

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Semua orang pernah mengalami stres. Hal ini adalah respon natural atas faktor tertentu yang dapat terjadi pada setiap saat. Stres dapat menimbulkan efek fisiologis yang melibatkan berbagai sistem tubuh seperti sistem endokrin, sistem kekebalan tubuh, dan juga perilaku kecemasan. Berdasarkan penelitian yang dilaporkan oleh Cigna 360⁰ dengan menganalisis survei dari berbagai negara yang melibatkan 1000 responden, 75% orang Indonesia mengalami stres.¹ Pada tahun 2013, *American College Health Association (ACHA)* menyebutkan bahwa stres merupakan salah satu tantangan terbesar bagi mahasiswa. Terbukti dari total sampel melingkupi 32.964 mahasiswa, sebanyak 9200 mahasiswa (27.9%) mengalami stres.² Bagi kebanyakan mahasiswa, stres dapat disebabkan dari lingkungan pendidikan dan sosial yang baru.³ Stres dalam kehidupan mahasiswa tersebut cenderung mendorong perilaku mahasiswa untuk berani mengambil resiko yang lebih besar, namun hal ini juga dapat menyebabkan depresi.³ Menurut Brian M. Hughes, stres juga dapat menyebabkan kecemasan, yang pada akhirnya bisa mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa.⁴ Berdasarkan penelitiannya, stres yang berkaitan dengan prestasi akademik tergolong yang paling umum di kehidupan mahasiswa.⁵ Stres akademik adalah kondisi di saat seseorang mengalami tekanan yang berkaitan dengan sulitnya mengikuti pelajaran baik di sekolah ataupun perguruan tinggi.⁵

Dalam praktiknya, pengaruh stres terhadap prestasi akademik mungkin saja tidak berkorelasi secara langsung. Diduga bahwa stres dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa, yang kemudian mempengaruhi prestasi akademiknya.

Menurut para ahli, motivasi merupakan dorongan yang muncul dari dalam diri seseorang yang dipicu oleh minat, kebutuhan, harapan, dan cita-cita. Dorongan ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Setiap orang pasti memiliki motivasi yang beragam, tergantung dari faktor yang memicu hal tersebut. Secara definisi, motivasi belajar adalah sebuah dorongan dan semangat yang bersumber dari dalam diri mahasiswa atas keinginan dirinya sendiri. Motivasi terbagi menjadi motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik muncul karena faktor dalam diri

sendiri dan tidak ada dorongan dari luar. Motivasi ekstrinsik muncul karena adanya faktor dorongan dari luar atau orang lain.⁶

Motivasi belajar merupakan penggerak dalam kegiatan belajar, serta pendorong dan semangat untuk meraih prestasi di dalam pendidikan. Motivasi belajar adalah faktor psikis yang berperan dalam menumbuhkan gairah dan rasa bahagia sehingga tubuh menghasilkan energi yang cukup untuk belajar.² Layaknya stres yang bersumber dari dalam diri seseorang, motivasi juga merupakan reaksi yang muncul dari diri sendiri.²

Telah dilaksanakan beberapa penelitian yang mengambil tema terkait hubungan stres dengan motivasi belajar mahasiswa. Salah satu penelitian tersebut dilakukan oleh Farida Raudah dan Tim, di Universitas Lampung pada tahun 2015. Dalam penelitian tersebut, ditemukan sebanyak 97,3% mahasiswa yang sedang mengalami stres sedang namun tetap memiliki motivasi belajar yang cukup.⁷ Pada penelitian lain yang dilakukan di Kabupaten Salatiga Provinsi Jawa Tengah, Penelitian yang dihitung menggunakan metode uji Kruskal-wallis tersebut mendapat hubungan yang bermakna antara stres dengan motivasi belajar dengan nilai $p=0,0001$ (dipakai batas atas $p<0,05$).⁸

Penelitian tentang hubungan antara stres dengan motivasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Pelita Harapan (UPH) belum pernah dilakukan. Peneliti, sebagai mahasiswa FK, merasakan langsung bahwa selama menjalani pendidikan di fakultas kedokteran, setiap mahasiswa harus dapat menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan hidup, cara belajar, dan perilaku sosial dalam lingkungan kampus UPH di Kecamatan Karawaci, Kota Tangerang. Hal ini tentunya akan menimbulkan stres bagi mahasiswa. Melihat fenomena yang terjadi dan juga dirasakan oleh peneliti, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama.

1.2 Perumusan Masalah

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, beberapa penelitian tentang hubungan stres dengan motivasi belajar mahasiswa sudah dilakukan. Namun, belum ada penelitian serupa yang dilakukan di FK UPH. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian hubungan stress dengan motivasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan motivasi belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH angkatan 2017?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan motivasi belajar.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres mahasiswa FK UPH angkatan 2017.
2. Mengetahui motivasi belajar mahasiswa FK UPH angkatan 2017.
3. Mengetahui hubungan antara stres dengan motivasi belajar mahasiswa FK UPH angkatan 2017.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Menambah pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar.
2. Menambah wawasan pengetahuan mengenai pengaruh tingkat stres dengan motivasi belajar.

1.5.2 Manfaat Praktis

Dapat menjadi pembelajaran bagi masyarakat serta dapat mengedukasi masyarakat mengenai hubungan antara stres dan motivasi belajar pada mahasiswa.