Jurnal Global Ilmiah
Vol. 1, No. 2, November 2023
ISSN: 3026-5207

Hubungan Mekanisme Koping, Kualitas Tidur dan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Kedokteran

Dewi Alfiana[1] , Irwan Syuhada[2] , Baiq Novaria Rusmaningrum[3]
[1,2,3] Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar, Mataram, Indonesia
[*] dewialfiana999@gmail.com

Kata kunci:

Mekanisme Koping
Kualitas Tidur
Motivasi Belajar
Tingkat Kecemasan

Keywords:

Coping Mechanisms
Sleep Quality
Motivation to Learn
Words Anxiety Level

ABSTRAK (10 PT)

Mahasiswa kedokteran sebagai peserta didik tidak terlepas dari gangguan kecemasan selama pendidikan, masalah psikologis tersebut dikarenakan beban pelajaran yang sangat sulit, kegelisahan terhadap jenjang pendidikan yang lebih lama serta ujian yang akan dihadapi lebih banyak dari mahasiswa. Tujuan dari makalah ini adalah untuk meninjau keadaan terkini Teknik pengambilan sampel dalam konteks klinis berupa ujian pemeriksaan klinis terstruktur objektif (OSCE) (Elindra et al., 2019) dan untuk memberikan gambaran tentang status terkini dari teknik pengambilan sampel. penelitian di bidang ini. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, jenis penelitian yang akan digunakan yaitu metode observasional analitik dengan pengambilan data secara cross sectional. Temuan utama sebagai berikut: (i) hal ini hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa sebagian besar memilih *Problem Focused Coping* sebanyak 61 orang (62,9%) dan (ii) sedangkan *Emotional Focused Coping* (28,9%).

Medical students as students cannot be separated from anxiety disorders during their education, these psychological problems are due to the very difficult course load, anxiety about longer levels of education and the more exams that students will face. The aim of this paper is to review the current state of sampling techniques in a clinical context in the form of objective structured clinical exams (OSCE) (Elindra et al., 2019) and to provide an overview of the current status of sampling techniques. research in this area. This research is quantitative research, the type of research that will be used is the analytical observational method with cross-sectional data collection. The main findings are as follows: (i) the results of this research show that the majority of students chose Problem Focused Coping as many as 61 people (62.9%) and (ii) while Emotional Focused Coping (28.9%).

Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY-SA .
This is an open access article under the CC BY-SA license.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang dialami seseorang yang dapat muncul saat kita menghadapi suatu peristiwa penting yang ditimbulkan oleh kondisi kurang rileksnya tubuh dan pikiran saat menghadapi suatu persoalan sehingga menjadi tegang seperti pada saat wawancara kerja, perlombaan, hingga ujian akademik yang dihadapi. Ujian dipandang sebagai faktor pemicu terjadinya kecemasan hal ini disebabkan oleh persiapan individu dalam menghadapi ujian tersebut, belajar satu waktu dimalam sebelum ujian, kurangnya referensi bahan pembelajaran, begadang yang menyebabkan kualitas tidur yang kurang, sehingga fokus akan berkurang yang menimbulkan cemas dengan hasil ujiannya (Aggarwal et al., 2013;. Gejala yang timbul dapat berupa denyut jantung bertambah cepat, perubahan laju pernapasan, dan berkeringat, gemetar, lemas dan lelah, gejala psikis meliputi perasaan-perasaan akan ada bahaya, tidak berdaya, khawatir, dan tegang (Hasibuan & Riyandi, 2019).

Mahasiswa kedokteran sebagai peserta didik tidak terlepas dari gangguan kecemasan selama pendidikan, masalah psikologis tersebut dikarenakan beban pelajaran yang sangat sulit, kegelisahan terhadap

jenjang pendidikan yang lebih lama serta ujian yang akan dihadapi lebih banyak dari mahasiswa lainnya (Elindra et al., 2019) (Made et al., 2023). Dalam menempuh Pendidikan kedokteran terdapat dua tahap, yaitu tahap pendidikan dokter dan tahap profesi dokter. Selama tahap Pendidikan dokter, mahasiswa akan banyak mengahadapi ujian blok sampai keterampilan klinis berupa ujian *objective structured clinical examination* (OSCE) (Elindra et al., 2019) (Zahra et al., 2019).

