



Published by DiscoverSys

Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian



CrossMark

Mirulalini Thinagar,^{1*} Wayan Westa²

ABSTRACT

Anxiety is a common problem faced by individuals around the world. However those who are pursuing their tertiary education are more susceptible to anxiety due to the stress involved in completing a task on time. Anxiety is a normal process but it becomes a problem only when it starts interfering with a person's daily life. Anxiety in students should be addressed properly because it may lower student's attention and correlated with low academic performance and may lead to depression. Descriptive observational study was used with *cross-sectional* approach. The subjects are students of Udayana

University Faculty of Medicine aged 20-22 years. GAD-7 score was used to determine anxiety in students. Of 130 respondents, 76,9% of students suffered moderate anxiety and 23,1% suffered mild anxiety. No subjects reported severe anxiety. Mild anxiety was more common compared to moderate anxiety in students that passed the block exam (92% and 8%), while mild anxiety was scarce compared to moderate anxiety in students that failed the block exam (6,7% and 93,3%). This suggests that anxiety is one of the factors determining examination performance of students.

Keywords: Anxiety, examination performance.

Cite This Article: Thinagar, M., Westa, W. 2017. Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian. *Intisari Sains Medis* 8(3): 181-183. DOI: [10.1556/ism.v8i3.122](https://doi.org/10.1556/ism.v8i3.122)

ABSTRAK

Kecemasan merupakan masalah yang sering dihadapi individu di seluruh dunia. Namun kelompok yang menjalani pendidikan tinggi cenderung lebih rentan mengalami kecemasan karena stress yang dihadapi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Kecemasan merupakan suatu proses yang normal namun akan menjadi masalah ketika kecemasan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari. Hal ini harus segera diatasi karena dapat menyebabkan berbagai efek seperti menurunnya konsentrasi mahasiswa dalam proses pendidikan, hal ini juga berkaitan dengan pencapaian prestasi belajar yang rendah yang kemudian dapat memicu terjadinya depresi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan

cross-sectional. Subjek merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang berumur antara 20-22 tahun. Kuesioner GAD-7 digunakan untuk menilai adanya kecemasan pada mahasiswa. Dari 130 orang responden, didapatkan 76,9% mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan 23,1% mengalami kecemasan ringan. Tidak ada mahasiswa dengan kecemasan berat. Proporsi kecemasan ringan lebih tinggi dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang lulus ujian (92% dan 8%), sementara proporsi kecemasan ringan lebih rendah dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang gagal dalam ujian (6,7% dan 93,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil ujian.

Kata kunci: Cemas, hasil ujian

Cite Pasal Ini: Thinagar, M., Westa, W. 2017. Tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dan implikasinya pada hasil ujian. *Intisari Sains Medis* 8(3): 181-183. DOI: [10.1556/ism.v8i3.122](https://doi.org/10.1556/ism.v8i3.122)

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah salah satu gangguan kejiwaan yang paling sering ditemui. Kebanyakan orang merasa cemas pada satu waktu dalam kehidupan mereka, hal ini bisa terjadi beberapa menit sebelum memberikan pidato di depan orang banyak atau dapat dialami sebelum ujian, atau dalam banyak situasi lainnya. Kecemasan biasanya hadir sebagai peningkatan denyut jantung dan pernapasan dangkal, berkeringat, tangan dingin, gemetar, mual dan

gejala lainnya.¹ Umumnya, kecemasan merupakan proses normal dalam kehidupan seseorang; kecemasan menjadi masalah hanya ketika mulai mengganggu kehidupan sehari-hari seseorang atau dengan cara apapun mengurangi kualitas hidup seseorang.

