

## ANALISIS FAKTOR INTERNAL DAN EKSTERNAL YANG MEMENGARUHI TINGKAT KECEMASAN

Kajian pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin periode Oktober tahun 2022

Annisa Fitria Chaerany<sup>1</sup>, Yanti Fitria<sup>2</sup>, Triawanti<sup>3</sup>, Syaiful Fadhilah<sup>2</sup>, Nelly Al Audhah<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, RSUD Ulin, Banjarmasin, Indonesia

<sup>3</sup>Departemen Biokimia dan Biomolekuler, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

<sup>4</sup>Departemen Mikrobiologi dan Parasitologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

Email Korespondensi: Annisafitfit28@gmail.com

**Abstract:** *Anxiety is an individual psychological condition that arises when stress occurs, characterized by feelings of tension, fear, worry, and is accompanied by a physical response in the form of a fast heart beating, hypertension, and so on. Medical students tend to have a higher level of anxiety compared to other student. The clinical student anxiety factors themselves are classified into 2 namely internal factors which include gender, age, and external factors which include environment, workload, and experience. This study aims to analyze internal and external factors that trigger student anxiety. This research is an analytic observational study with a cross-sectional approach. The result of this study indicates that the level of student anxiety includes the not anxiety category of 57 people (36,3%), mild anxiety in 64 people (40,7%), moderate anxiety in 26 people (16,5%), severe anxiety in 10 people (6,5%) and no students with very severe anxiety were found. The Chi-Square test showed that there was an effect of gender  $p=0,000$ , residence  $p=0,006$ , the level in station  $p=0,000$ , and the previous station  $p=0,000$  on the level of anxiety, while there was no effect of the length of anxiety on the  $p\text{ value}=0,323$ . It can be concluded that there are internal and external factors that influence the level of student anxiety, namely gender, place of residence, the level at the station, and the previous station*

**Keywords:** *anxiety, clinical student, anxiety factors*

**Abstrak:** Kecemasan adalah suatu kondisi psikologis individu yang muncul saat terjadi stres, ditandai dengan adanya perasaan tegang, takut, khawatir dan disertai respon fisik berupa jantung berdetak kencang, tekanan darah naik, dan lain sebagainya. Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa lainnya. Faktor kecemasan mahasiswa klinik sendiri diklasifikasikan menjadi 2, yaitu faktor internal yang meliputi jenis kelamin, usia dan faktor eksternal yang meliputi lingkungan, beban kerja, dan pengalaman. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kecemasan mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa meliputi kategori Tidak Cemas 57 orang (36,3%), kecemasan Ringan yaitu 64 orang (40,7%), kecemasan sedang yaitu 26 orang (16,5%), kecemasan berat 10 orang (6,5%) dan tidak ditemukan mahasiswa dengan kecemasan sangat berat. Uji Chi-Square menunjukkan ada pengaruh jenis kelamin nilai  $p=0,000$ , tempat tinggal nilai  $p=0,006$ , tingkatan dalam stase nilai  $p=0,001$ , stase sebelumnya nilai  $p=0,000$  terhadap tingkat kecemasan, sedangkan tidak ditemukan pengaruh lama jaga terhadap tingkat kecemasan nilai  $p=0,323$ . Dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa yaitu jenis kelamin, tempat tinggal, tingkatan dalam stase, dan stase sebelumnya.

**Kata-kata kunci:** kecemasan, mahasiswa klinik, faktor-faktor kecemasan

## PENDAHULUAN

Kecemasan adalah suatu kondisi psikologis individu yang muncul saat terjadi stres ditandai dengan adanya perasaan tegang, takut, khawatir dan disertai respon fisik berupa jantung berdetak kencang, tekanan darah naik, dan lain sebagainya.<sup>1</sup> Kecemasan merupakan suatu respon yang normal terjadi, ketika individu dihadapkan oleh situasi yang mengancam dan disertai oleh perubahan yang signifikan atau ketidakmampuan dalam mengatasi suatu masalah.<sup>2</sup> Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2017 menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi yaitu lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia.<sup>3</sup> Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2018, prevalensi gangguan emosional dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan terdapat pada penduduk usia 15 tahun ke atas, meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% di tahun 2018.<sup>4</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan *American College Health Association (ACHA)* pada tahun 2019 di kalangan mahasiswa kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang paling umum terjadi.<sup>5</sup> Kecemasan kerap terjadi di kalangan mahasiswa dengan taraf 15% - 64,3% mahasiswa dalam sebuah universitas.<sup>6</sup> Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang cenderung lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa lainnya.<sup>7</sup> Pendidikan kedokteran memiliki sistem yang berbeda dengan jurusan lainnya, pendidikan kedokteran di Indonesia ditempuh dengan 2 tahapan, yaitu tahap pre-klinik atau program sarjana kedokteran dan tahap klinik atau program profesi dokter.<sup>8</sup> Berdasarkan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun 2014, didapatkan bahwa mahasiswa klinik mengalami kecemasan yang lebih dibandingkan mahasiswa pre-klinik, yaitu sebanyak 60% mahasiswa klinik mengalami kecemasan sedangkan mahasiswa pre-klinik hanya 26,3% yang