Sebuah penelitian Mahsa *et al* (Ivon, 2016) juga menemukan bahwa OSCE menginduksi kecemasan lebih tinggi dibanding jenis ujian lainnya, disebabkan oleh beberapa hal seperti manajemen waktu, subjektivitas penilaian, urutan giliran saat dipanggil, persiapan yang kurang, rasa gugup saat berada dalam ruang ujian dan terlalu terpaku pada checklist penilaian. Dalam penelitian (Novitasari, 2019) dalam jurnal "Hubungan Tingkat Kecemasan dan Nilai *Objective Structure Clinical Examination* (OSCE) Mahasiswa Kedokteran" Hasil analisis korelasi person diperoleh hasil sign (2-tailed) 0.645>0.05, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat kecemasan dan nilai OSCE mahasiswa.Beberapa cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa kedokteran untuk menyeimbangkan beban yang berat dan hasil yang maksimal adalah dengan mengurangi rasa cemas yang terjadi sehingga diperlukan mekanisme koping yang baik, motivasi belajar yang tinggi, serta manajemen kualitas tidur yang baik.

Mahasiswa tahun pertama, adalah kelompok yang rentan terhadap stres akibat transisi kehidupan dalam lingkungan universitas. Mereka harus menyesuaikan diri pada kondisi yang jauh dari rumah untuk pertama kalinya, mempertahankan prestasi akademik, dan menyesuaikan dengan lingkungan sosial yang baru. Salah satu penyebab dari tingkat stres yang lebih tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun pertama adalah padatnya jadwal perkuliahan dan praktikum pada kurikulum di tahun pertama daripada tahun kedua. Pendapat ini didukung oleh penelitian yang sebelumnya dilakukan di Pakistan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu faktor pencetus stress pada mahasiswa tahun pertama adalah kurangnya waktu untuk diri sendiri, keluarga, teman dan hiburan (Ramadhan, Sukohar, and Saftarina 2019) .

Berdasarkan research gap di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai mekanisme koping, motivasi belajar dan kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIZAR yang mengikuti ujian OSCE angkatan 2022. Mekanisme koping, kualitas tidur dan motivasi belajar merupakan hal yang sangat penting terutama untuk menjaga diri agar tidak merasa panik dalam mengikuti ujian OSCE yang dimana ujian OSCE diperuntukkan untuk mengetahui sejauh mana keterampilan mahasiswa Fakultas Kedokteran mampu menerapkan ilmu yang telah dipelajari.

METODE (10 PT)

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, jenis penelitian yang akan digunakan yaitu metode observasional analitik dengan pengambilan data secara cross sectional. Penelitian akan dilaksanakan dari bulan Agustus-September 2023. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 yang mengikuti ujian OSCE dengan jumlah populasi adalah 100 orang. Sampel penelitian adalah mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar yang memenuhi kriteria inklusi.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling yang artinya sampel dipilih sesuai dengan tujuan yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Teknik sampling ini dilakukan dengan penyeleksian secara acak pada setiap elemen tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut. Pengambilan sampel ini merupakan Teknik dengan jenis probabilitas yang sangat sederhana (Wijaya, 2015). Pada penelitian ini variable bebasnya adalah mekanisme koping, motivasi belajar, dan kualitas tidur. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE prodi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas Islam Al-Azhar

HASIL DAN PEMBAHASAN (10 PT)

Hubungan antara Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 1. Hubungan Antara Variabel Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan

No.	Mekanisme Koping	Tingkat Kecemasan						Jumlah	P-Value
		Ringan		Sedang		Berat			
		n	%	n	%	n	%		
1	Problem Focused Coping	34	35,1%	27	27,8%	0	0%	65	
2	Emotion Focused Coping	12	12,4%	13	13,4%	3	3,1%	28	0,000
3	Avoidance Coping	0	0,00%	0	0,00%	8	8,2%	8	
Total		**46**	**47,4%**	**40**	**41,2%**	**11**	**11,3%**	**97**	

Berdasarkan table 1. didapatkan hasil bivariat antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar menunjukan bahwa responden dengan tingkat kecemasan ringan mayoritas melewatinya dengan menerapkan strategi coping *problem focused coping*.

