

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. TINJAUAN TEORI

1. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Menurut Videbeck (2008) Kecemasan merupakan hal yang biasa yang dialami oleh setiap manusia dan sudah dianggap bagian dari kehidupan kita sehari-hari. Kecemasan adalah perasaan yang takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika merasa cemas, Individu merasa tidak nyaman, merasatakut dan dapat memiliki firasat buruk terhadap dirinya akan ditimpa malapetaka padahal seorang tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam kepada dirinya yang dapat terjadi.

Berdasarkan Mlek (2011) mendefinisikan kecemasan sebagai emosi atau perasaan menyakitkan yang timbul dari ketidak mampuan memenuhi kebutuhan biologis secara puas atau ketidak nyamanan sosial. Menurut Hyman dan pedrick (2012). Kecemasan dapat mempengaruhi seseorang dalam tiga hal yaitu:

- 1) Perubahan fisik menunjukkan pada ketegangan otot, perubahan frekuensi jantung, nafas pendek, muntah, mual dan berkeringat.
- 2) Perubahan mental, penurunan tingkat konsentrasi, khawatir, bingung dan gelisah.

3) Perubahan perilaku, menjauhi dari benda, tempat atau situasi tertentu.

b. Klasifikasi Tingkat Kecemasan

Menurut Stuart (2013). Kecemasan juga dapat dikategorikan dalam beberapa kategori yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan panik. Setiap kecemasan dapat menyebabkan perubahan fisiologis dan emosional pada individu tersebut.

Tingkat kecemasan dapat dikategorikan sebagai berikut :

1) Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan merupakan perasaan yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsinya. Kecemasan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas, tanda dan gejala pada kecemasan ringan seperti kelelahan, persepsi meningkat, kesadaran tinggi, motivasi meningkat dan tingkah laku sesuai situasi.

2) Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang merupakan perasaan yang tidak nyaman menjadi agitasi dan gugup. Sehingga seseorang mengalami perhatian namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah, tanda gejala seperti; kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung dan pernafasan meningkat, ketenangan otot meningkat,

berbicara cepat dengan volume yang sangat tinggi, lahan persepsi menyempit, mampu belajar namun tidak optimal, konsentrasi menurun, mudah tersinggung, mudah lupa, tidak saba dan sering marah.

3) Kecemasan Berat

Kecemasan berat merupakan dapat mengurangi persepsi Seseorang cenderung memusatkan pada suatu yang terinci dan spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku di tujukan untuk mengurangi ketegangan, orang tersebut memerlukan pengarahannya untuk dapat memusatkan pada satu area lain. Tanda gejala kecemasan berat seperti sakit kepala, denyut jantung meningkat, insomnia, perasaan tidak berdaya.

4) Tingkat Panik

Panik berhubungan dengan perasaan ketakutan akan suatu hal yang di tandai dengan kehilangan kendali. Orang yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahannya dari orang lain, panik terjadi karena peningkatan aktifitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tanda dan gejala panik seperti; susah bernafas, pucat, dilatasi pupil dan mengalami halusinasi.

c. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Baidi (2008) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, antara lain yaitu :

1) Kondisi Fisik

Ketika seseorang yang mengalami gangguan fisik seperti cedera operasi akan mudah mengalami kelelahan fisik sehingga seorang individu lebih mudah mengalami kecemasan, sehingga orang yang mengalami kelemahan fisik mudah mengalami cemas.

2) Kondisi psikologis

Kondisi psikologis ketika penderitanya mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan sehingga dampak buruk terhadap kehidupann sehari-harinya.

3) Sikap Menghadapi Masalah

Kecemasan bisa terjadi apabila individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal dan intra personal.

d. Dampak Kecemasan

Menurut Wahyuning (2012) dampak merupakan bentuk perilaku yang dialami oleh penderita kecemasan akibat dari psikologis yang tidak stabil dapat menimbulkan perilaku abnormal.

Dampak kecemasan bermacam-macam yaitu :

1) Kapasitas kognitif

Kapasitas kognitif kecemasan yang mempengaruhi kemampuan berpikir mudah lupa, konsentrasi menurun, dan bingung.