mengalami kecemasan.<sup>9</sup> Kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi pada mahasiswa yang akan menurunkan kemampuan mereka untuk memusatkan perhatian dan menurunkan daya ingat serta mengganggu kemampuan mereka menghubungkan satu hal dengan hal lain.<sup>2</sup> Hal ini akan menurunkan tingkat fokus mahasiswa klinik dalam menghadapi ujian dan pasien. Tingkat kecemasan masing masing mahasiswa akan berbeda-beda seiring dengan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan itu sendiri. Faktor kecemasan mahasiswa klinik sendiri diklasifikasikan menjadi 2, yaitu faktor internal yang meliputi jenis kelamin, usia dan faktor eksternal yang meliputi lingkungan, beban kerja, pengalaman dan status ekonomi.<sup>10,11 12</sup>

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa coass stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Pengambilan data menggunakan data primer berupa wawancara dan pengisian kuesioner.

Penelitian ini menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* untuk mengukur tingkat kecemasan dan kuesioner data diri untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa

Data yang didapat diolah secara univariat dengan menampilkan data dalam bentuk narasi dan tabel serta secara bivariat dengan uji *chi-square* dilanjutkan penggabungan sel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang telah dilaksanakan ini mengenai analisis faktor internal dan eksternal yang memengaruhi tingkat kecemasan. Kajian pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin. Penelitian ini dilakukan

pada periode Oktober tahun 2022 dan mendapatkan 158 sampel yang memenuhi kriteria inklusi.

Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji statistik non parametrik yaitu Uji *chi-square* dan dilakukan penggabungan sel pada tingkat kecemasan

dan derajat insomnia agar memenuhi syarat uji *chi square*. Sel tingkat kecemasan digabung dari lima sel menjadi empat sel (tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, dan kecemasan sedang, kecemasan berat dan berat sekali).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Stase coass dan Jenis Kelamin Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Karakteristik Responden	n	%
Stase <i>Coass</i>		
Ilmu Bedah	23	20,8
Ilmu Penyakit Dalam	29	26,1
Obstetri dan Ginekologi	31	27,9
Ilmu Kesehatan Anak	28	25,2
Total	111	100

Tabel 1 menunjukkan distribusi karakteristik subjek dari 111 mahasiswa dengan mayoritas subjek berada pada stase obstetri ginekologi yaitu 31 subjek (27,9%), ilmu penyakit dalam 29 subjek (36,1%),

ilmu kesehatan anak 28 subjek (25,2%) dan paling sedikit berada di stase ilmu bedah yaitu 23 subjek (20,8%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Jenis Kelamin	n	%
Perempuan	111	70,7
Laki-laki	46	29,3
Total	157	100

Berdasarkan, tabel 2 dapat dilihat bahwa mahasiswa program profesi dokter pada stase mayor di RSUD Ulin

Banjarmasin lebih banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 111 orang (70,7).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Tempat tinggal	n	%
Asrama/kost	112	71,3
Bersama orang tua	45	28,7
Total	157	100

Berdasarkan, Tabel 3 dapat dilihat bahwa mahasiswa program profesi dokter pada stase mayor di RSUD Ulin

Banjarmasin lebih banyak tinggal di asrama/kost yaitu sebanyak 112 orang (71,3%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkatan dalam Stase Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Tingkatan dalam Stase	n	%
Junior	37	23,5
Middle	31	19,7
Senior	89	56,8
Total	157	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa mahasiswa program profesi dokter tingkatan senior pada stase mayor memiliki

jumlah terbanyak, yaitu 89 orang (56,8%), dan paling sedikit pada tingkatan middle yaitu 31 orang (19,7%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Stase Sebelumnya Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Stase Sebelumnya	n	%
Pernah memasuki stase mayor	80	50,9
Belum pernah masuk stase mayor	77	49,1
Total	157	100

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa mahasiswa program profesi dokter pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin lebih

banyak yang pernah memasuki stase mayor pada stase sebelumnya yaitu sebanyak 80 orang (50,9%).