Berdasarkan hasil tabulasi silang dengan uji spearman rho tersebut maka diperoleh hasil p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi, dari hasil itu artinya ada hubungan antara mekanisme coping dengan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran Unizar yang Mengikuti Ujian OSCE Angkatan 2022. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumoked et al. (2019) yang menyebutkan bahwa adanya hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan hasil uji statistik spearman rank (Rho) didapatkan nilai sig (2-tail) 0,000. Nilai r = 0,404 yang berarti terdapat hubungan dan memiliki arah korelasi positif. Artinya terdapat hubungan yang searah antara mekanisme koping yang dipilih dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE. Penelitian yang dilakukan oleh Sumoked juga menemukan perbedaan signifikan mekanisme koping yang dipilih oleh mahasiswa dengan tingkat kecemasan (Nurrahmasia et al., 2021). Hal ini dibuktikan dengan mayoritas mahasiwa yang mengalami kecemasan ringan hingga sedang.

Penelitian ini menemukan bahwa responden yang menggunakan *problem focused coping* secara signifikan menunjukan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan yang menggunakan *emotional focused coping* dan *Avoidance coping* . hal ini sejalan dengan penelitian yang ditemukan oleh Suwarsi & Handayani (2017) bahwa *problem focused coping* berperan secara signifikan terhadap kecemasan. Responden yang memiliki mekanisme koping *problem focused coping* cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Hal ini dipengaruhi oleh mekanisme koping yang dipilih mahasiswa, dalam hal ini hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mayoritas memilih *Problem Focused Coping* jumlah 61 orang (62,9%). Sedangkan *Emotion Focused Coping* memiliki jumlah sebanyak (28,9%). Mahasiswa yang memilih *problem focused coping* dengan mayoritas kecemasan ringan sebanyak 22,7% dikarenakan mereka lebih mempersiapkan diri menghadapi ujian dengan baik dengan cara belajar dengan giat, belajar berkelompok dan juga meminta pengajaran dari senior yang sudah berpengalaman. Dengan adanya persiapan yang baik, akan membantu mereka untuk mengurangi kecemasan pada saat dilakukkan ujian sehingga dapat meminilisir kecemasan yang dialaminya dengan milih *problem focused coping* ini. Sedangkan mahasiswa yang mengalami cemas sedang yang menggunakan *problem focused coping* sebanyak 27,8%, hal ini dikarenakan adanya perasaan takut dengan hasil yang didapatkan meskipun sudah menyiapakn diri dengan baik. Tetapi tidak menutup kemungkinan juga, bahwa meskipun mereka sudah mempersiapkan diri dengan baik, mereka kadang merasa gugup dan juga gemetar karena ujian ini merupakan ujian pertama bagi mereka.

Menurut Idris & Pandang, 2018) individu yang mengatasi masalahnya dengan memakai *problem focused coping* lebih siap untuk mencari alternatif pemecahan masalah yang berorientasi pada penyelesaian masalah secara nyata. Hal ini membawa pengaruh pada individu, yaitu dengan mengetahui dampak dari permasalahannya sehingga dia dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi masalah dan semakin tenang. Mekanisme koping *problem focused coping* yang digunakan oleh mahasiswa dapat mendukug fungsi integrasi, proses belajar agar mencapai tujuan dimana dapat ditandai dengan mampu berkomunikasi dengan orang lain serta dapat memecahkan masalah secara efektif dan aktif melakukan berbagai kegiatan untuk menghadapi *stressor* (Stuart & Sundeen, 2012).

Strategi *emotion focused coping* berarti strategi penghindaran adalah aktivitas mengalihkan suatu perasaan tidak nyaman, yaitu melibatkan diri dalam aktivitas yang menyenangkan dan cenderung meningkatkan perasaan, seperti menonton, berbelanja dan sebagainnya (Stuart & Sundeen, 2012). Namun pada studi lain yang dilakukan oleh Sanger & Ayomi (2022) didapatkan hasil yang berbeda. Hasil penelitian tersebut menunjukan bahwa proporsi mahasiswa yang menggunakan coping *emotional focused coping* dan *problem focused coping* hasilnya tidak jauh berbeda. Hal ini menunjukan setiap orang bisa saja menggunakan salah satu mekanisme koping tersebut ataupun keduanya. Menurut Maryam (2017), strategi koping yang paling efekstif adalah strategi yang sesuai dengan jenis stress dan situasi.

