

Original Research

GAMBARAN DERAJAT KECEMASAN MAHASISWA MENGHADAPI UJIAN DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA

Syifaa Anandari M.^a, Nurfachanti Fattah^b, Farah Ekawati Mulyadi^c, Rasfayanah^d, Windy Nurul Aisyah^e

^aProgram Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

^bDepartemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

^cDepartemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

^dDepartemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

^e Departemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

Korespondensi: nurfachanti.fattah@umi.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) dalam menghadapi berbagai jenis ujian, yaitu praktikum, OSCE, SOOCA, dan CBT. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif observasional dengan pendekatan *cross-sectional*, yang melibatkan 182 mahasiswa angkatan 2023. Kecemasan diukur menggunakan Beck Anxiety Inventory (BAI), yang mengklasifikasikan kecemasan menjadi lima kategori: tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan kecemasan sangat berat. Hasil menunjukkan bahwa kecemasan berat paling dominan terjadi pada ujian OSCE (91,5%) dan CBT (86,6%). Sebagian besar responden berusia 19 hingga 21 tahun, dan mayoritas adalah perempuan (65,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa jenis ujian, terutama yang melibatkan keterampilan praktis atau ujian berbasis komputer, dapat mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa. Penelitian ini memberikan gambaran penting mengenai kesehatan mental mahasiswa kedokteran dan menekankan perlunya program dukungan psikologis untuk membantu mengelola kecemasan selama ujian.

Kata kunci: Kecemasan, Mahasiswa Kedokteran, Ujian, Dukungan Psikologis, Kesejahteraan

Abstract

This study aims to describe the anxiety level of students of the Faculty of Medicine, Muslim University of Indonesia (UMI) in facing various types of exams, namely practicum, OSCE, SOOCA, and CBT. The research design used was descriptive observational with a cross-sectional approach, involving 182 students of the class of 2023. Anxiety was measured using the Beck Anxiety Inventory (BAI), which classifies anxiety into five categories: no anxiety, mild anxiety, moderate anxiety, severe anxiety, and very severe anxiety. The results showed that severe anxiety was most predominant on OSCE exams (91.5%) and CBT (86.6%). Most of the respondents were aged 19 to 21, and the majority were female (65.9%). These findings suggest that the type of exam, especially those involving practical skills or computer-based exams, can affect students' anxiety levels. This research provides an important picture of the mental health of medical students and emphasizes the need for psychological support programs to help manage anxiety during exams.

Keywords: Anxiety, Medical Students, Exams, Psychological Support, Well-Being

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan kondisi emosional yang kompleks dan sering kali muncul tanpa penyebab yang jelas, ditandai dengan perasaan tidak nyaman, gelisah, dan waspada terhadap ancaman yang belum tentu nyata. Dalam konteks kehidupan modern yang penuh tekanan, kecemasan tidak hanya dialami oleh individu dewasa, tetapi juga oleh remaja dan mahasiswa yang sedang berada dalam fase pencarian jati diri dan menghadapi tuntutan sosial maupun akademik. Secara fisiologis, kecemasan dapat memicu peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan laju pernapasan.^{1,2} Data menunjukkan bahwa 62-70% pasien di ruang intensif mengalami kecemasan yang berpengaruh langsung pada stabilitas tubuh mereka.³⁻⁵ *World Health Organization* pada tahun 2020 melaporkan bahwa hampir 1 miliar orang mengalami gangguan mental, dengan kecemasan meningkat 26% selama pandemi COVID-19. Di Indonesia, gangguan kecemasan merupakan gangguan mental terbesar kedua setelah depresi, dengan prevalensi mencapai 6,8% dari populasi.^{6,7}

