



## LITERATURE REVIEW: FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA KEDOKTERAN

Rufaidah Zidna Muthiah<sup>1</sup>, Verninda Dwi Saputri<sup>2</sup>, Chanza Fatimatuzzahro<sup>3</sup>, Asila Zahra Utami<sup>4</sup>, Dwi Sarwani Sri Rejeki<sup>5</sup>, Siwi Pramata Mars Wijayanti<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

<sup>5,6</sup> Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

**Corresponding Author:** Verninda Dwi Saputri, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

E-Mail: [verninda.saputri@mhs.unsoed.ac.id](mailto:verninda.saputri@mhs.unsoed.ac.id)

**Received** 19 Juni 2024; **Accepted** 28 Juni 2024; **Online Published** 30 Juli 2024

### Abstrak

Tantangan yang dihadapi mahasiswa memicu masalah kesehatan mental, salah satunya adalah kecemasan. *Anxiety* atau kecemasan merupakan perasaan takut dan khawatir yang berlebihan. Mahasiswa umumnya merasakan *learning anxiety*, termasuk pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara. Metode penelitian menggunakan studi kepustakaan atau *literature review*. Pencarian *literature review* menggunakan *database* elektronik antara lain PubMed ([pubmed.ncbi.nlm.nih.gov](http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov)) dan Google Scholar ([scholar.google.co.id](http://scholar.google.co.id)). Hasil penelusuran memperoleh 10 artikel terpilih dari 10 negara untuk dianalisis setelah ditentukan berdasarkan kesesuaian dengan kriteria eksklusi dan inklusi. Hasil penelitian berupa rangkuman meliputi judul, negara, penulis dan tahun, metode atau alat ukur, dan hasil penelitian berupa faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara meliputi faktor mahasiswa perempuan, usia >20 tahun, tingkat pertama studi, beban akademik berat, dan dukungan sosial yang buruk.

**Keywords:** *Kecemasan; mahasiswa kedokteran; faktor-faktor; perguruan tinggi*

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan isu global yang kini semakin marak diperbincangkan dan dihadapi oleh berbagai kalangan. Salah satu kelompok yang sangat rentan mengalami masalah kesehatan mental adalah mahasiswa.<sup>1</sup> Di tengah tuntutan akademik yang tinggi serta perubahan lingkungan sosial, mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka.<sup>2</sup> Salah satu masalah kesehatan mental yang sering dialami oleh mahasiswa adalah kecemasan. Kecemasan dapat menjadi awal dari berbagai gangguan kesehatan mental

lainnya seperti depresi. Mahasiswa kedokteran khususnya, merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap kecemasan.<sup>3</sup> Program pendidikan kedokteran yang intensif, jam belajar yang panjang, serta dorongan dari diri sendiri dan lingkungan sekitar seringkali menambah tekanan psikologis yang mereka rasakan.<sup>4</sup>

*Anxiety* atau kecemasan merupakan perasaan takut dan khawatir yang berlebihan. Mahasiswa umumnya merasakan *learning anxiety*, yaitu situasi dimana seseorang merasa khawatir berlebihan karena

tekanan sehingga merasa tidak mampu untuk menyelesaikan persoalan. Namun, kecemasan ini merupakan hal yang wajar terjadi pada mahasiswa, terutama pada mahasiswa kedokteran. Kecemasan tersebut disebabkan oleh berbagai faktor internal maupun eksternal yang terjadi di lingkungan, sehingga dapat memengaruhi kesehatan mental mahasiswa.<sup>5</sup>

Kecemasan pada mahasiswa kedokteran tidak hanya memengaruhi akademik mereka, akan tetapi juga dapat berdampak pada kesejahteraan fisik dan emosional mereka.<sup>5</sup> Oleh karena itu, penting bagi keluarga dan juga institusi pendidikan untuk memberikan dukungan yang memadai supaya mahasiswa dapat mengatasi tekanan yang mereka hadapi dan menjaga kesehatan mental mereka.<sup>6</sup> Keluarga dapat berperan dengan memberikan dukungan emosional dan kasih sayang, serta menjadi tempat yang aman dan nyaman untuk mahasiswa dapat berbicara mengenai perasaan dan kekhawatiran mereka.<sup>7</sup> Sementara itu, institusi pendidikan dapat membantu dengan menyediakan akses ke layanan konseling dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, serta tidak terlalu memberikan tekanan kepada mahasiswanya.<sup>7</sup> Hal tersebut dapat dilakukan dengan penyesuaian beban akademik dan memberikan pelatihan manajemen stres.<sup>8</sup> Dengan dukungan yang baik dari keluarga dan institusi pendidikan, mahasiswa dapat lebih mampu untuk mengelola stres dan kecemasan yang dimana pada akhirnya akan membantu para mahasiswa dalam mencapai kesejahteraan mental yang lebih baik, sehingga mampu untuk meraih kesuksesan akademik dan profesionalitas dimasa depan.<sup>9</sup>

