

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres, merupakan respons tubuh kita terhadap paparan tekanan. Biasanya disebabkan oleh situasi atau peristiwa pada saat menjalani kehidupanyang akan dinilai oleh tubuh kita dapat menyebabkan stres. Ini sering dipicu ketika kita mengalami sesuatu yang baru, tidak terduga, atau yang mengancam diri kita, atau ketika kita merasa kita memiliki sedikit kendali atas suatu situasi.

Terkadang respons stres inidapat membantu kita mengatasi perasaan takut atau rasa sakit, misalnya kita dapat berolahraga seperti berlari atau menyampaikan pidato dengan lancar, Hormon stres kita biasanya akan kembali ke keadaan normal dengan cepat setelah peristiwa stres selesai, dan tidak meninggalkan efek yang bertahan lama (*prolonged effect*)

Namun, terlalu banyak stres dapat menyebabkan efek negatif juga, sehingga kita ditempatkan dalam keadaan *fight or flight* secara terus menerus, oleh karena hal tersebut dapat membuat kita kewalahan atau tidak mampu mengatasinya lagi karena terlalu sering terpapar. Dan apabila terpapar dalam jangka waktu yang panjang, hal ini dapat mempengaruhi kesehatan fisik maupun mental(1).

Terutama stres yang disebabkan oleh akademik yang banyak dialami kalangan pelajar dan mahasiswa, faktor-faktor penyebab stress akademik umumnya datang dari materi yang dipelajari di lingkungan sekolah dan kampus, meliputi tuntutan pemahaman yang harus dipelajari sampai dengan ujian yang harus di hadapi sebagai tolak ukur yang umum digunakan untuk melihat dan menilai materi yang sudah di paparkan oleh guru atau dosen pengampu.

Stres akademik yang dialami sebagian besar mahasiswa kedokteran datang dari berbagai macam tugas dan ujian, namun ada beberapa tugas dan ujian yang membuat kejadian stres akademik menjadi suatu keharusan dan akan selalu ada tiap hal tersebut datang, hal itu adalah ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*, Materi pada *OSCE* ada yang dibuat secara nasional yang biasanya digunakan pada saat Uji Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter (UKMPPD) yang diselenggarakan satu tahun sekali, ada juga yang dibuat oleh kurikulum universitas masing-masing sesuai dengan materi klinis yang diajarkan untuk mahasiswanya. *OSCE* umumnya dipakai untuk menguji dari kompetensi

klinik, kemampuan berkomunikasi dan menggali riwayat penyakit dari pasien serta melakukan pemeriksaan sistematis secara komprehensi. Lalu mahasiswa dituntut untuk dapat mendeteksi abnormalitas yang ada pada pemeriksaan yang sudah diberikan dan menginterpretasikan informasi tersebut secara klinis. Pemeriksaan lain yang biasanya diujikan pada ujian *OSCE* adalah laboratorium dan radiologi dan memberikan resep obat kepada pasien.

Ujian *OSCE* adalah tantangan yang bisa dibilang salah satu yang terbesar bagi mahasiswa kedokteran, dengan mampu melewati ujian tersebut dan mendapatkan hasil yang didambakan, tentunya menjadi suatu harapan dan tujuan setiap mahasiswa kedokteran yang menjalaninya. Mahasiswa kedokteran memiliki berbagai macam reaksi saat akan menghadapi ujian *OSCE*, tetapi semuanya memiliki kesamaan yang mendasar yaitu sebagian besar dari mereka merasa cemas dan gugup. Ujian *OSCE* dianggap seperti suatu ancaman bagi mahasiswa kedokteran ataupun mahasiswa kesehatan lainnya yang menggunakan konsep *OSCE* sebagai salah satu ujiannya untuk mendapatkan nilai. Meskipun sudah berulang kali menjalani dan melewati ujian ini, namun tetap saja menimbulkan kecemasan dan stres yang tinggi. Ketika suatu ancaman terlalu tinggi, maka akan muncul kecemasan dan stres.

Saat sedang dalam situasi cemas ini akhirnya individu akan menjadi lebih waspada terhadap ancaman yang ada disekitarnya, pada saat muncul reaksi waspada mahasiswa sebagian besar menjadi lebih berhati-hati dalam bertindak dan mampu mengontrol kecemasannya namun ada juga yang ternggelam dalam situasi tersebut, sehingga menimbulkan reaksi membatu atau tidak dapat berfikir dengan jernih atau biasa juga disebut *Ngeblank* pada saat ujian tersebut berlangsung. Namun karena terlalu sering dan berkali-kali terpapar situasi kecemasan pada saat ujian *OSCE*, akhirnya memaksa mahasiswa untuk lebih mengontrol dirinya supaya dapat mempersiapkan diri dengan baik agar mampu melewati ujian, kemudian mendapatkan hasil yang diharapkan, melihat pernyataan yang ada diatas, ujian menjadi salah satu pencetus stres dan kecemasan pada mahasiswa kedokteran (2).

1.2 Rumusan Masalah

Memang sudah cukup banyak penelitian yang membahas dan meneliti tentang stres akademik secara umum, namun masih belum cukup data penelitian yang dilakukan di Indonesia yang membahas tentang tingkatan stres yang ditimbulkan oleh stres akademik,

khususnya pada mahasiswa kedokteran pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat perbedaan tingkatan stres pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* pada mahasiswa PRAKLINIK Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

- Membandingkan tingkat stress pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* pada mahasiswa PRAKLINIK Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui tingkatan stres pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* yang dialami mahasiswa PRAKLINIK Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Mengetahui faktor-faktor penyebab yang dapat meningkatkan stres pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* pada mahasiswa PRAKLINIK Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

- Menjadi sumber atau referensi bagi penelitian berikutnya yang berkaitan dengan tingkatan stres akademik yang terjadi sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* jika diterjemahkan adalah Ujian klinis dengan objektif terstruktur.

- Meningkatkan pengetahuan bagi pembacanya perihal stres akademik yang sering terjadi pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*, dan pada penelitian ini dilakukan pada mahasiswa PRAKLINIK Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5.2 Manfaat Praktis

- Memberikan informasi baru terhadap masyarakat khususnya untuk mahasiswa PRAKLINIK kedokteran terkait pentingnya memahami stres akademik yang umumnya terjadi pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*.
- Meningkatkan kesadaran mahasiswa PRAKLINIK kedokteran terkait pentingnya persiapan untuk ujian *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*.