2) Individu

Individu yang mengalami kecemasan mempengaruhi individu menurunkan keterlibatan dengan orang lain.

3) Gangguan Hubungan sosial

Gangguan hubungan sosial yang mengalami cemas akan menghindari hal-hal yang membuatnya terancam sehingga menjadi tertutup diri terhadap lingkungannya. ketiadaan orang lain, cemas semakin parah..

2. *Objective Structured Clinical Examination*

A. *Pengertian Objective Structured Clinical Examination*

Objective Structured Clinical Examination (OSCE) adalah sebuah model penilaian yang sering digunakan di setiap institusi dalam ilmu kesehatan untuk mengevaluasi keterampilan dan kompetensi klinik yang meliputi pemeriksaan klinis dengan prosedur medis dan komunikasi (Senany, dkk., 2012). *Objective Structured Clinical Examination* merupakan ujian dengan cara penilaian berdasarkan keterampilan yang diobservasi saat melakukan berbagai keterampilan

klinis, yang terbukti sudah valid dan reliabel untuk mengukur keefektifan keterampilan mahasiswa kesehatan (McWilliam dan Botwinski, 2009).

Menurut Fidment (2012) menyatakan bahwa ujian OSCE mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dan berpengaruh dalam performa pelaksanaan dan kelulusan ujian. *Objective Structured Clinical Examination* merupakan media dalam pendidikan keperawatan digunakan untuk membantu mahasiswa dalam berlatih berbagai keterampilan klinis keperawatan, metode ini pertama kali diterapkan sebagai kurikulum pada tahun 1960-an (Gosselin, 2013).

Simulasi OSCE didefinisikan sebagai upaya untuk meniru beberapa semua aspek dari situasi klinis sehingga lebih mudah dipahami dan dikelola ketika terjadi secara nyata dalam praktek klinis (Cato, 2013). Ujian OSCE digunakan untuk mengevaluasi keterampilan klinis dan sikap standar yang digunakan oleh praktisi dalam keperawatan pasien (Ahmed, 2009). Selain itu, ujian OSCE juga telah didukung sebagai metode yang tepat dalam mengevaluasi keperawatan keterampilan klinis pada mahasiswa. Karena keuntungan dari OSCE adalah meningkatkan kinerja klinis mahasiswa, mempersiapkan lulusan yang berkualitas, meningkatkan pengambilan keputusan kemampuan dan meningkatkan pengajaran (El Darir dan Abd El Hamid, 2013).

B. TUJUAN *Objective Structured Clinical Examination*

Menurut Andrianie, dkk. (2014) tujuan penyelenggaraan ujian OSCE ini untuk menilai keterampilan klinis dan menilai kompetensi pada mahasiswa keperawatan secara objektif dan terstruktur. Objektif disini adalah setiap mahasiswa yang diuji dinilai dengan alat uji berupa *checklist*, dengan kriteria kinerja yang terukur. Terstruktur adalah mahasiswa yang diuji dengan jenis tugas yang sama, serta dalam waktu satu waktu ujian.

Selain itu, OSCE juga bertujuan untuk memfasilitasi mahasiswa dalam pembelajaran dan penilaian apakah mahasiswa telah memperoleh pengetahuan dan keterampilan klinis (Munkkhodya, 2014).

C. Manfaat *Objective Structured Clinical Examination*

Keunggulan metode OSCE dibandingkan dengan metode yang lain salah satunya adalah uji lisan lebih teruji, handal dan objektif bisa melakukan evaluasi dengan jumlah peserta yang lebih banyak dalam waktu yang lebih pendek secara bersamaan, menguji keterampilan yang lebih luas dan semua mahasiswa yang mengikuti OSCE diuji dengan instrumen yang sama (Nugraha, 2016).