Prevalensi kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara memiliki angka yang beragam. Namun secara keseluruhan, negara di berbagai benua memiliki prevalensi yang cukup tinggi. Berdasarkan penelitian Ramadianto *et al.* (2022), menyebutkan bahwa 48,1% mahasiswa kedokteran

Indonesia mengalami kecemasan yang parah.<sup>4</sup> Pada beberapa penelitian di berbagai negara di Benua Asia, prevalensi kecemasan pada mahasiswa kedokteran di China sebesar 30,8%, India sebesar 66,86%, Malaysia sebesar 33%, dan di Bahrain sebesar 51%.<sup>7, 10, 11, 12</sup> Penelitian di Benua Afrika menyebutkan prevalensi kecemasan mahasiswa kedokteran Ethiopia mencapai angka 52,3% dan Nigeria berada di angka 42,2%.<sup>9, 13</sup> Beralih pada Benua Amerika, 60% mahasiswa kedokteran di Peru mengalami kecemasan dan prevalensi kecemasan mahasiswa kedokteran Brazil mencapai 41,4%.<sup>7, 14</sup> Di Benua Eropa, salah satunya di negara Inggris, prevalensi kecemasan mencapai 27,3%.<sup>15</sup>

Berdasarkan uraian di atas, mahasiswa kedokteran merupakan salah satu kelompok yang memiliki risiko kecemasan yang tinggi. Tingginya prevalensi kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara disebabkan oleh beberapa faktor. Oleh karena itu, pada *literature review* ini peneliti mengkaji dan menganalisis faktor-faktor kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor risiko kejadian kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara di dunia.

## ISI

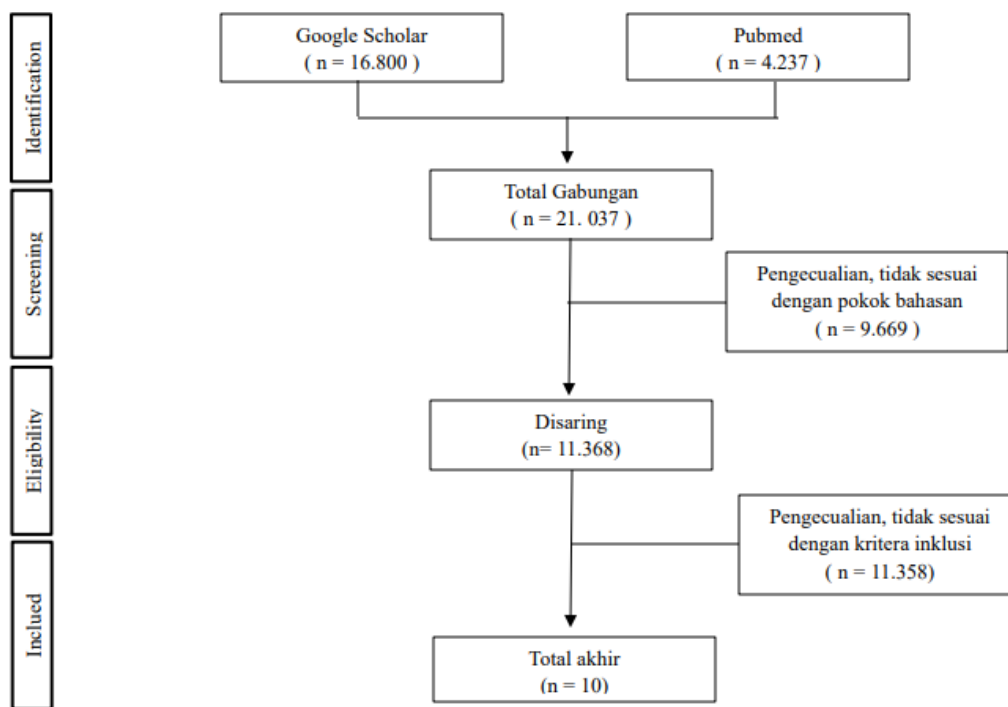
### METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode studi kepustakaan atau *literature review*. *Literature review* berupa rangkuman menyeluruh mengenai faktor kecemasan pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara berdasarkan penelusuran artikel penelitian terkait pada beberapa negara di dunia. Pencarian dilakukan melalui *database* elektronik seperti PubMed ([pubmed.ncbi.nlm.nih.gov](http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov)) dan Google Scholar ([scholar.google.co.id](http://scholar.google.co.id)). *Database* elektronik tersebut menyediakan hasil penelitian, beberapa diantaranya adalah penelitian kesehatan dan psikologi. Kata kunci

