

Hubungan Kematangan Emosi dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

Ni Putu Dita Hendrika Vijayanti¹, Sagung Putri Permana Lestari M.P²,
Komang Triyani Kartinawati³

¹Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

²Dosen Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

³Dosen Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa
Email¹: ditavijayanti66@gmail.com

Abstrak

Mahasiswa yang sedang dalam tingkat akhir perkuliahan secara umum memiliki permasalahan akademis dan non akademis. Beragam permasalahan yang biasa muncul yakni ketika pengerjaan tugas akhir (skripsi) serta keharusan menyelesaikan perkuliahan tepat waktu. Hal itu mampu berkembang menjadi sebuah perasaan yang negatif hingga mampu mengarah pada keadaan psikologis tertekan serta berakhir tidak nyaman. Daya penyelesaian masalah secara objektif didasarkan pada tingkat kematangan emosi. Tujuan penelitian ialah mencari untuk mengetahui orellasi antara kematangan emosi dan psikosomatis yang terjadi pada mahasiswa tahap akhir FKIK di Universitas Warmadewa. Sampel yang dipergunakan adalah keseluruhan jumlah populasi terjangkau yaitu mahasiswa angkatan 2017 yang menempuh semester VIII (92 orang). Metode penelitian yang dipergunakan yaitu analitik korelatif, desain *cross sectional*. Data yang dipergunakan yakni data primer yang diperoleh dengan wawancara mempergunakan angket berskala kematangan emosi serta angket *somatic symptom scale (SSS)*. Analisis data dilaksanakan secara univariat serta bivariat dengan pengujian korelasi Spearman. Analisa korelasi *Spearman* memperlihatkan adanya korelasi signifikan antara kematangan emosi dan psikosomatis yang terjadi pada mahasiswa tahap akhir pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan di Universitas Warmadewa ($p=0.000$), dengan korelasi lemah ($r= 0.415$).

Kata kunci: Mahasiswa tingkat akhir, Psikosomatis, Kematangan emosi, *Somatic Symptom Scale*

Abstract

[*The Relationship Of Emotional Maturity And Psychosomatic Students In The Faculty Of Medicine And Health Sciences, Warmadewa University*]

Students in the final stage of lectures generally have academic and non-academic problems. Various problems that usually arise are when working on a final project (thesis) and having to complete lectures on time. This can develop into a negative feeling that can lead to a psychologically depressed state and ends up being uncomfortable. The power of problem solving objectively is based on the level of emotional maturity. The aim of the study was to find the correlation between emotional and psychosomatic maturity that occurred in the final stages of medical students at Warmadewa University. The sample used is the total number of affordable population, namely students from the class of 2017 who are taking semester VIII (92 people). The research method used is correlative analytic, cross sectional design. The data used are primary data obtained by interview using an emotional maturity scale questionnaire and a somatic symptom scale (SSS) questionnaire. Data analysis was carried out univariate also bivariate with Spearman correlation test. Spearman's correlation analysis showed a significant correlation between emotional and psychosomatic maturity that occurred in late-stage students at the Faculty of Medicine and Health Sciences at Warmadewa University ($p=0.000$), with a weak correlation ($r= 0.415$)

Keywords: Final year student, Psychosomatic, Emotional maturity, Somatic Symptom Scale

PENDAHULUAN

Psikosomatis adalah suatu gangguan yang menyerang psikis serta somatik yang menonjol serta tumpang tindih.⁽¹⁾ Penyakit ini memiliki indikasi terdapat keluhan psikis serta somatik yang kemungkinan adalah kelainan fungsi organ dengan atau tanpa gejala yang sifatnya objektif serta mampu terjadi secara bersamaan dengan kelainan struktural terkait dengan stresor ataupun keadaan psikososial tertentu.⁽¹⁾ Psikosomatis mampu menyerang mahasiswa tahap akhir perkuliahan diakibatkan oleh tekanan yang berakibat pada munculnya perasaan negatif yang merangsang munculnya gangguan psikologis.⁽²⁾

Gangguan psikis yang memunculkan gangguan psikosomatis faktanya berdampak pada perubahan fisiologis serta biokemis dalam tubuh.⁽¹⁾ Perubahan fisiologis memiliki kaitan yang erat dengan gangguan dalam sistem saraf autonom vegetatif, sistem endokrin serta sistem imun.⁽³⁾

