

Kepekaan terhadap Humor berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Saat Menghadapi Ujian

Muhammad Yusuf Karim¹, Suyatmi², Zulaika Nur Affah³

1. Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret

2. Departemen Histologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret

3. Unit Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret

Korespondensi : muhammadyusufkarim@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Mahasiswa kedokteran menghadapi ujian blok sebagai bentuk evaluasi hasil pembelajaran dalam setiap bloknya. Ujian blok bagi mahasiswa kedokteran terutama mahasiswa baru dapat memicu kecemasan. Kecemasan yang tidak terkendali dapat mempengaruhi prestasi belajar. Dibutuhkan suatu mekanisme pertahanan diri dalam mengatasi kecemasan. Salah satu mekanisme pertahanan diri yang dapat mengatasi kecemasan adalah kepekaan terhadap humor. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepekaan terhadap humor dengan tingkat kecemasan saat menghadapi ujian.

Metode: Rancangan penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Sampel diambil secara *simple random sampling*. Jumlah sampel penelitian ini 152 orang. Kepekaan terhadap humor diukur menggunakan *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS) dan tingkat kecemasan diukur menggunakan *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS). Data yang terkumpul dianalisis menggunakan Uji Korelasi *Pearson*.

Hasil: Penilaian kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan didapatkan rata-rata nilai kepekaan terhadap humor $69,90 \pm 7,22$ dan tingkat kecemasan $22,16 \pm 6,93$. Karakteristik sampel menunjukkan 78,3% memiliki kepekaan terhadap humor yang tinggi dan 21,7% memiliki kepekaan terhadap humor sedang. Pengukuran tingkat kecemasan menunjukkan 50,7% tergolong cemas dan 49,3% tergolong tidak cemas. Pada uji korelasi *Pearson* didapatkan nilai $r = -0,263$ dan nilai $p = 0,001$

Kesimpulan: Terdapat korelasi negatif antara kepekaan terhadap humor dengan tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran tahun pertama dalam menghadapi ujian.

Kata kunci: kepekaan terhadap humor, tingkat kecemasan, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Background: Medical students are facing examination in each topics to evaluate learning achievement. An examination could be a trigger for anxiety. Uncontrolled anxiety could affect the learning achievement. Coping mechanism is needed to decrease the anxiety level. One of the coping mechanisms to decrease anxiety level is sense of humor. The aim of this study was to evaluate whether sense of humor could affect the anxiety level.

Methods: This was an observational analytic with cross-sectional design study. The subjects were First Year Medical Students of Universitas Sebelas Maret. The sample was collected by simple random sampling method. Sense of Humor was assessed using *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS). Anxiety level was assessed using Taylor

Manifest Anxiety Scale (TMAS). Collected data was analyzed with Kolmogorov-Smirnov Normality Test and Pearson Correlation Test.

Results: *There were 152 samples in this study. The mean of sense of humor and anxiety level were 69.90 ± 7.22 and 22.16 ± 6.93 respectively. The majority of the samples showed that 78.3% had a high sense of humor, while 21.7% had a moderate sense of humor. More than half of the samples (50.7%) were anxious and 49.3% were not anxious. The result of the Pearson correlation test showed $r = -0.263$ and $p = 0.001$.*

Conclusions: *This study indicates a negative correlation between sense of humor and anxiety level towards examination on First Year Medical Student of Universitas Sebelas Maret.*

Keywords: *sense of humor, anxiety level, examination*

PENDAHULUAN

Keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan sangat bergantung pada proses belajar yang dialami oleh peserta didik¹. Keberhasilan proses belajar juga dipengaruhi oleh kondisi psikologi, yang salah satunya adalah kecemasan². Dalam hal ini salah satu rangsang yang membangkitkan kecemasan adalah situasi saat menghadapi tes atau ujian³.

Kecemasan merupakan sebuah keadaan khawatir terhadap sesuatu hal buruk yang akan segera terjadi. Hal-hal yang dicemaskan misalnya adalah kesehatan, relasi sekolah, ujian dan kondisi lingkungan. Kecemasan adalah suatu sinyal yang menandakan pada diri seseorang tentang adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman tersebut⁴.

Mahasiswa merupakan salah satu contoh kelompok masyarakat yang mudah cemas⁵. Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok mahasiswa yang memiliki stressor tinggi, terutama bagi mahasiswa baru⁶. Dalam proses pembelajaran, mahasiswa dihadapkan dengan kendala-kendala, diantaranya adalah kesulitan mencari literatur, kurangnya minat mahasiswa dalam belajar serta kurang memahami materi yang telah dibaca. Hal tersebut sangat berpotensi menyebabkan kecemasan⁷.