yang digunakan dalam pencarian adalah kecemasan/*anxiety* dan mahasiswa kedokteran/*medical student*. Seleksi hasil pencarian dilakukan melalui telaah peneliti dengan membaca judul dan abstrak untuk mengetahui kesesuaian artikel dengan kriteria. Kriteria inklusi artikel yang diambil, diantaranya 1) merupakan artikel penelitian dengan rentang tahun 2018-2024; 2) bentuk *full text*; 3) artikel merupakan *original research*; 4) membahas tentang kecemasan pada mahasiswa kedokteran; 5) artikel membahas pengaruh variabel X terhadap kecemasan pada

mahasiswa kedokteran. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah faktor risiko yang tidak termasuk topik.

Peneliti memperoleh 10 artikel terpilih dari 10 negara untuk dianalisis setelah ditentukan berdasarkan kesesuaian dengan kriteria. Peneliti mengumpulkan beberapa artikel jurnal yang relevan, selanjutnya dikaji dan dirangkum dalam hasil penelitian yang berisi judul, negara, tujuan, metode atau alat ukur, dan hasil penelitian. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti membuat kesimpulan terkait faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran.



Gambar 1. Diagram PRISMA Kajian Literatur

## HASIL PENELITIAN

Hasil ekstraksi dari 10 jurnal yang diperoleh dengan inklusi dan eksklusi dari kata kunci terpilih kemudian dikaji dan dianalisis menghasilkan rangkuman sebagai hasil penelitian berupa tabel yang

terdiri dari judul, penulis dan tahun, negara, metode atau alat ukur, dan hasil penelitian dari berbagai penelitian di negara di dunia.

Tabel 1. Hasil Review Artikel

Judul	Negara	Penulis, Tahun	Metode, Alat Ukur	Hasil Penelitian
Symptoms of depression and anxiety in	Indonesia	Aditya Sigit Ramadianto, Irmia, Kusumadewi,	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner yang meliputi	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran

Indonesian medical students: association with coping strategy and resilience		Feranindhya Agiananda, Natalia Widiasih Raharjanti, 2022	karakteristik sosiodemografi, <i>Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)</i> , <i>Brief COPE (Coping Orientation to Problem Experienced)</i> , dan <i>Depression Anxiety Stress Scale (DASS)</i> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Tingkat/tahap pertama studi</li> </ul>
Prevalence and determinants of test anxiety among medical students in Addis Ababa Ethiopia	Ethiopia	Light Tsegay, Shegaye Shumet, Woynabeba Damene, Gebrselassie Gebreegziabhier, Getinet Ayano, 2019	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner dengan <i>Westside Test Anxiety Inventory (WTAI)</i> .	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Tahun pertama studi</li> <li>• Dukungan sosial yang buruk</li> <li>• Beban akademik berat</li> <li>• Tekanan psikologis tinggi</li> </ul>
Prevalence and correlates of psychiatric morbidity, comorbid anxiety and depression among medical students in public and private tertiary institutions in a Nigerian state: a cross-sectional analytical study	Nigeria	Joshua Falade, Adedayo, Hakeem Oyebanji, Adefunke Olarinre Babatola, Olusola Olawumi Falade, Temitope Ojo Olumuyiwa, 2020	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner semi- terstruktur dengan adaptasi kuesioner dari <i>General Health Questionnaire</i> dan juga <i>Hospital Anxiety and Depression Scale</i> .	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Tingkat ekonomi rendah</li> <li>• Tingkat pendidikan orang tua rendah</li> <li>• Agama</li> </ul>
Prevalence and factors associated with anxiety and depression in Peruvian Medical Students	Peru	Jorge L. Piscocoya-Tenorio, Walter V. Heredia-Rioja, Noelia Morocho-Alburqueque, Sandra Zeña-Nañez, Palmer J. Hernández-Yépez, Cristian Díaz-Vélez, Virgilo E. Failoc-Rojas, Mario J. Valladares-Garrido, 2023	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner meliputi general <i>socio-educational information, Goldberg scale</i> , dan <i>the Zung Self-Assessment Scale</i> .	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usia &gt; 20 tahun</li> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Dukungan keluarga buruk</li> <li>• Aktivitas fisik rendah</li> </ul>
Factors affecting the prevalence of stress, anxiety, and depression in undergraduate Indian dental student	India	Abdul Ahad, Puneet Chahar, Ekramul Haque, Afshan Bey, Meena Jain, Waseem Raja, 2021	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> Kuesioner meliputi <i>Demographic Data, Anxiety, and Stress Scale (DASS)-42</i> .	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Universitas negeri</li> <li>• Tinggal di asrama (tidak bersama keluarga)</li> </ul>

