

## **BAB II**

### **Tinjauan Pustaka**

#### **2.1 Prestasi belajar**

Prestasi belajar merupakan sebuah gambaran hasil belajar dari proses belajar yang sudah dilakukan oleh seorang siswa. Prestasi belajar pada mahasiswa sangatlah penting untuk menggambarkan kemampuan yang ada dan merupakan salah satu tolak ukur untuk keberhasilan sebuah institusi pendidikan. Prestasi belajar pada mahasiswa sering digambarkan dengan sebuah angka yang disebut indeks prestasi (IP) atau *grade point average (GPA)*. Prestasi belajar dapat didefinisikan sebagai hasil yang sudah dicapai oleh seseorang dalam proses belajar yang dinyatakan dalam bentuk IPK pada pendidikan perguruan tinggi. Hasil dari proses belajar terdiri dari kognitif, afektif dan juga psikomotor, namun semuanya tidak semata-mata terlihat pada IPK atau indeks prestasi kumulatif. Prestasi belajar seseorang akan dicapai dari suatu proses belajar, belajar dapat diartikan sebagai sebuah proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi individual dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidup, selain itu belajar juga dapat diartikan sebagai proses memperoleh pengetahuan (Ahmed.W & Marjon.B 2006; Hamdani, 2011; Sugihartono, 2007; Sunarto, 2012)

#### **2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar**

Dalam prestasi belajar terdapat dua faktor utama yang sangat berpengaruh terhadap hasil akhir dari pencapaian prestasi belajar. Faktor yang pertama adalah faktor internal dan yang kedua faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari keadaan jasmani (fisiologis) dan rohani (psikologis) seseorang, sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor yang terkait dengan lingkungan yang ada di sekitar mahasiswa. Selain dari ke 2 faktor utama tersebut terdapat ahli yang menyebutkan adanya faktor lain yang tidak kalah berpengaruh yaitu faktor pendekatan belajar yang merupakan jenis atau upaya strategi yang dilakukan oleh seorang pelajar untuk memperlancar

proses belajar dan mencapai prestasi belajar yang baik (Muhibbin Syah, 2010; Azwar,2004)

### 2.2.1 Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang muncul dari mahasiswa itu sendiri. Faktor internal mencakup faktor jasmani atau fisiologi dan faktor rohani atau psikologi. Faktor jasmani meliputi kesehatan fisik yaitu keadaan sehat dari organ-organ tubuh dan memiliki fungsi yang fisiologis atau normal. Faktor jasmani menunjukkan kebugaran organ-organ tubuh seseorang yang akan sangat berdampak secara langsung terhadap semangat dan intensitas mahasiswa dalam mengikuti pelajaran. Kondisi tubuh yang lemah akan berdampak secara langsung pada kualitas penyerapan materi pelajaran. Diperlu asupan gizi yang dari makanan dan minuman agar kondisi tetap terjaga. Selain itu juga perlu memperhatikan waktu istirahat yang teratur dan juga olahraga agar kebugaran dapat terjaga (Muhibbin Syah, 2010).

Faktor psikologis diartikan sebagai keadaan psikologis seseorang yang dapat mempengaruhi prestasi belajar diantaranya adalah intelegensi,motivasi, minat, kesehatan mental. Intelegensi sering disebut juga sebagai IQ atau (*Intelligence Quotient*) dapat diartikan sebagai kemampuan memecahkan masalah. Intelegensi sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar. Motivasi merupakan kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Dengan adanya motivasi siswa dapat mempunyai pendorong untuk belajar sehingga dapat memiliki prestasi yang lebih baik. Motivasi belajar dibedakan menjadi motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Sedangkan minat dapat dipahami sebagai kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan besar terhadap sesuatu hal. Istilah minat merupakan terminologi aspek kepribadian yang menggambarkan adanya kemauan, dorongan (*force*) yang timbul dari dalam diri individu. (Slameto,2010; Euis.K *et* Doni, 2015;Dalyono,2009).

Dalam faktor psikologis yang termasuk dalam faktor internal terdapat keadaan kesehatan mental, kesehatan mental yang dimaksud adalah kemampuan dalam

menyesuaikan diri baik dengan diri sendiri, orang lain maupun dengan lingkungan dimana seseorang berada. Kesehatan mental seseorang akan memunculkan kemampuan diri untuk dapat mengenal diri sendiri dan dapat menerima kekurangan diri sendiri. Berdasarkan WHO kesehatan mental adalah kemampuan seseorang untuk mengelola keadaan stres

dalam kehidupan, selain itu kesehatan mental juga dapat diartikan sebagai keadaan seseorang yang terhindar dari gejala-gejala gangguan mental gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psichose*). Kesehatan mental atau *mental health* sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar seseorang, karena jika seseorang mengalami gangguan pada kesehatan mental akan mengalami penurunan pada konsentrasi, perhatian dan fungsi sosial yang akan berdampak pada pencapaian belajar atau prestasi belajar, sehingga dapat dikatakan bahwa faktor psikologis berpengaruh terhadap prestasi belajar (WHO,2012; Azwar,2004).

