

Prevalensi Ansietas Menjelang Ujian Tulis pada Mahasiswa Kedokteran Fk Unand Tahap Akademik

Tomas Apriady¹, Amel Yanis², Yulistini³

Abstrak

Ansietas atau kecemasan adalah perasaan difus, yang sangat tidak menyenangkan dan tidak menentu tentang sesuatu yang akan terjadi. Ujian tulis merupakan salah satu bentuk evaluasi terhadap kemampuan mahasiswa. Hampir semua mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas (FK Unand) yang tidak lulus dalam blok yang sedang mereka jalani diakibatkan karena tidak lulus di ujian tulis. Hal ini menyebabkan mahasiswa cenderung merasa cemas ketika akan menghadapi ujian tulis. Tujuan penelitian ini adalah menentukan prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran menjelang ujiantulis. Penelitian ini bersifat deskriptif terhadap 266 orang yang dipilih secara *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Hasil yang didapatkan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran FK Unand tahap akademik menjelang ujian tulis sebesar 46,99%, ansietas ringan prevalensinya sebesar 30,45%, ansietas sedang sebesar 12,78% dan ansietas berat sebesar 3,76%. Pada tingkat angkatan, maka yang terbanyak adalah Angkatan 2012 yaitu sebanyak 57,78%. Berdasarkan jenis kelaminnya, maka terbanyak pada perempuan yaitu 50,81%. Berdasarkan tempat tinggalnya, prevalensi ansietas yang terbanyak adalah yang tinggal bersama orang tua, yaitu 55,17%.

Kata kunci: ansietas, ujian tulis, mahasiswa kedokteran

Abstract

Anxiety is a feeling diffuse, very unpleasant and uncertain about something that will happen. Written test is one form of evaluation of student ability. Almost all medical students of Andalas University who do not pass the blocks which they were living caused by not passed on the written test. This causes students tend to feel anxious when going to face a written test. The objective of this study was to determine the prevalence of anxiety in medical students before the written test. This was a descriptive study on 266 subjects were collected by stratified random sampling. The instrument used was a questionnaire HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). The results were presented in frequency distribution tables. The results of this study showed that the prevalence of anxiety in medical students of Andalas University at academic stage before written test is 46.99%, which prevalence of mild anxiety is 30.45%, 12.78% for moderate anxiety, and severe anxiety is 3.76%. The highest prevalence of class were 2012 class as 57.78%. The gender was highest in females 50.81%. Based on place of residence, the highest prevalence of anxiety are living with their parents, which is 55.17%.

Keywords: anxiety, written test, medical student

Affiliasi penulis: 1. Pendidikan Dokter FK UNAND (Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang), 2. Bagian Kedokteran Jiwa FK UNAND, 3. Bagian Pendidikan Kedokteran FK UNAND

Korespondensi: Tomas Apriady, Email: tomasapriady@yahoo.com
Telp: 082389700303

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa adalah kondisi seseorang yang terus tumbuh berkembang dan mempertahankan keselarasan dalam pengendalian diri, serta terbebas dari stres yang serius. Seseorang yang mendapatkan

stresor melebihi batas kemampuan dirinya bisa saja terganggu kesehatan jiwanya.¹

Masa remaja dikenal sebagai masa gawat dalam perkembangan kepribadian, sebagai masa yang penuh dengan masalah ataupun stres. Dalam masa ini individu dihadapi dengan pertumbuhan yang cepat, berupa perubahan-perubahan badaniah dan pematangan seksual.¹

Ketika seseorang sedang menunggu suatu berita yang penting, sering kali akan merasakan suatu kecemasan. Orang-orang yang berada pada suatu situasi yang berbahaya atau situasi yang tidak mereka kenal, seperti seorang yang akan mengikuti ujian tulis cenderung akan merasakan kecemasan atau ansietas.²

Ansietas merupakan salah satu permasalahan dibidang kesehatan jiwa. Definisi ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas, menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Ansietas memiliki dua aspek, yakni aspek sehat dan membahayakan. Hal ini bergantung pada tingkat, lama ansietas dialami dan seberapa baik individu melakukan koping terhadap ansietas.^{1,3}

Pada situasi tertentu, rasa takut akan menjadi tidak terhubung dari bahaya yang sesungguhnya atau sebaliknya rasa takut tersebut akan tetap ada meskipun situasi bahaya tersebut sudah menjadi masa lalu. Hal tersebut dapat menyebabkan kecemasan kronik, yang ditandai dengan menetapnya perasaan ketegangan untuk mengantisipasi sesuatu yang buruk atau musibah. Kemungkinan lain yang dapat terjadi adalah serangan panik, kecemasan sesaat, fobia atau gangguan obsesif-kompulsif.²