Anxiety among medical students and junior doctors in Denmark	Denmark	Mathilde Vestergaard Juul, Anders Torp Fast, Annmarie Touborg Lassen, Sune Laugesen, 2022	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner, skala kecemasan berupa <i>Leeds Self-assessment of Anxiety scale</i> (LSAAS) dan <i>State-Trait Anxiety Inventory</i> (STAI).	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Pengobatan sebelumnya yang menggunakan obat farmakologi</li> </ul>
Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students	Tiongkok	Ruyue Shao, Ping He, Bin Ling, Li Tan, Lu Xu, Yanhua Hou, Liangsheng Kong, Yongqiang Yang, 2020	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> <i>self-report</i> kuesioner dengan instrumen yang terdiri dari enam ukuran yaitu informasi demografis, indeks keluarga APGAR, Zung <i>self-rating depression scale</i> (Zung SRDS), Zung <i>Self-Rating Anxiety Scale</i> (Zung SRAS), <i>Social Support Rating Scale</i> (SSRS), dan <i>Trait Coping Style Questionnaire</i> (TCSQ).	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usia &gt; 20 tahun</li> <li>• Ekonomi rendah</li> <li>• Beban akademik berat</li> <li>• Dukungan kekasih/teman yang buruk</li> </ul>
Anxiety, depression and quality of life of medical students in Malaysia	Malaysia	Gin-Gin Gan, Yuen-Ling Hue, 2019	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> <i>self administered</i> kuesioner dengan menggunakan <i>Hospital Anxiety and Depression Scale</i> (HADS) dan <i>World Health Organization QOL questionnaire</i> (WHOQOL-BREF).	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Kualitas hidup buruk</li> </ul>
Factors Associated with Depression and Anxiety Symptoms Among Medical Students in Bahrain	Bahrain	Ziad A. Mahroon, Saif M. Borgan, Charlotte Kamel, Wendy Maddison, Maeve Royston, Claire Donnellan, 2018	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> Kuesioner menggunakan ukuran <i>Beck's Depression Inventory</i> (BDI-II), <i>Beck's Anxiety Inventory</i> (BAI), <i>The Satisfaction With Life Scale</i> (SWLS), dan informasi sosiodemografi.	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Tingkat pertama studi</li> <li>• Beban akademik berat</li> </ul>
Prevalence of and Factors Associated with Depression and Anxiety in Brazilian Medical Students	Brazil	Christiane Fernandes Ribeiro, Carolina Martins Cabrita Lemos, Nina Nogueira Alt, Rulliany Lizia Tinoco Marins, Weydler Campos Hottz Corbiceiro, Maria Isabel do Nascimento, 2019	<b>Metode:</b> <i>cross-sectional</i> <b>Alat ukur:</b> kuesioner, terstruktur dan semi-terstruktur meliputi ukuran <i>Hospital Anxiety and Depression Scale</i> (HADS).	Faktor kecemasan mahasiswa kedokteran <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa perempuan</li> <li>• Usia &gt; 21 tahun</li> </ul>

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada artikel yang dilakukan diperoleh bahwa setiap negara hampir memiliki kesamaan faktor risiko terjadinya kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Berdasarkan jurnal yang telah di *review*, terdapat hubungan faktor risiko yang sama dari penggunaan metode penelitian yang digunakan, yaitu metode penelitian *cross sectional*. Terdapat 5 faktor risiko yang paling banyak dari beberapa studi yang telah di *review* berkaitan dengan terjadinya kecemasan pada mahasiswa kedokteran, yaitu faktor mahasiswa perempuan, usia > 20 tahun, tingkat pertama studi, beban akademik berat, dan dukungan sosial yang buruk.

