,12 serta standar deviasi 9,656. Hal itu dapat ditunjukkan bahwa aspek-aspek penyesuaian diri yakni pandangan terhadap kenyataan, keahlian menanggulangi tekanan dan kecemasan, citra diri yang positif, keahlian mengungkapkan perasaan dengan optimal, dan hubungan interpersonal yang positif, sepanahnya sudah dipunyai oleh subjek pada penelitian ini yaitu sebanyak 69 orang atau 53,49% dari 129 subjek penelitian.

Hal itu dikarenakan praktikum anatomi adalah sesuatu yang baru, terutama untuk mahasiswa kedokteran tahun pertama. Dan juga tingkat kedisiplinan yang tinggi yang diterapkan oleh asisten dosen yang bertugas dalam membimbing mahasiswa selama proses pembelajaran hingga praktikum dilakukan.

Dari beberapa data yang diambil oleh peneliti tersebut, peneliti berkeinginan melaksanakan penelitian tentang adanya hubungan antara kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebelum melaksanakan praktikum anatomi.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebelum melakukan praktikum anatomi?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui terdapat hubungan antara kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebelum melaksanakan praktikum anatomi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan informasi tentang hasil dari penelitian kuantitatif tentang hubungan antara kecemasan dengan penyesuaian diri mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIS SULA sebelum melaksanakan praktikum anatomi.

2. Manfaat praktis

Memberikan suatu pengetahuan yang baru pada individu tentang tingkat kecemasan yang dipengaruhi oleh penyesuaian diri seorang mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIS SULA sebelum melakukan praktikum anatomi.