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Jaga Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Lama Jaga	n	%
$\leq 40$ jam/ minggu	126	80,2
$>40$ jam/ minggu	31	19,7
Total	157	100

Berdasarkan Tabel 6 dapat dilihat bahwa lama jaga mahasiswa program profesi dokter pada stase mayor di RSUD

Ulin Banjarmasin terbanyak selama  $\leq 40$  jam/minggu yaitu sebanyak 126 orang (80,2%).

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Tingkat Kecemasan	n	%
Tidak Cemas	39	35,1
Kecemasan Ringan	49	44,1
Kecemasan Sedang	13	11,8
Kecemasan Berat	10	9,0
Kecemasan Berat Sekali	0	0
Total	111	100

Berdasarkan Tabel 7 dapat dilihat bahwa kasus kecemasan terbanyak yang dialami oleh mahasiswa program profesi

dokter pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin ialah kecemasan ringan yang berjumlah 49 orang (44,1%), tidak cemas

(36,3%), kecemasan sedang (16,5%), kecemasan berat 10 orang (6,5%), dan tidak ditemukan kecemasan berat sekali (0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ghawa<sup>13</sup> menunjukkan bahwa tingkat kecemasan terbanyak ditemukan pada mahasiswa adalah kecemasan ringan (38,9%). Kecemasan ringan ditandai dengan terlihat tenang, percaya diri, waspada, memperhatikan banyak hal, sedikit tidak sabar, ketegangan otot ringan, sadar akan lingkungan, rileks atau sedikit gelisah. Mayoritas dari

mahasiswa klinik mengalami kecemasan dikarenakan pada mahasiswa klinik terdapat lebih banyak tantangan yaitu proses pembelajaran yang melibatkan banyak pihak (pasien, komunitas, dan tenaga kesehatan lainnya), proses pembelajaran yang juga berjalan seiring dengan pelayanan kesehatan. Adanya perubahan status dari mahasiswa pre-klinik menjadi mahasiswa klinik, yang akan langsung mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari kepada pasien di dalam kasus nyata, tentunya juga menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa klinik.<sup>14</sup>

Tabel 5. Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Jenis Kelamin	Tingkat Kecemasan								Total	P Value
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat & Sangat Berat			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Perempuan	30	52,6	47	73,4	25	96,2	9	90	111	70,7
Laki-laki	27	47,4	17	26,6	1	3,8	1	10	46	29,3
Total	57	100	64	100	26	100	10	100	157	100

Mayoritas responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 111 orang dengan persentase tidak mengalami kecemasan sebanyak 52,6% (30 orang), kecemasan ringan sebanyak 73,4% (47 orang), kecemasan sedang 96,2% (25 orang), dan kecemasan berat dan sangat berat 90% (9 orang). Sementara itu, pada laki-laki mayoritasnya tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 27 orang (47,4%, kecemasan ringan , Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan *p-value* adalah 0,000 (<0,05), sehingga H1 diterima yang artinya terdapat pengaruh jenis kelamin terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Papatungan, dkk yang menyebutkan bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan

seseorang dan didapatkan bahwa responden berjenis kelamin laki-laki yang mengalami kecemasan hanya sebesar 50,0% dengan kategori tingkat kecemasan ringan, sedangkan responden berjenis kelamin perempuan yang mengalami kecemasan yaitu sebesar 87,5%, dengan tingkat kecemasan kategori ringan 31,2% dan tingkat kecemasan kategori sedang 56,3%.<sup>15</sup>

Jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat kecemasan karena didapatkan bahwa perempuan dianggap lebih sensitif dan menggunakan perasaannya sedangkan laki-laki dianggap memiliki mental yang kuat dalam menghadapi respon yang berbahaya. Keadaan perempuan yang lebih sensitif sehingga mereka lebih takut untuk berbuat salah dan lebih peka pada situasi yang menurut mereka salah mengakibatkan perempuan lebih mudah untuk mengalami kecemasan. perempuan lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan daripada laki-laki. Perempuan

juga lebih cemas, kurang sabar, dan mudah mengeluarkan air mata, perempuan memiliki skor yang lebih tinggi pada pengukuran ketakutan dalam situasi sosial dibandingkan laki-laki. Secara hormon pada perempuan lebih cepat memunculkan sisi empati. Selain itu, pada perempuan memiliki tingkat ‘*error-related negativity*’ yang lebih aktif dibandingkan laki-laki, sehingga perempuan lebih takut untuk

berbuat salah dan lebih peka pada situasi yang menurut mereka salah.<sup>10,16</sup>

Selain itu, perempuan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan laki-laki akibat dari reaksi saraf otonom yang berlebihan yang ditandai dengan naiknya norepinefrin, peningkatan pelepasan katekolamin, dan adanya gangguan regulasi serotonergik yang abnormal.<sup>10,16</sup>

Tabel 9. Pengaruh Tempat Tinggal terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Tempat Tinggal	Tingkat Kecemasan								Total	P Value
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat & Sangat Berat			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Asrama/kost	37	64,9	41	64,1	25	96,2	9	90	112	71,3
Bersama orang tua	20	35,1	23	35,9	1	3,8	1	10	45	28,7
Total	57	100	64	100	26	100	10	100	157	100

Berdasarkan domisili menunjukkan sebagian besar responden tinggal di asrama/kost yaitu sebanyak 112 orang dengan frekuensi kecemasan yaitu tidak ada kecemasan 37 orang (64,9%), dan mayoritas memiliki kecemasan ringan sebanyak 41 orang (64,1%), Sedangkan pada responden yang tinggal bersama orang tua yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 20 orang (35,1%), dan paling banyak mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 23 orang (35,9%). Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan *p-value* = 0,006 (<0,05). Sehingga  $H_1$  diterima yang diartikan adanya pengaruh tempat tinggal dan tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Ulin Banjarmasin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Haryono yang menyebutkan ada hubungan gejala kecemasan dengan tempat tinggal, yang didapatkan gejala kecemasan paling banyak pada mahasiswa yang tinggal di asrama (64,9%). Dukungan sosial dan

lingkungan sekitar dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini disebabkan oleh pengalaman seseorang dengan keluarga, sahabat rekan kerja dan lain-lain. Kecemasan akan timbul jika seseorang merasa tidak aman terhadap lingkungan.<sup>17</sup>

Tempat tinggal merupakan salah satu implementasi dari faktor lingkungan yang memengaruhi kecemasan. Individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik, dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk. Tinggal bersama orang tua atau tidak memengaruhi kecemasan mahasiswa karena mahasiswa harus hidup terpisah dari orangtua dan mengatasi berbagai masalah yang dialami tanpa bantuan orangtua sehingga mahasiswa lebih mudah merasa khawatir dan gelisah. Faktor jauh dari keluarga, kurangnya komunikasi setiap harinya, serta perhatian dari orang tua yang kurang, bisa berakibat terhadap mental dan kesiapan dari mahasiswa itu sendiri ketika akan menghadapi stase.<sup>18,19</sup>

Tabel 10. Pengaruh Tingkatan dalam Stase terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022

Tingkatan dalam Stase	Tingkat Kecemasan								Total (%)	P Value	
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat & Sangat Berat				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Junior	6	10,5	14	21,9	13	50	4	40	37	23,6	0,001
Middle	11	19,3	13	20,3	3	11,5	4	40	31	19,7	
Senior	40	70,2	37	57,8	10	38,5	2	20	89	56,7	
Total	57	100	64	100	26	100	10	100	157	100	

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa mayoritas tingkatan responden dalam stase yaitu tingkat senior, dengan frekuensi tingkat kecemasan yang paling banyak yaitu 40 orang (70,2%) tidak ada kecemasan, dan kecemasan ringan 37 orang (57,8%). Tingkatan *middle* didapatkan mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 11 orang (19,3%), dan mayoritas mengalami kecemasan ringan yaitu 13 orang (20,3%). Pada tingkatan junior didapatkan mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 6 orang (10,5%), dan mayoritasnya mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 13 orang (50%).

Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan *p-value* = 0,001 (<0,05). Sehingga  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan antara tingkatan mahasiswa dalam stase dengan tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin.