### Mahasiswa Perempuan

Berdasarkan penelitian Ramadianto *et al.* (2022), menyebutkan bahwa jenis kelamin memengaruhi tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran perempuan memiliki risiko lebih tinggi terkena kecemasan daripada mahasiswa laki-laki.<sup>4</sup> Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Gan dan Hue (2019) serta Juul (2022) yang menyebutkan bahwa mahasiswa perempuan lebih berisiko mengalami kecemasan dibanding mahasiswa laki-laki karena kemungkinan perempuan lebih sensitif terhadap tekanan dan emosional.<sup>11,16</sup>

Kecemasan lebih banyak terjadi pada mahasiswa perempuan dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki karena perempuan memiliki reaksi saraf otonom yang berlebihan akibat terjadi peningkatan pada sistem simpatis, norepineprin, dan pelepasan katekolamin, serta regulasi serotonergik yang abnormal.<sup>17</sup> Pada penelitian lainnya mengenai gangguan kecemasan menyebutkan bahwa perempuan lebih berisiko mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki karena sifat perempuan yang lebih sensitif dan peka terhadap suatu keadaan. Sifat tersebut mendorong perempuan menjadi lebih mudah

mengkawatirkan keadaan.<sup>18</sup> Perempuan juga memiliki pengalaman hidup dan harapan sosial yang berbeda dengan laki-laki sehingga berpengaruh terhadap perkembangan otak, psikologis, dan respon terhadap stres.<sup>4</sup>

### Usia > 20 tahun

Rata-rata usia mahasiswa adalah 18 hingga 25 tahun, yang terjadi antara masa remaja akhir dan masa dewasa awal. Masa dewasa bisa dibidang sebagai masa bermasalah karena mahasiswa akan menghadapi masalah baru, seperti masalah kesehatan mental dalam beradaptasi untuk memulai karir medis sehingga menuntut mahasiswa untuk bertanggung jawab.<sup>7,19</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Piscocoy-Tenorio *et al.*, mahasiswa dengan umur kurang dari 20 tahun berisiko lebih kecil untuk terkena depresi, kecemasan, dan stres. Sedangkan mahasiswa pada usia di atas 20 tahun berisiko mengalami depresi, kecemasan, dan stres.<sup>7</sup> Pada penelitian Riberio *et al.* (2020) menyebutkan pada rentang usia 18-21 tahun memiliki kerentanan lebih kecil terkena kecemasan dibandingkan rentang usia 22 atau lebih.<sup>14</sup> Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Ahad (2021) yang menyebutkan bahwa usia memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran. Pada setiap peningkatan usia mahasiswa maka akan meningkatkan risiko mahasiswa kedokteran mengalami kecemasan.<sup>10</sup>

### Tingkat Pertama Studi

Penelitian Tsegay *et al.* (2019), menyebutkan bahwa tingkat studi mahasiswa kedokteran memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan. Pada tingkat pertama mahasiswa kedokteran lebih berisiko mengalami kecemasan dibanding tingkat lainnya.<sup>9</sup> Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian Mahroon *et al.* (2018) yang menyatakan bahwa tingkat studi mahasiswa kedokteran pada tingkat pertama menjadi faktor kecemasan pada mahasiswa kedokteran.<sup>12</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Tsegay *et*

al. menyatakan bahwa tingkat kecemasan yang dirasakan pada mahasiswa tingkat pertama 7 kali lebih tinggi daripada mahasiswa tahun kelima. Mahasiswa tingkat pertama yang mengalami kecemasan disebabkan karena stres dan kekhawatiran akan ketidakpastian terhadap akademi di tahun pertama. Namun, penyebab kecemasan dapat saja menghasilkan hasil yang berbeda di setiap negaranya karena setiap universitas di berbagai negara mempunyai kurikulum yang berbeda.<sup>9</sup>