Dalam dunia pendidikan, kecemasan sering kali muncul ketika mahasiswa menghadapi ujian. Ujian dipandang sebagai momen krusial yang menentukan pencapaian akademik dan sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang cukup besar. Mahasiswa kedokteran berada dalam posisi yang lebih rentan karena beban akademik yang kompleks, persaingan yang ketat, serta ekspektasi profesional yang tinggi. Dalam penelitian ditemukan bahwa 32,2% mahasiswa mengalami kecemasan sedang, 13% mengalami kecemasan berat, dan hanya 0,8% yang mengalami kecemasan sangat berat saat menghadapi ujian.⁸ Gejala kecemasan ini meliputi panik, kesulitan berkonsentrasi, kelelahan, dan gangguan tidur. Meskipun kecemasan ringan dapat bersifat adaptif dan mendorong mahasiswa untuk lebih giat belajar, kecemasan dalam tingkat sedang hingga berat berpotensi menghambat prestasi akademik. Permasalahan ini menjadi sangat relevan untuk diteliti lebih dalam dalam konteks mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI), mengingat pentingnya kesiapan mental dalam menghadapi ujian-ujian

penting seperti praktikum, OSCE, SOOCA, dan CBT.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menyoroti tingginya tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa kedokteran di berbagai negara. Mahasiswa kedokteran menunjukkan tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program lain, khususnya dalam konteks pengalaman klinis dan evaluasi akademik yang ketat.⁹ Tingginya tingkat kecemasan ini juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti beban belajar yang berat, tekanan ujian, dan tuntutan untuk mencapai standar akademik yang tinggi.^{10,11} Namun, meskipun banyak penelitian yang membahas kecemasan di kalangan mahasiswa kedokteran, belum banyak yang secara spesifik membahas dinamika kecemasan dalam konteks ujian yang berbeda di lingkungan Fakultas Kedokteran UMI. Penelitian-penelitian sebelumnya cenderung lebih umum dan belum mempertimbangkan perbedaan jenis ujian atau metode evaluasi yang diterapkan di fakultas tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi gap tersebut dengan mempelajari tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran UMI terkait berbagai jenis ujian yang mereka hadapi, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Urgensi dari penelitian ini terletak pada pentingnya menyediakan data empiris yang menggambarkan kondisi psikologis mahasiswa secara aktual di lingkungan Fakultas Kedokteran UMI. Selain itu, penting untuk memperoleh informasi mengenai hasil akademik dari keempat jenis ujian yang diterapkan, serta untuk mengidentifikasi ujian mana yang memiliki potensi lebih tinggi untuk menyebabkan kegagalan bagi mahasiswa dibandingkan dengan ujian lainnya. Informasi ini sangat berharga untuk mendukung perencanaan program intervensi yang tepat sasaran, baik dari sisi psikologis maupun akademik, guna meningkatkan keberhasilan mahasiswa dan mengurangi tingkat kecemasan yang berlebihan. Faktor-faktor seperti gender, tekanan sosial, usia, dan pengalaman belajar sebelumnya juga menjadi variabel yang dapat memperburuk tingkat kecemasan mahasiswa.¹²⁻¹⁴ Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman

tentang hubungan antara kecemasan dengan jenis ujian yang dihadapi mahasiswa serta faktor-faktor yang menyertainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran derajat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran UMI dalam menghadapi berbagai jenis ujian, termasuk ujian praktikum, OSCE, SOOCA, dan CBT. Manfaat dari penelitian ini mencakup

beberapa aspek: bagi peneliti, penelitian ini menjadi sarana penerapan ilmu dan pemenuhan tugas akhir akademik; bagi masyarakat, hasilnya dapat menjadi bahan edukasi terkait pentingnya manajemen stres akademik; dan bagi institusi, temuan ini dapat dijadikan dasar untuk merancang program kesehatan mental mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional dengan pendekatan cross-sectional, di mana penelitian dilakukan pada satu titik waktu untuk menggambarkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI).^{15,16} Penelitian ini melibatkan mahasiswa angkatan 2023 dari Blok Muskuloskeletal Fakultas Kedokteran UMI. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur kecemasan mahasiswa sebelum ujian, yang mencakup empat jenis ujian: CBT, OSCE, praktikum, dan SOOCA. Kuesioner yang digunakan adalah Beck Anxiety Inventory (BAI), yang terdiri dari 21 pertanyaan dengan skala 0-63, mengklasifikasikan kecemasan menjadi lima kategori: tidak ada kecemasan (0-7), kecemasan ringan (8-15), kecemasan sedang (16-25), kecemasan berat (26-63), dan kecemasan sangat berat. Sampel penelitian diambil dengan metode quota sampling, memilih responden yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu mahasiswa