Mahasiswa yang memilih *emotion focused coping* dengan kecemasan ringan sebanyak 12,4% dikarenakan mereka cenderung menghadapinya dengan strategi yang menurut mereka tepat untuk diterapkan, agar tekanan yang muncul akibat permasalahan dan kewajiban yang membebani mereka tidak mengganggu keseimbangan hidup sehingga dapat meminilisir kecemasan yang dihadapinya yang akan membantu mereka untuk mengurangi kecemasan pada saat dilakukkan ujian dengan milih *emotion focused coping* ini. Sedangkan mahasiswa yang mengalami cemas sedang yang menggunakan *emotion focused coping* sebanyak 13,4% dan untuk kecemsan berat sebanyak 3,1% hal ini dikarenakan situasi lingkungan yang baru yang rasakan oleh individu yang belum cukup beradaptasi terhadapa lingkungan tersebut.

Mahasiswa yang memilih *Avoidance coping* dengan kecemasan berat sebanyak 8,2% dikarenakan adanya suatu permasalahan-permasalahan yang bersifat fisik,psikologis dan social sehingga individu yang menghadapi ujian lebih mengarah ke penghindaran dan pengalihan dari stressor dengan memilihi jenis koping avoidance.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmasia et al. (2021) yang menyatakan bahwa mekanisme koping saling berhubungan dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian. Mahasiswa yang memiliki mekanisme koping jenis emotion focused coping dan avoidance coping yang tinggi menyebabkan tingkat kecemasan mereka juga tinggi, sedangkan dalam penelitian ini tingkat kecemasan mereka ringan,sedang hingga berat, maka dapat disimpulkan mekanisme penerapan koping jenis problem focused coping juga rendah. Mekanisme koping terbentuk dari proses belajar serta mengingat, sehingga mekanisme koping dapat dipelajari saat awal munculnya suatu masalah ataupun stressor, dari hal tersebut individu akan menyadari efek atau dampak dari masalah tersebut. Mekanisme koping berhasil jika individu tersebut dapat beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi (Nursalam, 2015).

Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 2. Hubungan Antara Variabel Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan

No.	Kualitas Tidur	Tingkat Kecemasan						Jumlah	P-Value
		Ringan		Sedang		Berat			
		n	%	n	%	n	%		
1	Kualitas Tidur Baik	38	39,2%	14	14,4%	0	0,00%	52	
2	Kualitas Tidur Buruk	8	8,2%	26	26,8%	11	11,3%	45	0,000
Total		**46**	**47,4%**	**40**	**41,2%**	**11**	**11,3%**	**97**	

Berdasarkan table 2. didapatkan hasil bivariat antara variable kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar menunjukan bahwa responden dengan tingkat ringan mayoritas melewatinya dengan kondisi kualitas tidur yang baik dengan jumlah 38 orang (39,2%),sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori sedang, dalam kondisi kualitas tidur yang baik dengan jumlah sebanyak 14 orang (14,4%), Sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori berat dalam kondisi kualitas tidur yang baik 0 orang (0,00%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang 2x2 tersebut maka diperoleh hasil p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi, dari hasil itu artinya ada hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran Unizar yang Mengikuti Ujian OSCE Angkatan 2022. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Syafika Tia Audina et al. (2020) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kecemasan mahasiswa. Semakin tinggi tingkat kecemasan maka akan membuat kualitas tidurnya semakin buruk, begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kecemasan maka kualitas tidurnya semakin baik.

Hasil penelitian tabel (4.7) menunjukan bahwa mayoritas (39,2%) dalam kondisi kualitas tidur yang baik dengan tingkat kecemasan kategori ringan. Pada penelitian Melliasany & Perceka (2021) dijelaskan bahwa tingkat kecemasan ringan adalah cemas yang normal yang biasa menjadi bagian sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan perhatian, tetapi individu masih mampu memecahkan masalah menggunakan mekanisme koping yang dimiliki setiap individu.

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa pada responden memiliki tingkat kecemasan sedang, mayoritas memiliki kualitas tidur yang termasuk dalam kategori baik (14,4%%). Menurut Novitasari & Lahdji (2019) kondisi psikis remaja yang mengalami stress dapat memicu kegelisahan dan kecemasan yang terus menerus sehingga menganggu waktu tidur, namun tidak semua remaja dalam kondisi cemas memiliki kualitas tidur yang baik. Seseorang bisa tidur ataupun tidak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya status kesehatan, lingkungan, gangguan psikologis, makanan, gaya hidup, dan obat-obatan yang sedang dikonsumsi (Mulyadi & Hidayat, 2014).