Menurut Stuart dan Sundeen kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak. Tingkatan mahasiswa dalam stase menggambarkan pengalaman mahasiswa dalam stase tersebut. Pengalaman adalah

bagian yang sangat menentukan bagi kondisi mental individu, terutama pada kecemasan individu karena pengalaman baru merupakan salah satu faktor pencetus kecemasan.<sup>10,20</sup>

Pengalaman memberikan seseorang gambaran suatu kejadian yang telah dialami. Sehingga seseorang tersebut akan lebih siap dalam menghadapinya jika hal tersebut terjadi lagi. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa pengalaman baru merupakan salah satu faktor pencetus kecemasan, sehingga pada individu yang kurang berpengalaman dalam stase tersebut akan lebih tinggi tingkat kecemasannya. Selain itu seseorang yang memiliki pengalaman lebih banyak juga akan memiliki mekanisme koping terhadap cemas yang lebih baik dibandingkan yang memiliki sedikit pengalaman<sup>10,20,21</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan terhadap keluarga pasien yang dirawat di unit perawatan kritis Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Banda Aceh<sup>22</sup> didapatkan tingkat kecemasan lebih tinggi pada pasien yang belum memiliki pengalaman. Penelitian pada mahasiswa kedokteran juga terdapat kesamaan hasil yaitu didapatkan hubungan antara tahun studi dan tingkat kecemasan, dimana kecemasan lebih tinggi pada mahasiswa tahun pertama pada

penelitian *Anxiety Level and Risk Factors in Medical Students* (2020)<sup>11</sup>

Tabel 11. Pengaruh Lama Jaga terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Lama Jaga	Tingkat Kecemasan								Total (%)	P Value
	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat & Sangat Berat			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
≤ 40 jam/ minggu	48	84,2	53	82,8	18	69,2	7	70	126	80,3
>40 jam/ minggu	9	15,8	11	17,2	8	30,8	3	30	31	19,7
Total	57	100	64	100	26	100	10	100	157	100

Dilihat dari segi lama jaga responden mayoritas memiliki jam jaga sebanyak ≤ 40 jam/minggu, dengan persentase tingkat kecemasan 84,2% (48 orang) tidak mengalami kecemasan, dan mayoritas mengalami kecemasan ringan yaitu 82,8% (53 orang). Responden dengan jam jaga >40 jam/minggu yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 9 orang (15,8%), dan mayoritas mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 8 orang (30,8%). Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan *p-value* = 0,323 (<0,05). Sehingga  $H_1$  ditolak yang artinya tidak adanya hubungan yang signifikan antara lama jaga dan tingkat kecemasan responden.

Lama jaga mahasiswa menggambarkan beban kerja mahasiswa secara kuantitatif, Beban kerja merupakan kemampuan seseorang pekerja dalam menerima pekerjaannya. Secara individu beban kerja adalah kemampuan tubuh dalam menerima tanggung jawab sesuai dengan fungsi dan tugasnya. Keseimbangan beban kerja yang diberikan terhadap individu sangat penting dilakukan baik beban kerja yang bersifat fisik maupun mental atau beban kerja kuantitatif maupun kualitatif. Apabila tidak terjadi keseimbangan dalam beban kerja dan tingkat beban kerja berlebih maka

dapat menimbulkan kecemasan. . Intensitas beban kerja yang tinggi dan melebihi kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dapat menyebabkan stres berlebih. Salah satu gejala stres yang dapat timbul adalah kecemasan.<sup>12</sup>

Namun, Menurut Nursalam beban kerja di ruangan tidak selalu menimbulkan kecemasan, dan dapat menimbulkan kecemasan jika beban kerja tidak sebanding dengan kemampuan fisik, pengalaman dan keahlian, serta waktu yang tersedia.

Hal ini dapat terjadi dikarenakan banyaknya faktor lain yang lebih mempengaruhi kecemasan diantaranya yaitu faktor jenis kelamin, lingkungan, kemampuan seseorang (setiap orang mempunyai kemampuan normal menyelesaikan tugas yang dibebankan kepadanya), dan faktor pengalaman baru, tipe kepribadian dimana individu dengan tipe kepribadian yang ambisius, kompetitif dan perfeksionis akan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan tipe kepribadian sebaliknya namun pada penelitian ini tidak dilakukan penelitian terhadap tipe kepribadian tersebut,<sup>12,23</sup>

Tabel 12. Pengaruh Stase Sebelumnya terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022.