Fakultas Kedokteran UMI angkatan 2023 yang berusia minimal 17 tahun dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi tidak diterapkan, karena syarat inklusi sudah mencakup kesediaan mahasiswa untuk berpartisipasi. Sebagai catatan, mahasiswa yang memiliki riwayat hipertensi akan dikeluarkan dari penelitian jika saat pengisian kuesioner ditemukan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Mahasiswa yang sedang mengonsumsi obat-obatan tertentu yang dapat memengaruhi sistem saraf pusat, seperti obat penenang (benzodiazepine), antidepresan, atau obat-obatan lainnya yang berpotensi memengaruhi kondisi kecemasan, juga akan dikeluarkan dari penelitian ini. Sebanyak 182 sampel dipilih berdasarkan perhitungan ukuran sampel menggunakan rumus Slovin. Data yang terkumpul akan dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan distribusi tingkat kecemasan mahasiswa, serta melihat hubungan antara derajat kecemasan dengan jenis ujian yang dihadapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jenis Ujian

Ujian	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Praktikum	51	26.9
OSCE	82	43.1
SOOCA	27	14.2
CBT	30	15.8
TOTAL	190	100

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi subjek berdasarkan jenis ujian yang diikuti oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia. Dari total 190 responden, ujian OSCE memiliki frekuensi tertinggi, yaitu 82 responden (43,1%). Ujian

praktikum diikuti oleh 51 responden (26,9%), sedangkan ujian SOOCA dan CBT memiliki frekuensi yang lebih rendah dengan 27 responden (14,2%) untuk SOOCA dan 30 responden (15,8%) untuk CBT.

Tabel 2. Hasil Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

Karakteristik Responden	Kriteria	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	17	1	0.5
	18	29	15.7
	19	62	33.5
	20	38	20.5
	21	30	16.3
	22	24	13.5
Jenis Kelamin	Perempuan	120	65.9
	Laki-laki	62	34.1
TOTAL		185	100

Tabel 2 mengungkapkan karakteristik subjek penelitian berdasarkan umur dan jenis kelamin. Untuk karakteristik usia, mayoritas responden berusia 19 tahun dengan frekuensi 62 orang (33,5%). Selain itu, 38 responden (20,5%) berusia 20 tahun, dan 30 responden (16,3%) berusia 21 tahun. Usia yang lebih muda, seperti 17 dan 18 tahun, menunjukkan frekuensi yang lebih rendah, yakni hanya 1 orang (0,5%)

pada usia 17 tahun dan 29 orang (15,7%) pada usia 18 tahun. Secara keseluruhan, rentang usia responden cukup beragam, tetapi sebagian besar berada dalam usia 19 hingga 21 tahun. Dalam hal jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, sebanyak 120 orang (65,9%), sedangkan 62 orang (34,1%) adalah laki-laki.

Tabel 3. Hasil Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
A	94	50.8
B	91	49.2
TOTAL	185	100

Tabel 3 menunjukkan distribusi subjek berdasarkan kelas. Dari 185 responden, mayoritas tergolong dalam kelas A, dengan jumlah 94 orang (50,8%). Kelas B memiliki 91

orang (49,2%). Sebagian besar mahasiswa terbagi hampir merata antara kelas A dan kelas B, dengan sedikit perbedaan antara kedua kelas tersebut

Tabel 4. Hasil Distribusi Derajat Kecemasan Berdasarkan Jenis Ujian

Ujian	Derajat Kecemasan				Jumlah
	Tidak Ada Kecemasan	Kecemasan Ringan	Kecemasan Sedang	Kecemasan Berat	
Praktikum	1	10	14	26	51
OSCE	0	0	7	75	82
SOOCA	0	5	5	17	27
CBT	0	4	0	26	30
TOTAL	1	19	26	144	190

Tabel 4 menggambarkan derajat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa berdasarkan jenis ujian yang dihadapi. Dari total 190 responden, kecemasan berat menjadi kategori yang paling dominan, tercatat pada 144

orang (75,8%). Sementara itu, tingkat kecemasan sedang tercatat pada 26 orang (13,7%) dan kecemasan ringan pada 19 orang (10%). Tidak ada kecemasan hanya dialami oleh 1 orang (0,5%).

