

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Modernisasi dan perkembangan dunia saat ini menjadi masalah yang harus dihadapi oleh setiap individu di masyarakat. Masalah dalam hubungan sosial dan tuntutan lingkungan untuk meningkatkan pencapaian diri serta ketidaksanggupan pribadi tersebut dalam memenuhi segala tuntutan dan masalah tersebut dapat menimbulkan stres dalam diri pribadi tersebut.<sup>1</sup>

Stres dapat didefinisikan sebagai respon otak terhadap tuntutan apapun. Banyak hal yang bisa memicu respons ini, termasuk perubahan. Perubahan bisa positif atau negatif, serta nyata atau dirasakan. Mereka mungkin berulang, jangka pendek, atau jangka panjang dan mungkin termasuk hal-hal seperti perjalanan ke dan dari sekolah atau bekerja setiap hari, bepergian untuk liburan tahunan, atau pindah ke rumah baru. Perubahan dapat ringan dan relatif tidak berbahaya, seperti memenangkan perlombaan, menonton film menakutkan, atau naik *rollercoaster*. Beberapa perubahan yang besar, seperti pernikahan atau perceraian, penyakit serius, atau kecelakaan mobil. Perubahan lainnya bisa berupa perubahan yang ekstrim, seperti mengalami kekerasan, dan dapat menyebabkan reaksi stres traumatik.<sup>2</sup>

Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa sesuai pilihan fakultas mereka telah dilakukan pada beberapa universitas di dunia. Prevalensi mahasiswa di dunia yang

mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%.<sup>1</sup> Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran dilakukan di beberapa universitas. Di Amerika Utara, penelitian yang dilakukan terhadap 100 mahasiswa menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah 38%. Sementara itu, tiga penelitian yang dilakukan di Asia menunjukkan hasil sebagai berikut: (1) Di Pakistan, dengan 161 partisipan, prevalensi stres mahasiswa adalah 30,84%. (2) Di Thailand, dengan 686 partisipan, prevalensi mahasiswa adalah 61,4%. (3) Di Malaysia, dengan 396 partisipan, prevalensi stres mahasiswa adalah 41,9%.<sup>3</sup>

Di Indonesia, kejadian stres semakin bertambah, dimana terdapat 36,7- 71,6% prevalensi mahasiswa yang mengalami stress.<sup>1</sup> Di Jawa Tengah, Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa 3 per milyar dari sekitar 32 juta penduduk di Jawa Tengah menderita penyakit jiwa dan 19 per mil lainnya menderita stres. Jumlah tersebut jika dipersentasekan, maka jumlahnya mencapai sekitar 2,2 persen dari total penduduk Jawa Tengah.<sup>3</sup> Sementara itu, Dinas Kesehatan Jawa Tengah menyebutkan 608.000 populasi Jawa Tengah mengalami stres. Dalam populasi tersebut, stres tercatat dialami seringkali oleh dewasa muda yang sedang menjalani proses perkuliahan.<sup>4</sup>

Selain stres, insomnia juga merupakan salah satu dari masalah terbanyak pada populasi general pada bidang medis maupun di bidang psikiatri. Selama banyak tahun, klinisi telah berpikir untuk menggolongkan insomnia sebagai gejala dibanding sebuah penyakit, dan berharap untuk mengobati insomnia dengan menemukan dan mengobati penyebab dibalikinya.

Insomnia merupakan keluhan-keluhan mengenai kesulitan untuk jatuh tidur, sering bangun dan bangun berkepanjangan, kualitas tidur yang tidak mencukupi, atau durasi tidur yang

pendek secara keseluruhan pada individu yang mempunyai waktu tidur yang seharusnya mencukupi.<sup>5</sup>

Insomnia merupakan gangguan tidur yang paling sering ditemukan. Setiap tahun di dunia, diperkirakan sekitar 20%-50% orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 17% mengalami gangguan tidur yang serius.<sup>6</sup>

