

Skrining kesehatan mental terhadap mahasiswa baru Fakultas Kedokteran

Fatmawati*, Tri Suciati, Ella Amalia, Diyaz Syauki Ikhsan, Syarifah Aini

¹PLP-Bimbingan dan Konseling Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya
E-mail: fatmawati.karim@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Kesehatan mental yang baik sangat diperlukan untuk menunjang kelancaran proses pembelajaran. Mahasiswa memiliki pola pembelajaran yang berbeda dengan sekolah menengah, sehingga mahasiswa harus dapat beradaptasi dengan proses pembelajaran tersebut. Skrining kesehatan mental mahasiswa baru diperlukan agar dapat diketahui lebih dini. Fakultas Kedokteran (FK) Unsri mempunyai program studi (PS) sarjana seperti Pendidikan Dokter (PSPD), Kedokteran Gigi (PSKG), Ilmu Keperawatan (PSIK) dan Psikologi (PS Psikologi). Proses pendidikan di FK yang berbeda dengan fakultas lain dapat memengaruhi kesehatan jiwa mahasiswa. Selain itu, banyak permasalahan yang dihadapi selama proses pendidikan, baik dari masalah akademis ataupun non akademis, membuat mahasiswa terhambat dalam pendidikannya. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui kesehatan mental berupa gangguan mental emosional, tingkat kejenuhan dan motivasi belajar mahasiswa baru program sarjana di FK Unsri.

Hanya 444 dari 513 mahasiswa baru (86,54%) yang terlibat dalam skrining kesehatan mental ini, dengan rincian PSKG (96%), PSPD (94,74%), PSIK (86,07%) dan PS Psikologi (47,83%). Skrining tingkat kejenuhan mahasiswa baru dengan menggunakan kuesioner *Boredom Proness Scale* (BPS) didapatkan sebanyak 7 (1,58%) mahasiswa baru yang masuk dalam kategori 4 yang perlu mendapatkan perhatian lebih dari dosen pembimbing akademik. Skrining untuk mengetahui ada gangguan mental emosional dilakukan dengan menggunakan *Self-Reporting Questionare* (SRQ), dimana didapatkan 34,23% mahasiswa baru dengan gangguan mental emosional. Sedangkan kuesioner SMMS hanya dilakukan untuk mahasiswa PSPD dan PSKG didapatkan 83,01% mahasiswa memiliki motivasi belajar yang baik, sedangkan 16,99% memiliki motivasi yang kurang. Hasil skrining ini bersifat kuantitatif, yang dapat menjadi masukan dan data awal bagi dosen pembimbing akademik sehingga proses pendidikan mahasiswa dapat berjalan lancar.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Mahasiswa Kedokteran Program Sarjana, Deteksi Dini

Abstract

Mental Health Screening For New Students of Medical Faculty. Good mental health is needed to support the smooth learning process. Students have different learning patterns from high schools, so they must be able to adapt to the learning process. New student's mental health screening is needed to be detected earlier. Medical Faculty (FK) Unsri has undergraduate programs (PS) such as Medical Education (PSPD), Dentistry (PSKG), Nursing (PSIK) and Psychology (PS Psychology). The educational process in FK, which is different from other faculties, can affect students' mental health. Academic and non academic problems encountered during the educational process, hinder students in their education. The aims was to determine mental health such as mental emotional disorders, the saturation and learning motivation of new undergraduate students at FK Unsri. There were 444 of 513 new students (86.54%) who were involved in this mental health screening, which PSKG (96%), PSPD (94.74%), PSIK (86.07%) and PS Psychology (47.83 %). Screening the saturation level using the *Boredom Proness Scale* (BPS) found that 7 (1.58%) new students were in category 4 who

needed more attention from academic supervisors. Screening for mental-emotional disorders is carried out using the Self-Reporting Questionnaire (SRQ), in which 34.23% of new students have mental-emotional disorders. While the SMMS was only conducted for PSPD and PSKG students, it was found that 83.01% of students had good motivation, while 16.99% had less motivation. The results of this screening are quantitative in nature, which can be used as input and initial data for academic supervisors so that the student education process can run well.