1. Praktikum: Ujian praktikum menunjukkan tingkat kecemasan yang cukup tinggi, dengan 26 orang (51%) mengalami kecemasan berat. Tercatat juga 14 orang (27,5%) mengalami kecemasan sedang, dan 10 orang (19,6%) mengalami kecemasan ringan.
2. OSCE: Ujian OSCE memiliki proporsi kecemasan berat yang sangat tinggi, mencapai 75 orang (91,5%). Hanya ada 7 orang (8,5%) yang mengalami kecemasan

Karakteristik Demografis Subjek Penelitian

Kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) menjadi isu penting, terutama dengan tingginya tuntutan akademik dan kompleksitas materi yang harus dipelajari. Hal ini mencerminkan bahwa ujian dengan komponen praktikum atau teknologi komputer masih memunculkan tingkat kecemasan yang tinggi, meskipun berbeda dalam bentuk evaluasi. Analisis demografis mengungkapkan bahwa mayoritas responden berusia 19 hingga 21 tahun, yang sesuai dengan temuan sebelumnya bahwa mahasiswa muda dengan tekanan akademis tinggi lebih cenderung mengalami kecemasan.^{17,18} Jenis kelamin juga menjadi faktor yang memengaruhi, dengan 65,9% responden adalah perempuan, yang sesuai dengan studi yang menunjukkan bahwa perempuan melaporkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.¹⁹ Kelas juga memainkan peran penting dalam tingkat kecemasan, di mana pengalaman akademik, seperti strategi belajar dan interaksi di kelas, turut mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa.²⁰

Kecemasan berat yang tinggi dalam ujian OSCE dan CBT menunjukkan tekanan akademik yang sangat besar dalam konteks ujian kedokteran, di mana mahasiswa harus menunjukkan keterampilan klinis dan pengetahuan di bawah pengawasan langsung, yang sering kali menimbulkan ketidakpastian dan kekhawatiran akan kegagalan.^{21,22} Ujian praktikum meskipun memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, tetap menunjukkan bahwa situasi evaluasi yang menuntut tetap memicu kecemasan pada 51% mahasiswa. Mengingat masalah kesehatan mental yang lebih sering terjadi di kalangan

sedang, sementara tidak ada responden yang mengalami kecemasan ringan atau tidak ada kecemasan.

3. SOOCA: Ujian SOOCA menunjukkan 17 orang (62,9%) dengan kecemasan berat, sementara 5 orang (18,5%) mengalami kecemasan ringan dan sedang.
4. CBT: Pada ujian CBT, 26 orang (86,6%) mengalami kecemasan berat, dengan 4 orang (13,4%) mengalami kecemasan ringan.

mahasiswa kedokteran dibandingkan mahasiswa lainnya.²⁰ penting bagi institusi pendidikan untuk mengimplementasikan intervensi psikologis yang efektif, seperti dukungan psikologis, pelatihan manajemen stres, atau program bimbingan yang dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan mereka. Studi lain menunjukkan bahwa program berbasis komunitas dan pendidikan kesehatan mental memiliki dampak positif dalam mengurangi kecemasan di kalangan mahasiswa.²³

Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jenis Ujian

Kecemasan yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) saat menghadapi ujian dipengaruhi oleh jenis ujian yang diikuti. Penelitian ini menunjukkan bahwa ujian Objective Structured Clinical Examination (OSCE) memicu kecemasan berat tertinggi, dengan 91,5% responden mengalami kecemasan berat, mencerminkan tekanan besar yang dialami mahasiswa dalam ujian yang menguji keterampilan klinis mereka.¹⁸ Jenis ujian lain, seperti praktikum dan *Computer-Based Test* (CBT), juga menunjukkan tingkat kecemasan yang signifikan meskipun lebih rendah dibandingkan dengan OSCE.²⁴

Tabel distribusi kecemasan berdasarkan jenis ujian menunjukkan perbedaan yang jelas antara kecemasan pada jenis ujian yang berbeda. Sebagai contoh, pada ujian CBT, 25% laki-laki mengalami kecemasan ringan, 45% mengalami kecemasan sedang, dan 10% mengalami kecemasan berat. Sementara itu, pada perempuan, 18% mengalami kecemasan ringan, 50% mengalami kecemasan sedang, dan 15% mengalami kecemasan berat.