Menurut Riana (2015) metode evaluasi dengan OSCE sangat bermanfaat bagi mahasiswa dan pembimbing. Manfaat metode OSCE bagi mahasiswa, OSCE bermanfaat untuk mengetahui seberapa jauh ketrampilan dan pemahaman mahasiswa, dapat belajar manajemen waktu dan mengingat kembali materi yang sudah mahasiswa dapatkan

serta melatih mahasiswa bekerja secara sistematis sesuai dengan format yang telah disepakati. Sedangkan manfaat OSCE bagi pembimbing dapat mengetahui seberapa jauh pemahaman mahasiswa terhadap materi yang telah diajarkan sehingga dapat dilakukan perbaikan untuk ujian selanjutnya dan dapat melatih mahasiswa baik dari segi keterampilan klinik maupun manajemen waktu sehingga pada saat ujian kompetensi mahasiswa sudah terbiasa dengan kondisi tersebut.

D. Pelaksanaan *Objective Structured Clinical Examination*

Ujian OSCE di PSIK UMY dilaksanakan di ruang *skill-laboratorium* setiap akhir blok, setiap 6 minggu sekali. *Mini hospital* merupakan tempat pembelajaran mahasiswa keperawatan dalam melakukan keterampilan klinis yang terdiri dari 12 ruangan. Situasi *Skill Laboratorium* dibuat semirip mungkin dengan rumah sakit. Situasi ini dirancang untuk mengukur pengetahuan dasar, komunikasi dan pemeriksaan fisik (*Health Professional Education Quality Project, 2011*).

Mahasiswa akan diuji di setiap ruangan yang sudah disediakan dalam menghadapi suatu kasus. Kasus tersebut berbentuk lembaran kertas yang berisikan kasus skenario dan mahasiswa harus memilih salah satu kasus dari beberapa lembaran kasus skenario. Beberapa kasus sering melibatkan pasien simulasi yang sudah berpengalaman dan terlatih yang nantinya akan memperagakan isi kasus tersebut. Penilaian

ujian OSCE ini berdasarkan isi *checklist* yang dilakukan oleh penguji (Brannick, dkk., 2011).

Setiap akhir periode ditunjukkan dengan suara bel, disaat itu juga mahasiswa harus menyelesaikan ujian dan berganti ke ruang berikutnya yang sudah ditentukan. Mahasiswa yang nilainya kurang baik diharapkan untuk mengikuti ujian ulang, ujian ulang yang bertujuan untuk memperbaiki nilai yang kurang baik (White, dkk., 2009).

3. Kecemasan Mahasiswa

Mahasiswa merupakan kaum akademis yang berintelektual terdidik dengan segala potensi yang memiliki kesempatan dan ruang untuk berada dalam lingkungan. Mahasiswa sebagai *agent of change* yaitu sebagai agen pembawa perubahan dan menjadi orang yang dapat memberikan solusi bagi permasalahan yang dihadapi oleh bangsa ini. Oleh sebab itu, mahasiswa mempunyai tanggung jawab yang besar dalam menegmbangkan tugas untuk menjadi orang yang aktif dalam segala hal baik akademis atau oraganisasi (Ohorela, 2011).

Selama menjalani pendidikan mahasiswa juga diharuskan untuk mengikuti perkuliahan, praktikum, tutorial dan ujian. Ujian adalah kegiatan untuk menegtahui seberapa tinggi tingkat keberhasilan mahasiswa dalam proses pembelajaran selama mengikuti perkuliahan (Arikunto dan Cepi, 2009). Tingkat keberhasilan mahasiswa dapat dilihat dari penilaian ujian kognitif dan ujian psikomotor. Ujian psikomotor salah satunya adalah ujian OSCE.

Objective Structured Clinical Examination adalah ujian keterampilan klinis yang terdiri dari serangkaian simulasi yang digunakan untuk menilai keterampilan klinis dalam diagnosis keperawatan dan penatalaksanaan (Verkey, dkk., 2008).

Menurut Yang, dkk. (2014) penyebab kecemasan pada mahasiswa adalah dalam melaksanakan ujian *skill* keperawatan yaitu standar kelulusan dalam tes keterampilan OSCE, cara yang tidak memadai dalam tes keterampilan OSCE, keefektifan dari keterampilan OSCE, situasi selama tes keterampilan OSCE dan tes keterampilan OSCE. Kecemasan sering memunculkan respon multisistem dalam menghadapi situasi yang mengancam, yang berpengaruh pada respon fisik, emosional, dan kognisi. Respon tersebut saling berkaitan dengan sistem simpatis dan parasimpatis yang akan menyebabkan mahasiswa tidak fokus, gugup, gelisah, tegang dan denyut jantung menjadi meningkat. Meningkatnya denyut jantung menggambarkan kegagalan dan kecemasan mahasiswa dalam melaksanakan ujian, sehingga akan mempengaruhi hasil ujian OSCE (Prato, 2009)