Keywords: *Mental Health, Undergraduate Medical Student, Early Detection*

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan telah menjadi salah satu fokus kesehatan yang harus segera ditangani, terutama kesehatan jiwa. Pada saat ini, fokus pelayanan kesehatan jiwa lebih ke arah upaya promotif dan preventif kesehatan. Deteksi dini kesehatan jiwa merupakan pelayanan preventif yang dapat dilakukan agar kesehatan jiwa dapat diketahui lebih dini. Gangguan mental emosional adalah keadaan perubahan emosi seseorang yang jika terus berlanjut dapat memengaruhi kualitas hidup.¹

Mahasiswa pada semester pertama mengalami proses adaptasi terhadap proses pembelajaran yang berbeda dari sebelumnya, interaksi sosial dengan teman sebaya yang beragam, dan pengelolaan waktu belajar yang lebih panjang. Mahasiswa mempunyai rutinitas perkuliahan, baik proses pembelajaran di kelas maupun praktikum serta tugas tambahan lainnya di luar jadwal kuliah.² Proses pendidikan di Fakultas Kedokteran yang berbeda dengan fakultas lain dengan beban yang lebih besar pada pelaksanaan proses pendidikannya, dapat memengaruhi kesehatan jiwa mahasiswa. Selain itu, banyak permasalahan yang dihadapi mahasiswa selama proses pendidikan, baik dari masalah akademis ataupun kehidupan sehari-hari, yang dapat memengaruhi proses pembelajaran.

Adanya masalah kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran dapat berdampak pada motivasi belajar, tingkat kejenuhan, dan prestasi akademik. Oleh karenanya perlu adanya skrining kesehatan mental terhadap mahasiswa baru yang masuk ke Fakultas Kedokteran Unsri agar dapat menggambarkan bagaimana kesehatan mentalnya, berupa gangguan mental emosional dan tingkat kejenuhan serta bagaimana motivasi belajar

selama menjalani pendidikan di Fakultas Kedokteran. Hal ini diperlukan agar dapat diambil tindakan oleh dosen pembimbing akademik untuk mendampingi selama menjadi mahasiswa fakultas kedokteran serta memotivasi untuk dapat menjalankan proses pendidikan dan menyelesaikan pendidikan di Fakultas Kedokteran dengan tepat waktu dan hasil yang baik.

Untuk menilai kesehatan mental mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya tahun akademik 2022/2023 akan dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang berkaitan dengan penilaian karakteristik yang dimaksud, dalam hal ini dengan menggunakan kuesioner *Boredom Proness Scale (BPS)* untuk menilai tingkat kejenuhan, *Self-Rating Questionnaire (SRQ)* untuk menilai tingkat gangguan mental emosional dan *Strength of Motivation for Medical School (SMMS)* versi Bahasa Indonesia yang telah tervalidasi untuk menilai tingkat motivasi belajar mahasiswa kedokteran. Dari hasil penilaian ini akan didapatkan gambaran kesehatan mental dan motivasi belajar mahasiswa baru tersebut, sehingga dapat terdeteksi lebih dini dan dapat didukung oleh pembimbing akademik dan program studi agar selama proses pendidikan dapat berjalan dengan lancar dan dapat selesai sesuai waktunya.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Mahasiswa baru melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi, akan memasuki masa transisi perubahan status dan proses pembelajaran dari siswa menuju mahasiswa. Mahasiswa akan merasa lebih dewasa, lebih bereksplorasi terhadap gaya hidup dan dengan adanya tugas-tugas akademik, mereka merasa lebih tertantang secara intelektual namun mahasiswa juga dapat mengalami kesulitan, karena adanya *culture shock* terhadap masalah sosial dan psikologis dalam status baru tersebut.³

Awal perkuliahan, mahasiswa akan dihadapkan pada beberapa masalah, seperti pada bidang akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian lingkungan kampus, dan perubahan sistem dan metode belajar, dimana mahasiswa dituntut untuk mampu belajar

secara mandiri, dapat memunculkan berbagai konflik, dimana mahasiswa yang dberada dalam tahap penyesuaian dengan status barunya, tetapi mereka juga harus mampu menyelesaikan tugas akademiknya.⁴

Telah diketahui bahwa efek dari stress mahasiswa kedokteran yang menempuh pendidikan selama 4 tahun ini berpengaruh terhadap gangguan mental mahasiswa tersebut. Penelitian secara kohort menunjukkan bahwa tingkat depresi mahasiswa kedokteran terbukti lebih tinggi dari pada populasi secara umum untuk kategori umur yang sama.⁵