Pada mahasiswa kedokteran, mahasiswa pra-klinis tahun pertama dan klinis tahun pertama memiliki gejala kecemasan yang lebih tinggi. Hal tersebut disebabkan karena masa pra-klinis tahun pertama merupakan proses adaptasi dari pendidikan menengah ke perguruan tinggi atau dari siswa menjadi mahasiswa dan masa klinis tahun pertama merupakan peralihan dari tahap pra-klinis ke tahap pendidikan kedokteran klinis. Tekanan untuk beradaptasi tersebut dapat menjadi pemicu stres yang cukup besar bagi sebagian mahasiswa.<sup>7</sup>

### **Beban Akademik Berat**

Berdasarkan penelitian Tsegay *et al.* (2019), menyebutkan bahwa beban akademik yang berat memengaruhi tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran.<sup>9</sup> Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Mahroon *et al.* (2018) dan Shao *et al.* (2020) yang menyebutkan beban akademik yang berat memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran.<sup>6,12</sup> Kecemasan akibat beban akademik disebabkan karena tugas yang banyak, sistem penilaian dan tingkat pencapaian kurikulum yang tinggi, suasana kelas yang kurang menyenangkan, serta banyaknya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran seperti kuliah pengantar dan pendukung, keterampilan klinis, ujian praktikum, dan ujian akhir. Mahasiswa kedokteran juga dituntut untuk mengikuti banyak kegiatan kemahasiswaan atau organisasi dan kepanitiaan.<sup>20,21,22</sup> Mahasiswa kedokteran mengalami kecemasan karena

tidak bisa mengelola diri dengan baik ketika belajar (*self-regulation learned*) dan kurang fokus sehingga ragu dan terburu-buru dengan kemampuannya.<sup>20</sup>

Kecemasan pada mahasiswa kedokteran juga dipengaruhi oleh ujian OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*) dan ujian SOOCA (*Student Objective Oral Case Analysis*). OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*) merupakan ujian untuk menilai keterampilan klinis yang menguji aspek kognitif, psikomotor, dan perilaku profesional yang diatur dalam *station-station*. Setiap *station* menguji satu macam keterampilan yang selanjutnya terdapat bunyi bel sebagai tanda untuk berpindah ke *station* selanjutnya. Mahasiswa kedokteran dapat mengalami kecemasan saat menghadapi OSCE karena suasana yang hening dan menegangkan, banyaknya materi yang harus dipelajari, ketidaksiapan mahasiswa dalam menghadapi OSCE, interval waktu yang sama untuk pergantian *station* yang ditandai dengan bunyi bel, pengawasan dari dosen penguji, dan ketakutan tidak dapat memahami maupun menjawab soal.<sup>22</sup> Selain itu, beban akademik seperti ujian lisan seperti SOOCA (*Student Objective Oral Case Analysis*). OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*) akan meningkatkan kecemasan dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan ujian tertulis. Hal ini dapat terjadi karena ujian lisan membutuhkan keterampilan tambahan seperti *public speaking*, interaksi sosial, dan bahasa agar mampu menganalisis kasus penyakit dalam waktu 20 menit dan dipresentasikan di depan dua penguji.<sup>23</sup> Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tsegay *et al.*, di salah satu universitas di Ethiopia yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian lisan 5,5 lebih tinggi dibandingkan dengan ujian tertulis.<sup>9</sup>

### **Dukungan Sosial yang Buruk**

Berdasarkan penelitian Tsegay *et al.* (2019), menyebutkan bahwa dukungan sosial yang buruk memengaruhi tingkat kecemasan pada mahasiswa

kedokteran.<sup>9</sup> Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Piscoya-Tenorio *et al.* (2023) dan Shao *et al.* (2020) yang menyebutkan dukungan sosial yang buruk memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran.<sup>6,7</sup> Dukungan sosial ditunjukkan pada bantuan yang diberikan kepada seseorang yang berarti dari orang di sekitar lingkungan sosial seperti orang tua, keluarga, teman, guru, kerabat, dan tetangga.<sup>24</sup> Pada penelitian Ahad (2021) dukungan sosial ditunjukkan dengan bentuk akomodasi mahasiswa kedokteran yaitu berupa tinggal di asrama atau tinggal bersama keluarga. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran yang tinggal bersama keluarga memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa kedokteran yang tinggal di asrama.<sup>10</sup>

