

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres yang paling sering terjadi pada pelajar adalah stres akademik, yaitu suatu kondisi atau keadaan dimana mahasiswa merasa stres akibat persepsi dan evaluasi yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan (Barseli *et al.*, 2017). Mahasiswa rentan terhadap stres akademik karena tuntutan pembelajaran sehari-hari di kelas, kebutuhan berpikir tingkat tinggi, kritis, hidup mandiri, dan berpartisipasi dalam kehidupan sosial (Sabrina *et al.*, 2024).

Stres adalah kondisi fisik, mental, dan jiwa seseorang yang fungsinya tidak berjalan dengan semestinya atau tidak normal. Stres juga dikenal sebagai tekanan, dan ini terjadi karena seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan dan pencapaiannya (Kemenkes, 2018). Faktor yang menyebabkan stres disebut juga stresor. Stresor dapat mempengaruhi semua aspek kehidupan seseorang, seperti mental, perubahan perilaku, masalah dalam berinteraksi dengan orang lain, dan ketidaknyamanan kondisi fisik (Ulfa, 2021).

Pembelajaran dalam prodi pendidikan kedokteran merupakan perjalanan yang panjang dan penuh tantangan sehingga memerlukan tuntutan yang tinggi yang dapat membuat mahasiswa kedokteran berisiko mengalami stres dan kelelahan (National Academies of Sciences, 2019). Sebuah studi yang dilakukan oleh Salgar di MES *Medical College* menemukan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran mengalami stres yang lebih tinggi dibandingkan Fakultas lain (Faizah *et al.*, 2021). Pernyataan tersebut juga dibenarkan dalam penelitian University of Peruana de Ciencias (UPC) yang menunjukkan bahwa antara stres mahasiswa kedokteran lebih

tinggi dibandingkan Fakultas Psikologi (Rosa *et al.*, 2018). Pada mahasiswa semester awal kedokteran rentan mengalami stres akademik karena adanya perubahan gaya belajar dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, jadwal yang padat, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan kegiatan organisasi mahasiswa. Setelah melewati semester awal, pertengahan hingga semester akhir prodi kedokteran mahasiswa akan dihadapkan dengan permasalahan materi yang semakin kompleks, butuh pemahaman dan pembelajaran lebih serta tugas akhir mahasiswa yaitu skripsi (Anwar *et al.*, 2012).

Sumber utama dari stres akademik berasal dari ujian, adaptasi dengan banyak hal yang harus dipelajari dan kecemasan ketika merasa ketertinggalan pelajaran daripada teman yang lainnya, terutama saat menjelang ujian tidak adanya strategi belajar, kurang tidur, dan asupan makan yang tidak sehat selama masa ujian (Adha *et al.*, 2020). Hasil pemikiran yang subjektif terhadap ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan yang dimiliki mahasiswa inilah yang menimbulkan stres akademik (Sukmawati, 2020).

Stres dapat menyebabkan gangguan pada tubuh, salah satunya adalah gangguan menstruasi. Gangguan siklus menstruasi (perdarahan lebih lama dan siklus tidak teratur) disebabkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah stres. Wanita dua kali lebih mungkin mengalami stres dibandingkan pria (Attia *et al.*, 2023). Stres merupakan respon fisiologis, psikologis, dan perilaku pada manusia yang berupaya beradaptasi dan mengatur tekanan internal dan eksternal (stressor). Stres merangsang hypothalamus-pituitary-adrenal-cortex (HPA) aksis, sehingga dihasilkan hormon kortisol yang menyebabkan terjadinya

ketidakseimbangan hormonal termasuk hormon reproduksi lalu terjadi suatu gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur (Mulawarman, 2022).

Oligomenore adalah haid dengan siklus yang lebih panjang dari normal yaitu lebih dari 35 hari (Prawirohardjo, 2011). Faktor-faktor yang menyebabkan oligomenore yaitu stres, kecemasan yang berlebihan, gangguan nutrisi, aktivitas fisik berat, gangguan pada fungsi tiroid atau adrenalin dan penyakit atau kondisi tertentu juga seperti: sindrom polikistik ovarium (PCOS), tumor jinak yang tumbuh di kelenjar pituitari (prolaktinoma) (RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten, 2023). Siklus menstruasi yang tidak normal dapat menunjukkan perubahan pada fungsi ovarium dan telah dikaitkan dengan risiko penyakit seperti diabetes, kanker payudara, kanker ovarium, fraktur, dan penyakit kardiovaskular. Stres merupakan faktor terpenting yang menyebabkan terjadinya gangguan siklus menstruasi terutama oligomenore (Kandou *et al.*, 2017).

Banyak penelitian yang melaporkan bahwa stress akademik terutama dalam mahasiswa fakultas kedokteran lebih tinggi terjadi. Berdasarkan dari pra-survey yang telah dilakukan peneliti sebelumnya kepada beberapa mahasiswi pendidikan dokter di Universitas Pendidikan Ganesha, ditemukan fenomena bahwa pernah mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu oligomenore. Dimana salah satu penyebabnya karena mengalami stres akademik. Berdasarkan alasan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswi kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dibahas pada penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat stres akademik pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?
2. Bagaimana angka prevalensi oligomenore pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?
3. Apakah terdapat hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat stress akademik pada mahasiswa kedokteran di Fakultas kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Mengetahui angka prevalensi oligomenore pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

- b. Menambah wawasan serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian terutama di bidang kedokteran.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti

Dengan melakukan penelitian ini peneliti berharap mampu mendapatkan lebih banyak pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswi kedokteran.

- b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber referensi untuk pengembangan selanjutnya di bidang kedokteran yang berkaitan dengan hubungan antara stres akademik dengan prevalensi oligomenore pada mahasiswi kedokteran.

- c. Bagi Pemerintah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi berupa data terkait hubungan antara stres akademik dengan prevalensi stres akademik pada mahasiswi kedokteran sehingga menjadi evaluasi bagi pemerintah dalam merancang penyelenggaraan sistem perkuliahan yang selalu berkoordinasi dengan pihak Institusi terkait.