Menurut WHO, kesehatan mental adalah kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan. Kesehatan mental adalah tercapainya keselarasan dalam fungsi jiwa dan kemampuan menghadapi masalah, merasa bahagia dan kemampuan diri. Orang yang sehat mentalnya akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat dan lingkungan. Manusia meliputi biologis, psikologis, sosial dan spiritual yang saling berinteraksi dan mempengaruhi lingkungan. Orang yang sehat mental memiliki ciri-ciri sebagai berikut : dapat beradaptasi secara konstruktif dengan kenyataan, mendapatkan kepuasan dari usaha mereka sendiri, merasa lebih memuaskan jika dapat memberi daripada menerima sesuatu, saling membantu dan menyenangkan satu sama lain, siap menerima kekecewaan untuk kejadian berikutnya, menyelesaikan permasalahan dengan cara yang kreatif dan konstruktif dan memiliki rasa cinta dan kasih sayang.⁶

Kesehatan jiwa bukanlah tentang masalah gangguan jiwa saja, namun juga kelompok yang sehat tetapi beresiko perlu diketahui supaya individu yang sehat agar tetap sehat; individu yang beresiko, tidak menjadi gangguan; dan individu yang mengalami gangguan, akan tetap produktif di masyarakat. Deteksi dini kesehatan jiwa perlu dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat sehingga individu yang sehat akan tetap dalam kesehatan yang baik.⁷

Individu yang berisiko mengalami gangguan kesehatan mental selama menjalani proses pendidikan, dapat mengganggu keberhasilan proses pendidikan tersebut, sehingga perlu dilakukan peningkatan derajat kesehatan jiwa dengan cara deteksi dini. Faktor motivasi, psikologis dan bidang akademik dapat membantu remaja mampu menyesuaikan dirinya. Keberhasilan mahasiswa di dalam bidang akademik dipengaruhi oleh faktor kecerdasan, memiliki motivasi yang lebih adaptif dan juga memiliki kepercayaan diri atas kemampuannya, dimana faktor ini mempunyai peranan yang penting dalam menciptakan hal yang positif pada diri mahasiswa dan juga mempengaruhi terhadap prestasinya.⁸

Faktor-faktor yang memengaruhi kemandirian belajar adalah faktor internal berupa tipe kepribadian mahasiswa tersebut, efikasi diri, dan faktor eksternal berupa pola asuh orang tuanya, dukungan social dari lingkungan seperti keluarga dan dosen, sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran.³

Kejenuhan adalah suatu keadaan dimana seseorang mempunyai gairah hidup yang menurun dan mempunyai ketidakpuasan terhadap sesuatu, yang dikarenakan suatu keadaan yang tidak kondusif. Kejenuhan masih merupakan suatu fenomena yang tidak dapat dipahami secara menyeluruh. Hampir semua orang pernah mengalami kejenuhan. Kejenuhan ini dapat dinilai dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner *Boredom Proness Scale* (BPS).⁹

SRQ-20 adalah suatu kuesioner yang direkomendasikan WHO untuk digunakan menskrining gangguan kejiwaan secara umum dengan 20 buah pertanyaan, dimana jika skor total SRQ-20 lebih dari tujuh, maka orang tersebut mempunyai tekanan dan membutuhkan bantuan psikologis.¹⁰

Motivasi mampu memicu perilaku dan upaya seseorang untuk meraih keberhasilan. Telah didapatkan hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kinerja yang lebih baik selama proses pembelajaran mahasiswa kedokteran.¹¹ Jika mahasiswa itu mempunyai motivasi yang kuat, maka proses pembelajaran di Fakultas Kedokteran akan berhasil dan dapat selesai tepat waktu.