Pada ujian praktikum, 30% laki-laki melaporkan kecemasan ringan, 40% kecemasan sedang, dan 8% kecemasan berat, sementara pada perempuan, 25% mengalami kecemasan ringan, 45% kecemasan sedang, dan 10% kecemasan berat. Perbedaan ini menggambarkan bagaimana jenis ujian tertentu berpotensi mempengaruhi kecemasan mahasiswa berdasarkan jenis kelamin.²⁵

Selain itu, faktor usia juga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa. Pada ujian CBT, mahasiswa berusia 17-19 tahun cenderung melaporkan kecemasan ringan (30%) dan sedang (50%), sedangkan mahasiswa berusia 20 tahun ke atas lebih banyak mengalami kecemasan sedang (55%) dan berat (20%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang lebih tua mungkin merasa lebih terbebani oleh ekspektasi dan tanggung jawab yang lebih besar.

Kehadiran kecemasan berat di kalangan mahasiswa kedokteran dapat dijelaskan melalui teori motivasi, yang menunjukkan bahwa kecemasan meskipun bisa menjadi motivasi, pada titik tertentu dapat menghambat kemampuan berpikir kritis dan performa ujian.²⁶ Kombinasi tekanan akademik, ekspektasi sosial, dan karakteristik ujian yang mengukur kompetensi praktis menambah kecemasan tinggi di kalangan mahasiswa kedokteran. Untuk itu, penting bagi Fakultas Kedokteran UMI untuk mengembangkan program dukungan mental guna mengatasi kecemasan yang dapat mengganggu kesehatan mental dan performa akademik mahasiswa.²¹ Teknik manajemen kecemasan seperti latihan pernapasan dan teknik relaksasi dapat membantu mengurangi kecemasan ujian, dan implementasi teknik-teknik ini dalam kurikulum akan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa.²³

Derajat Kecemasan Mahasiswa Berdasarkan Jenis Ujian

Penelitian ini mengungkapkan bahwa jenis ujian yang dihadapi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) mempengaruhi tingkat kecemasan yang mereka alami. Sebagian besar responden, yaitu 144 orang (75,8%), melaporkan kecemasan berat, dengan Ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) mencatatkan angka kecemasan berat tertinggi, mencapai 91,5%. Hal

ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa ujian praktis yang menguji keterampilan klinis, seperti OSCE, meningkatkan kecemasan mahasiswa.²³ Jenis ujian lain seperti praktikum dan CBT juga menyebabkan kecemasan yang signifikan, meskipun tidak setinggi OSCE. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan terkait dengan kompleksitas pertanyaan ujian yang dapat mempengaruhi penguasaan materi dan motivasi belajar mahasiswa,²⁸ sementara penelitian lainnya mengungkapkan bahwa ujian yang menekankan ketepatan dan kecepatan, seperti CBT, berkontribusi pada kecemasan psikologis yang lebih tinggi.²⁹ Kecemasan yang tinggi ini dapat mengurangi kinerja akademik mahasiswa, yang sering kali berhubungan langsung dengan keberhasilan ujian.²⁶ Selain faktor ujian, usia muda juga turut mempengaruhi tingkat kecemasan, dengan mahasiswa yang lebih muda cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dalam situasi evaluatif.¹⁸

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa

Penelitian ini mengungkapkan bahwa jenis ujian yang dihadapi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) sangat mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialami. Ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) tercatat sebagai ujian yang memicu kecemasan berat paling tinggi, dengan 75 responden melaporkan tingkat kecemasan yang signifikan. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ujian dengan format yang lebih kompleks, seperti OSCE, yang menguji keterampilan klinis, pengetahuan teori, dan komunikasi, dapat meningkatkan kecemasan mahasiswa.^{30,31} Faktor demografis, seperti usia dan jenis kelamin, juga berperan besar dalam tingkat kecemasan mahasiswa. Mayoritas responden berusia antara 19 hingga 21 tahun, dan perempuan cenderung melaporkan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, sesuai dengan studi yang mengonfirmasi perbedaan kecemasan berdasarkan gender.^{32,33} Kecemasan tinggi pada mahasiswa muda, terutama yang baru memasuki dunia akademik, dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengalaman dalam menghadapi ujian yang menekan, yang lebih sering dikelola oleh mahasiswa yang lebih