Perubahan fisiologi mampu dijelaskan oleh cabang ilmu kedokteran yang baru yakni *psiko-neuro-endokrinologi/ psikoneuroimmunologi* atau ada pula yang mempergunakan nama *psiko-neuro-immuno-endokrinologi*. Perubahan pada tiga sistem itu timbul secara bersama-sama serta saling tumpang tindih.⁽⁴⁾

Gangguan psikosomatis yang dilanjutkan dengan perubahan fisiologis mampu dijelaskan oleh teori-teori seperti gangguan pada keseimbangan saraf autonom vegetatif, gangguan pada konduksi impuls melalui *neurotransmitter*, gangguan pada sistem endokrin/hormonal, serta perubahan sistem imun.⁽³⁾

Klasifikasi gangguan psikosomatis pada beberapa sistem tubuh yaitu bagian sistem gastrointestinal, bagian sistem kardiovaskular, bagian sistem muskuloskeletal, bagian sistem endokrin, bagian sistem respiratorik, bagian sistem kulit, bagian sistem saraf, serta bagian sistem genitourinari.⁽⁵⁾

Gangguan psikosomatik mempunyai karakteristik serta syarat klinis yaitu tak ada kelainan psikiatris, keluhan yang berubah-ubah dari suatu sistem ke sistem yang lain, terdapat ketidakseimbangan vegetatif, terdapat faktor presipitasi/pencetus (fisik ataupun psikis), serta keluhan yang muncul selalu berkaitan dengan emosi.⁽⁶⁾

Emosi yang mempunyai peranan terpenting dalam timbulnya gangguan psikosomatis, kematangan emosi dapat memperkecil dampak buruk dari konflik kejiwaan yang sifatnya akut yang mampu menciptakan gangguan psikosomatis.⁽⁷⁾

Kematangan emosi mempunyai beragam sudut pandang, yakni mampu menerima kondisi nyata diri serta orang lain, tak bersikap instingtif, mampu menahan emosi serta mengeluarkan emosi dengan cara yang bijak, mempunyai pola pikir objektif serta realistis.⁽⁸⁾

Proses kematangan emosi didukung oleh beberapa hal antara lain kondisi ekonomi, lingkungan, keluarga, serta pergaulan.⁽⁹⁾ Faktor yang berpengaruh pada kematangan emosi meliputi individu, lingkungan, serta pengalaman.⁽¹⁰⁾

Aspek kematangan emosi meliputi keinginan seseorang untuk terus belajar yang tiada lain adalah wujud tanggung jawab pada diri sendiri, daya komunikasi yang efektif, serta daya untuk melakukan hubungan sosial.⁽¹¹⁾

Penelitian lain yang dilakukan oleh Pratiwi (2016) menyebutkan terdapat korelasi antara kematangan emosi dan psikosomatis dengan koefisien korelasi 0,535 serta tingkat akurasi 0,001 ($\alpha < 0,05$)⁽¹²⁾

Tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk mengetahui korelasi kematangan emosi dan psikosomatis yang terjadi pada mahasiswa tahap akhir di FKIK Universitas Warmadewa.

METODE

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Usia	N	Gender			
		Pria		Wanita	
		f	%	f	%
20	2	0	0	2	2
21	57	23	25	34	37
22	25	13	14	12	13
23	7	2	2	5	5
25	1	1	1	0	0
Total	92	39	42	53	58

Penelitian ini mempergunakan analitik korelatif pendekatan *cross sectional*, subyek dari penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa Angkatan 2017 di fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa sebanyak 92 orang. Pengambilan sampel dari penelitian dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Responden yang memenuhi kriteria inklusi yaitu mahasiswa FKIK Unwar Angkatan 2017, Mahasiswa yang tidak memiliki diagnosis penyakit psikosomatis sebelumnya dan Mahasiswa tanpa penyakit sistemik. Kuesioner yang dipergunakan ialah kuesioner *Somatic Symptom Scale* dan skala kematangan emosi. Kuesioner data yang dikumpulkan akan dianalisis dengan aplikasi *SPSS for windows 21* menggunakan uji *Spearman Rank* untuk melihat hubungan kematangan emosi dan psikosomatis pada mahasiswa. Uji validitas dan reabilitas kuesioner $> 0,279$. Pada kolom hasil uji korelasi (*Corrected Item-Total Correlation*) menunjukkan semua pertanyaan bernilai $> 0,279$ yang berarti semua pertanyaan dalam kuesioner ini valid dan nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,279$ yang berarti semua pertanyaan dalam kuesioner ini reliabel untuk digunakan.