Sebuah artikel menyatakan Riset internasional yang telah dilakukan US Census Bureau, International Data Base tahun 2004 terhadap penduduk Indonesia menyatakan bahwa dari 238,452 juta jiwa penduduk Indonesia, sebanyak 28,035 juta jiwa(11,7%) terjangkit insomnia. Angka ini membuat insomnia sebagai salah satu gangguan paling banyak yang dikeluhkan masyarakat Indonesia.<sup>7</sup>

Berdasarkan pemaparan mengenai stres dan insomnia tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti dan ingin mengajukan masalah mengenai perbedaan tingkat stres dan insomnia yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Diponegoro yang berasal dari Semarang dan luar Semarang.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah tersebut dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

Bagaimanakah perbedaan tingkat stres dan insomnia pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Diponegoro yang berasal dari Semarang dengan yang berasal dari non Semarang?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Membuktikan adanya perbedaan tingkat stres dan insomnia pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Diponegoro yang berasal dari Semarang dengan yang berasal dari non Semarang.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menganalisis tingkat stres pada mahasiswa yang berasal dari Semarang.
2. Menganalisis tingkat stres pada mahasiswa yang berasal dari non Semarang.
3. Menganalisis tingkat insomnia pada mahasiswa yang berasal dari Semarang.
4. Menganalisis tingkat insomnia pada mahasiswa yang berasal dari non Semarang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

1. Memberikan sumbangan ilmu pengetahuan di bidang ilmu psikiatri mengenai tingkat stres serta insomnia dalam kaitannya dengan lokasi asal mahasiswa.
2. Memberikan pengetahuan kepada psikiater mengenai tingkat stres dan insomnia dalam kaitannya dengan lokasi asal mahasiswa.

3. Sebagai langkah awal untuk pengembangan riset psikiatri yang lebih lanjut.
4. Sebagai masukan kepada lembaga-lembaga bidang kemahasiswaan, khususnya di FK Undip untuk meningkatkan kualitas mahasiswa.

## 1.5 Orisinalitas Penelitian

**Tabel 1. Orisinalitas Penelitian**

Nama	Subyek	Judul	Hasil
1. Muldianto, Oktavianus ; Bidjunt, Hendor; Lolong, Jill (2015)	48 responden yaitu mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di keperawatan Unsrat	Perbandingan Tingkat Stres antara Mahasiswa Program Lanjutan dan Reguler Dihubungkan dengan Insomnia Mahasiswa Semester Akhir dalam Penyelesaian Skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado	Tidak ada perbedaan tingkat stress antara mahasiswa program lanjutan dan reguler dihubungan dengan insomnia mahasiswa semester akhir dalam penyelesaian skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado ( $\alpha=0.05$ , $p=0.566$ , mean mahasiswa program lanjutan 29.37, mean mahasiswa regular 31.16)
2. Suganda, Kevin D. (2014)	422 mahasiswa tahun pertama FK USU dengan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10).	Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2013	15 orang (3,6%) mengalami stres ringan, 365 orang (86,5%) mengalami stres sedang, 42 orang (10%) mengalami stres berat. Berdasarkan jenis kelamin, tingkat stres lebih tinggi terdapat pada perempuan yaitu 11,2%, sedangkan pada laki-laki 7,6%
3. Ross, Shannon E.; Niebling, Bradley C.; Heckert, Teresa M. (1999)	100 mahasiswa di universitas Midwestern	Sources of Stress Among College Students	Nomor dari hal yang diperiksa berkisar antara 0 ke 31, dengan mean 16.5 (SD=4.62) dengan hasil sebagai berikut: 38% penyebab stress adalah intrapersonal, 28% lingkungan, 19% interpersonal, 15% akademik

---

4. Wulandari, 99 Resti P (2012)	mahasiswa skripsi di salah satu fakultas rumpun science technology	Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science-Technology Universitas Indonesia	Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi (95% CI; p=0.675; a=0.05)
---------------------------------	--	--	--

---

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya:

1. Tempat dilakukannya penelitian, dimana penelitian ini akan dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Responden penelitian, dimana penelitian ini akan mengambil responden penelitian dari mahasiswa yang berasal dari Semarang dan non Semarang angkatan 2014 Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Variabel yang diteliti, dimana penelitian ini akan melihat tingkat stres dan insomnia yang dialami oleh responden.