Gejala kecemasan dapat meliputi kesulitan untuk dapat beristirahat atau merasa teragitasi, kesulitan untuk berkonsentrasi, *irritability*, perasaan tegang yang berlebihan, gangguan tidur. Hal tersebut dapat diakibatkan karena kecemasan yang berlebihan.²

Kondisi seperti ini bila tidak segera diatasi, dapat berlanjut sampai dewasa dan dapat berkembang ke arah yang lebih negatif. Antara lain dapat timbul masalah maupun gangguan kejiwaan dari yang ringan sampai berat. Apabila pada kenyataannya

perhatian masyarakat lebih terfokus pada upaya meningkatkan kesehatan fisik semata, kurang memerhatikan sektor non fisik (intelektual, mental emosional dan psikososial). Padahal faktor tersebut merupakan penentu dalam keberhasilan seorang remaja dikemudian hari.⁴

Menurut penelitian yang pernah dilakukan di Yogyakarta terhadap 40 responden mahasiswa UGM sebelum menghadapi ujian Skillslab, terdapat ansietas ringan 25%, ansietas sedang 60%, dan ansietas berat 15%. Berdasarkan hal itu, perlu dilakukan penelitian di Padang terhadap mahasiswa FK UNAND menjelang ujian tulis dan melihat gambaran prevalensi ansietas.⁵

Hasil survei awal yang telah dilakukan, hampir semua mahasiswa kedokteran FK UNAND yang tidak lulus dalam blok yang sedang mereka jalani diakibatkan karena tidak lulus ujian tulis. Hasil survei ini menarik untuk diteliti, karena ini dapat menimbulkan permasalahan pada mahasiswa berupa kecemasan karena penyebab tersering tidak lulus blok adalah tidak lulus dalam ujian tulis bila dibandingkan dengan ujian pratikum ataupun ujian skillslab.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain *cross sectional study* yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang. Waktu penelitian dilaksanakan pada April 2013. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kedokteran FK UNAND, Padang yang mengikuti ujian tulis, yaitu terdiri dari tiga angkatan, yaitu Angkatan 2010, 2011, 2012 yang berjumlah 794 orang. Sampel penelitian ini sebanyak 266 orang yang didapat dengan menggunakan rumus Slovin. Penentuan 266 dari 794 sampel dilakukan dengan metode *Situasional Consecutive Sampling* yaitu dengan cara membagikan kuisisioner pada setiap angkatan sampai jumlah kuisisioner yang dibagikan mencukupi jumlah 266 sampel. Mahasiswa yang mendapatkan kuisisioner tersebut dijadikan sampel untuk penelitian ini. Kuisisioner yang digunakan adalah kuisisioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan hasilnya dibagi berdasarkan angkatan, jenis kelamin, dan tempat tinggal.

HASIL

Angkatan

Tabel 1. Hasil tes *HARS* berdasarkan angkatan

Angk	Tidak Ansietas		Ringan		Sedang		Berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%
	2010	46	55,42	27	32,53	7	8,43	3
2011	57	61,29	19	20,43	14	15,05	3	3,23
2012	38	42,22	35	38,90	13	14,44	4	4,44

Berdasarkan data pada Tabel 1, didapatkan prevalensi terbanyak mahasiswa kedokteran FK UNAND yang mengalami ansietas ringan berdasarkan angkataannya adalah angkatan 2012 (38,90%). Prevalensi paling sedikit adalah angkatan 2011 (20,43%). Pada ansietas sedang, prevalensi terbanyak terdapat pada angkatan 2011 (15,05%) dan yang paling sedikit terdapat pada angkatan 2010 (8,43%). Sedangkan prevalensi ansietas berat terbanyak ditemukan pada angkatan 2012 (4,44%), dan yang paling sedikit terdapat pada angkatan 2011 (3,23%).

Jenis Kelamin

Tabel 2. Hasil tes *HARS* berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Tidak Ansietas		Ringan		Sedang		Berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%
	Laki-Laki	50	61,73	25	30,86	5	6,17	1
wanita	91	49,19	56	30,27	29	15,68	9	4,86

Data pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa prevalensi terbanyak mahasiswa kedokteran FK UNAND yang mengalami ansietas ringan adalah yang berjenis kelamin laki-laki (30,86%), sedangkan yang mengalami ansietas ringan paling sedikit terdapat pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan (30,27%). Pada ansietas sedang, prevalensi terbanyak terdapat pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan (15,68%) dan yang paling sedikit terdapat pada mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki (6,17%). Prevalensi ansietas berat terbanyak ditemukan pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan (4,86%), dan yang paling sedikit terdapat pada mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki (1,24%).

