

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan suatu respon tubuh terhadap setiap kebutuhan yang menekankan keadaan psikis seseorang karena terganggunya pikiran serta tubuh yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang tidak dapat dihindari dan dialami oleh setiap individu. Stres normal dialami oleh setiap individu dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan. Stres akan membuat seseorang yang mengalaminya berpikir dan berusaha keras dalam menyelesaikan suatu permasalahan dalam hidupnya sebagai bentuk respon adaptasi agar tetap bertahan (Wahyudi et al., 2017).

Penyebab terjadinya stres dapat berupa penyebab internal dan eksternal. Penyebab internal yang berasal dari dalam diri seseorang misalnya gangguan kesehatan, seperti: demam, trauma fisik, penyakit infeksi, malnutrisi dan kelelahan. Penyebab eksternal yang berasal dari luar diri seseorang seperti perubahan yang bermakna dari peran sosial, lingkungan dan pekerjaan (Hediaty et al., 2022).

Ada beberapa karakteristik dari stres. Salah satunya frustrasi, merasa frustrasi ketika memiliki kekecewaan yang disebabkan oleh kegagalan dalam menyelesaikan suatu tugas. Hal tersebut merupakan suatu konflik kebutuhan yang harus terpenuhi dalam mengerjakan tugas akhir yang harus diselesaikan dengan tepat waktu. Tekanan, seseorang akan mengalami tekanan waktu pengumpulan tugas akhir yang membuat mahasiswa melakukan hal-hal yang tidak mahasiswa inginkan. Mahasiswa yang mengalami tekanan tersebut berasal dari diri sendiri maupun dari luar diri yang berdampak pada stres (Fatmayanti et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang menunjukkan bahwa sekitar 50,8% mahasiswa yang mengalami stres dan 42,9% yang tidak mengalami stres (Legiran et al., 2015). Adapun pada penelitian Agung ditemukan bahwa tingkat stres mahasiswa tingkat akhir tergolong sangat tinggi, yaitu sebesar 97,0%. Hal tersebut terjadi karena faktor emosi dan juga kurangnya keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tujuan yang berhasil (*self efficacy*) (Agusmar et al., 2019). Berbeda dengan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama yang menunjukkan bahwa sebesar 57,23% mengalami tingkat stres sedang (Wahyudi et al., 2017).

Mahasiswa mengalami stres dari berbagai sumber, baik dari akademik maupun non-akademik. Pola hidup yang dialami oleh mahasiswa seringkali menjadi beban tambahan selain tekanan dalam kuliah yang melelahkan. Masalah diluar perkuliahan juga menjadi penyebab stres yang dialami oleh mahasiswa. Setiap orang akan memiliki caranya sendiri dalam masalah stres yang dihadapinya. Mudah atau tidaknya seseorang terkena stres akan dipengaruhi oleh beberapa faktor (Fatningsaliska et al., 2015).

Salah satu faktor yang mempengaruhi stres adalah kepribadian. Kepribadian merupakan suatu karakteristik yang dimiliki oleh seseorang yang dapat menyebabkan timbulnya ketetapan dalam mengontrol perasaan, pemikiran serta perilaku. Tipe kepribadian diklasifikasikan kedalam dua tipe, yaitu tipe kepribadian introvert dan tipe kepribadian ekstrovert. Dasar dari pengklasifikasian tipe kepribadian ini berada pada perbedaan interaksi individu, kebiasaan sehari-hari, respon terhadap suatu hal, serta bagaimana komunikasi suatu individu tersebut terhadap individu lain di lingkungannya (Safitra et al., 2021).

Tipe kepribadian introvert cenderung hidup dalam dunianya sendiri. Interaksi yang dilakukan tipe kepribadian introvert terhadap dunia luar kurang baik, hal itu membuat dirinya memiliki pribadi yang tertutup, sulit untuk bersosialisasi dengan orang lain dan sering menarik diri dari suasana yang ramai. Mereka cenderung melakukan suatu hal dengan hati-hati dan tidak mudah percaya dengan kata hati. Hal tersebut sedikit

berbeda dengan tipe kepribadian ekstrovert yang memiliki interaksi yang sangat baik dengan dunia luar. Mereka adalah orang-orang yang ramah, mudah bergaul dan beradaptasi, suka mengunjungi tempat yang baru, berperilaku aktif, mudah bosan dan tidak menyukai aktivitas yang rutin dan monoton. Tindakan yang dilakukannya banyak dipengaruhi oleh dunia luar yang bersifat terbuka, emosinya spontan, tidak begitu peka terhadap suatu kegagalan, tidak banyak melakukan instropeksi dan kritik pada diri sendiri (Prayitno & Ayu, 2018).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiwa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, adakah hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiwa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menentukan tipe kepribadian mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.
2. Untuk menentukan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Universitas

Dapat memberikan informasi dan wawasan serta masukan mengenai hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.4.2 Bagi Peneliti Lain

Dapat bermanfaat dalam tambahan pengetahuan dan informasi untuk penelitian selanjutnya sebagai acuan dalam meneliti tentang hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiwa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.4.3 Bagi Peneliti

Dapat mengembangkan kemampuan pada bidang penelitian dan mengasah kemampuan pada meneliti dan menambah pengetahuan serta memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana mengenai hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiwa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia.

1.4.4 Bagi Ilmu Pengetahuan

Dari hasil penelitian akan diketahui bagaimana hubungan antara tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiwa angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia sehingga dapat memperkaya ilmu pengetahuan mengenai tipe kepribadian intorvert dan ekstrovert dengan tingkat stres.