Pendapat Faradilla et al., (2021); Sumoked et al., (2019) yaitu kecemasan akademik mahasiswa bermanfaat untuk memberikan dorongan motivasi dan tanggung jawab serta membantu mahasiswa memiliki kehidupan yang lebih dewasa. Tanpa kecemasan akademik, mahasiswa tidak memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik sehingga kecemasan akademik dalam tingkat ringan dan sedang membantu mahasiswa belajar untuk ujian dan cenderung menginginkan prestasi yang lebih baik. Selain itu, mahasiswa akan lebih bisa mengatur waktu untuk belajar dan istirahat sehingga mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik (Trucchia et al., 2013).

Sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori sedang , tergolong dalam kondisi kualitas tidur yang buruk 26 orang (26,8%). Selain faktor lingkungan, faktor psikologis juga dapat mengganggu kualitas tidur yang dapat menimbulkan cemas dan depresi bagi siapapun sehingga dapat menyebabkan kualitas tidur menjadi buruk (Tristianingsih & Handayani, 2021). Sehingga bila seseorang kondisi kualitas tidurnya buruk namun dalam kondisi cemas yang berat, bisa jadi kecemasan tersebut tidak sampai membuatnya depresi (Potter & Perry, 2005) mengatakan bahwa individu yang memiliki kualitas tidur yang buruk disebabkan oleh peningkatan stimulus yang diterima oleh RAS sehingga hormon katekolamin

disekresi membuat individu terjaga atau terbangun. Sebaliknya, apabila terjadi penurunan stimulus RAS maka akan terjadi sekresi pada hormon serotonin yang menyebabkan invidu dapat tertidur dengan baik. Sehingga tidak menutup kemungkinan berbagai faktor tersebut memiliki pengaruh yang lebih besar daripada tingkat kecemasan pada hasi penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti menunjukkan hasil uji statistik spearman rank (Rho) didapatkan nilai sig (2-tail) 0,000. Nilai r = 0,590 yang berarti terdapat pada kategori hubungan yang kuat dan memiliki arah korelasi positif. Artinya terdapat hubungan yang berlawanan antara kualitas tidur dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE. Semakin baik kualitas tidur mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE, begitu juga dengan sebaliknya semakin buruk kualitas tidurnya maka semakin tinggi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE.

Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan

Tabel 3. Hubungan Antara Variabel Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan

No.	Motivasi Belajar	Tingkat Kecemasan						Jumlah	P-Value
		Ringan		Sedang		Berat			
		n	%	n	%	n	%		
1	Rendah	22	22,7%	14	14,4%	0	0,0%	36	
2	Sedang	22	22,7%	23	23,7%	0	0,00%	45	0,000
3	Tinggi	2	2,1%	3	3,1%	11	11,3%	16	
	Total	**46**	**47,4%**	**40**	**41,2%**	**11**	**11,3%**	**97**	

Berdasarkan table 3. didapatkan hasil bivariat antara variable motivasi belajar dengan tingkat kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar menunjukan bahwa responden dengan tingkat kecemasan ringan memiliki motivasi belajar yang rendah sebanyak 22 orang (23,7%), tingkat kecemasan sedang dengan motivasi belajar rendah sebanyak 14 orang (14,4%), tingkat kecemasan berat dengan motivasi belajar rendah sebanyak 0 orang .Responden dengan tingkat kecemasan ringan memiliki motivasi belajar sedang dengan jumlah 22 orang (23,7%), Sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori sedang memiliki motivasi belajar sedang dengan jumlah sebanyak 23 orang (23,7%), Sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori berat memiliki motivasi belajar sedang sebanyak 0 orang, Responden yang memiliki motivasi belajar tinggi dengan kecemasan ringan 2 orang (2,1%),kecemasan sedang 3 orang (3,1%),dan dengan tingkat kecamsan berat sebanyak 11 orang (11,3%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang 2x2 tersebut maka diperoleh hasil p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi, dari hasil itu artinya ada hubungan antara motivasi belajar dengan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran Unizar yang Mengikuti Ujian OSCE Angkatan 2022. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Parlindungan Pane & Septriani Saragih (2022) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi belajar dengan kecemasan mahasiswa yang akan menghadapi OSCE.