HASIL

Karakteristik Sampel

Hasil menunjukkan total responden pria yakni sebanyak 39 orang, lebih sedikit daripada responden wanita yaitu 53 orang. Dari tabel di atas juga menunjukkan sampel terbanyak terdapat pada usia 21 tahun.

Kematangan Emosi

Tingkat kematangan emosi cukup stabil paling banyak yaitu sebanyak 64 orang dengan persentase 69,6%. Sedangkan tingkat kematangan emosi stabil paling sedikit yaitu sebanyak 11 orang dengan persentase 12%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kematangan Emosi

Kriteria	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sangat Stabil	17	18,5
Cukup Stabil	64	69,6
Stabil	11	12
Total	92	100

Psikosomatis

Responden dengan psikosomatis ringan sebanyak 25 orang dengan presentase 27,2 %, psikosomatis sedang 12 orang dengan presentase 13,0 % dan psikosomatis berat 1 orang dengan presentase 1,1 %.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Psikosomatis

Kriteria	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Normal	54	58,7
Ringan	25	27,2
Sedang	12	13,0
Berat	1	1,1
Total	92	100

Hubungan Kematangan Emosi dengan Gangguan Psikosomatis

Variabel bebas dan terikat diuji mempergunakan uji *Spearman rank* mempergunakan SPSS. Nilai $r = 0,415$. Skor 0,415 mempunyai arti terdapat korelasi yang sifatnya sedang, antara kematangan emosi dan psikosomatis. Sedangkan *p value* = 0,000. Nilai tersebut kurang dari 0,05, artinya korelasi yang terjadi antara kematangan emosi dan psikosomatis signifikan/bermakna.

Tabel 4. Hubungan Kematangan Emosi dengan Gangguan Psikosomatis

Variabel	Signifikasi (p)	Koefisien Korelasi (r)
Kematangan emosi	0.000	0.415
Psikosomatis		

PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel

Penelitian ini melibatkan 90 orang responden yang merupakan mahasiswa angkatan tahun 2017 pada FKIK Universitas Warmadewa. Responden yang dominan adalah berjenis kelamin wanita yakni sejumlah 53 orang (58%) serta pria sejumlah 39 orang (42%). Berdasarkan jenis kelamin dari hasil penelitian sebelumnya mayoritas responden berjenis kelamin perempuan terdapat 15 orang (16%) kelamin laki-laki 10 orang (11%). Terkait dengan hasil penelitian sebelumnya terhadap jenis kelamin perempuan yang mendominasi daripada laki-laki, penelitian serupa dilakukan oleh Yusfarani (2021)¹⁸. Umur responden ada pada kisaran umur 20 tahun hingga 25 tahun. Hasil ini mendukung penelitian terdahulu oleh Sriningsih N (2020) yang mana diperoleh karakteristik usia responden diantara 20-25 Tahun yang dikategorikan dalam dewasa muda.

Kematangan Emosi

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas 64 orang (69%) orang mahasiswa memiliki kematangan emosi yang termasuk dalam klasifikasi cukup stabil. Hasil tersebut mendukung hasil penelitian oleh Fauzan (2020) yang mendapati gambaran tingkat kematangan emosi mayoritas mahasiswa berada pada kategori cukup matang.⁽¹⁴⁾

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Nija (2018). Penelitian tersebut mendapati bahwa mayoritas mahasiswa memiliki skor kematangan emosi yang termasuk dalam persentil 75% yang berarti termasuk kategori baik.⁽¹⁵⁾

Psikosomatis

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden termasuk ke dalam kategori gangguan psikosomatis ringan 25 orang (27,2 %). Terkait dengan hasil pengukuran psikosomatis, penelitian ini menyatakan hasil serupa seperti penelitian oleh (Pratiwi 2016) penelitian tersebut mendapat bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat psikosomatis dengan kategori ringan yaitu (70%).⁽¹²⁾