Tingkat Kecemasan

Stase Sebelumnya	Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat & Sangat Berat		Total	(%)	P Value
	N	%	N	%	N	%	N	%			
	Pernah memasuki stase mayor	41	71,9	29	45,3	7	26,9	3			
Belum pernah memasuki stase mayor	16	28,1	35	54,7	19	73,1	7	70	77	49	
Total	57	100	64	100	26	100	10	100	157	100	

Berdasarkan analisis bivariat dapat dilihat mayoritas responden dalam penelitian ini belum pernah memasuki stase mayor sebelumnya yaitu sebanyak 77 orang dengan frekuensi yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 16 orang (28,1%), mayoritas mengalami kecemasan ringan yaitu 35 orang (54,7%). Responden yang pernah memasuki stase mayor sebelumnya mayoritas tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 41 orang (71,9%) dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 29 orang (45,7%). Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan *p-value* = 0,000 (<0,05). Sehingga  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan antara stase sebelumnya dengan tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin.

Menurut Kaplan, Saddock, dan Grebb<sup>10</sup> kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal normal yang terjadi dan disertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru, serta dalam menemukan identitas diri dan hidup. Faktor stase sebelumnya ini menggambarkan pengalaman mahasiswa klinik dalam menghadapi stase mayor sebelumnya, mahasiswa yang sebelumnya belum pernah memasuki stase mayor akan menjadi pengalaman baru bagi mereka sehingga tingkat kecemasannya lebih tinggi. Pengalaman adalah bagian yang sangat menentukan bagi kondisi mental individu, terutama pada kecemasan individu karena pengalaman baru

merupakan salah satu faktor pencetus kecemasan.<sup>21</sup>

Hal ini juga sehubungan dengan teori kecemasan yaitu teori perilaku teori ini memandang bahwa ansietas sebagai sesuatu yang dipelajari melalui pengalaman individu. Pengalaman memberikan seseorang gambaran suatu kejadian yang telah dialami. Sehingga seseorang tersebut akan lebih siap dalam menghadapinya jika hal tersebut terjadi lagi. Selain itu seseorang yang memiliki pengalaman lebih banyak juga akan memiliki mekanisme koping terhadap cemas yang lebih baik dibandingkan yang memiliki sedikit pengalaman.<sup>10,21,24</sup>

Penelitian pada mahasiswa kedokteran terdapat kesamaan hasil yaitu didapatkan hubungan antara tahun studi dan tingkat kecemasan. Kecemasan lebih tinggi pada mahasiswa tahun pertama pada penelitian *Anxiety Level and Risk Factors in Medical Students*.<sup>11</sup>

## PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan antara Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin Periode Oktober Tahun 2022 menunjukkan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Banjarmasin berjenis kelamin perempuan 111 orang (70,7%) sedangkan laki-laki 46 orang (29,3%), tinggal di asrama/kost 112 orang (71,3%) sedangkan yang tinggal

Bersama orang tua 45 orang (28,7%). Mahasiswa yang sedang berada di tingkatan senior 89 orang (56,8%), junior 37 orang (23,5%), dan middle 31 orang (19,7%). Mahasiswa yang memiliki lama jaga  $\leq 40$  jam/minggu yaitu sebanyak 126 orang (80,2%) sedangkan yang memiliki jam jaga  $>40$  jam/minggu berjumlah 31 orang (19,7%). Mahasiswa yang pernah memasuki stase mayor pada stase sebelumnya 80 orang (50,9%), dan yang belum pernah memasuki stase mayor 77 orang (49,1%). Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada stase mayor di RSUD Banjarmasin memiliki kecemasan ringan (44,1%), kecemasan sedang (11,8%), dan kecemasan berat (9,0%). Terdapat pengaruh faktor internal (jenis kelamin) terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin. Terdapat pengaruh faktor eksternal (tingkatan dalam stase, tempat tinggal, dan stase sebelumnya) terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin. Sedangkan, tidak terdapat pengaruh faktor eksternal (lama jaga) terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi pada Stase Mayor di RSUD Ulin Banjarmasin.