Secara global pada 2010, sekitar 273 juta (4,5% dari populasi) memiliki gangguan kecemasan. Hal ini lebih sering terjadi pada wanita dibandingkan

¹Program Studi Pendidikan Dokter,
²Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah
Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

*Correspondence to:
Mirulalini Thinagar, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
mirulalini123@gmail.com

Received: 2017-03-15
Accepted: 27 Oktober 2017
Published: 30 Oktober 2017

pada pria. Wanita yang terkena sekitar 5,2% dan laki-laki 2,8%. Di Asia, tingkat seumur hidup dari gangguan kecemasan adalah antara 9 dan 16% dan tingkat tahunan adalah antara 4 dan 7%. Jika melihat Indonesia, sekitar 39.106.283 terpengaruh dengan gangguan kecemasan di sekitar populasi 238, 452, 9522.²

Saat ini, mahasiswa yang mengikuti pendidikan tinggi lebih rentan terhadap gangguan kecemasan yang dapat menurunkan kualitas hidupnya. Hal ini harus segera diatasi karena dapat menyebabkan berbagai efek seperti menurunnya konsentrasi mahasiswa dalam proses pendidikan, hal ini juga berkaitan dengan pencapaian prestasi belajar yang rendah yang kemudian dapat memicu terjadinya depresi. Hal ini berbahaya karena dapat berujung pada pencederaan diri atau bunuh diri. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang baik mengenai kecemasan dan hubungannya dengan proses pendidikan sehingga dapat mencegah terjadinya depresi pada mahasiswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan *cross-sectional*

untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan dan implikasinya pada hasil ujian di kalangan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling pada mahasiswa berusia antara 19 sampai 22 tahun, dengan status mental yang stabil, dan bersedia bergabung dalam penelitian sebagai sampel. Penelitian dilakukan pada periode Februari 2014 hingga April 2014. Penelitian ini menggunakan 130 sampel yang diwawancarai menggunakan kuesioner untuk mengetahui gangguan kecemasan. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah skor *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik

Penelitian ini menggunakan 130 responden, 70 orang (53,8%) berjenis kelamin laki-laki dan 60 orang (46,2%) perempuan. Usia responden berkisar antara 20-22 tahun. Seluruh responden belum menikah. Sebagian besar responden (73,1%) tinggal di rumah kos, sementara 18,5% tinggal dengan orang tua dan 8,5% tinggal pada akomodasi lain.

Dari data pada **Tabel 1**, dapat dilihat bahwa proporsi mahasiswa yang memiliki kecemasan ringan adalah 30 (23,1%) dan kecemasan sedang adalah 100 (76,9%). Tidak ada responden dengan kecemasan berat. Hal ini serupa dengan penelitian Jadoon et al pada tahun 2010 menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan pada mahasiswa kedokteran cukup tinggi, hingga mencapai 43,89%.³ Berbagai faktor mempengaruhi terjadinya kecemasan menjelang ujian (*exam anxiety*) pada mahasiswa kedokteran, meliputi empat area yakni permasalahan gaya hidup, gaya belajar, dan faktor psikologis. Permasalahan gaya hidup mencakup kurangnya istirahat dan aktifitas fisik, asupan nutrisi yang kurang, dan manajemen waktu yang tidak efisien. Strategi belajar yang tidak efektif seperti belajar sepanjang malam sebelum ujian, kurangnya pemahaman dan *review* materi juga merupakan faktor yang penting dalam terjadinya *exam anxiety*. Faktor psikologis yang berperan dalam terjadinya ansietas adalah pemikiran negatif dan irasional mengenai jalannya ujian, dan ketakutan tidak mampu mengendalikan keadaan pada saat ujian.⁴

Berdasarkan skor GAD-7, 100 orang dari 130 mahasiswa (76,9%) mengalami kecemasan sedang dan 30 orang (23,1%) mengalami kecemasan ringan. Dari 130 orang mahasiswa, 25 orang lulus dalam ujian dan 105 orang gagal. Berdasarkan hasil tabulasi silang antara kecemasan dan hasil ujian, didapatkan 23 orang mahasiswa yang lulus ujian mengalami kecemasan ringan, sementara 2 orang mengalami kecemasan sedang. Pada

