

Deskripsi Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi UTB (Ujian Tengah Blok) Dan UAB (Ujian Akhir Blok) di Fakultas Kedokteran Unswagati Cirebon

Hanna Maulyndah, Vivi Medianawati, Uswatun Khasanah, Berlian Mayasari

Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati

Pipie_ks@yahoo.co.id

ABSTRAK

Kecemasan merupakan keadaan emosional tidak menyenangkan, berupa respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata. Kondisi ini disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak diketahui. Salah satu tanda fisiologis berupa denyut jantung bertambah cepat sehingga menyebabkan rasa terancam dan takut. Kecemasan merupakan suatu respon yang dipicu oleh persepsi seseorang terhadap segala sesuatu yang dianggap sebagai ancaman atau stresor. Ujian merupakan salah satu stresor yang sering dialami oleh mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi Ujian tengah Blok (UTB) dan Ujian Akhir Blok (UAB) di Fakultas Kedokteran Unswagati. Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Stratified Random Sampling*. Besar sampel sebanyak 144 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala kecemasan ujian pada mahasiswa yang menghadapi UTB dan UAB. Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan mahasiswa. Hasil dari penelitian ini menyatakan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UTB berada pada tingkat kecemasan sedang sebanyak 84 % dan kecemasan berat sebanyak 16 %. Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UAB berada pada tingkat kecemasan sedang sebanyak 73,6 % dan kecemasan berat sebanyak 26,4 % dan mayoritas gejala yang mempengaruhi adalah aspek kognitif. Hasil ini menunjukkan bahwa Tingkat Kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran dalam menghadapi UAB lebih berat dibandingkan dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UTB.

Kata Kunci: Kecemasan, UTB, UAB, Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Latar Belakang

Kecemasan adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respons-respons psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata, tampaknya disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak diketahui. Penyerta fisiologis berupa denyut jantung bertambah cepat, kecepatan pernapasan tidak teratur, berkeringat, gemetar, lemas dan lelah. Penyerta psikologis meliputi perasaan-perasaan akan ada bahaya, tidak berdaya, terancam dan takut.¹

Menurut Kaplan HI, Sadock BJ, dan Greeb JA, kecemasan merupakan suatu penyerta yang normal dari pertumbuhan, perubahan, pengalaman dari sesuatu yang baru dan belum pernah dicoba, dan dari penemuan identitas sendiri serta arti hidup. Di dalam bukunya yang berjudul *Sinopsis Psikiatri* mereka menyebutkan bahwa kecemasan berpengaruh pada organ viseral dan motorik, selain itu juga mempengaruhi pikiran, persepsi, dan pembelajaran. Dengan demikian, keadaan cemas dapat menghambat fungsi kognitif yang berpengaruh pada performa ketika ujian. Tingkat kecemasan yang dialami masing-masing individu ketika menghadapi ujian adalah berbeda-beda.

Kecemasan biasanya ditandai dengan rasa ketakutan, tidak menyenangkan, dan samar-samar, seringkali disertai gejala otonomik seperti nyeri kepala, berkeringat, palpitasi, kekakuan pada dada, dan gangguan lambung ringan.²

Pada mahasiswa kedokteran kecemasan merupakan fenomena yang ditemui di seluruh dunia. Penelitian yang dilakukan oleh Abdulghani di Saudi Arabia menyatakan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran sebanyak 21.5% pada stres ringan, 15.8% pada stres sederhana dan 19.6% pada stres tinggi. Penelitian lain yang serupa dilakukan oleh Marjani di Iran pada mahasiswa fakultas kedokteran dan hasil yang diperoleh adalah 26.22% pada stres ringan, 20.5% pada stres sederhana dan 14.75% pada stres tinggi. Perbedaan berbagai hasil penelitian tersebut mungkin disebabkan oleh perbedaan faktor penyebab *stress*.^{3,4,5}

Beberapa penelitian menyatakan bahwa kecemasan yang timbul ketika menghadapi ujian akan mempengaruhi performa mahasiswa yaitu mereka dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah performanya akan lebih baik dibanding mereka yang mengalami kecemasan sedang dan tinggi.^{6,7}

Kecemasan dapat diketahui melalui aspek-aspek kecemasan. Nevid, Rathus dan Greene (2003) membagi aspek kecemasan dalam tiga aspek, yaitu:

1) Aspek fisik

Seseorang yang mengalami kecemasan dapat tercermin dari kondisi fisiknya, seperti tangan bergetar, muncul banyak keringat, kesulitan berbicara, suara bergetar, timbul keinginan buang air kecil, jantung berdebar lebih keras, kesulitan bernafas, merasa lemas, atau pusing.