Hubungan Kematangan Emosi dengan Gangguan Psikosomatis

Hasil penelitian ini memperlihatkan nilai signifikan atau p yaitu $p=0.000$ ($p < 0.05$), artinya terdapat pengaruh bermakna antara kematangan emosi dengan psikosomatis. Nilai koefisien korelasi atau nilai r pada penelitian ini yaitu sebesar $r = 0.415$ yang menunjukkan adanya korelasi yang sifatnya sedang diantara dua variabel

Hasil ini mendukung penelitian oleh Rachmaniya (2018). Penelitian berdesain *cross sectional* yang mengikutsertakan 430 remaja itu mempunyai tujuan mencari tau korelasi antara kematangan emosi dan kecenderungan psikosomatis yang terjadi pada remaja. Penelitian tersebut mendapati adanya korelasi antara kematangan emosi dan kecenderungan psikosomatis pada remaja Pondok Pesantren yaitu ($p= 0.001$) dan memiliki nilai koefisien korelasi ($r = 0.343$).⁽⁷⁾

Penelitian yang mendukung pula hasil penelitian adalah penelitian oleh Pratiwi (2016) di Yogyakarta. Penelitian berdesain *cross sectional* dengan sampel 50 orang mahasiswa untuk mengetahui korelasi antara kematangan emosi dan psikosomatis yang terjadi pada mahasiswa tahap akhir. Penelitian tersebut mendapati adanya korelasi antara kematangan emosi dan kecenderungan psikosomatis yang terjadi pada remaja yaitu ($p < 0.001$) serta mempunyai korelasi sedang yaitu ($r = 0.535$).⁽¹²⁾

Seseorang dengan kematangan emosi baik akan mempunyai kekuatan dalam mengontrol dan mengekspresikan emosinya, sehingga meminimalkan efek

negatif dari tekanan psikologis yang dihadapinya.⁽⁸⁾ Diketahui bahwa tekanan psikologis yang tidak terekspresikan dan dihadapi dalam waktu lama akan berisiko menimbulkan gangguan psikosomatis sebagai manifestasi dari tekanan psikologis tersebut. Oleh sebab itu, seseorang dengan emosi yang kurang matang mudah diganggu oleh rangsangan emosional (emosi negatif) (Fellasari, 2016).⁽¹⁰⁾

Ketika terjadi konflik emosional pada mahasiswa, baik itu terkait permasalahan akademis ataupun non-akademis, maka akan muncul emosi yang selanjutnya diterima panca indera untuk disalurkan menuju sistem limbik yang tiada lain adalah pusat segala emosi.⁽⁹⁾ Dari sistem limbik, lalu ada proses pengambilan keputusan guna penentuan sikap serta diekspresikan dengan beragam wujud emosi. Mekanisme ini awalnya dianggap normal, namun apabila rangsangan yang didapatkan cukup berat dan dengan waktu yang lama, dapat tercipta perubahan fisiologis pada berbagai organ tubuh yang diwujudkan dalam keluhan fisik.⁽¹⁶⁾

Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan psikosomatis adalah kecemasan dan psikososial. Peningkatan konflik psikologis dengan hubungan sosial merupakan penyebab utama keluhan psikosomatis. Penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara psikosomatis dan psikososial dimana $p < 0.001$ dan memiliki nilai koefisien korelasi kuat dan bermakna yaitu $r = 0.719(3)$

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Ulfah M, 2020) dengan judul penelitian hubungan tingkat kecemasan dan psikosomatis dengan uji statistik *spearman rank* yang memperlihatkan adanya korelasi signifikan antara tingkat kecemasan dengan psikosomatis, dimana $p = 0.000$, $r = 0.557$.⁽¹⁷⁾

Ketakutan adalah kondisi emosi yang tak mempunyai objek spesifik serta hal ini dialami secara subjektif kemudian dikomunikasikan dalam korelasi yang interpersonal.⁽¹⁸⁾ Gangguan ketakutan secara menyeluruh merupakan bentuk khawatir yang ber-

lebih disertakan dengan gejala somatik yang beragam yang berdampak pada gangguan fungsi sosial⁽⁴⁾