### 2.2.2 Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, faktor eksternal dapat mempengaruhi keinginan dan motivasi seorang individu untuk belajar dan memperoleh prestasi yang baik dalam akademik. Terdapat beberapa hal yang termasuk faktor eksternal yaitu faktor dari keluarga, lingkungan dan masyarakat. Faktor lingkungan rumah dan juga keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam menentukan perkembangan pendidikan dan keberhasilan seseorang. Hubungan yang harmonis di antara sesama anggota keluarga, tersedianya tempat dan peralatan belajar yang cukup memadai, keadaan ekonomi keluarga yang cukup, suasana lingkungan rumah yang cukup tenang, adanya perhatian yang besar dari orangtua terhadap perkembangan proses belajar dan pendidikan anak-anaknya. Faktor lingkungan sekolah maupun faktor lingkungan masyarakat sangatlah berpengaruh dalam prestasi belajar, pada lingkungan sekolah guru, fasilitas sekolah akan sangat berpengaruh selain itu kurikulum yang terdapat di dalam pembelajaran yang

dilaksanakan di sekolah juga memiliki peran yang penting. Guru atau dosen yang baik dan fasilitas serta kurikulum yang baik akan sangat membantu tercapainya prestasi belajar yang baik. Selain faktor lingkungan sekolah. Faktor lingkungan masyarakat juga memegang peranan yang penting, lingkungan masyarakat adalah media, teman, lingkungan tetangga, aktivitas siswa di masyarakat. Faktor-faktor ini sering tidak disadari dapat mengganggu pencapaian prestasi belajar oleh siswa (Slameto, 2010).

### **2.3 Kesehatan Mental dan Faktor yang Mempengaruhi**

Kesehatan mental atau Kesehatan jiwa diartikan sebagai berbagai karakteristik positif yang merupakan cerminan kepribadian individu yang digambarkan oleh keselarasan dan keseimbangan kejiwaan. Sedangkan menurut Depkes RI (2010) menyebutkan bahwa kesehatan jiwa adalah suatu kondisi mental sejahtera, dimana setiap individu menyadari potensi dirinya, bermanfaat dan dapat berkontribusi bagi lingkungannya. Pengertian lain menerangkan kesehatan jiwa sebagai kondisi sehat secara emosional, psikologis, dan sosial yang dapat dilihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan coping yang efektif, kondisi diri yang positif, serta menunjukkan kestabilan emosi (Direja,2011).

Pada mahasiswa kedokteran terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental yang jika tidak bisa ditangani akan menjadi gangguan mental atau *mental disorders*. Faktor tersebut dibagi menjadi 2 faktor besar yaitu faktor yang terkait perkuliahan dan faktor dari diri sendiri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkatan studi mempengaruhi terjadinya gangguan mental. Mahasiswa kedokteran tahun pertama rentan mengalami gangguan kesehatan mental karena banyak hal seperti masalah mengurus diri sendiri yang jauh dari keluarga dengan lingkungan yang baru, keuangan, hubungan dengan lingkungan sosial baru dan juga nilai akademik yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa baru. Pada tingkatan pendidikan yang lebih tinggi akan terjadi penurunan maupun peningkatan, faktor yang mempengaruhi adalah usaha adaptasi yang sudah lebih baik dari pada

tahun sebelumnya, dan faktor yang dapat meningkatkan gangguan kesehatan mental adalah ilmu yang lebih sulit dari yang sebelumnya dan juga target yang harus dicapai semakin berat dari tahun sebelumnya. Tuntutan keluarga, masalah keuangan dan juga kurang tidur juga dapat menjadi faktor yang menyebabkan terganggunya kesehatan mental (Notosoedirjo & Latipun, 2005; Ashouri & Rasekhi, 2016)

Gangguan kesehatan mental yang dapat muncul karena faktor-faktor diatas menurut (NICE, 2011) yaitu kecemasan, stres, depresi, gangguan bipolar, gangguan panik, fobia, obsesif-kompulsif (OCD), *sosial anxiety*, gangguan somatoform, gangguan makan, gangguan tidur, dan juga gangguan mental karena penyalahgunaan obat dan alkohol. Data penelitian yang lain menunjukkan bahwa di fakultas kedokteran salah satu universitas di Malaysia masalah utama di kalangan mahasiswa kedokteran adalah Depresi, cemas, dan Stres. Menurut penelitian yang dilakukan di *Maharajah's institute of Medical Sciences, Nellimarla, Vizianagaram, Andhra Pradesh, India* menunjukkan bahwa 46.85% mengalami depresi, 74.12% mengalami kecemasan dan 2.44% mengalami stres (Hunt & Eisenberg 2010; Mihăilescu *et al.* 2016).

