

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Definisi kesehatan menurut WHO adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap dan bukan hanya tidak adanya penyakit. Kesehatan mental adalah keadaan sejahtera saat seseorang menyadari kemampuan dirinya sendiri, dapat mengatasi stres dalam kehidupan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu berkontribusi terhadap komunitasnya.¹ Menurut Clark dan Watson, terdapat 3 faktor utama yang berkontribusi terhadap kesehatan mental yaitu depresi, ansietas, dan stres.²

Menurut Riskesdas, perkiraan jumlah penderita gangguan mental di dunia adalah sekitar 450 juta jiwa. Secara global, kontributor terbesar YLD (*years of life lost to disability*/tahun hilang akibat kesakitan) adalah gangguan mental. Beberapa jenis gangguan mental yang sering dialami oleh penduduk Indonesia adalah gangguan depresi dan ansietas. Pada tahun 2017, depresi dan ansietas menduduki peringkat satu dan dua sebagai beban penyakit terbesar (*disability adjusted life year*/DALY) di antara gangguan mental lainnya.³

Menurut WHO pada tahun 2015, prevalensi depresi di seluruh dunia adalah 332 juta dan prevalensi ansietas di seluruh dunia adalah 264 juta.⁴ Sedangkan, untuk di Indonesia, menurut Riskesdas pada tahun 2018, prevalensi depresi pada penduduk Indonesia dengan usia 15-24 tahun adalah 6.2%, dan prevalensi ansietas untuk usia di atas 15 tahun adalah 6%.³

Salah satu kelompok orang yang memiliki risiko tinggi mengalami gangguan mental adalah mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran dilaporkan memiliki level stres psikologis yang lebih tinggi daripada mahasiswa

diluar pendidikan dokter. Stres psikologis yang dialami oleh mahasiswa kedokteran sebelum menempuh pendidikan sama dengan populasi pada umumnya, namun stres psikologis ini meningkat selama menempuh pendidikan dokter menjadi 21-56%.⁵ Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Tanjungpura menunjukkan prevalensi depresi sebesar 30.8%, dengan 15.4% mengalami depresi ringan, 13% mengalami depresi sedang, dan 2.4% mengalami depresi berat.⁶

Walaupun terkadang stres dapat meningkatkan performa akademik, tingginya stres pada mahasiswa kedokteran menyebabkan depresi, *burnout*, dan keluhan somatik. Ansietas dan depresi pada mahasiswa kedokteran dapat mengurangi rasa empati, keinginan untuk berhenti sekolah kedokteran, ide untuk bunuh diri, dan performa akademik yang buruk.⁷

Salah satu ciri khas dari depresi adalah perasaan yang sedih, lemas, kecewa, frustrasi, tidak berdaya, dan kehilangan harapan. Oleh karena itu, banyak mahasiswa yang depresi mengalami kesulitan dalam pelajaran karena mereka kehilangan motivasi dan harapan pada apa yang mereka pelajari. Mereka merasa mereka tidak dapat mencapai standar yang ada, dan sebagai hasilnya mereka terus merasa kecewa dan gagal.⁸ Selain itu, mahasiswa yang memiliki ansietas menunjukkan perilaku yang pasif terhadap studinya, seperti kurang tertarik dalam belajar, dan performa yang buruk dalam ujian dan tugas.⁹

Penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa di Malaysia pada tahun 2015 menyimpulkan bahwa tingginya level depresi, ansietas, dan stres akan menimbulkan efek negatif pada performa akademik.² Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan karena tingginya angka gangguan mental di dunia maupun di Indonesia dan karena efek negatif yang ditimbulkan oleh gangguan mental tersebut.

1.2 Perumusan Masalah

Penelitian yang meneliti depresi, ansietas, dan stres sekaligus belum begitu sering dilakukan. Penelitian mengenai hubungan depresi dengan indeks prestasi hasilnya masih belum konsisten. Penelitian yang dilakukan di Universitas Tanjungpura dan Universitas Kristen Maranatha menyatakan tidak ada hubungan antara depresi dengan indeks prestasi, sementara penelitian yang dilakukan di Universitas Lampung dan Universitas Andalas menyatakan terdapat hubungan antara depresi dengan indeks prestasi.^{10,11,12,13} Selain itu, peneliti juga menemukan kelemahan dari penelitian sebelumnya, yaitu penelitian tersebut tidak meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi indeks prestasi, seperti kecerdasan, kesehatan, motivasi, dan faktor lingkungan.¹⁰

Selain itu, penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menyatakan terdapat hubungan antara ansietas dan indeks prestasi. Namun, penelitian tersebut tidak meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi mahasiswa, yaitu kondisi jasmani, minat, motivasi, dan lingkungan sosial.¹⁴

Sementara, penelitian yang dilakukan di UIN Alauddin Makassar menyatakan adanya hubungan bermakna antara stres dengan indeks prestasi. Namun, penelitian tersebut tidak meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar, seperti minat, kecerdasan, motivasi, dan kemampuan kognitif.¹⁵

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan antara kesehatan mental (depresi, ansietas, stres) dengan indeks prestasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
2. Bagaimana tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

3. Bagaimana tingkat ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
4. Bagaimana tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
5. Bagaimana indeks prestasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kesehatan mental (depresi, ansietas, stres) dengan indeks prestasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
2. Mengetahui tingkat ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
3. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
4. Mengetahui indeks prestasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan mengembangkan pengetahuan mengenai hubungan kesehatan mental dan indeks prestasi pada pendidikan kedokteran.

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pembaca dan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain.