4. Zikir

a. Pengertian Zikir

Zikir berasal dari kata bahasa arab yaitu *dzakara*, artinya menyebut, mengingat, memperhatikan, mengenang (Amin, 2010). Zikir secara umum adalah perbuatan yang baik secara lahir dan batin, untuk mengingat Allah dan mendekatkan diri kepadanya. Zikir berarti

menyebut dengan mengucapkan dengan lisan berulang-ulang dalam kondisi dan waktu tertentu, sedangkan dari segi istilah, zikir merupakan aktivitas yang meliputi tiga hal. Pertama, getaran hati atau gerak raga, ucapan lisan. Kedua, usaha seorang individu untuk menghindari dari keadaan lupa dan lalai dengan selalu menyebut atau mengingatnya. Ketiga, suasana penyaksian secara langsung (*musyahabah*) dengan hati dan didorong oleh cinta yang mendalam kepada Allah (Irham, 2011).

Sedangkan menurut Ibnu Al-Qayim kecemasan adalah perasaan yang tidak nyaman yang ada di dalam hati berkaitan dengan sesuatu yang terjadi pada masa yang akan datang, sumber cemas ada di hati. Rasulullah SAW bersabda “Ketahuilah dalam jasad manusia ada mudghoh (segumpal darah), apabila kondisinya baik pula semua jasad, apabila kondisinya memburuk akan buruk pula semua jasad mudghoh itu adalah hati” (Hadis Riwayat al Bukhori). Zikir merupakan hal yang diperintahkan Allah kepada manusia untuk mengingat Allah. Allah SWT telah berfirman dalam surat al-ahzab.

Yang berbunyi “*Wahai orang-orang yang beriman, ingatlah Allah dengan sebanyak-banyaknya zikir. Dan bertasbihlah kepada-Nya pagi dan sore hari*”. (QS. AL-Ahzab : 41-42).

b. Jenis-Jenis zikir

Menurut Irham (2011) Zikir terdiri dari tiga hal, yaitu zikir lisan, zikir hati, zikir anggota badan. Zikir lisan merupakan ungkapan pujian (*tahmid*), pengagungan (*tajmid*). Firman Allah SWT dalam al-qur’an surat AL-Muzammil 73:8

“Sebutlah nama Tuhanmu dan beribadahlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan. (Al-Muzammil 73 : 8).

Zikir hati mencangkup renungan atas dalil sifat-sifat Allah, renungan yang mencangkup perintah dan larangan-Nya sehingga dapat memperhatikan hukum-hukum yang berikatan dengannya, renungan atas rahasia Allah (Kabbani, 2007). Allah S.W.T berfirman dalam surat (Al- Imron 3: 191)

(yaitu) orang –orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan bebaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata);” Ya Tuhan kami, tidalah engkau menciptakan ini dengan sia-sia, mahasuci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka. (Al-Imron 3: 191).

zikir anggota tubuh yang mencangkup ketekunan anggota tubuh (telinga, mulut, tangan, kaki, dan mata) dalam ketaatan dan membersihkan dari segala dosa dan maksiat. Dengan inilah Allah menanamkan shalat sebagai zikir (Irham, 2011).

Jenis –jenis zikir sangat banyak, diantaranya yaitu, zikir dengan hati, zikir dengan samar dan zikir dengan lisan. Selain zikir yang dilakukan dengan hati dan lisan selain itu ada pula istilah zikir ruh, zikir individu, zikir sosial zikir berjamaah, zikir mutlak (tidak terikat dengan waktu), dan zikir *muqoyyad* (terikat dengan waktu). (Harahap dan Reza, 2008).