3. METODE

Metode kegiatan ini akan dilakukan sebagai berikut :

- a. Skrining dengan menggunakan kuesioner *Boredom Proness Scale* (BPS) untuk menilai tingkat kejenuhan seseorang, *Self-Rating Questionnaire* (SRQ) untuk menilai gangguan mental emosional seseorang dan *Strength of Motivation for Medical School* (SMMS) untuk mengetahui tingkat motivasi belajar mahasiswa di Fakultas Kedokteran Unsri.
- b. Mengelompokkan dan menganalisa hasil dari skrining tersebut.
- c. Menyimpulkan hasil analisa terhadap karakteristik kepribadian berupa tingkat kejenuhan, gangguan mental emosional dan tingkat motivasi belajar mahasiswa baru di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat 513 mahasiswa baru program sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2022/2023, namun yang menjadi responden pengabdian masyarakat ini sebanyak 444 mahasiswa (69 mahasiswa tidak bersedia meenjadi responden). Mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini adalah dari program studi pendidikan dokter (PSPD) sebanyak 94,73%, program studi ilmu keperawatan (PSIK) sebanyak 86,07%, program studi kedokteran gigi (PSKG) sebanyak 96%, dan program studi Psikologi (PS Psikologi) sebanyak 47,83%.

Tabel 4.1 Partisipasi mahasiswa baru program sarjana FK Unsri

Prodi	Jumlah mahasiswa baru	Jumlah mahasiswa baru yang mengisi kuesioner	Persentase keikutsertaan
PSPD	247	234	94,74%
PSIK	122	105	86,07%
PSKG	75	72	96%
PS Psikologi	69	33	47,83%
Total	513	444	86,54%

Dari 444 mahasiswa ini diminta mengisi kuesioner melalui *G-form* yang telah disediakan. Hasil skrining ini dikelompokkan sesuai dengan program studi dan kriteria penilaiannya. Hasil skrining dapat dilihat pada tabel 4.2, 4.3 dan 4.4.

4.2 Hasil penilaian tingkat kejenuhan

Prodi	Nilai			Jumlah maba				Total
	Terendah	Tertinggi	Rerata	Kat. 1	Kat.2	Kat.3	Kat.4	
PSPD	6	24	15,51	122	65	44	3	234
PSIK	8	28	16,91	48	43	12	2	105
PSKG	8	23	15,68	348	28	9	1	72
PS Psikologi	8	23	15,15	17	12	3	1	33

Keterangan :

Kat. 1 : Nilai di bawah rerata

Kat. 2 : Nilai > rerata s.d. rerata + 1SD

Kat. 3 : Nilai > rerata + 1SD s.d. rerata +2SD

Kat. 4 : Nilai > rerata+ 2SD

Tabel 4.3 Hasil penilaian tingkat gangguan mental emosional

Prodi	Nilai			Jumlah maba dengan nilai SRQ	
	Terendah	Tertinggi	Rerata	Normal	Gangguan mental emosional
PSPD	0	19	5,34	164	70
PSIK	0	18	7,07	61	44
PSKG	0	18	6,12	48	24
PS Psikologi	0	20	7,39	19	14

Tabel 4.4 Hasil penilaian tingkat motivasi belajar di kedokteran

Prodi	Nilai SMMS			Jumlah mahasiswa dengan nilai	
	Min	Max	Rerata \pm SD	Baik	Kurang
PSPD	38	65	50,25 \pm 4,22	191	43
PSKG	42	56	49,50 \pm 3,64	63	9

Dari Tabel 4.1 didapatkan 86,54% mahasiswa yang terlibat dalam skrining kesehatan mental untuk mahasiswa baru tingkat sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya tahun ajaran 2022/2023. Keikutsertaan terbanyak terdapat dari mahasiswa baru PSKG, diikuti PSPD, PSIK dan tersedikit adalah PS Psikologi. Penyebaran link untuk kuesioner dengan menggunakan *G-form* dilakukan oleh mahasiswa yang merupakan anggota pengabdian masyarakat ini.

Hasil skrining tingkat kejenuhan mahasiswa baru dengan menggunakan kuesioner *Boredom Proness Scale* (BPS) dapat dilihat pada tabel 4.2 yang dibagi dalam 4 (empat) kategori, dimana kategori 1 adalah kelompok mahasiswa yang memiliki kejenuhan yang paling rendah, sedangkan kategori 2 sampai 4 adalah kelompok yang memiliki kejenuhan di atas nilai rata-rata, semakin besar kriterianya, semakin tinggi tingkat kejenuhannya. Sehingga mahasiswa yang masuk dalam kategori 4 sebanyak 7 orang (1,58%) dengan rincian PSPD terdapat 3 orang, PSIK terdapat 2 orang, PSKG terdapat 1 orang dan PS Psikologi terdapat 1 orang, harus mendapat perhatian yang lebih besar dari dosen pembimbing akademiknya.