2) Aspek kognitif

Kecemasan dapat ditandai dengan adanya ciri kognitif seperti sulit untuk berkonsentrasi, berpikir tidak dapat mengendalikan masalah, ketakutan tidak bias menyelesaikan masalah, adanya rasa khawatir, ketakutan akan terjadi sesuatu dimasa depan, timbul perasaan terganggu, atau adanya keyakinan yang muncul tanpa alasan yang jelas bahwa akan segera terjadi hal yang mengerikan.

3) Aspek perilaku

Kecemasan yang dialami seseorang dapat terlihat dari perilakunya. Perilaku individu yang mengalami kecemasan seperti mengindar, melekat dan dependen, dan perilaku terguncang.⁸

Kecemasan dipicu oleh sesuatu yang dianggap sebagai ancaman atau stressor. Ujian merupakan salah satu *stressor* yang sering dialami oleh peserta didik, dalam hal ini adalah mahasiswa kedokteran. Ujian adalah salah satu bentuk proses penilaian, Ujian sebagai penilaian sumatif dilaksanakan melalui tes tertulis dalam format Ujian Tengah Blok (UTB) dan Ujian akhir Blok (UAB).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Deskripsi tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran dalam menghadapi Ujian Tengah Blok (UTB) dan Ujian akhir Blok (UAB).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif tentang ilmu Psikologi dan ilmu pendidikan dokter. Penelitian dilakukan pada tahun 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon. Populasi terjangkau dalam penelitian ini Mahasiswa Fakultas Kedokteran yang mengikuti UTB dan UAB tingkat 1, tingkat 2, dan tingkat 3. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 144 mahasiswa. Instrumen pengukuran tingkat kecemasan menggunakan Kuesioner skala kecemasan. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan bantuan program SPSS.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Fakultas kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati pada tahun 2017, bertujuan untuk mengukur tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UTB dan UAB. Jumlah total responden yaitu 185 mahasiswa terdiri

atas 84 orang perempuan (54,2%) dan 66 orang laki-laki (45,8%), hal ini sesuai dengan karakteristik populasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati yang sebagian besar adalah perempuan.

Tabel 1. Sebaran karakteristik responden

Karakteristik		Jumlah	
Jenis Kelamin	laki-laki	66	45,8%
	Perempuan	84	54,2%
Tahun angkatan	2014	54	37,5%
	2015	42	29,2%
	2016	48	33,3%

Tabel 2. Karakteristik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Ujian

Kategori tingkat kecemasan	UTB		UAB	
	N	%	N	%
Kecemasan Sedang	121	84.0	106	73.6
Kecemasan Berat	23	16.0	38	26.4
Total	144	100	144	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa frekuensi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UTB mayoritas memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 121 mahasiswa atau 84,0% dan sisanya memiliki kecemasan berat yaitu sebanyak 23 mahasiswa atau 16,0%. Dalam menghadapi UAB, mayoritas mahasiswa memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 106 mahasiswa atau 73,5% dan sisanya memiliki kecemasan berat yaitu sebanyak 38 mahasiswa atau 26,4%. Data tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kecemasan sedang dan persentase mahasiswa yang mengalami kecemasan berat lebih besar saat menghadapi UAB.

Berdasarkan tabel 3 aspek kognitif dengan indikator ketakutan tidak bisa menyelesaikan masalah lebih dominan mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Unswagati Cirebon yaitu sebanyak 61,25% dan paling rendah pada indikator ketakutan tidak dapat mengendalikan masalah sebanyak 50,25%.

Adapun Berdasarkan tabel 4 aspek perilaku dengan indikator menghindari lebih dominan mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Unswagati Cirebon yaitu sebanyak 81,70% dan paling rendah pada indikator ketakutan tidak dapat mengendalikan masalah sebanyak 40,00%. Kemudian, Berdasarkan tabel 5 aspek perilaku dengan indikator kesulitan berbicara, suara bergetar lebih dominan mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Unswagati Cirebon yaitu

No	Indikator	No Item	% Tiap Item
1	Tangan bergetar	1	59.42
2	kesulitan berbicara, suara bergetar	2	61.14
		8	45.24
		9	47.43
3	Jantung berdebar lebih keras	22	49.71
		17	45.14

sebanyak 61.14% dan paling rendah pada indikator Jantung berdebar lebih keras sebanyak 45.14%.