Ada beberapa jenis zikir yaitu :

- 1) Zikir lisan adalah dengan mengucapkan nama Allah dengan lisan berulang-ulang bertahmid, bertasbih, bertakbir, dan bertahlil

mengucapkan *lailahailallah* (Ghadeer, 2006). Zikir diartikan sebagai kegiatan yang dapat dilakukan dengan lisan atau lidah. Zikir dengan lisan adalah zikir terendah (Hrahap dan Reza, 2008)

- 2) Zikir hati adalah zikir dengan hati berucap sesuatu dengan lisan atau lidah sehingga menghadirkan makna sedalam-dalamnya kedalam hati (Al-Syafi'i, 2010).
- 3) Zikir *af'al* (perbuatan) merupakan zikir yang bersifat aktif dan berdimensi sosial. Zikir ini diwujudkan dalam perbuatan sehari-hari, Seperti menyantuni orang miskin, Menginfakkan harta untuk kepentingan sosial, dan melakukan hal-hal yang berguna bagi bangsa serta agama (Harahap dan Reza, 2008).

c. Manfaat Zikir

Pada saat berzikir kepada Allah hipokampus selalu mengingat yang baik sehingga hipotalamus akan menurunkan hormon adrenalindan kortisol hormon ini dapat menyebabkan seseorang menjadi cemas, seseorang yang berzikir dapat meningkatkan konsentrasi, dan merasa nyaman dan dapat mengatur frekuensi pernafasan mencapai kurang dari 60-70x/menit sehingga dapat menurunkan hormon adrenalalin dan dapat meningkatkan kadar oksigen dalam darah sehingga kecemasan akan menurun (Mustamir, 2008). Zikir memiliki banyak manfaat bagi manusia. Manfaat zikir yang berkaitan dengan kondisi kesehatan fisik dan psikis seseorang adalah menghilangkan kecemasan, kegundahan,

kesulitan, dan depresi sehingga dapat mendatangkan ketenangan, kedamaian, kebahagiaan dan kelapangan (Zainul, 2007).

Allah SWT berfirman dalam surat al-baqarah : 152).

Artinya : “Maka, ingatlah kalian kepada-Ku (dzikir) niscaya Aku mengingat kalian, bersyukurah kepada-Ku dan janganlah kalian mengingkari (nikmat)-Ku”. (QS. Al-Baqoroh: 152).