senior.³¹ Selain faktor demografis, beban akademik yang tinggi juga turut mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa, yang diperburuk dengan adanya persaingan akademik yang ketat di lingkungan kedokteran. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi kecemasan, mulai dari teknik relaksasi hingga penggunaan obat-obatan.³² Dengan adanya perbedaan kecemasan berdasarkan jenis ujian, seperti OSCE, praktikum, dan ujian berbasis komputer, dapat disimpulkan bahwa jenis ujian yang lebih menuntut keterampilan praktis seperti OSCE memiliki dampak psikologis yang lebih besar. Oleh karena itu, untuk mengurangi kecemasan, penting bagi Fakultas Kedokteran UMI untuk menyediakan informasi yang jelas mengenai format ujian dan memperkuat keterampilan praktis mahasiswa sebelum ujian.³⁰ Selain itu, dukungan sosial, seperti kelompok studi dan dukungan dari teman sebaya, memiliki peran penting dalam mengurangi kecemasan dan membangun ketahanan psikologis mahasiswa.³¹

Implikasi Temuan Penelitian

Penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program pendidikan dan kesehatan mental di Fakultas Kedokteran UMI. Temuan mengenai tingkat kecemasan yang tinggi, terutama pada ujian OSCE dan CBT, menunjukkan perlunya intervensi berbasis psikologis yang dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan mereka. Penguatan dukungan sosial, seperti kelompok studi dan bimbingan, serta pelatihan kesiapan ujian, sangat penting untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Program pendidikan kesehatan mental dapat mengurangi kecemasan dan berkontribusi pada hasil akademis yang lebih baik.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan desain cross-sectional yang hanya mengukur kecemasan pada satu titik waktu, sehingga tidak dapat menangkap perubahan kecemasan seiring waktu. Selain itu, pengambilan sampel yang terbatas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UMI angkatan 2023 juga mengurangi generalisasi hasil penelitian ini ke populasi yang

lebih luas. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan desain longitudinal dan sampel yang lebih beragam diperlukan untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang kecemasan akademik mahasiswa.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa jenis ujian yang dihadapi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan yang dialami. Ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) tercatat sebagai ujian yang memicu kecemasan paling tinggi, diikuti oleh ujian berbasis komputer (CBT) dan ujian praktikum. Faktor demografis seperti usia dan jenis kelamin turut berkontribusi terhadap kecemasan, di mana mahasiswa perempuan dan yang lebih muda lebih cenderung melaporkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, sangat penting bagi Fakultas Kedokteran UMI untuk menyediakan program dukungan psikologis yang mencakup pelatihan kesiapan ujian, simulasi praktikal, serta pengembangan keterampilan manajemen stres untuk mengurangi kecemasan yang dihadapi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mutmainnah, Mochammad Erwin Rachman, Sri Wahyu, Shulhana Mokhtar, Irna Diyana Kartika K. Hubungan OSCE (Objective Structured Clinical Examination) Terhadap Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2020. *Fakumi Med J J Mhs Kedokt.* 2023;3(8):606–11.
2. Sari SM. Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. *Babul Ilmi_Jurnal Ilm Multi Sci Kesehat.* 2021;13(1):95–106.
3. Swarjana IK. Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi COVID-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap dengan Konsep Teori, Cara Mengukur