Setelah dilakukan pengukuran diketahui bahwa responden atau mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar yang mengalami kecemasan dengan tingkat ringan mayoritas memiliki motivasi belajar yang rendah sampai sedang dengan jumlah 22 orang (22,7%) dikarenakan tiap individu memilih jenis coping yang sesuai dengan kepribadiannya dalam motivasi belajarnya meskipun motivasi belajarnya rendah tetapi tingkat kecemasannya tetap ringan hingga sedang , Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Melliasany & Perceka (2021) yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ringan akan mempengaruhi motivasi belajar yang rendah. Hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat kecemasan semakin termotivasi mahasiswa dalam belajar. Sedikit mengalami kecemasan akan mendorong siswa untuk belajar lebih giat (Halmuniati et al., 2020).

Sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan kategori berat memiliki motivasi belajar tinggi sebanyak 11 orang (11,3%) hal ini dikarenakan adanya pemilihan jenis coping yang dilakukan oleh tiap individu terhadap dirinya meskipun memiliki motivasi belajar yang tinggi tetapi tetap memiliki kecemasan yang berat dikarenakan individu tersebut memiliki harapan yang tinggi terhadap hasil ujian meskipun pada saat ujian individu tersebut sudah mempersiapkan diri dengan baik karena adanya motivasi belajar yang tinggi. Pada dasarnya, semua manusia mempunyai perasaan cemas. Tingkat rendah kecemasan dapat membuat seseorang lebih terpacu dalam menjalankan sesuatu. Namun jika kecemasannya telah mencapai taraf tidak normal itu akan berakibat buruk pada terganggunya motivasi belajar (Halmuniati et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti menunjukkan hasil uji statistik spearman rank (Rho) didapatkan nilai sig (2-tail) 0,000. Nilai r = 0,430 yang berarti terdapat pada kategori hubungan

yang kuat dan memiliki arah korelasi positif. Artinya terdapat hubungan yang berlawanan antara motivasi belajar dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE. Semakin tinggi motivasi belajar maka semakin rendah tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE, begitu juga dengan sebaliknya semakin rendah motivasi belajar maka semakin tinggi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE (Parlindungan Pane & Septriani Saragih, 2022).

Peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan motivasi belajar dengan kecemasan mahasiswa, dimana mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi tidak mengalami kecemasan saat ujian OSCE. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi mengatakan bahwa sebelum ujian mereka lebih rajin belajar dan mempersiapkan materi sebelum ujian (Parlindungan Pane & Septriani Saragih, 2022). Saat praktek laboratorium mereka juga dapat memahami materi, bertanya ketika materi pembelajaran tidak dimengerti, dan memberikan perhatian penuh saat proses pembelajaran. Persiapan sebelum ujian menghilangkan rasa cemas sebelum ujian. Saat ujian OSCE, mahasiswa tidak takut dan cemas dengan waktu yang singkat, dapat menyelesaikan tindakan, mampu menghadapi dosen tanpa adanya rasa cemas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan tema "Hubungan Mekanisme Koping, Kualitas Tidur, dan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar yang Mengikuti Ujian OSCE Angkatan 2022," dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor-faktor tersebut. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang kuat dan positif antara mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa. Mayoritas mahasiswa mengalami cemas ringan, namun sebagian besar dari mereka memilih mekanisme koping tipe Problem Focused Coping.

Selain itu, kualitas tidur juga memiliki peran penting dalam tingkat kecemasan mahasiswa. Mayoritas mahasiswa menunjukkan bahwa mereka memiliki kualitas tidur yang baik, dan hasil statistik menegaskan adanya hubungan positif antara kualitas tidur dan tingkat kecemasan. Selanjutnya, motivasi belajar juga terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan, dengan mayoritas mahasiswa menunjukkan motivasi belajar sedang.

Temuan-temuan ini memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai dinamika psikologis mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE. Implikasi dari penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program intervensi yang bertujuan meningkatkan mekanisme koping yang efektif, kualitas tidur yang optimal, dan motivasi belajar yang tinggi pada mahasiswa, sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan yang mungkin muncul selama masa ujian. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pengembangan strategi pendukung kesejahteraan mental mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar.