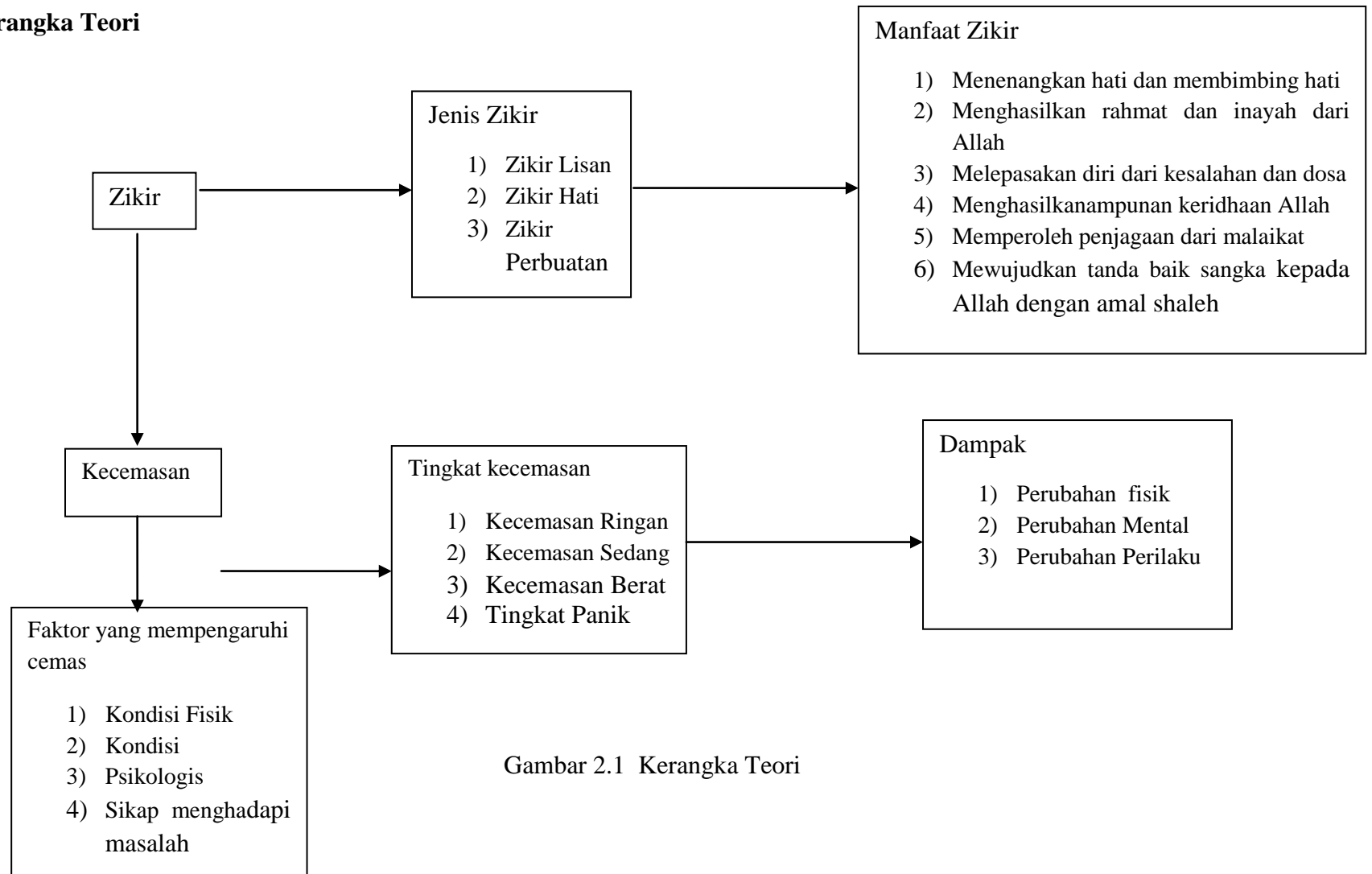
Diriwayatkan dari Abi Hurairah R.A bahwa Rasulullah S.A.W bersabda: Artinya: “Allah berfirman: Aku bersama hamba-Ku selama dia mengingat-Ku dan bergetar kedua bibirnya (berzikir kepada-Ku).

”Hadis ini di tahrij oleh Ibnu Majjah, dishohihkan oleh Ibnu Hibban, dan disebutkan kembali oleh Imam Bukhori (Al-Asqolany, 852 H).

Sedangkan menurut Shiddieqy (2010) zikir memiliki banyak manfaat yaitu:

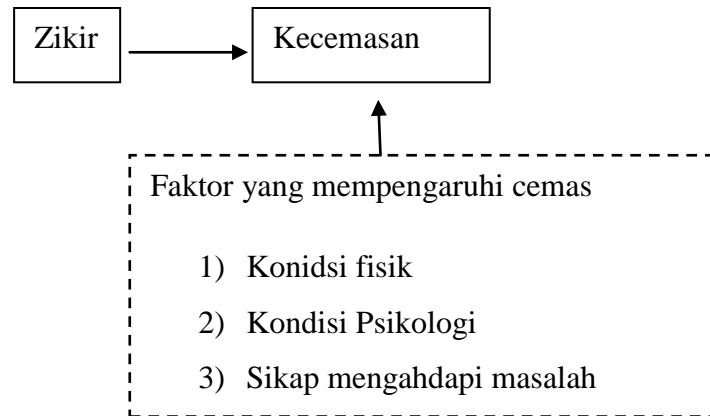
- 1) Menenangkan hati dan membimbing hati
- 2) Menghasilkan rahmat dan inayah dari Allah
- 3) Melepaskan diri dari kesalahan dan dosa
- 4) Menghasilkan ampunan keridhaan Allah
- 5) Memperoleh penjagaan dari malaikat
- 6) Mewujudkan tanda baik sangka kepada Allah dengan amal shaleh

B. Kerangka Teori

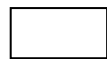


Gambar 2.1 Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti

Gambar 2.2 Kerangka Konsep

D. HIPOTESIS

H1 : Ada pengaruh zikir terhadap kecemasan pada mahasiswa yang menghadapi ujian OSCE.