

ABSTRAK

KORELASI AKTIVITAS EKSTRAKURIKULER DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS GADJAH MADA

Latar Belakang: Pendidikan dokter diakui sebagai lingkungan penuh dengan tekanan dan tuntutan yang dapat mempengaruhi kemampuan akademis, kesehatan fisik dan kesehatan mental mahasiswa kedokteran, salah satu di antaranya adalah kecemasan. Kecemasan adalah perasaan tidak enak, tidak nyaman, dan penuh ketakutan diikuti dengan manifestasi gejala otonom dan somatis diharapkan menjadi respon terhadap bahaya potensial. Prevalensi mahasiswa kedokteran yang mengalami kecemasan ini tergolong cukup tinggi. Mahasiswa secara umum memiliki berbagai cara untuk menghadapi kecemasan ini salah satunya dengan mengikuti aktivitas ekstrakurikuler, dimana beberapa studi menyatakan bahwa aktivitas ekstrakurikuler memberikan kesempatan belajar kepada mahasiswa untuk menyelesaikan masalah, mendapatkan dukungan sosial, serta kesempatan untuk belajar beradaptasi.

Tujuan: Mencari korelasi antara tingkat kecemasan dan aktivitas ekstrakurikuler pada mahasiswa kedokteran di Universitas Gadjah Mada.

Subjek: Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa sarjana (S1) kedokteran Universitas Gadjah Mada yang sedang dalam masa studi pada tahun kedua, ketiga, dan keempat di kedua program studi; reguler dan internasional.

Metodologi: Subjek penelitian diminta untuk mengisi dua jenis kuesioner; Taylor Manifest Anxiety Scale dan Aktivitas Ekstrakurikuler. Tingkat kecemasan dibagi menjadi tiga golongan: rendah (nilai total 5 sampai 15), sedang (nilai total 16 sampai 39) serta tinggi (nilai total 40 sampai 50). Sedangkan kuesioner aktivitas ekstrakurikuler terdapat pertanyaan keterlibatan, jumlah aktivitas, frekuensi, jenis aktivitas, dan dukungan orang tua.

Hasil: Tidak terdapat hasil yang bermakna statistik untuk menunjukkan hubungan antara kecemasan dan aktivitas ekstrakurikuler. Tingkat kecemasan dan aktivitas ekstrakurikuler memiliki korelasi negatif tetapi tidak signifikan secara statistik.

Kesimpulan: Hipotesis berupa “Terdapat korelasi antara tingkat kecemasan dan aktivitas ekstrakurikuler” tidak dapat dibuktikan karena tidak bermakna signifikan.

Kata Kunci: kecemasan, aktivitas ekstrakurikuler, mahasiswa kedokteran, Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN EXTRACURRICULAR ACTIVITY AND ANXIETY AMONG UNDERGRADUATE MEDICAL STUDENTS IN GADJAH MADA UNIVERSITY

Background: Medical education is recognized as an environment filled with pressures and demands that can affect academic ability, physical health and mental health of medical students, one of which is anxiety. Anxiety is a feeling of discomfort, and full of fear followed by manifestations of autonomic and somatic symptoms is expected to be a response to potential dangers. The prevalence of medical students who experience anxiety is quite high. Students in general have various ways to deal with anxiety, one of them is by participating in extracurricular activities, where based on numerous studies have shown extracurricular activities provide learning opportunities for students to solve problems, get social support, and opportunities to learn to adapt.

Objective: Looking for correlations between anxiety and extracurricular activities among medical students at Gadjah Mada University.

Subject: Subjects are undergraduate medical students of Universitas Gadjah Mada, in both international and regular class who are currently on their second, third and fourth year of academic study.

Methodology: Research subjects were asked to fill in two different questionnaires; Taylor Manifest Anxiety Scale and about extracurricular activities. Anxiety level was divided into three categories; Low (score between 5 to 15), Moderate (score between 16 to 39) and High (score between 40 to 50). In extracurricular activities there were questions about participation, number of activity, frequency, type of activities, and parents' supports.

Results: There are no statistically significant results to show the correlation between anxiety and extracurricular activities. The level of anxiety and extracurricular activity has a negative correlation but is not statistically significant.

Conclusion: The hypothesis "There is a correlation between the level of anxiety and extracurricular activities" cannot be proven because it is insignificant.

Keywords: anxiety, extracurricular activities, medical students, Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)