

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Standar Nasional Pendidikan Kedokteran di berbagai negara mewajibkan mahasiswa kedokteran dapat menguasai berbagai kemampuan baik secara teori maupun praktik serta kompetensi klinik. Selain itu, mahasiswa kedokteran juga dituntut untuk memiliki keterampilan khusus pada bidang kedokteran sehingga bisa mencetak lulusan dokter yang berkompeten (KKI, 2019). Untuk mencapai tujuan ini, Fakultas Kedokteran menyediakan kurikulum perkuliahan yang bersifat mendidik, kegiatan *skill-lab* dan tutorial yang diawasi, dan pengalaman langsung untuk menambah hasil belajar individu. Pendidikan Kedokteran di Indonesia terdiri atas dua fase, yakni pendidikan tahap akademik dan tahap profesi dokter (KKI, 2019).

Pendidikan tahap akademik dalam bidang kedokteran merupakan suatu perjalanan panjang dengan jenjang karir yang memiliki tuntutan tinggi, sehingga mahasiswa kedokteran beresiko mengalami stres yang cukup tinggi (Al-Rouq et al., 2022). Tingginya tingkat stres pada mahasiswa kedokteran disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya persyaratan akademik yang sulit, rangkaian kegiatan praktikum, jenis ujian yang dihadapi lebih beragam dalam rentan waktu yang pendek, serta adanya kegiatan unit kegiatan mahasiswa atau organisasi lain (Farizkia Dinda et al., 2023). Penelitian mengenai stres sudah banyak dilakukan dan menunjukkan level stres pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan dengan program studi yang lain (Azis & Bellinawati, 2015)

Stres adalah respons individu terhadap perubahan dalam situasi atau keadaan individu berada dalam situasi yang mengancam (Hidayati & Harsono, 2021). Adanya stresor dari kehidupan sehari-hari dan kegiatan akademik dapat memicu mahasiswa mengalami tingkat stres yang tinggi. Stres yang dialami mahasiswa kedokteran tidak hanya menimbulkan dampak negatif tetapi juga berdampak positif pada kegiatan akademik mahasiswa (Musabiq & Karimah, 2018). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas menghasilkan data mahasiswa yang mengalami stres paling banyak adalah tingkat berat dengan prevalensi 51,6% (Rahmayani et al., 2019). Berbeda pada penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang menghasilkan data mahasiswa yang mengalami stres paling banyak adalah tingkat sedang 51,3% (Sekh et al., 2020).

Secara fisiologis, stres diketahui berhubungan dengan pola tidur. Stres akan meningkatkan hormon epinefrin, kortisol dan norepinefrin yang nantinya akan memicu terjadinya aktivitas pada sistem saraf simpatis yang dapat menyebabkan gangguan tidur sehingga kualitas tidur akan menurun (Sherwood, 2011). Kualitas tidur adalah suatu kondisi yang dialami oleh seseorang sehingga mendapatkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun dari tidurnya (Ariany Maisa *et al.*, 2021). Tidur yang cukup memiliki peran penting dalam meningkatkan keterampilan kognitif terutama retensi memori. Kebersihan tidur yang buruk dapat berdampak buruk pada perawatan dan keselamatan pasien dengan menurunkan fungsi kognitif, penilaian, dan kemampuan klinis (Jahrami et al., 2019). Selain itu, gangguan tidur dapat memperburuk kondisi kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan

kelelahan serta meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular. Karena tuntutan fakultas kedokteran dan kemungkinan konsekuensi dari kualitas tidur yang buruk terhadap hasil akademis, perawatan klinis, dan kesehatan mental, kualitas tidur menjadi perhatian penting bagi mahasiswa kedokteran (Jahrami et al., 2020). Hubungan kualitas tidur dengan stres merupakan reaksi berantai. Penelitian telah membuktikan bahwa kualitas tidur yang tidak tercukupi terkadang dipicu oleh stres dan pemicu stres juga berujung pada kualitas tidur buruk (Maheshwari & Shaukat, 2019).

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk menilai kualitas tidur dan hasilnya bervariasi berdasarkan tahun pendidikan dan lokasi geodemografinya. Riset yang dilakukan pada 55 mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar menunjukkan hasil kualitas tidur buruk (59,8%) yang menunjukkan adanya pengaruh kuat antara keluhan stres dengan kualitas tidur (Yusa & Triadi, 2022). Didukung pula dengan hasil penelitian di Universitas Jambi pada 92 mahasiswa yang menunjukkan hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kualitas tidur (Clariska et al., 2020).

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecenderungan mahasiswa kedokteran untuk mengalami stres yang berdampak pada kualitas tidur cukup tinggi, utamanya yang bersumber dari kegiatan akademik dan memerlukan penanganan dan perhatian khusus supaya tidak membawa dampak negatif bagi perkembangan tubuh mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis stres akademik dan kualitas tidur serta hubungan antara keduanya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah hubungan antara stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan antara stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk menganalisis gambaran tingkat stres pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
2. Untuk menganalisis kualitas tidur mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
3. Untuk menganalisis hubungan stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi terkait hal yang dapat memicu stres serta hubungan dari stres dengan kualitas tidur yang terjadi pada mahasiswa kedokteran



### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan dan keterampilan dalam membuat penelitian dan karya tulis di bidang ilmu pendidikan kedokteran. Ilmu yang didapat penelitian ini bisa diaplikasikan dalam kehidupan penulis baik secara medis maupun non medis.

#### 2. Bagi Fakultas Kedokteran UM Surabaya

Mahasiswa dapat memperoleh informasi mengenai hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur selama pelaksanaan studi di FK UM Surabaya serta memicu upaya – upaya pencegahan untuk mengatasi jika hal tersebut terjadi.