Tempat Tinggal

Tabel 3. Hasil tes *HARS* berdasarkan tempat tinggal

Tempat Tinggal	Tidak Ansietas		Ringan		Sedang		Berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%
	Orang Tua	39	44,83	32	36,78	13	14,94	3
Wali	14	58,33	8	33,33	1	4,17	1	4,17
Teman/ sendirian	88	56,77	41	26,45	20	12,91	6	3,87

Data pada Tabel 3 dapat dilihat bahwa prevalensi terbanyak mahasiswa kedokteran FK UNAND yang mengalami ansietas ringan berdasarkan tempat tinggalnya adalah yang tinggal bersama orang tua (36,78%), sedangkan paling sedikit adalah yang tinggal bersama teman/sendirian (26,45%). Pada ansietas sedang, prevalensi terbanyak terdapat pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tua (14,94%) dan yang paling sedikit terdapat pada mahasiswa yang tinggal bersama wali (4,17%). Prevalensi ansietas berat terbanyak ditemukan pada mahasiswa yang tinggal bersama wali (4,17%) dan yang paling sedikit terdapat pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tua (3,45%).

Prevalensi ansietas pada mahasiswa sebesar 46,99% atau sebanyak 125 orang. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Direja bahwa pada masa remaja menuju dewasa terjadi banyak perubahan sehingga mudah mengalami perubahan emosional seperti stres ataupun ansietas.¹

PEMBAHASAN

Angka prevalensi ansietas pada mahasiswa juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu angkatan, jenis kelamin dan tempat tinggal. Pada penelitian ini didapatkan angka prevalensi yang berbeda menurut angkataannya. Prevalensi ansietas ringan dan berat lebih banyak ditunjukkan pada mahasiswa Angkatan 2012. Menurut literatur, pengalaman menentukan bagaimana sikap seseorang dalam menghadapi suatu masalah. Angkatan 2012 merupakan angkatan yang memiliki pengalaman menghadapi ujian tulis paling sedikit (4 kali ujian tulis/ujian blok) jika dibandingkan dengan Angkatan 2010 (16 kali ujian tulis/ujian blok) ataupun 2011 (10 kali ujian tulis/ujian blok). Hal ini

mengakibatkan kesiapan ujian mereka secara psikologis lebih kurang sehingga cenderung lebih mudah mengalami ansietas atau kecemasan.⁶

Prevalensi ansietas ringan dan berat lebih sering terjadi pada Angkatan 2010 jika dibandingkan dengan Angkatan 2011. Terdapat perbedaan prevalensi ansietas 2010 yang melebihi 2011 mungkin diakibatkan oleh beberapa faktor lain. Survey wawancara yang dilakukan terhadap dua mahasiswa 2010 yang mengalami ansietas, adanya beberapa hal yang memberatkan mereka dalam persiapan mengikuti ujian tulis. Mahasiswa yang pertama diwawancarai mengatakan bahwa responden merasa nilai bloknnya selama 5 semester sebelumnya kurang memuaskan, sehingga responden merasa akan adanya tanggung jawab pribadi untuk meningkatkan nilai ujiannya di sisa blok yang hanya tinggal sedikit lagi. Pada wawancara terhadap responden kedua mahasiswa 2010, responden mengatakan bahwa di saat responden akan mempersiapkan diri menghadapi ujian, responden juga harus mempersiapkan diri dalam kewajiban lain, yaitu pembuatan proposal skripsi. Responden merasa waktunya yang terbagi menjadi dua (ujian tulis dan pembuatan proposal skripsi), mengakibatkan persiapan ujiannya kurang maksimal, sehingga dirinya cemas bahwa nantinya akan gagal dalam ujian tulis tersebut. Sedangkan pada wawancara terhadap satu responden mahasiswa kedokteran FK UNAND angkatan 2011 yang tidak mengalami ansietas, kedua hal yang diungkapkan oleh responden 2010 tidak ditemukan pada mahasiswa angkatan 2011. Hal ini mengakibatkan persiapan mahasiswa angkatan 2011 lebih maksimal, sehingga dapat mengurangi kecemasan mereka menghadapi ujian tulis.⁶