Mahasiswa perlu untuk berpikiran positif dan membagikan perasaan atau masalah yang sedang dihadapi kepada orang terdekat agar dapat mengurangi kecemasan dan memperbaiki manajemen kecemasan. Data penelitian ini dapat dijadikan sebagai data awal dan referensi untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Program Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dan RSUD Ulin

Banjarmasin untuk mengurangi tingkat kecemasan pada mahasiswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. American Psychological Association. Anxiety. [cited 1 December 2021]. Available from: <https://www.apa.org/topics/anxiety>
2. Anita MD. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi dengan Anestesi Umum di RSUD Sleman Yogyakarta [thesis]. Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta;2018
3. World Health Organization. Depression and other common mental disorders: global health estimates. Geneva: World Health Organization. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. 2017
4. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar 2018. 2018;103
5. American College Health Association. Campus Mental Health [Internet]. <https://www.apa.org>. 2022 [cited 1 Jan 2022]. Available from: <https://www.apa.org/advocacy/higher-education/mentalhealth#:~:text=Rising%20Mental%20Health%20Concerns&text=In%20a%202016%20survey%20of,during%20the%20past%2012%20months>.
6. Marthoenis, Meutia I, Fathiariani L, Sofyan H. Prevalence of depression and anxiety among college students living in a disaster-prone region. Alexandria J Medicine. 2018;54(4):337-40.
7. Putri AD, 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).
8. Konsil Kedokteran Indonesia. Standar pendidikan profesi dokter Indonesia.

- kki.go.id. 2012 [cited 27 Dec 2021] Available from :[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:M9rCcvWei8J:kki.go.id/assets/data/menu/Standar\\_Pendidikan\\_Profesi\\_Dokter\\_Indonesia.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id&client=safari](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:M9rCcvWei8J:kki.go.id/assets/data/menu/Standar_Pendidikan_Profesi_Dokter_Indonesia.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id&client=safari)
9. Savitri IA, Diniari NK. Perbedaan tingkat kecemasan dan depresi pada mahasiswa jenjang preklinik dan co-Asisten Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Pada Tahun 2014. *E-Jurnal Medika Udayana*. 2014;4(7):1.
  10. Sadock BJ, dan Sadock VA. Kaplan dan Sadock Buku ajar Psikiatri Klinis. Edisi 2. Jakarta: EGC. 2010
  11. Arisyana A, Sustini F, Muhdi N. Anxiety level and risk factors in medical students. *JUXTA: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Universitas Airlangga*. 2020;11(2):79.
  12. Kusumawati P, Dewi I. Peran stres kerja memediasi pengaruh beban kerja terhadap burnout perawat Rumah Sakit Daerah Mangusada Bandung. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*. 2020;10(3), p.209.
  13. Ghawa E, Lidia K, Buntoro I. Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*. 2021;9(2):222-30.
  14. Inam S N B, A Saqib, E Alam. Prevalence of anxiety and depression among medical students of private university. *Ziauddin Medical University*. 2009; 1-7
  15. Papatungan FF, Gunawan PN, Pangemanan DH, Khoman JA. Perbedaan Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin Pada tindakan penumpatan Gigi. *e-CliniC*. 2019;7(2).
  16. Sari A, Mudjiran M, Alizamar A. Tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian sekolah ditinjau dari jenis kelamin, jurusan dan daerah asal serta implikasi. *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik)*. 2017;1(2):37.
  17. Haryono, A. Hubungan karakteristik mahasiswa dengan tingkat gejala anxiety pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2006, 2007, 2008, dan 2009. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*. 2013;1(1):1-13
  18. Utami AB, Jumaini, Nauli FA. Perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa yang tinggal bersama orang tua dan tinggal sendiri. *Jurnal Online Mahasiswa Unri*. 2019;6(1):334-41
  19. Cahyady E, Mursyidah, Melisa. Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang ujian nasional pada siswa kelas XII SMA Negeri 4 Banda Aceh tahun 2017. *Jurnal Aceh Medika*. 2018;2(1):37-42
  20. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorder edition (DSM-V)*. Washington : American Psychiatric Publishing. 2013
  21. Tim Penyusun Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. *Buku Panduan Pendidikan Klinik*. Edisi IV. Banjarmasin. Universitas Lambung Mangkurat. 2018
  22. H Harlina, A Aiyub. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan keluarga pasien yang dirawat Di Unit Perawatan Kritis. *JIM FKep*. 2018;3(3):184-92
  23. Istiqomah W. Hubungan beban kerja dengan kecemasan pada perawat dalam pelaksanaan asuhan keperawatan di ruang rawat inap RSI Sultan Agung Semarang. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran–Universitas Diponegoro Juni 2021
  24. Stuart GW, Sundeen. (2016). *Principle and practice of psychiatric nursing*, (1st edition). Singapore : Elsevier

