

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental tersering yang dialami individu di seluruh dunia. Kecemasan adalah respon normal yang muncul akibat antisipasi terhadap ancaman atau bahaya, namun dapat menjadi masalah jika sudah mengganggu aktifitas sehari-hari termasuk didalamnya aktifitas dalam hal akademik.^{1,2}

American Psychological Association (APA) mengatakan bahwa kecemasan sebagai bentuk antisipasi atas kekhawatiran di masa depan, hal ini berkaitan dengan dapat terjadinya ketegangan otot dan perilaku menghindar. Gejala lainnya yang dapat muncul seperti tremor, hiperventilasi, gugup, dan gelisah.²

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2017, kecemasan merupakan salah satu gangguan kesehatan jiwa dengan prevalensi paling tinggi, lebih dari 200 juta orang di dunia mengalami kecemasan.³ Pada negara Indonesia, menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, kecemasan menduduki peringkat kedua setelah depresi. Hasil Riskesmas menunjukkan bahwa pada usia 15 tahun keatas prevalensi kecemasan mencapai 14 juta orang dari jumlah penduduk Indonesia.⁴ Pada Provinsi Jawa Barat, menurut data Riskesmas, prevalensi gangguan kesehatan mental mencapai 20%.⁵

Salah satu faktor resiko populasi yang cukup rentan mengalami kecemasan adalah mahasiswa kedokteran khususnya tahun pertama. Pada studi yang dilakukan kepada mahasiswa kedokteran Universitas Airlangga pada tahun 2020 didapatkan hasil bahwa mahasiswa kedokteran pada tahun pertama memiliki prevalensi kecemasan paling tinggi pada masa prelinik.⁶ Pada tahun pertama biasanya dialami oleh remaja berusia 18 tahun, dimana pada masa ini merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang sering disebut sebagai tahap *emerging adulthood*. Pada tahap ini salah

satunya ditandai dengan adanya perubahan lingkungan pendidikan dari siswa menjadi mahasiswa. Perubahan lingkungan ini sering dianggap sebagai masa yang menantang bagi mahasiswa tahun pertama, dimana pada masa ini akan mengalami berbagai situasi baru seperti cara belajar lebih mandiri dan proses pembelajaran yang berbeda saat masih sekolah.⁷

Efikasi diri merupakan keyakinan suatu individu terhadap kemampuannya dalam melakukan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai suatu tujuan. Efikasi diri ini memainkan peran penting dalam pengendalian untuk mengatasi berbagai tantangan yang dihadapi seorang mahasiswa. Tingkat efikasi diri yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai tantangan yang ada. Namun, jika seorang mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah maka tantangan akan menjadi beban bagi dirinya.⁸ Sementara itu, resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi permasalahan atau situasi yang menekan. Tekanan yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama dapat menyebabkan permasalahan yang baru jika tidak mampu bertahan dalam situasi yang sulit.⁹

Dampak yang terjadi ketika mahasiswa tahun pertama memiliki efikasi diri dan resiliensi yang rendah maka akan kesulitan menghadapi situasi yang menantang.^{8,9} Hal ini dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri dengan lingkungan di sekitarnya dan berpotensi memunculkan adanya masalah psikologis seperti kecemasan. Masalah psikologis dapat membuat mahasiswa kehilangan fokus, kurang percaya diri, kurangnya motivasi, dan kehilangan minat dalam proses pembelajaran. Hal ini tentu saja dapat berpengaruh besar pada pencapaian akademik mahasiswa.¹⁰

Berdasarkan fenomena permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai resiliensi sebagai variabel mediator pada hubungan efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Tahun 2021/2022

1.2 Rumusan masalah

Apakah resiliensi dapat berperan sebagai variabel mediator pada hubungan efikasi diri dengan kecemasan melalui resiliensi mahasiswa

kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Tahun 2021/2022?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis apakah resiliensi dapat berperan sebagai variabel mediator pada hubungan efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Tahun 2021/2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis hubungan efikasi diri dengan resiliensi mahasiswa kedokteran tahun pertama
- 2) Menganalisis hubungan efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa tahun pertama
- 3) Menganalisis hubungan resiliensi dengan kecemasan mahasiswa tahun pertama
- 4) Menganalisis resiliensi sebagai mediator terhadap hubungan efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa tahun pertama

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi institusi

Sebagai informasi untuk mengetahui mengenai resiliensi yang berperan sebagai mediator terhadap hubungan efikasi diri dengan kecemasan mahasiswa

1.4.2 Bagi mahasiswa

Diharapkan mahasiswa memiliki efikasi diri sehingga memiliki resiliensi yang tinggi dan berpotensi rendah mengalami kecemasan

1.4.3 Bagi peneliti

Penelitian mengenai efikasi diri, resiliensi, dan kecemasan dapat dijadikan sebagai informasi untuk penelitian lebih lanjut.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Tabel 1. Orisinalitas penelitian

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1. Innawati J, Sarjana W, Sadjaja A (2017) ¹¹	Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Sugestibilitas Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.	Observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i>	Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat sugestibilitas mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
2. Hutasuhut AF, Sandayanti V, Efendi HD (2020) ¹²	Hubungan Efikasi Diri dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati.	Observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran univrsitas malahayati
3. Kamil MNN, Setiawati OR, Marhayuni E, Lestari SMP (2020) ¹³	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian CBT Pada Mahasiswa Baru di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Tahun 2019	Observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i> .	Terdapat hubungan antara tidur dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian CBT pada mahasiswa baru di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati tahun 2019

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya:

1. Pada penelitian Innawati J tahun 2017 dengan judul penelitian “Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Sugestibilitas Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro” variabel kecemasan diletakkan pada varabel bebas, sedangkan pada penelitian ini diletakkan

pada variable terikat. Selain itu, yang membedakan dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian ini ditambahkan variabel mediator.

2. Pada penelitian Hutasuhut AF dkk dengan judul penelitian “Hubungan Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati”. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabelnya, dimana pada penelitian ini variabel terikatnya berupa kecemasan. Selain itu, terdapat penambahan variabel pada penelitian ini.
3. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kamil MNN, dkk pada tahun 2020 dengan judul penelitian “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian CBT Pada Mahasiswa Baru di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Tahun 2019”. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabel bebasnya. Pada penelitian ini variabel bebasnya berupa efikasi diri sedangkan pada penelitian sebelumnya adalah variabel terikat. Selain itu, pada penelitian ini terdapat penambahan variabel mediator.