Jenis kelamin juga merupakan salah satu factor dalam mencetuskan prevalensi ansietas. Menurut literatur, gejala ansietas lebih sering terjadi pada wanita jika dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian ini didapatkan prevalensi terbanyak pada perempuan (50,81%), sedangkan paling sedikit terdapat pada laki-laki (38,27%). Secara fisiologis, peningkatan/penurunan hormon testosteron pada pria lebih stabil dibandingkan dengan hormon estrogen-progesteron pada perempuan. Ketidakstabilan hormon estrogen-progesteron ini mempengaruhi kestabilan

kejiwaan pada perempuan, sehingga hal ini mengakibatkan perempuan lebih sensitif dalam menerima stresor.²

Berdasarkan derajatnya, perempuan lebih mudah mengalami ansietas sedang dan berat jika dibandingkan dengan laki-laki. Sedangkan ansietas ringan, prevalensi pada laki-laki sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perempuan. Pola asuh sewaktu kecil ini akan menjadi semacam *database* dalam memori seseorang dan menjadi rujukan ketika individu itu menghadapi suatu permasalahan ketika dewasa. Karena perbedaan pola asuh ini juga, mengakibatkan perbedaan pola pikir antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki lebih terbiasa menghadapi masalahnya sendiri sedangkan perempuan tidak.³

Angka prevalensi ansietas pada mahasiswa kedokteran FK UNAND berdasarkan tempat tinggal didapatkan prevalensi terbanyak yaitu pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tua (55,17%) jika dibandingkan yang tinggal bersama wali (41,67%) ataupun yang bersama teman/sendirian (43,23%). Menurut Walgito (2010), lingkungan mempunyai peranan yang penting bagi perkembangan individu. Hal ini sesuai dengan teori empirisme yang pernah dikemukakan oleh Walgito, bahwa faktor pendidik mempunyai peranan yang sangat besar dalam menentukan keadaan individu di kemudian harinya.⁶

Berdasarkan derajatnya, ansietas ringan dan sedang prevalensi paling tinggi pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya. Salah satu faktor predisposisi ansietas bagi mahasiswa kedokteran FK UNAND adalah lingkungan, individu yang sudah terbiasa berada di lingkungan sosial primer akan lebih mudah mengalami ansietas ketika berada pada suatu kondisi tertentu di mana dia harus menghadapi suatu masalah atau stresor tanpa adanya bantuan dari lingkungan sosial primernya. Pada ansietas berat, terdapat sedikit perbedaan prevalensi menurut tempat tinggalnya, paling sedikit ditemukan pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tuanya. Sesuai literatur, lingkungan sosial primer, di mana terdapat hubungan erat antar anggotanya, misalnya keluarga, memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap perilaku individu.⁴

Berbeda dengan lingkungan sosial primer, lingkungan sosial sekunder terdiri dari anggota yang

bukan merupakan keluarga primer, misalnya wali ataupun teman. Jika dibandingkan dengan individu yang sudah terbiasa tinggal di lingkungan sosial sekunder, individu ini mempunyai ambang batas yang lebih tinggi untuk menerima stressor. Hal ini yang menyebabkan prevalensi ansietas ringan dan sedang pada mahasiswa yang tinggal bersama wali dan teman/sendirian lebih sedikit jika dibandingkan dengan yang tinggal bersama orang tua karena mereka lebih terbiasa menghadapi stressor ujian tulis/ujian blok.⁷

KESIMPULAN

Sebanyak 125 mahasiswa dari 293 mahasiswa yang menjadi responden mengalami ansietas sebelum mengikuti ujian blok. Hasil pemeriksaan tersebut dipengaruhi oleh angkatan, jenis kelamin dan tempat tinggal dari responden.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak atas bantuan dan bimbingannya selama proses penelitian ini dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Direja, Ade HS. Buku ajar asuhan keperawatan jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011. hal: 78-85.
2. Wade C, Tavis C. Psikologi. Edisi ke-9. Alih bahasa: Mursalin P, Dinastuti. Jakarta: Erlangga. 2007.
3. Videbeck SL. Buku ajar keperawatan jiwa. Alih bahasa: Komalasari R, Hany A. Jakarta: EGC; 2008.
4. Widiati E. Pengaruh terapi logo dan terapi suportif kelompok terhadap ansietas remaja di rumah tahanan dan lembaga pemasyarakatan wilayah Provinsi Jawa Barat (tesis). Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia; 2011.
5. Suwadi A, Sumarni. Hubungan kecemasan menghadapi ujian skills lab modul shock dengan prestasi yang dicapai pada mahasiswa FK UGM Angkatan 2000. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran Universitas UGM; 2003.
6. Walgito B. Pengantar psikologi umum. Yogyakarta: CV Andi Offset; 2010.