### **2.3.1 Depresi**

Depresi adalah sebuah gangguan psikologis yang sangat sering ditemukan. Depresi merupakan gangguan mood yang terjadi pada seseorang yang biasanya di tunjukan dengan perasaan sedih, putus asa, murung, serta gangguan pada kehidupan sosialnya. Depresi dapat dikatakan juga sebagai gangguan jiwa yang termasuk pada gangguan perasaan atau *mood disorder*. Depresi memiliki berbagai tanda baik secara emosional, fisik dan juga perilaku. Depresi yang dialami seseorang dapat berlangsung selama beberapa hari ataupun dapat dalam waktu yang lama dan dapat sangat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Depresi sering ditandai dengan kemurungan, rasa tidak berguna, ketidak gairahan hidup, gangguan tidur hingga perasaan ingin bunuh diri. Depresi merupakan salah satu gangguan mood yang ditandai oleh hilangnya perasaan kendali dan pengalaman subjektif adanya

penderitaan berat. Depresi memiliki beberapa bentuk dan yang paling sering ditemukan pada mahasiswa adalah tipe *mayor depresi disorder* (Kaplan & Sadock, 2010; Pinsky 2012 ; WHO, 2012; Hassan *et al.* 2010).

Terjadinya depresi dapat diakibatkan oleh banyak hal atau multifaktorial. Peranan gender pun terlibat dalam prevalensi terjadinya depresi, pada sebuah penelaitan dikatakan bahwa mahasiswa perempuan memiliki prevalensi lebih besar dari pada mahasiswa laki-laki. Hal tersebut diduga karena terdapat keterkaitan hormon di dalamnya. Seseorang yang memiliki genetik atau keturunan penderita depresi pun memiliki kemungkinan tiga kali lebih besar terkena depresi, namun bukan berarti seseorang tanpa genetik depresi tidak dapat terkena gangguan mental dalam bentuk depresi. Pada mahasiswa terdapat beberapa hal yang memicu terjadinya depresi yaitu lingkungan sekeliling, tekanan atau stres dalam kehidupan, dan tekanan dalam belajar. Contoh keadaan-keadaan tertekan pada mahasiswa yang dapat memicu depresi antara lain mahasiswa yang baru pertama kali tinggal jauh dengan keluarganya, merasa dirinya sendirian dan terkekang. Terdapat konflik dalam hubungan dengan teman, menghadapi sesuatu yang sulit atau sesuatu yang baru di sekolah atau kampus dan juga ke khawatiran akan keuangan.(*Khurshid et al.* 2015; NICE, 2011).

Depresi dapat mengakibatkan beberapa perubahan pada seseorang yang nantinya akan berpengaruh pada kualitas hidup. Depresi ditandai dengan kesedihan, merasa rendah diri, kehilangan kesenangan yang nantinya akan mengganggu dari fungsi sosial seseorang. Seseorang yang terkena depresi sangat rentan dengan percobaan bunuh diri maupun keinginan untuk bunuh diri karena merasa dirinya tidak berguna atau rendah diri, selain itu seseorang dengan depresi juga sering menjadi penyalahguna obat-obatan terlarang. Gangguan tidur sering ditemukan pada seseorang yang mengalami depresi dan dirasakan sangatlah mengganggu (Pinsky, 2012; Roh *et al.*, 2010).

Depresi pada mahasiswa kedokteran jelas banyak mengakibatkan dampak yang tidak baik dalam kehidupan sosial maupun dalam pendidikan, rasa hilang minat, lemah, merasa tidak berguna dan juga kehilangan konsentrasi akan sangat mempengaruhi dari nilai pencapaian akademik yang akan diperoleh seorang mahasiswa. Selain itu kehidupan sosial mahasiswa akan terganggu terutama kehidupan sosial dengan teman, dan juga mahasiswa mungkin akan mengalami gangguan kesehatan karena keadaan depresi yang di hadapinya (Aktekin et al., 2001).