Hasil skrining untuk mengetahui ada gangguan mental emosional atau tidak pada mahasiswa baru dilakukan dengan menggunakan *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ), dimana didapatkan 34,23% mahasiswa baru tersebut diduga terdapat gangguan mental emosional. Sedangkan untuk menilai tingkat motivasi belajar di kedokteran menggunakan kuesioner *Strength of Motivation Medical School* (SMMS) dan hanya dilakukan untuk mahasiswa PSPD dan PSKG saja dan didapatkan sebesar 83,01% mahasiswa memiliki motivasi belajar yang baik, sedangkan 16,01% mahasiswa mempunyai motivasi yang kurang.

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat yang berupa skrining mahasiswa baru program sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya ini disarankan untuk dilakukan berlanjutan dan dapat dilaksanakan pada saat kegiatan Pengenal Kehidupan

Kampus Mahasiswa Baru (PK2MB) dengan waktu yang khusus untuk skrining ini sehingga diharapkan dapat melibatkan semua mahasiswa baru dengan ketercapaiannya 100%.

5. SIMPULAN

Skrining ini bersifat kuantitatif dan didapatkan:

- a. Mahasiswa baru yang memiliki tingkat kejenuhan yang masuk dalam kategori 4 (paling rendah) sebesar 1,58%.
- b. Mahasiswa baru yang terindikasi terdapat gangguan mental emosional sebanyak 34,23%.
- c. Mahasiswa baru program kedokteran yang memiliki motivasi belajar yang rendah sebanyak 16,01%.

Dari hasil pengabdian masyarakat ini disarankan agar skrining dapat dilakukan secara rutin untuk mahasiswa baru agar dapat terpetakan permasalahan kesehatan mentalnya khususnya untuk mengetahui tingkat kejenuhan, tingkat gangguan mental emosional dan tingkat motivasi belajar, sehingga dengan adanya data awal ini dapat dijadikan bekal bagi dosen pembimbing akademik dan program studi yang bersangkutan untuk mendampingi mahasiswa, khususnya yang terindikasi mengalami gangguan kesehatan mental.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan jajarannya yang telah memfasilitasi terlaksananya skrining ini.

Referensi

1. Nurjanah S. Gangguan Mental Emosional pada Klien Pandemi Covid 19 di Rumah Karantina. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2020;3(3):329–34.
2. Jiwa SK, Kualitas DAN, Desvita WR, Awisarita RW, Fikri M, Nurani H, et al. Pandemi Covid-19 Screening of Mental Health , Religiusity , and Quality of Life of Pharmaceutical and Medical Students in the Covid-19 Pandemic. 2022;7(2):293–300.
3. Daulay N. Motivasi Dan Kemandirian Belajar Pada Mahasiswa Baru. *Al-Hikmah J*

- Agama dan Ilmu Pengetah. 2021;18(1):21–35.
4. Nurhayati E. Psikologi Pendidikan Inovatif. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2011. 21–23 p.
 5. Slavin SJ, Schindler DL, Chibnall JT. Medical student mental health 3.0: Improving student wellness through curricular changes. *Acad Med*. 2014;89(4):573–7.
 6. Azizah, Zainuri A. Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik. *Kesehat JiWA Teor dan Apl Prakt Klin [Internet]*. 2016;674.
 7. Ayuwatini S, Ardiyanti Y, Ners PS, Jiwa JK. Overview of Community Mental Health. *J Keperawatan*. 2018;6(1):60–3.
 8. Santrock. J.W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. 6th ed. Jakarta: Erlangga; 2003.
 9. Programme U, Sriwijaya U, Sriwijaya U. Validity and Reliability Test of the Indonesian Version of the Boredom Prone Scale (BPS) in Medical Student Chandra Wahyudi 1* , Bintang Arroyantri Prananjaya 2 1. 98:130–6.
 10. Zaytsev P, Hasaneini SJ, Ruina A. Mental Health Status of Doctor and Nurse During COVID-19 Epidemic In China. 2020.SRRN.
 11. Kusurkar R, Croiset G, Kruitwagen C, ten Cate O. Validity evidence for the measurement of the strength of motivation for medical school. *Adv Heal Sci Educ*. 2011;16(2):183–95.