

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kasus penyakit simtom somatis meningkat melalui perspektif global sejak tahun 1980-2016 (Potrebny et al., 2017). Permasalahan kesehatan mental (mencakup gangguan simtom somatis) lebih sering dijumpai pada kelompok usia remaja akhir hingga dewasa awal. Pernyataan tersebut didukung oleh laporan *World Health Organization* tentang bunuh diri yang menjadi salah satu penyebab utama kematian di antara usia 15-29 tahun atau sekitar 700 ribu nyawa melayang disebabkan oleh bunuh diri setiap tahunnya di seluruh dunia (World Health Organization, 2023).

Gangguan psikosomatis cukup sering terjadi pada pasien yang berobat di klinik dokter umum (Kleinstäuber & Rief, 2017; Xiong et al., 2017) hal ini sejalan dengan pernyataan Schaefer bahwa sekitar 4-10% populasi umum dan 20% pasien perawatan primer mengalami gangguan psikosomatis (Panayiotou, 2018). Data tersebut diperkuat oleh buku DSM-5 yang menjelaskan tentang epidemiologi gangguan psikosomatis yakni sekitar 5-7% dari populasi umum (American Psychiatric Association, 2013).

Secara umum, gejala somatik lebih sering terjadi pada populasi Asia dibandingkan populasi Barat yang lebih cenderung menunjukkan gejala psikologis (Grover, 2014). Hal ini disebabkan oleh stigma yang ada terhadap gangguan mental, sehingga orang-orang yang mengalami tekanan psikologis lebih memilih untuk mengeluhkan keluhan fisik yang tidak jelas. Sebuah penelitian di Asia yang melibatkan 422 orang dewasa menemukan bahwa 5% dari mereka mengalami gangguan simtom somatis (Chander, 2019). Penderita gangguan psikosomatis sering mengeluhkan gejala fisik seperti sakit dada (angina pektoris), sakit perut (gastritis), gangguan pencernaan (dispepsia), atau pusing

(vertigo), meskipun tidak ada kelainan medis yang mendasarinya (Witthöft et al., 2023). Faktor utama pemicu terjadinya psikosomatis adalah stres (Pratiwi, 2012). Hal ini didukung oleh pernyataan para ahli kesehatan mental pada konferensi WHO tahun 1964 yang menyatakan bahwa stres adalah kunci dari konsep etiologi gangguan somatik (World Health Organization, 1964). Melalui penelitian Irlaks et al., ditemukan bahwa stres yang dirasakan oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi berkontribusi terbesar pada peningkatan risiko gangguan simtom somatis (Irlaks et al., 2020).

Penyelesaian skripsi merupakan keharusan bagi mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana. Dalam proses pengerjaannya, mahasiswa sering dihadapi masalah seperti menentukan judul skripsi, kurangnya motivasi, kesulitan manajemen waktu, dosen sulit ditemui, dan kehilangan fokus (Etika & Hasibuan, 2016). Selain itu, semakin banyak teman sekelas yang telah lulus dan mendapatkan pekerjaan, mengulang mata kuliah, merencanakan masa depan, dan tuntutan keluarga untuk menyelesaikan kuliah (Pratiwi, 2012).

Data 35 mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi di kota Makassar dikumpulkan dan ditemukan 30% tidak termotivasi untuk menyelesaikan skripsi mereka, 19% mengalami kesulitan mencari pustaka acuan, 17% alami kecemasan, stres, atau penurunan kondisi emosional, 13% mengalami kesulitan selama sesi bimbingan, 9% bermasalah dengan manajemen waktu, 4% mengalami kesulitan dengan pengumpulan data, 4% mengalami masalah dengan gawai, dan 4% lainnya terkendala dengan variable (Tajuddin et al., 2023).