Keluarga menjadi sumber dukungan yang penting bagi mahasiswa kedokteran.<sup>6</sup> Mahasiswa kedokteran yang mempunyai masalah keluarga akan berpengaruh pada tingkat kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Piscoya-Tenorio *et al.* (2023) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki masalah keluarga dapat mengalami kecemasan sebesar 26% dibandingkan mahasiswa yang tidak memiliki masalah keluarga.<sup>7</sup> Mahasiswa yang mempunyai masalah keluarga akan mengakibatkan konsentrasi menurun saat belajar. Masalah keluarga tersebut dapat berupa kurangnya dukungan seperti perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang dapat diberikan oleh anggota keluarga.<sup>25</sup> Keluarga yang tidak menunjukkan keharmonisan tidak akan siap untuk memberikan dukungan emosional.<sup>7</sup>

Dukungan sosial sangat berpengaruh pada psikis mahasiswa kedokteran karena dukungan sosial adalah kunci untuk mengatasi kecemasan.<sup>7</sup> Setiap mahasiswa kedokteran memerlukan dukungan dan dorongan dari orang terdekatnya. Adanya dukungan dan dorongan orang terdekat akan memberi dampak positif dan membuat mahasiswa kedokteran memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi sehingga dapat

melewati kecemasan dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi.<sup>26</sup> Dukungan sosial yang diberikan tidak hanya berupa tindakan saja, namun mengarah pada persepsi individu bahwa bantuan, kepedulian, dan kenyamanan yang diberikan dapat dirasakan dukungannya.<sup>27</sup>

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi di berbagai negara dari seluruh artikel yang dipilih kemudian dilakukan *literature*, terdapat banyak faktor risiko yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Namun, terdapat 5 faktor risiko yang umum terjadi yaitu mahasiswa perempuan, usia > 20 tahun, tingkat pertama studi, beban akademik berat, dan dukungan sosial yang buruk. Faktor risiko yang paling dominan terjadi di berbagai negara yaitu berkaitan dengan jenis kelamin. Mahasiswa perempuan berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan daripada mahasiswa laki-laki. Hasil studi di berbagai negara yang menyebutkan bahwa jenis kelamin (mahasiswa perempuan) menjadi faktor risiko kecemasan pada mahasiswa kedokteran adalah negara Indonesia, Ethiopia, Nigeria, Peru, India, Denmark, Malaysia, Bahrain, dan Brazil.

## SARAN

Mahasiswa kedokteran perlu memahami faktor risiko kecemasan dan cara mengatasinya dengan baik. Bagi orang terdekat dan institusi pendidikan juga dapat lebih memperhatikan kecemasan pada mahasiswa dengan memberikan dukungan dan bimbingan. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut karena hanya sedikit penelitian yang membahas mengenai faktor agama dan jenis universitas yang memengaruhi kecemasan pada mahasiswa kedokteran.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Iflah I, Listyasari WD. Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. JPPP - J Penelit dan Pengukuran Psikol. 2013;2(1):33–6.