REFERENSI

Aggarwal, K. P., Narula, S., Kakkar, M., & Tandon, C. (2013). Nephrolithiasis: Molecular mechanism of renal stone formation and the critical role played by modulators. *BioMed Research International*, *2013*. https://doi.org/10.1155/2013/292953

Elindra, M. Z. R., Oktaria, D., & Aries, R. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Hasil Ujian OSCE pada Mahasiswa Tingkat Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Medula*, *9*(1).

Faradilla, M., Pefbrianti, D., & Hariawan, H. (2021). Kecemasan Dan Strategi Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *2*(4). https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2910

Halmuniati, H., Hasiati, H., Wui, L., & Awad, F. B. (2020). Pengaruh Motivasi Belajar dan Tingkat Kecemasan Terhadap Prestasi Belajar IPA Siswa MtsN. 2 Konawe Selatan. *KULIDAWA*, *1*(2). https://doi.org/10.31332/kd.v1i2.2028

Hasibuan, S. M., & Riyandi, T. R. (2019). Pengaruh Tingkat Gejala Kecemasan terhadap Indeks Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Biomedik (JBM)*, *11*(3), 137–143.

Idris, I., & Pandang, A. (2018). Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, *4*(1). https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896

Made, N., Febriyanti, A., Primatanti, P. A., Luh, N., Eka, P., Sari, K., Sadock, J., & Sadock, V. A. (2023). *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tahap Pre - Klinik dalam Menghadapi Ujian Blok di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa*. *3*(2), 164–170.

Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, *1*(2). https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12

Melliasany, N., & Perceka, A. L. (2021). Tingkat Kecemasan dan Motivasi Belajar Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Uji Kompetensi Exit Exam. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, *5*(2). https://doi.org/10.23887/jipp.v5i2.33407

Mulyadi, E., & Hidayat, S. (2014). Hubungan Mekanisme Koping Individu Dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Ners. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, *4*(2).

Novitasari, A., & Lahdji, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan dan Nilai Objective Structure Clinical Examination (OSCE) Blok Mahasiswa Kedokteran. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *9*(2). https://doi.org/10.32502/sm.v9i2.1657

Nurrahmasia, N., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Skor Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Keterampilan Medik Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter Universitas Mataram. *Smart Medical Journal*, *4*(1). https://doi.org/10.13057/smj.v4i1.47695

Nursalam. (2015). Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan edisi 2. In *Salemba Medika* (Vol. 4).

Parlindungan Pane, J., & Septriani Saragih, I. (2022). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Osce Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi Ners. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *10*(4).

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik. In *Jakarta: EGC*.

Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Medula*, *9*(1), 78–82.

Sanger, A. Y., & Ayomi, A. A. (2022). Kecemasan Saat Mengikuti Praktikum Laboratorium Dimasa Pandemi Covid-19 Dengan Mekanisme Koping. *Nutrix Journal*, *6*(2). https://doi.org/10.37771/nj.vol6.iss2.831

Stuart, G. W., & Sundeen. (2012). Buku Saku Keperawatan Jiwa. In *Local Responses to the English Reformation*.

Sumoked, A., Wowiling, F., & Rompas, S. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Iii Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan. *JURNAL KEPERAWATAN*, *7*(1). https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22897

Suwarsi, S., & Handayani, A. (2017). Hubungan Antara Optimisme Dan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa. *Hubungan Antara Optimisme Dan Problem Focused Coping*, *12*(1).

Syafika Tia Audina, Sari Narulita, & Sondang Manurung. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Reguler Tingkat Akhir Di Universitas Binawan Jakarta. *Binawan Student Journal*, *2*(3). https://doi.org/10.54771/bsj.v2i3.178

Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, *3*(2). https://doi.org/10.47034/ppk.v3i2.5275

Trucchia, S. M., Lucchese, M. S., Enders, J. E., & Fernández, A. R. (2013). Relationship between academic performance, psychological well-being, and coping strategies in medical students. *Revista de La Facultad de Ciencias Médicas (Córdoba, Argentina)*, *70*(3).

Wijaya, H. (2015). Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi. *Jakarta: Salemba Humanika*.

Zahra, M., Elindra, R., Oktaria, D., & Aries, R. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Hasil Ujian OSCE pada Mahasiswa Tingkat Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Relationship between Anxiety Levels against OSCE Exam Results for First Year Students at the Faculty of Medicine , University of. *Jurnal Kedokteran Unila*, *9*(1), 123–128.