Dalam penelitian Malfasari, didapatkan tingkat kecemasan tertinggi dialami oleh responden berusia 21 hingga 23 tahun, hal tersebut sejalan dengan teori gangguan kecemasan bahwa kecemasan lebih sering dialami pada rentang umur 21 hingga 45 tahun (Malfasari et al., 2019). Data tersebut didukung oleh survey nasional yang dilakukan terhadap kondisi kesehatan mental 55,292 mahasiswa program sarjana dari 125

universitas di Amerika yang mana ditemukan kecemasan sebagai gangguan kesehatan mental yang paling sering ditemukan yakni sebanyak 36% lalu disusul oleh depresi sebanyak 28% (American College Health Association, 2023).

Stres merupakan penyebab utama dari gangguan psikosomatis dan kecemasan (Pratiwi, 2012; Siregar, 2023). Beberapa studi yang membandingkan tingkat stres di antara mahasiswa dari beragam program studi menemukan bahwa mahasiswa yang mempelajari ilmu eksak memiliki tingkat stress yang lebih tinggi daripada yang mempelajari ilmu non-eksak (Chandra, 2015) dan mahasiswa kedokteran sebagai pemilik tingkat stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa non-kedokteran (Aamir, 2017).

Mahasiswa *cohort 2* di FKIK UNHAN RI tidak hanya dituntut secara akademik, namun juga secara non-akademik. Hal ini dibuktikan oleh banyaknya kegiatan di luar kegiatan akademik yang dilaksanakan oleh UNHAN RI dan selalu membutuhkan partisipasi mahasiswanya. Banyaknya kegiatan non-akademik yang dilaksanakan pada saat jam akademik membuat mahasiswa di UNHAN RI memiliki jadwal kegiatan yang cukup padat (Universitas Pertahanan RI, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Supriya menemukan bahwa dua faktor kausatif utama yang membuat mahasiswa kedokteran tahun akhir lebih rentan mengalami stres yang hebat dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran tahun kedua dan ketiga adalah beban modul kedokteran yang semakin berat dan jadwal yang sibuk (Patil et al., 2016).

Sebuah penelitian oleh Yusfarani menemukan hubungan yang kuat antara kecemasan dan gangguan psikosomatis yakni tingginya tingkat kecemasan diikuti dengan tingginya kemungkinan seseorang mengalami gangguan psikosomatis (Yusfarani, 2021). Berdasarkan fenomena yang terjadi di kalangan usia remaja hingga dewasa awal, mahasiswa *cohort 2* di FKIK UNHAN RI yang sedang mengerjakan skripsi, paparan sejumlah peneliti, serta penelitian sebelumnya, peneliti

tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa *Cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang, pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan adalah:

1. Bagaimana hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI?
2. Bagaimana tingkat kecemasan dan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yakni untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini yakni:

1. Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.
2. Mengetahui tingkat kecemasan dan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Bagi institusi Universitas Pertahanan, penelitian ini dapat menjadi bahan tambahan kepastakaan dalam pengembangan Ilmu Kedokteran.

Temuan penelitian ini dapat memberikan kontribusi baru mengenai korelasi tingkat kecemasan dengan gangguan psikosomatis pada mahasiswa *cohort* 2 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.

Bagi para mahasiswa *cohort* 2 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, penelitian ini dapat memberikan tambahan pengetahuan tentang tingkat kecemasan dan gangguan psikosomatis yang mereka alami. Temuan penelitian ini dapat membantu mahasiswa memahami kondisi mereka dan mencari solusi yang tepat untuk mengatasinya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental bagi mahasiswa kedokteran dan memotivasi mereka untuk mencari bantuan jika diperlukan.

Temuan penelitian ini diharapkan juga dapat memberi masukan terhadap pengembangan program pembinaan mental serta emosional bagi mahasiswa kedokteran sehingga dapat dimanfaatkan dalam merancang program pembinaan yang lebih efektif dan tepat sasaran untuk membantu mahasiswa kedokteran dalam menjaga kesehatan mental mereka.

Secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi baik terhadap pengembangan dunia kedokteran, meningkatkan pemahaman tentang kesehatan mental mahasiswa kedokteran, dan mendorong penelitian di bidang ilmu kesehatan jiwa.