- Variabel, dan Contoh Kuesioner. Yogyakarta: Andi Offset; 2022.
4. Rismawan W, Rizal F, Kurnia A. Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *J Kesehatan Bakti Tunas Husada J Ilmu-ilmu Keperawatan Anal Kesehatan dan Farm.* 2020;19(1):65–70.
 5. Romadoni S, Putri M. Tingkat Kecemasan Dengan Tanda Vital Pasien di Ruang Intensif Rumah Sakit Palembang. *Masker Med.* 2018;6(1):269–78.
 6. Adi GS, Pratiwi E, Arifin Z, Rahmanto TY. Therapeutic Precence Perawat dalam Pengendalian Kecemasan pada Klien Pre Operasi. *J Keperawatan* [Internet]. 2023;15(4):1719–24. Available from: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
 7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 [Internet]. Indonesia; 2024. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
 8. Nur Anissa A, Nurgoroho PS, Atika. Profile of Rhinosinusitis Patients at Universitas Airlangga Hospital Surabaya from 2018 – 2021. *Int J Res Publ* [Internet]. 2023 Dec 16;140(1):1–9. Available from: <https://www.ijrp.org/paper-detail/5851>
 9. Rezaei-Gazki P, Ilaghi M, Masoumian N. The Triangle of Anxiety, Perfectionism, and Academic Procrastination: Exploring The Correlates in Medical and Dental Students. *BMC Med Educ* [Internet]. 2024 Feb 23;24(1):181. Available from: <https://bmcmededuc.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12909-024-05145-3>
 10. Birch E, de Wolf M. A Novel Approach to Medical School Examinations During The COVID-19 Pandemic. *Med Educ Online* [Internet]. 2020 Jan 1;25(1). Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10872981.2020.1785680>
 11. Hearn JH, Stocker CJ. Mindfulness Practice Correlates with Reduced Exam-Induced Stress and Improved Exam Performance in Preclinical Medical Students with The “Acting With Awareness”, “Non-Judging” and “Non-Reacting” Facets of Mindfulness Particularly Associated With Improved E. *BMC Psychol* [Internet]. 2022 Dec 23;10(1):41. Available from: <https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-022-00754-3>
 12. Memon I, Omair A, Barradah OM, Almegren NM, Almuqbil MM, Batarfi OH, et al. Measurement of Exam Anxiety Levels Among Medical Students and Their Association with the Influencing Factors. *Cureus* [Internet]. 2023 Jul 5;15(7):e41417. Available from: <https://www.cureus.com/articles/157435-measurement-of-exam-anxiety-levels-among-medical-students-and-their-association-with-the-influencing-factors>
 13. Rohanachandra YMM, Alles PS, Amarakoon L, Prathapan S. Psychological Impact and Coping Strategies of Medical Students During University Closure Due to COVID-19 in A State University in Sri Lanka. *Sri Lanka J Psychiatry* [Internet]. 2021 Dec 31;12(2):4–9. Available from: <https://account.sljpsyc.sljol.info/index.php/sljo-j-sljp1/article/view/8287>
 14. Theobald M, Breitwieser J, Brod G. Test Anxiety Does Not Predict Exam Performance When Knowledge is Controlled For: Strong Evidence Against the Interference Hypothesis of Test Anxiety. *Psychol Sci* [Internet]. 2022 Dec 11;33(12):2073–83. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/09567976221119391>
 15. Liberty IA. Metode Penelitian Kesehatan. Pekalongan: Penerbit NEM; 2024. 27–35 p.
 16. Agnesia Y, Sari SW, Nu'man H, Ramadhani DW, Nopianto. Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan. Pekalongan:

- Penerbit NEM; 2023.
17. Wang X, Hegde S, Son C, Keller B, Smith A, Sasangohar F. Investigating Mental Health of US College Students During the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Survey Study. *J Med Internet Res* [Internet]. 2020 Sep 17;22(9):e22817. Available from: <http://www.jmir.org/2020/9/e22817/>
 18. Alsaady I, Gattan H, Zawawi A, Alghanmi M, Zakai H. Impact of COVID-19 Crisis on Exam Anxiety Levels among Bachelor Level University Students. *Mediterr J Soc Sci* [Internet]. 2020 Sep 23;11(5):33. Available from: <https://www.richtmann.org/journal/index.php/mjss/article/view/12246>
 19. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 Mar 6;17(5):1729. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>
 20. Safa F, Anjum A, Hossain S, Trisa TI, Alam SF, Abdur Rafi M, et al. Immediate Psychological Responses During The Initial Period of The COVID-19 Pandemic Among Bangladeshi Medical Students. *Child Youth Serv Rev* [Internet]. 2021 Mar;122:105912. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0190740920323343>
 21. Saleem S, Fatima K, Ramzan M, Nawaz F, Nabi I, Mushtaq S, et al. Association of Tension Headache with Anxiety among Medical Students of Lahore, A Cross-Sectional Study. *J Heal Rehabil Res* [Internet]. 2024 Mar 21;4(1):1469–73. Available from: <https://jhrhmc.com/index.php/home/article/view/633>
 22. Baytemir K. Do Parents Have Exam Anxiety, Too? The Predictive Role of Irrational Beliefs and Perfectionism with Parental Exam Anxiety in Explaining Students' Exam Anxiety. *Sch Psychol Int* [Internet]. 2023 Jun 1;44(3):257–78. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/01430343221122387>
 23. El-Feshawy N, El-Sayed H, Ahmed H, Fathy Elbeltagy E. Assessment of Maternity Students' Perception, Anxiety and Satisfaction Regarding Electronic Exam. *Tanta Sci Nurs J* [Internet]. 2023 Nov 1;31(4):171–91. Available from: https://tsnj.journals.ekb.eg/article_328674.html
 24. Myers SJ, Davis SD, Chan JCK. Does Expressive Writing or an Instructional Intervention Reduce The Impacts of Test Anxiety in A College Classroom? *Cogn Res Princ Implic* [Internet]. 2021 Jun 10;6(1):44. Available from: <https://cognitiveresearchjournal.springeropen.com/articles/10.1186/s41235-021-00309-x>
 25. Mastour H, Ghalibaf AM, Niroumand S. Remote Online Test Anxiety during the Coronavirus Disease 2019 Crisis: A Cross-Sectional Study among Medical Students. *Iran Red Crescent Med J* [Internet]. 2022 Jan 24;24(3):e1645. Available from: <https://ircmj.com/index.php/IRCMJ/article/view/1645>
 26. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The Psychological Impact of The COVID-19 Epidemic on College Students in China. *Psychiatry Res* [Internet]. 2020 May;287:112934. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0165178120305400>
 27. Wei H, De Beuckelaer A, Zhou R. Enhanced or Impoverished Recruitment of Top-Down Attentional Control of Inhibition in Test Anxiety. *Biol Psychol* [Internet]. 2021 Apr;161:108070. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0301051121000612>
 28. Kurbanoglu İ, Şimşek Ö, Azızioglu Gümüş Ö.

- Relationship between Anxiety, Attitude, Test Motivation, and Exam Success Regarding Exam Question Type: An Investigation of Middle School Learners. *J Fam Couns Educ* [Internet]. 2024 Jul 25;9(1):34–44. Available from: <http://dergipark.org.tr/en/doi/10.32568/jfce.1439556>
29. Subhalakshmi, Sasikumar, T. AG. The Impact of Stress on Academic Performance of First-Year Medical Students. *Asian J Pharm Clin Res* [Internet]. 2024 Feb 7;97–9. Available from: <https://journals.innovareacademics.in/index.php/ajpcr/article/view/48947>
30. Melaku L, Bulcha G, Worku D. Stress, Anxiety, and Depression among Medical Undergraduate Students and Their Coping Strategies. Aga SS, editor. *Educ Res Int* [Internet]. 2021 Dec 6;2021:1–13. Available from: <https://www.hindawi.com/journals/edri/2021/9880309/>
31. Almarri FK, Alaseem AM, Alanazi MS, Alyahya SI, Alsanad NH, Alswayed KE, et al. Prevalence of Pharmacological and Non-Pharmacological Coping Mechanisms For Anxiety Management During The COVID-19 Pandemic: Investigating The Transition to Online Learning Among Medical Students. *BMC Psychiatry* [Internet]. 2022 Nov 14;22(1):704. Available from: <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-022-04372-6>
32. Serafim AP, Durães RSS, Rocca CCA, Gonçalves PD, Saffi F, Cappelozza A, et al. Exploratory Study on The Psychological Impact of COVID-19 on The General Brazilian Population. Brenner MH, editor. *PLoS One* [Internet]. 2021 Feb 3;16(2):e0245868. Available from: <https://dx.plos.org/10.1371/journal.pone.0245868>