### **2.3.2 Cemas**

Cemas merupakan sebuah gangguan kesehatan mental yang sering juga ditemukan pada mahasiswa. Kecemasan adalah sebuah sikap yang adaptif jika masih dalam batas normal, namun kecemasan juga dapat bersifat patologis yang mengganggu fungsi sosial. Cemas dikatakan tidak normal jika mengganggu dari 3 hal dalam diri seseorang yaitu kognitif, fisik dan juga kebiasaan atau *behavioural*. Fungsi kognitif yang dimaksud adalah seseorang yang cemas akan menjadi terlalu khawatir dengan hal-hal yang menimpa dirinya, sedangkan fisik yang dimaksud adalah adanya jantung berdebar, berkeringat, gemetar, nafas yang pendek dan juga mual, yang terakhir adalah kebiasaan, cemas akan merubah kebiasaan seseorang. Hal-hal tersebut jika masih dalam batas normal tidak akan menjadi sebuah gangguan namun jika perubahan pada ketiga hal tersebut yang disebabkan oleh cemas terjadi presisten atau berkelanjutan akan membuat efek negatif pada diri seseorang dan mengganggu seseorang dalam hal bekerja maupun belajar (Rector A *et al.*, 2008; Sadock & Sadock, 2007).

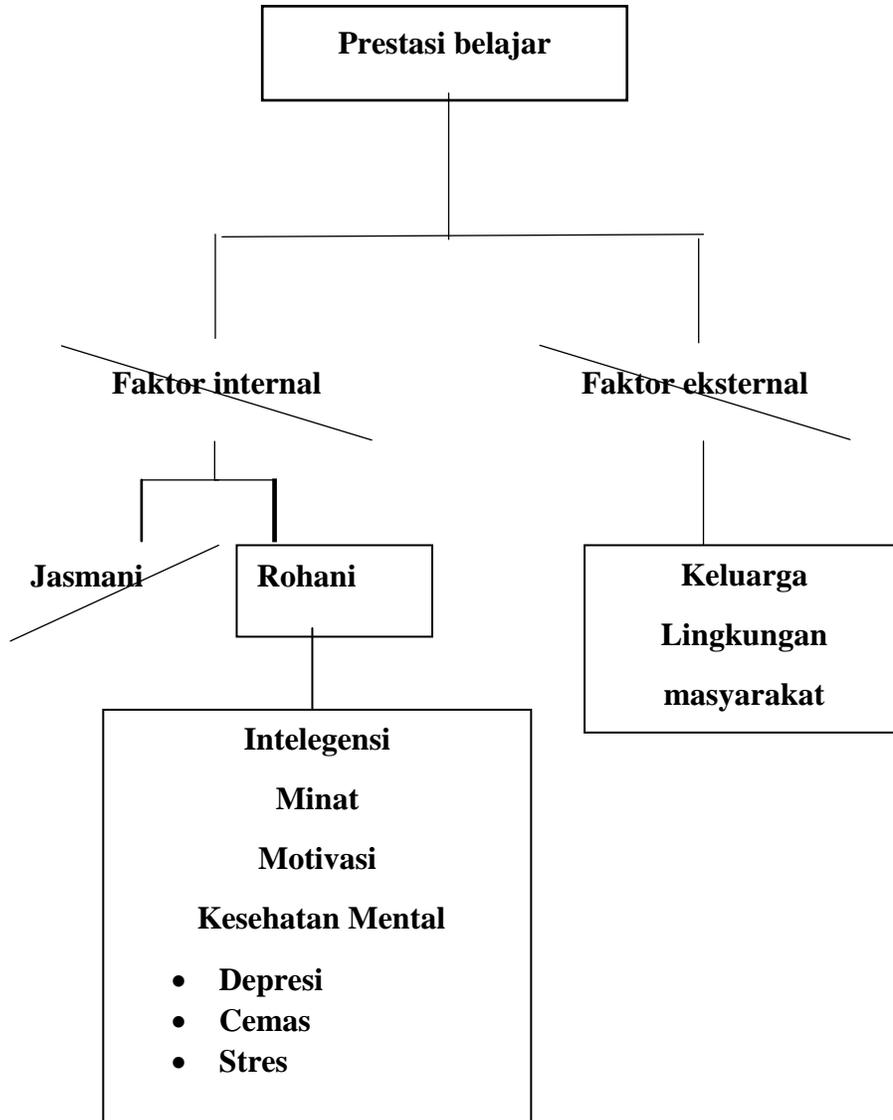
Kecemasan dapat timbul karena beberapa hal baik karena sebab biologi contohnya adalah sebab genetik, ketidak seimbangan neurotransmitter dan juga penyakit, yang kedua adalah sebab psikologi meliputi sifat keperibadian, tingkat percaya diri yang rendah dan juga konflik intrapersonal, selain itu juga dapat disebabkan oleh sebab sosial yaitu kurangnya dukungan sosial, stres dalam bekerja,

konflik masyarakat dan perubahan dari lingkungan. Pada mahasiswa keadaan kurikulum yang berat serta lingkungan perkuliahan yang penuh dengan persaingan membuat mahasiswa dalam situasi yang mencekam dan di bawah tekanan atau *stressors* yang akan memunculkan gejala kecemasan (Shri, 2001;Rector A *et al.*, 2008).