Tabel 3. Presentase Mahasiswa yang Menjawab Pernyataan Pada Kuesioner berdasarkan Aspek Kognitif

No	Indikator	No Item	% Tiap Item
1	Sulit berkonsentrasi	3	52.00
		23	60.00
2	Ketakutan Tidak dapat mengendalikan masalah	5	55.75
		4	50.25
		24	52.00
3	Ketakutan tidak bisa menyelesaikan masalah	12	58.00
		13	61.25
4	Adanya rasa khawatir	18	59.77
No	Indikator	No Item	% Tiap Item
1	Menghindar	7	81.70
		14	40.00
		23	65.00
		25	60.00
		6	51.70
2	Melekat dan dependen	21	51.70
		13	60.00
3	Perilaku terguncang	16	70.00
		19	56.32
5	Timbul perasaan terganggu	11	52.75
		20	59.77

Tabel 4. Presentase Mahasiswa yang Menjawab Pernyataan Pada Kuesioner berdasarkan Aspek Perilaku

Tabel 5. Persentase Mahasiswa yang Menjawab Pernyataan Pada Kuesioner berdasarkan Aspek Fisik

Pembahasan

Pada penelitian ini didapatkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UTB berada pada tingkat kecemasan sedang sebanyak 84 % dan kecemasan berat sebanyak 16 %. Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi UAB berada pada tingkat kecemasan sedang sebanyak 73,6 % dan kecemasan berat sebanyak 26,4 %. Hasil ini mengkonfirmasi penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa mahasiswa fakultas kedokteran cenderung mengalami tingkat kecemasan yang tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, diantaranya penelitian yang dilakukan Yuhelrida yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan ringan sebanyak 6 orang (21,4%), yang mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 6 orang (21,4%), yang mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 10 orang (35,7%), dan yang mengalami tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 1 orang (3,6%).^{9,10}

Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri-ciri seperti ketegangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan merupakan keadaan suasana perasaan (mood) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Terdapat beberapa aspek dalam kecemasan, diantaranya kognitif, perilaku, dan fisik.¹¹

Ujian seperti UTB dan UAB merupakan salah satu *stressor* besar yang merangsang timbulnya kecemasan pada mahasiswa. Kecemasan mempengaruhi organ viseral dan motorik, pikiran, persepsi, dan pembelajaran. Kecemasan dapat menghambat fungsi kognitif yang berpengaruh pada performa ketika ujian. Penjelasan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa aspek kecemasan terbesar yang muncul pada mahasiswa pada saat menghadapi UTB dan UAB adalah aspek kognitif seperti ketakutan tidak dapat mengendalikan dan menyelesaikan masalah.¹²

DAFTAR PUSTAKA

1. *Dorland W.A* : Kamus Kedokteran *Dorland* Edisi 31. Jakarta: EGC; 2012.
2. Lallo. Daniel Albert. Hubungan kecemasan dan hasil ujian UAS-1 mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas Sam Ratulangi Manado tahun ajaran 2012/2013. E-Journal Universitas Sam Ratulangi. 2013. Available from: <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/.../2827/>
3. Abdulghani, H.M., 2008. *Stress and Depression Among Medical Students: A Cross Section Study at Medical College in Saudi Arabia*. Pak Journal Medical Science,24(1):12-27
4. Marjani, A., Gharavi, A.M., Jahanshahi,M., Vahidirad, A., & Alizadeh, F., 2008. *Stress Among Medical Students of Gorgan (South East of Caspian Sea), Iran*. Kathmadu University Medical Journal,6 (3):421-425
5. Sreeramareddy, C.T.,et al., 2007. *Psychological Morbidity, Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students of Nepal*, BioMed Central Medical Education
6. Kaplan, Harold I, Benjamin, J Saddock, Jack A. Grebb. Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis Jilid II Terjemahan. 2010 Jakarta: Binarupa Aksara
7. Djiwandono, S.E. Psikologi Pendidikan. Jakarta: Grasindo, 2002. hlm 78-79.
8. Nevid, J. S., Ratus, S. A., & Greene, B. 2003. Psikologi Abnormal Jilid 1 Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga
9. Amir D, Iryani D, Isona L. Hubungan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (OSCE) dengan Kelulusan OSCE pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, Jurnal Kesehatan Andalas 2016; 5(1): 139-144.
10. Yuhelrida, Poppy Andriani, Pocut Aya Sofya. Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) , Journal Caninus Denstistry Volume 1, Nomor 4 (November 2016): 26 - 31
11. Baptiste, ES. *Problem-based Learning: a self directed journey*. Ontario: McMaster University, 2003.
12. Agustiar W, Asmi Y. Kecemasan menghadapi ujian nasional dan motivasi belajar pada siswa kelas XII SMA Negeri "X" Jakarta Selatan. Jurnal Psikologi 2010; 8(1): 9-15.