Proses kecemasan seseorang dalam menghadapi stressor dapat diatasi melalui berbagai coping mechanism atau mekanisme pertahanan diri. Salah satu cara yang dipakai adalah dengan mengembangkan humor. Untuk dapat mengamati, merasakan, atau mengungkapkan humor, seseorang memerlukan kepekaan terhadap humor (*Sense of Humor*)⁸. Kepekaan terhadap humor merupakan sesuatu kemampuan seseorang untuk menikmati, mengamati, dan mengekspresikan sesuatu hal yang lucu⁹. Individu dengan kepekaan terhadap humor yang lebih tinggi, lebih termotivasi, lebih ceria, dapat dipercaya dan mempunyai self-esteem yang lebih tinggi sehingga kemampuan dalam mengatasi kecemasan pun akan lebih baik⁸. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan kepekaan terhadap humor dengan tingkat kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian blok di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan September hingga Desember 2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Populasi sumber pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa

tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Teknik pengambilan sampel penelitian ini dilakukan dengan *simple random sampling*. Rumus besar sampel yang digunakan untuk penelitian ini menggunakan rumus Slovin¹⁰, dan didapatkan besar sampel dalam penelitian sebesar 152 mahasiswa.

Kepekaan terhadap humor dapat diukur dengan *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS) yang dikembangkan oleh Thorson dkk yang memiliki korelasi uji reliabilitas α Chronbach sebesar 0,912¹¹ dan diterapkan dalam penelitian Febriana¹². Tingkat kecemasan diukur dengan *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS)¹³. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan Uji Korelasi Pearson.

HASIL

Dari pengukuran kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan pada subjek penelitian didapatkan data 152 sampel terdiri dari 44 responden laki-laki dan 108 responden perempuan. Berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa responden perempuan lebih banyak yang masuk kategori cemas yaitu sebanyak 53,70%. Sedangkan pada responden pria justru lebih banyak yang masuk kedalam kategori tidak cemas yaitu 56,82%.

Tabel 1. Persentase responden dalam hal kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan

Variabel	N	(%)
KTH		
Rendah	0	0 %
Sedang	33	21,7 %
Tinggi	119	78,3 %
Total	152	100%
TK		
Tidak cemas	75	49,3%
Cemas	77	50,7%
Total	152	100%

Keterangan : KTH= Kepekaan terhadap Humor; TK= Tingkat Kecemasan; N= Jumlah

Karakteristik data yang tersaji pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden (78,3%) memiliki kepekaan terhadap humor yang tinggi. Berdasarkan kategori kecemasan didapatkan bahwa mayoritas (50,9%) responden tergolong cemas. Karakteristik rerata data dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Rerata kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan

Variabel	Rerata \pm SD
KTH	69,90 \pm 7,22
TK	22,16 \pm 6,93

Keterangan : KTH= Kepekaan Terhadap Humor; TK= Tingkat Kecemasan; N= Jumlah Sampel; SD= Standard Deviation

Hasil uji korelasi Pearson, seperti yang ditampilkan pada tabel 2 menunjukkan bahwa antara kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan terdapat hubungan negatif dengan nilai kekuatan hubungan -0,263 yang menunjukkan kekuatan hubungan lemah, sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kepekaan terhadap humor, maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Nilai $p = 0,001$ menunjukkan bahwa penelitian ini menunjukkan korelasi yang signifikan antara kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan. Dengan kata lain, terdapat korelasi lemah yang bermakna secara statistik antara kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan pada mahasiswa tahun pertama saat menghadapi ujian blok di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan nilai korelasi $r = -0,263$. Nilai ini menunjukkan kekuatan korelasi yang lemah. Korelasi yang lemah dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh variasi bentuk mekanisme pertahanan diri seseorang terhadap kecemasan. Setiap orang memiliki kecenderungan bentuk mekanisme pertahanan diri yang berbeda-beda dalam menghadapi kecemasan. Pada dasarnya

pencegahan kecemasan dalam menghadapi stres kehidupan dapat dilakukan dengan penyesuaian diri berorientasi pada tugas serta pembelaan ego¹⁴.

Dari hasil analisis data, didapatkan hubungan yang bermakna secara statistik antara kepekaan terhadap humor dan tingkat kecemasan pada mahasiswa tahun pertama saat menghadapi ujian blok di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa kepekaan terhadap humor akan berhubungan dengan tingkat kecemasan, melalui uraian bahwa kejadian kecemasan perlu diatasi dengan mekanisme pertahanan diri. Salah satu mekanisme pertahanan diri terhadap kecemasan adalah kepekaan terhadap humor^{6-8,18,19}.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Srivastava dan Maurya²⁰ yang menyatakan bahwa kepekaan terhadap humor memiliki fungsi sebagai mekanisme pertahanan diri terhadap kecemasan. Selain itu, hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Zulkarnaen dan Novliadi²¹ yang menyatakan adanya hubungan negatif antara *sense of humor* dengan kecemasan di kalangan mahasiswa psikologi Universitas Sumatera Utara.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya masih terdapat variabel luar tak terkendali yang kemungkinan dapat mempengaruhi hasil penelitian. Variabel luar tak terkendali dalam penelitian ini adalah ras, minat dan motivasi. Perbedaan ras, minat dan motivasi dapat mempengaruhi kecenderungan kecemasan seseorang²²⁻²⁴. Namun pada penelitian ini, variabel luar tak terkendali tersebut tidak di observasi oleh peneliti. Bentuk keterbatasan yang lain pada penelitian ini yaitu penilaian variabel masih terbatas pada satu ujian blok saja sehingga kemungkinan belum dapat menggambarkan

karakteristik variabel pada blok yang lainnya.

Bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap kecemasan dapat dilakukan berdasarkan pendekatan agama dan pendekatan melakukan aktivitas fisik teratur, dimana hal-hal tersebut dapat mengurangi kecemasan¹⁵⁻¹⁷. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa nilai korelasi yang lemah dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh variasi bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap kecemasan tersebut.

KESIMPULAN

Terdapat korelasi negatif antara kepekaan terhadap humor dengan tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran tahun pertama dalam menghadapi ujian blok di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Dr. Eti Poncorini Pamungkasari dr., MPd, Muthmainah, dr., M.Neurosci, dan Balgis dr., M.Sc, CM, FM yang telah memberikan bimbingan, kritik, dan saran yang sangat membantu selama penelitian hingga penulisan naskah publikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suwardi, D.R. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa kompetensi dasar ayat jurnal penyesuaian mata pelajaran akuntansi kelas xi ips di sma negeri 1 kudus. *Economic Education Analysis Journal* 2012. 1:2
2. Slameto. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010. p: 54
3. Djiwandono, SE. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Grasindo; 2002.
4. Nevid JS. *Psychology: concepts and applications*. Boston: Houghton Mifflin; 2003.

5. Tartakovsky M. *Depression and Anxiety Among College Students* dalam <http://psychcentral.com/lib/2008/depression-and-anxiety-among-college-students/> 2008 [cited 3 Agustus 2015].
6. Moffat K.J., McConnachie., Ross S., dan Morrison J. First Year medical student stress and coping in a problem-based learning medical curriculum. *Journal of Medical Education*; 2004. 38: 459-577
7. Selenthin AL. Medical students' attitudes towards group and self-regulated learning. *International Journal of Medical Education*; 2012.3:46-56
8. Kelly, W.E. An investigation of worry and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*.2002. 136: 657-666.
9. Martin, R.A. *Sense of humor: Positive psychological assessment: a handbook of models and measures*. Washington, DC: American Psychological Association.2003.
10. Notoatmodjo. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
11. Thorson J.A., Powell F.C., Schullet I.S., dan Hampes W.P. Psychological health and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*. 1997. 53(6). 605-619.
12. Febriana I. *Pengaruh kepribadian dan sense of humor terhadap psychological well-being*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. 2014.
13. Hakim L. *Hubungan kecemasan dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa pendidikan dokter semester III universitas sebelas maret*. Surakarta :Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. 2013.
14. Maramis W.F. dan Maramis A.A. *Catatan ilmu kedokteran jiwa*. Edisi 2.Surabaya :Airlangga Universitas Press. 2009. pp : 308-312.
15. Safara M dan Bathia MS. Relationship of religious beliefs with anxiety and depression. *Delhi Psychiatry Journal*. 2008. 11(2): 177-179
16. Larun L, Nordheim LV, Ekeland E, Hagen KB, Heian F. Exercise in prevention and treatment of anxiety and depression among children and young people. *Cochrane Database and Systemic Reviews*.2006.
17. Tanzini E. Health, wellbeing, and academic achievement among urban college students. *City College of New York*.2015.
18. Jadoon NA, Yaqoob R, Raza A, Shehzad MA, Choudry ZS. Anxiety and Depression among Medical Students: a cross-sectional study. *Journal of Pakistan Medical Association*. 2010. 60(8):699-702
19. Martin, R.A. *The Psychology of humor: Introgrative approach*. London: Elsevier.2007.
20. Srivastava U.R. dan Maurya V. Sense of humor and psychological health among health care professionals. *Indian Journal of Positive Psychology*. 2014.p 376-381.
21. Zulkarnaen dan Novliadi. Sense of humor dan kecemasan menghadapi ujian di kalangan mahasiswa. *Jurnal Majalah Kedokteran Nusantara*. 2009. 42:1
22. Chapman LK dan Steger MF. Race and religion: Differential prediction of anxiety symptoms by religious coping in africanamerican and europeanamerican young adults. *Journal of Anxiety and Depression Association of America*. 2010. 27:316-322.
23. Wu C, Erickson SR, Pharm D, Piette JD, Balkrishnan R. The association of race, comorbid anxiety, and antidepressant adherence among medicaid enrollees with major depressive disorder. *Research in Social and Administrative Pharmacy*.2012. 193-205
24. Tsai C dan Chang I. The study on motivation and anxiety of english learning of students at a taiwan technical university. *International Journal of English Language Teaching*.2013. 1(1). 24-41