### **2.3.3 Stres**

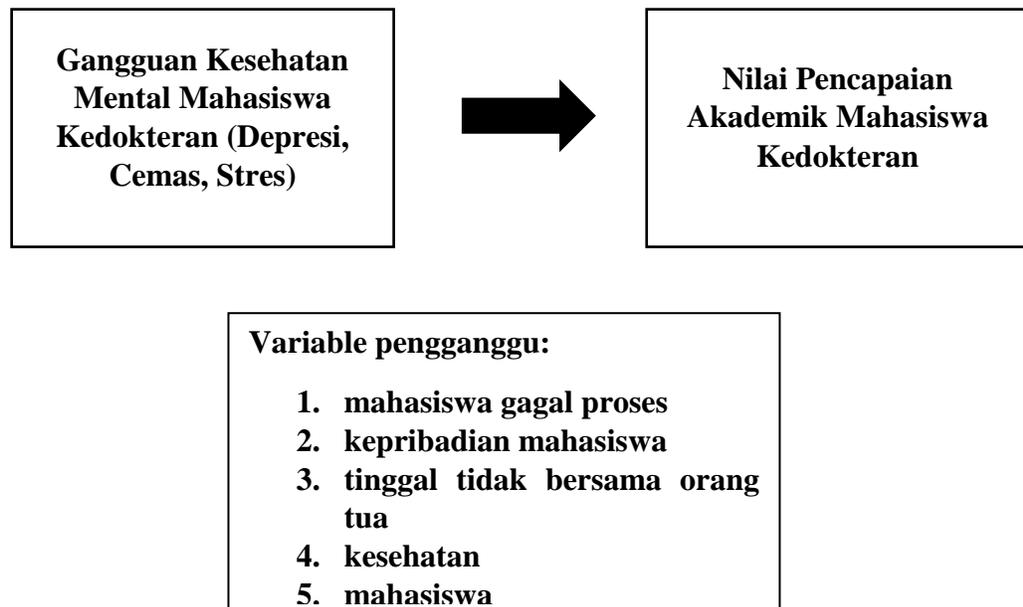
Stres dapat diartikan sebagai perasaan tertekan atau mengalami ketegangan, menurut beberapa ahli stress tidak dimasukkan sebagai klasifikasi dari penyakit gangguan jiwa namun stres merupakan sebuah adaptasi atau reaksi fisik dari diri dalam menghadapi perubahan pada lingkungan atau permasalahan diri. Stres dapat diartikan juga sebagai perasaan yang dialami seseorang setelah menerima tekanan. Kondisi stres terjadi karena ketidakseimbangan antara tekanan yang dihadapi individu dan kemampuan untuk menghadapi tekanan tersebut. Individu membutuhkan energi yang cukup untuk menghadapi situasi stres agar tidak mengganggu kesejahteraan mereka. Pada setiap orang tingkatan stres dan pemicunya akan berbeda-beda terdapat dua hal yang mempengaruhi yaitu sifat bawaan atau keturunan dan juga faktor lingkungan. Faktor lingkungan mencakup tekanan hidup, pengalaman masa lalu dan juga keadaan sekitar si penderita. Gejala stres pada tiap individu dapat berbeda, gejalanya pun menyangkut beberapa aspek seperti respon fisiologis seperti dada berdebar, peningkatan denyut nadi, sakit kepala dan bisa juga terjadi sesak napas, selain itu terdapat pula respon kognitif berupa pikiran menjadi kacau, dan juga konsentrasi menurun, dan juga individu menjadi gampang emosi (Evanjeli,2012).

## 2.4 Kerangka Teori



Gambar 1 Kerangka Teori

## 2.5 Kerangka Konsep



**Gambar 2 Kerangka Konsep**

## 2.6 Hipotesis

- a) Depresi mempengaruhi pencapaian akademik mahasiswa kedokteran tahun pertama FK UII
- b) Cemas mempengaruhi pencapaian akademik mahasiswa kedokteran tahun pertama FK UII
- c) Stres mempengaruhi pencapaian akademik mahasiswa kedokteran tahun pertama FK UII