

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan sehari-hari manusia pasti mempunyai berbagai masalah dalam hidupnya. Sebagian orang mungkin dapat menghadapi semua masalahnya dengan baik-baik saja, tetapi banyak yang cenderung menjadikan masalahnya menjadi beban hidupnya dan akhirnya timbul stres. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres, yaitu faktor sosial, faktor psikis dan faktor fisik (Nasution I. K, 2007).

Suatu penelitian yang dilakukan pada mahasiswa menunjukkan bahwa tahap stres pelajar adalah sederhana. Beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab utama stres di kalangan pelajar adalah, faktor akademik dan faktor lingkungan. Menurut penelitian ini, didapatkan bahwa pelajar merupakan golongan yang mudah terpapar stres dalam melaksanakan tanggung jawab dan peranan mereka di universitas (Mastura, 2007).

Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran telah dilakukan di beberapa universitas. Penelitian yang dilakukan oleh Shannone yang terhadap mahasiswa kedokteran di Amerika Utara menunjukkan prevalensi stres sebesar 38 %. Sementara penelitian pada mahasiswa kedokteran di Asia adalah sebagai berikut : di Pakistan prevalensi stres mahasiswa kedokteran adalah 30,84 %, di Thailand prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran adalah 61,47 %, sedangkan di Malaysia sebanyak 41,9 % (Carolin, 2010).

Bagi mahasiswa, salah satu stressor terkuat adalah saat menghadapi ujian. Beban psikologis seperti rasa takut menghadapi ujian atau pun cemas akan kegagalan menambah stressor bagi mahasiswa selama periode ujian. Perubahan gaya hidup semasa periode ujian juga turut berperan dalam timbulnya stres pada mahasiswa, diantaranya adalah konsumsi minuman yang mengandung *caffeine*, dan kurangnya olahraga. (Nasution I. K, 2007).

Salah satu ujian yang harus ditempuh mahasiswa FK UPN adalah ujian SOCA (Student Oral Case Analysis). SOCA menuntut mahasiswa untuk dapat menjelaskan sebuah kasus selama 20 menit secara singkat dan padat. Ujian tersebut diuji oleh dua dosen. Penelitian mengenai ujian SOCA telah dilakukan oleh Donna. Dari total 210 sampel yang mengikuti ujian SOCA, sebanyak 168 sampel mengalami gangguan cemas (Donna, 2011). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ujian ini merupakan salah satu ujian dengan tingkat stres tertinggi bagi mahasiswa FK UPN.

Berbagai penelitian tentang efek mengenai stres telah dilakukan sebelumnya. Penelitian menunjukkan bahwa stres memberi kontribusi sampai 50- 70 % terhadap timbulnya penyakit seperti kardiovaskular, infeksi, penyakit metabolik dan hormon, serta lain sebagainya. Ketika seseorang mengalami stres yang berat, akan memperlihatkan tanda- tanda mudah lelah, sakit kepala, hilang nafsu makan, mudah lupa, bingung, gugup, kehilangan gairah sex, kelainan pencernaan dan tekanan darah tinggi (Mastura, 2007).

Seterusnya, penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa pada waktu ujian menunjukkan bahwa pemaparan minimal 3-20 menit kepada stressor dapat menimbulkan perubahan hematologi (Maes.M, 1998).

Penelitian yang dilakukan di Norway pada mahasiswa untuk mengkaji efek stres ujian terhadap perubahan fisiologi dan hormon menunjukkan perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik serta menunjukkan tahapan anxietas (Olav.V, 1986).

Penelitian di FK USU pun menunjukkan adanya perubahan sistol dan diastol sebelum dan semasa ujian yang signifikan ($p \leq 0,05$). Uji korelasi menunjukkan hubungan yang kuat, signifikan dan searah bagi tahap stres dan perubahan tekanan darah (Kavitha, 2010).

SOCA merupakan salah satu ujian dengan tingkat stres yang tinggi (Donna, 2011). Di UPN sendiri, belum ada penelitian yang meneliti mengenai pengaruh ujian SOCA terhadap perubahan tingkat stres dan tekanan darah. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut pengaruh stres ujian SOCA terhadap perubahan tingkat stres tekanan darah pada mahasiswa

Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Angkatan 2012.

I.2 Rumusan masalah

Mahasiswa merupakan golongan orang yang rentan terkena stres. Salah satu stressor terbesar yang dialami mahasiswa adalah ketika menghadapi ujian. Dari berbagai tingkat di universitas, mahasiswa baru (tingkat awal) memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibanding tingkat lainnya. Itu dikarenakan mahasiswa tingkat satu harus menyesuaikan diri dengan lingkungan, sosial, sistem belajar yang baru. Pada saat seseorang terkena stres, akan terjadi beberapa perubahan pada tubuh, salah satunya adalah tekanan darah. Penelitian ini adalah untuk meneliti pengaruh stres ujian SOCA terhadap perubahan tingkat stres dan tekanan darah satu hari sebelum ujian dan setelah ujian untuk menjawab pertanyaan penelitian :

- a. “apakah terdapat perubahan rata-rata antara tekanan darah sistolik satu hari sebelum ujian dengan tekanan darah sistolik setelah ujian?”
- b. “apakah terdapat perubahan rata-rata tekanan darah diastolik satu hari sebelum ujian dengan tekanan darah diastolik setelah ujian?”
- c. “apakah terdapat perubahan tingkat stres satu hari sebelum ujian dengan tingkat stres setelah ujian?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menilai pengaruh ujian SOCA terhadap perubahan tekanan darah dan tingkat stres di kalangan mahasiswa FK UPN angkatan 2012

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Untuk memperoleh gambaran tekanan darah sistolik satu hari sebelum ujian dan setelah ujian

- b. Untuk memperoleh gambaran tekanan darah diastolik satu hari sebelum ujian dan setelah ujian
- c. Untuk memperoleh gambaran tingkat stres satu hari sebelum ujian dan setelah ujian
- d. Untuk memperoleh perubahan rata-rata tekanan darah sistolik satu hari sebelum ujian dan setelah ujian
- e. Untuk memperoleh perubahan rata-rata tekanan darah diastolik satu hari sebelum dan setelah ujian
- f. Untuk memperoleh perubahan tingkat stres satu hari sebelum ujian dan setelah ujian

I.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai :

I.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan para pembaca mengenai stres psikis, dan resiko yang dapat terjadi ketika terpapar stress

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan kegiatan untuk mengaplikasikan teori tentang penelitian, menambah pengalaman membuat karya tulis ilmiah dan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran

b. Bagi bidang akademik

Diharapkan dapat menambah referensi bagi dunia pendidikan mengenai pengaruh stres ujian dengan tekanan darah

c. Bagi masyarakat ilmiah

- 1) Sebagai referensi awal mengenai pengaruh stres terhadap tekanan darah bagi penelitian- penelitian selanjutnya



- 2) Dapat mengetahui bahwa stres psikis dapat menjadi faktor resiko penyakit kardiovaskular
- 3) Dapat mencari cara menanggulangi stres sebelum ujian agar dapat mencegah kemungkinan terjadinya *hipertensi transient* yang nantinya dapat berdampak pada resiko terkena penyakit- penyakit kardiovaskular

