

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan kedokteran merupakan pendidikan dengan tuntutan akademik yang tinggi serta memerlukan keterampilan kognitif yang baik. Salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki mahasiswa kedokteran adalah kemampuan menyimpan sekaligus mengolah informasi dalam waktu singkat. Kemampuan memori jangka pendek memengaruhi kecepatan dan efisiensi proses berpikir yang pada akhirnya akan berdampak pada performa akademik dan keterampilan klinik mahasiswa kedokteran. Kecepatan kemampuan kognitif ditentukan dari kemampuan memori jangka pendek seseorang sehingga akan mempengaruhi aktivitas sehari-hari baik pada orang dewasa maupun anak-anak (1).

Disisi lain, pendidikan kedokteran di seluruh dunia telah diketahui sering menimbulkan stres bagi mahasiswa yang mencakup padatnya jadwal perkuliahan, hingga tekanan untuk berprestasi. Gangguan kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran cukup sering dilaporkan, antara lain depresi, ansietas, dan juga kelelahan (2). Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa kedokteran memiliki stres tambahan atau berlebih akibat dari masa studi yang lebih panjang dibandingkan jurusan lainnya. Studi menunjukkan ada beberapa *stressor* yang berhubungan dengan kesejahteraan mahasiswa kedokteran dalam hal akademis, diantara penyebab terseringnya adalah banyaknya ujian dan materi pembelajaran yang banyak, hingga *deadline* tugas yang cenderung singkat (3).

Stres akademik yang berkepanjangan dapat mengganggu fungsi kognitif khususnya *short term memory* (STM), serta berdampak pada *prefrontal cortex* dan *hippocampus*, yaitu dua area otak yang kritis untuk pembentukan dan pemrosesan memori (4). Secara global, menurut *Association of American Medical Colleges* (AAMC) pada tahun 2020 menunjukkan bahwa 3-5% mahasiswa kedokteran tidak dapat menyelesaikan studi dalam waktu enam tahun dengan stres akademik sebagai salah satu faktor penyebab utama (5). Penelitian di Singapura menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami tingkat stres dengan

prevalensi gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi mencapai 20-30% (6). Studi di Inggris melaporkan bahwa sekitar 12% mahasiswa kedokteran mengalami kesulitan akademik, seperti kegagalan ujian atau *drop out*, yang sebagian besar berkaitan dengan stres akademik (7).

Studi tahun 2022 yang dilakukan terhadap mahasiswi prodi Kedokteran Universitas Malikussaleh mengenai stres akademik dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori tingkat stres sedang yaitu 41%, yang artinya hampir setengah dari mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh memiliki tingkat stres sedang (8). Data AAMC (2020) menegaskan bahwa faktor-faktor seperti kelelahan dan gangguan kesehatan mental berkontribusi pada tingkat ketidakihtungan mahasiswa kedokteran. Hal ini menunjukkan bahwa stres akademik tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis, tetapi juga keberhasilan akademik mahasiswa kedokteran secara global (5).

STM merupakan bagian dari memori kerja (*working memory*), yang mendukung aktivitas seperti pemecahan masalah aritmatika, analogi, dan pemahaman teks atau percakapan (9). Selanjutnya STM juga merupakan *way-station* ke memori jangka panjang. Artinya, informasi terlebih dahulu berada di memori jangka pendek sebelum disandikan ke memori jangka panjang. Sehingga STM sangat penting dalam proses kognitif dikarenakan menjadi fondasi dalam berfikir dan pengambilan keputusan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi STM adalah stres. Penelitian di Universitas Jember (2019) menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat stres normal memiliki rata-rata skor *digit span test* lebih baik, sementara mahasiswa dengan stres ringan, sedang dan berat memiliki skor rata-rata *digit span test* yang lebih rendah (10).

Berdasarkan studi sebelumnya tahun 2025 di Prodi Kedokteran Universitas Malikussaleh pada uji *digit span (forward)* ditemukan hasil STM responden berada di bawah *median*, yaitu sebanyak 59,5% yang artinya masih cukup banyak mahasiswa yang memiliki STM yang rendah (11). Hal ini juga akan berpengaruh pada *load memory*, dimana *load memory* dengan beban kognitif yang tinggi terbukti memperburuk dampak distraksi sehingga menurunkan akurasi

working memory khususnya pada individu dengan kapasitas memori jangka pendek yang rendah. *Load memory* merupakan faktor penting yang menentukan efisiensi kerja memori jangka pendek serta dapat menjadi sumber keterbatasan dalam fungsi kognitif sehari-hari yang dikaitkan dengan prestasi akademik dan ketepatan dalam mendiagnosis yang memerlukan kesiapsiagaan dalam waktu yang cepat (12).

Di Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, belum terdapat data empiris yang mengkaji hubungan antara stres akademik dan memori jangka pendek. Padahal, pemahaman terhadap hubungan ini sangat penting untuk meningkatkan kesiapsiagaan calon dokter dalam menghasilkan lulusan yang kompeten dan unggul, khususnya dalam bidang kebencanaan. Stres akademik yang tidak terkelola dapat menghambat kemampuan kognitif mahasiswa termasuk *short term memory*, yang berpotensi menurunkan kualitas kognitif calon dokter. (13).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran cukup tinggi dan dapat membawa dampak kurang baik terutama pada saat pemrosesan *short term memory* yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran dan prestasi mahasiswa serta kesiapsiagaan dan ketepatan calon dokter dalam menentukan diagnosis dan tindakan yang tepat bagi pasien. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres akademik terhadap memori jangka pendek pada mahasiswa prodi Kedokteran Universitas Malikussaleh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa kedokteran untuk menyadari dan memahami pentingnya manajemen stres untuk menjaga performa kognitif guna menciptakan lulusan dokter yang berkompeten di masa depan.

1.2 Rumusan Masalah

Short term memory merupakan komponen penting yang diperlukan dalam proses belajar khususnya pada mahasiswa kedokteran. Stres akademik yang kerap dikaitkan dengan mahasiswa kedokteran merupakan persoalan yang tidak mudah untuk dapat dihindari. Hal ini akan berdampak pada proses pengolahan informasi dalam otak yang juga berpotensi mempengaruhi prestasi akademik dan

kesiapsiagaan mahasiswa kedokteran. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengeksplorasi keterkaitan antara stres akademik dengan *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024?
2. Bagaimana gambaran stres akademik mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024?
3. Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan penelitian

Mengetahui pengaruh stres akademik terhadap *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui gambaran *short term memory* mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024.
2. Mengetahui gambaran stres akademik mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024.
3. Mengetahui pengaruh stres akademik terhadap *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2022-2024.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan, pengetahuan, serta pemahaman mengenai hubungan stres akademik terhadap *short term memory* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai edukasi mengenai pengaruh stres akademik terhadap fungsi memori jangka pendek.
2. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan strategi manajemen stres bagi mahasiswa kedokteran.
3. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi kesiapsiagaan bagi calon dokter dalam menentukan diagnosis dan tatalaksana yang tepat bagi pasien.
4. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai stres akademik atau *short term memory*.