2. Nugraheni M, Rahayu M, Arianti R. Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama di Perguruan Tinggi: Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *J Psikol Sains dan Profesi*. 2020;4(2):73–84.
3. Shalsabila ZR, Putri TH, Fauzan S. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Masyarakat Selama Pandemi COVID-19 di Kota Pontianak. *Tanjungpura J Nurs Pract Educ*. 2022;4(1):1–9.
4. Ramadianto AS, Kusumadewi I, Agiananda F, Raharjanti NW. Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: association with coping strategy and resilience. *BMC Psychiatry*. 2022 Dec 1;22(92):1–11.
5. Berutu R, Mutiawati M. Understanding learning anxiety and mental health of final year students: A qualitative study. *ProGCouns J Prof Guid Couns*. 2023 May 29;4(1):42–51.
6. Shao R, He P, Ling B, Tan L, Xu L, Hou Y, et al. Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC Psychol*. 2020 Apr 22;8(38):1–19.
7. Piscocoya-Tenorio JL, Heredia-Rioja W V., Morocho-Alburqueque N, Zeña-Ñañez S, Hernández-Yépez PJ, Díaz-Vélez C, et al. Prevalence and Factors Associated with Anxiety and Depression in Peruvian Medical Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Feb 1;20(2907):1–9.
8. Saputra AR, Matulesy A, Suhadianto. Stres akademik pada mahasiswa Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM): Bagaimana peran dukungan sosial? *Inn J Psychol Res [Internet]*. 2024;3(4):564–70. Available from: <https://aksiologi.org/index.php/inner>
9. Tsegay L, Shumet S, Damene W, Gebreegziabhier G, Ayano G. Prevalence and determinants of test anxiety among medical students in Addis Ababa Ethiopia. *BMC Med Educ*. 2019 Nov 14;19(423):1–10.
10. Ahad A, Chahar P, Haque E, Bey A, Jain M, Raja W. Factors affecting the prevalence of stress, anxiety, and depression in undergraduate Indian dental students. *J Educ Health Promot*. 2021 Jan 1;10(1).
11. Gan GG, Hue YL. Anxiety, depression and quality of life of medical students in Malaysia. *Med J Malaysia*. 2019;74(1):57–61.
12. Mahroon ZA, Borgan SM, Kamel C, Maddison W, Royston M, Donnellan C. Factors Associated with Depression and Anxiety Symptoms Among Medical Students in Bahrain. *Acad Psychiatry*. 2018 Feb 1;42(1):31–40.
13. Falade J, Oyebanji AH, Babatola AO, Falade OO, Olumuyiwa TO. Prevalence and correlates of psychiatric morbidity, comorbid anxiety and depression among medical students in public and private tertiary institutions in a nigerian state: A cross-sectional analytical study. *Pan Afr Med J*. 2020;37(53):1–15.
14. Ribeiro CF, Lemos CMC, Alt NN, Marins RLT, Corbiceiro WCH, Nascimento MI do. Prevalence of and Factors Associated with Depression and Anxiety in Brazilian Medical Students. *Rev Bras Educ Med*. 2020;44(1):1–8.
15. McCullough JH, van Hamel C. Anxiety among newly-qualified doctors: An eight-year analysis. *Med Teach [Internet]*. 2020;42(1):52–7. Available from: <https://doi.org/10.1080/0142159X.2019.1652259>
16. Juul MV, Fast AT, Lassen AT, Laugesen S. Anxiety among medical students and junior

- doctors in Denmark doctors in Denmark. Vol. 69, Danish Medical Journal. 2022.
17. Demak IPK, Suherman. Hubungan Umur, Jenis Kelamin Mahasiswa dan Pendapatan Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Program Studi Pendidikan Dokter FKIK Universitas Tadulako. *J Ilm Kedokt.* 2016;3(1):23–32.
  18. Rabbani MQ, Palloge SA, Susanto HF, Isra N, Santy I. Karakteristik dan Faktor Risiko Pasien Gangguan Kecemasan Tahun 2022. *Fakumi Med J* [Internet]. 2022;04(03):220–30. Available from: <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj>
  19. Afnan, Fauzia R, Tanau MU. Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis. Vol. 3, *Jurnal Kognisia.* 2020.
  20. Betharayoga Gerliandi G, Dwi Nur Pratiwi R, Saparidah Agustina H. Intervensi Non-Farmakologis untuk Mengurangi Kecemasan pada Mahasiswa: Sebuah Narrative Review. *J Keperawatan BSI* [Internet]. 2021;9(2):234–45. Available from: <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
  21. Sari DP, Nugroho H, Iskandar A. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Sebelum Menghadapi OSCE. *J Sains dan Kesehat.* 2021 Aug 31;3(4):482–8.
  22. Ahmad SR, Anissa M, Triana R. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Indones J Heal Sci.* 2022;6(1):1–7.
  23. Alvagus MR, Nurhalim Shahib M, Perdana R. Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat 2 dan 3 Fakultas Kedokteran Unisba dengan Hasil Kelulusan Ujian Lisan secara Online. *Bandung Conf Ser Med Sci.* 2022;2(1):96–103.
  24. Ibda F. Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan. *J Educ Sci Teach Train.* 2023;12(02):153–72.
  25. Juliyanti, Hotmaida L, Maryan L. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Keperawatan yang Mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh di STIK Immanuel Bandung [Internet]. Vol. 6, *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS).* 2022. Available from: <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas>
  26. Rizqi FDN, Ediati A. Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. *J Empati.* 2020;8(4):71–6.
  27. Pebriyani U, Sani N, Lisa M. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi OSCE pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Angkatan 2019. *J Med Malahayati.* 2023;7(2):664–70.