SIMPULAN

Menurut hasil penelitian pada mahasiswa angkatan 2017 FKIK di Universitas Warmadewa, dapat ditarik simpulam adanya korelasi bermakna ($p = 0,000$ dan $r = 0.415$) terdapat korelasi atau hubungan sedang bermakna dan arah korelasi positif yang berarti searah antara dua variabel kematangan emosi dan gangguan psikosomatis.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sholihah AN. Ragam Koping Pada Remaja Saat Mengalami Psikosomatis. Intan Husada J Ilm Keperawatan [Internet]. 2018;6(1):22–30. Available from: <https://www.akperinsada.ac.id/e-jurnal/index.php/insada/article/view/87>
2. Saputra IMR., Suarya LMK. Peran stres akademik dan hardiness terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama I Made Riantama Adi Saputra dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya. J Psikol Udayana. 2019;6(1):31–43.
3. van der Feltz-Cornelis CM, Elfedali I, Werneke U, Malt UF, Bergh O Van den, Schaefer R, et al. A European research agenda for somatic symptom disorders, bodily distress disorders, and functional disorders: Results of an estimate-talk-estimate delphi expert study. Front Psychiatry. 2018;9(MAY):1–19.
4. Jiang M, Zhang W, Su X, Gao C, Chen B, Feng Z, et al. Identifying and measuring the severity of somatic symptom disorder using the Self-reported Somatic Symptom Scale-China (SSS-CN): A research protocol for a diagnostic study. BMJ Open. 2019;9(9):1–8.
5. Ratih Apriyani S. Faktor - Faktor Penyebab Psikosomatis Pada Orang Dengan Kecenderungan Psikosoma-

6. tis Di Samarinda. 2018;6(3):609–17.
6. Lubis WH, Hanum H, Ginting G. Masalah Psikososial Dan Lingkungan Dalam Psikosomatis. *J Chem Inf Model*. 2016;53(9):1–12.
7. Rahmaniya AS. Kecenderungan Psikosomatis Pad Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren. 2018; (21):1–9.
8. Maryam S, Fatmawati F. Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying. *J Kaji Bimbing dan Konseling*. 2018;3(2):69–74.
9. Annisavitry Y, Budiani MS. Hubungan antara kematangan emosi dengan agresivitas pada remaja. *Character J Penelit Psikologi*. 2017;4 (1):1–6.
10. Fellasari F, Lestari YI. Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua Dengan Kematangan Emosi Remaja. *J Psikol*. 2017;12(2):84.
11. Natalia C, Lestari MD. Kematangan Emosi Remaja Akhir Di Denpasar. *J Psikol Udayana [Internet]*. 2015;2 (1):78–88. Available from: Hubungan Antara Kelekatan Aman pada Orang Tua dengan Kematangan Emosi Remaja Akhir di
12. Pratiwi dewi LFS. Kematangan Emosi dan Psikosomatis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Acad Manag J*. 2018;5(3).
13. Acai Sudirman, Sherly, Marisi Butarbutar, Tongam Sihol Nababan Dp. Customer Loyalty Of Gojek Users Viewed From The Aspects Of Service Quality And Consumer Satisfaction Acai. *J Ilm Manaj*. 2020;8 (1):63–73.
14. Fauzan M. Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Konformitas Serta Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan Pribadi Sosial(Studi Korrelasional terhadap Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia). 2020
15. Nija N. Peran Kematangan Emosi Dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. 2018;000:1–2.
16. Psrasetyo Y. Efikasi Diri, Kematangan Emosi dan Problem Focus Coping. *Pers Psikol Indones*. 2016;5 (02):181–6.
17. Ulfah M, Dewi K, Semarang UM. Hubungan Tingkat Kecemasan dan Psikosomatis Masa Haid di LP Klas 2A Wanita Semarang Correlation between Anxiety Levels and Menstrual Psychosomatics at the Class 2A Women ' s Prison in Semarang Maria Ulfah Kurnia Dewi yang perlu dikaji penyebabnya serta perlu diberikan solusi masalah kesehatan . 2020;576:801–8.
18. Yusfarani D. Hubungan Kecemasan dengan Kecendrungan Psikosomatis Remaja Pada Pandemi Covid 19 Di Kota Palembang. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2021;21(1):295.