Tabel 1 Karakteristik Responden Mahasiswa dari Semester 7

	Frekuensi	Persen (%)
Jenis kelamin		
pria	70	53,8%
Wanita	60	46,2%
Usia		
20	47	36,2%
21	51	39,2%
22	32	24,6%
Status perkawinan		
Tidak menikah	130	100%
Akomodasi		
Dengan orang tua / keluarga	24	18,5%
Kos	95	73,1%
Lainnya	11	8,5%
Hasil pemeriksaan		
Lulus	25	19,2%
Gagal	105	80,8%
GAD7		
Kecemasan ringan	30	23,1%
Kecemasan sedang	100	76,9%

Tabel 2 Tabulasi Silang antara Kecemasan dan Hasil Ujian

Hasil Ujian	GAD7		Total
	Kecemasan Ringan	Kecemasan Sedang	
Lulus	23 (92%)	2 (8%)	25
Gagal	7 (6,7%)	98 (93,3%)	105
Total	30	100	130

kelompok mahasiswa yang gagal dalam ujian, 98 orang mahasiswa mengalami kecemasan sedang, dan tujuh orang mengalami kecemasan ringan. Proporsi kecemasan ringan lebih tinggi dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang lulus ujian (92% dan 8%), sementara proporsi kecemasan ringan lebih rendah dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang gagal dalam ujian (6,7% dan 93,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kelulusan dalam ujian.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Apriliana pada tahun 2014 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan sebelum ujian terhadap nilai ujian. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan sebelum ujian memiliki risiko gagal dalam ujian tujuh kali lebih tinggi dibanding mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan.⁵ Penelitian Cassidy dan Jonshon (2002) menunjukkan bahwa kecemasan sebelum ujian dapat mempengaruhi hasil ujian melalui gangguan dalam mempersiapkan dan menjalani ujian. Gangguan dalam mempersiapkan ujian menyebabkan kesulitan konseptualisasi dan organisasi materi belajar sehingga menyulitkan dalam ujian.⁶

SIMPULAN

Pada penelitian ini, didapatkan 76,9% mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan 23,1% mengalami kecemasan ringan. Tidak ada mahasiswa dengan kecemasan berat. Proporsi kecemasan

ringan lebih tinggi dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang lulus ujian (92% dan 8%), sementara proporsi kecemasan ringan lebih rendah dibanding kecemasan sedang pada kelompok yang gagal dalam ujian (6,7% dan 93,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil ujian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Behara E, DiMarco ID, Hekler EB, Mohlman J, Staples AM. Current theoretical models of generalized anxiety disorder (GAD): Conceptual review and treatment implications. *Journal of Anxiety Disorders*. 2009; 23(8): p. 1011-1023.
2. Vos T, Flaxman A, Naghavi M, Lozano R, Michaud C, Ezzati M. Years lived with disability (YLDs) for 1160 sequelae of 289 diseases and injuries 1990-2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010. *The Lancet*. 2012; 380(9859): p. 2163-2196.
3. Jadoon N, Yaqoob R, Raza A, Shehzad M, Zeshan S. Anxiety and depression among medical students: a cross-sectional study. *Journal of Pakistan Medical Association*. 2010; 60(8): p. 699-702.
4. Hashmat S, Hashmat M, Aziz S. Factors causing exam anxiety in medical students. *Journal of Pakistan Medical Education*. 2008; 58(4): p. 167-170.
5. Apriliana AS. Hubungan Kecemasan Sebelum Ujian Akhir Blok Enam Terhadap Nilai Ujian Akhir Blok Enam Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Jember Angkatan 2007. *Digital Repository Universitas Jember*. 2014.
6. Cassidy JC, Jonshon RE. Cognitive Test Anxiety and Academic Performance. *Contemporary Educational Psychology*. 2002; 27: p. 270-295.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution