



**HUBUNGAN JENIS STRESOR DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MALAHAYATI TAHAP AKHIR**

Mutia Anabillah, Sri Maria Puji Lestari*, Dewi Lutfhianawati, Yuniastini

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Malahayati, Jl. Pramuka No.27, Kemiling
Permai, Kemiling, Bandar Lampung, Lampung 35152, Indonesia

*srimaria13@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Stres merupakan ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya, sementara stresor adalah stimulus yang mana dapat berupa eksternal maupun internal yang mampu memunculkan stres. Beberapa bukti empiris telah membuktikan bahwa mahasiswa memiliki tingkat stres yang cukup tinggi, sehingga memunculkan sebuah istilah stres akademik yaitu suatu kondisi terjadinya ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan yang dimiliki mahasiswa. Jenis stresor dapat berupa beban akademik, tuntutan sosial, dan transisi kehidupan yang signifikan. Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui hubungan antara jenis stresor dengan tingkat stres pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati tahap akhir. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain analitik dan rancangan cross sectional. Populasi adalah mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati tahap akhir atau yang sedang menjalani semester 4-7. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling, sehingga sampel ditentukan sebanyak 154 orang responden. Pengumpulan data berupa kuesioner dengan Perceived Stress Scale (PSS) dan Medical Student Stressor Questioner (MSSQ). Pengolahan data menggunakan analisis univariat dan bivariat yakni uji Spearman. Diperoleh responden sebanyak 154 orang mahasiswa dengan tingkat stres terbanyak berada pada kategori stres sedang yaitu berjumlah 133 orang (86,4%). Jenis stresor Academic Related Stressor (ARS) paling banyak menyebabkan stres sedang (73,4%); Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) paling banyak menyebabkan stres sedang (63,0%); Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) paling banyak menyebabkan stres sedang (81,8%); Social Related Stressor (SRS) paling banyak menyebabkan stres sedang (68,2%); Drive & Desire Related Stressor (DRS) paling banyak menyebabkan stres sedang (67,5%); Group Activities Related Stressor (GARS) paling banyak menyebabkan stres ringan (75,3%). Hasil analisis bivariat membuktikan bahwa jenis stresor (ARS, IRS, TLRS, SRS, dan GARS) memperoleh p value < 0,05 serta koefisien korelasi (r) sekitar 0,454-0,629.

Kata kunci: mahasiswa kedokteran; jenis stresor; tingkat stres

***THE CORRELATION BETWEEN TYPES OF STRESSORS AND STRESS LEVELS IN
FINAL-YEAR MEDICAL STUDENTS AT THE MEDICAL EDUCATION PROGRAM,
FACULTY OF MEDICINE, MALAHAYATI UNIVERSITY***

ABSTRACT

Stress is an imbalance between environmental demands and an individual's ability to meet them, while a stressor is a stimulus, which can be either external or internal, that can trigger stress. Empirical evidence has shown that students experience relatively high levels of stress, leading to the term academic stress which refers to a condition where there is a mismatch between demands and the student's abilities. Types of stressors can include academic workload, social demands, and significant life transitions. Determine the correlation between types of stressors and stress levels in final-year students of the Medical Education Program, Faculty of Medicine, Malahayati University. This research is quantitative with an analytical design and a cross sectional approach. The population consists of final-year medical students at Malahayati University, specifically those in semesters 4-7. The sample was taken using purposive sampling in a total of 154 respondents. Data collection

involved questionnaires using the Perceived Stress Scale (PSS) and Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). Data processing utilized univariate and bivariate analysis with the Spearman test. Among the 154 respondents, the majority had moderate stress levels with 133 students (86.4%) falling into this category. The Academic Related Stressor (ARS) stressor type most commonly caused moderate stress (73.4%); Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) caused moderate stress (63.0%); Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) caused moderate stress (81.8%); Social Related Stressor (SRS) caused moderate stress (68.2%); Drive & Desire Related Stressor (DRS) caused moderate stress (67.5%); and Group Activities Related Stressor (GARS) most commonly caused mild stress (75.3%). Bivariate analysis results showed that (ARS, IRS, TLRS, SRS, and GARS) stressor types had a p -value < 0.05 and a correlation coefficient (r) ranging from 0.454 to 0.629.

Keywords: medical students; stress levels; types of stressors

PENDAHULUAN

Menurut Siswoyo (2007) yang dikuti dalam jurnal (Hulukati and Djibran, 2018) Mahasiswa merupakan individu yang menjalani pendidikan ditingkat perguruan tinggi, baik Swasta maupun Negeri atau lembaga lainnya yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir dengan kritis dan bertindak tepat dan cepat sebagai sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling memenuhi. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang hampir menyelesaikan semua mata kuliahnya dan sedang mengambil tugas akhir atau skripsi. Mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi dituntut untuk memiliki rasa optimis, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi optimal dan berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, baik masalah akademis maupun nonakademis (Roellyana and Listiyandini, 2016).

Stres diartikan sebagai ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya. Stres yang berhubungan dengan kinerja akademik adalah suatu kondisi dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan yang dimiliki mahasiswa, akibatnya mahasiswa merasa semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan ketentuan yang ada (Priharyuni, Maryani and Wicaksono, 2015). Stres di Indonesia merupakan suatu permasalahan dengan angka yang tinggi dan terus meningkat. Menurut (Risksedas, 2013) menyatakan jika prevalensi orang yang mengalami gangguan mental dengan usia 15 tahun ke atas di Indonesia sebanyak 6% dari total keseluruhan penduduk Indonesia yang berarti mencapai 14 juta jiwa. Menurut penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa kedokteran dari berbagai universitas mengenai prevalensi stres. Hasil dari penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa kedokteran sebanyak 329 orang responden prevalensi stres sebanyak 52,4%. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan kepada mahasiswa kedokteran di Universitas Lampung prevalensi stres sebanyak 71%, dimana perempuan sebanyak 23,6% dan 76,4% pria. (Rahmayani, Liza and Syah, 2019).

Stresor adalah stimulus yang mana dapat berupa eksternal maupun internal, yang mampu memunculkan stres. Dengan kata lain, stresor merupakan faktor – faktor yang menjadi penyebab munculnya stres. Menurut (Widjaja and Cahyono, 2022) *Medical student stressors questionnaire* (MSSQ) dikembangkan untuk mengidentifikasi stresor pada mahasiswa kedokteran dan intensitas stres yang dihasilkan oleh stresor tersebut. Keenam domain MSSQ dikembangkan berdasarkan beberapa penelitian tersebut antara lain:

1. ARS (*Academic Related Stressor*) yaitu meliputi metode penilaian, system penilaian, jadwal akademik, banyaknya pembelajaran yang harus dipelajari, kesulitan memahami konten, kurangnya waktu melakukan perbaikan, dan kesulitan menjawab pertanyaan dosen.

2. IRS (*Interpersonal & Intrapersonal Related Stressor*) Stresor intrapersonal mengacu pada hubungan dengan diri sendiri, meliputi konflik diri dan rendahnya motivasi dalam belajar. Stresor interpersonal mengacu pada hubungan individu meliputi penyalahgunaan emosi, perkataan, maupun fisik oleh orang lain, dan konflik dengan teman, dosen, dan staff.
3. TLRs (*Teaching and Learning Related Stressor*) meliputi kemampuan dosen dalam mengajar, kualitas tugas yang diberikan dosen kepada mahasiswa, kualitas umpan balik yang dosen berikan kepada mahasiswa, dukungan yang dosen berikan kepada mahasiswa, dan kejelasan mengenai tujuan pembelajaran yang diberikan dosen terhadap mahasiswa.
4. SRS (*Social Related Stressor*) meliputi waktu pribadi, waktu santai bersama keluarga & teman. Skor yang tinggi menunjukkan bahwa kejadian sosial dan komunitas merupakan sumber utama stres. Hal ini menandakan mahasiswa mempunyai kesulitan untuk menghabiskan waktu mereka dalam aktivitas sosial dan komunitas.
5. DRS (*Drive & Desire Related Stressor*) Meliputi ketidakmauan mempelajari ilmu kedokteran dikarenakan beberapa alasan antara lain salah memilih jurusan, mengikuti keinginan orang tua untuk belajar kedokteran dan mengikuti teman dalam belajar kedokteran, tidak termotivasi setelah mengetahui kenyataan dalam kedokteran,
6. GARS (*Group Activities Related Stressor*) meliputi keikutsertaan dalam diskusi kelompok, presentasi kelompok dan ekspektasi mahasiswa/i lainnya untuk melakukan yang baik (Widjaja and Cahyono, 2022).

Mahasiswa menjadi kelompok individu yang dapat dikatakan rentan terhadap stres. Beban akademik, tuntutan sosial, dan transisi kehidupan yang signifikan menjadi faktor utama sebagai pemicu munculnya stres tersebut. Berbagai macam bukti penelitian telah membuktikan bahwa mahasiswa memiliki tingkat stres yang cukup tinggi. Hal tersebut memunculkan sebuah istilah dalam ilmu kesehatan yakni stres akademik. Mahasiswa pada tahap akhir studi seringkali mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan tahap-tahap awal studi. Ini disebabkan oleh beberapa faktor pada tahap akhir studi, di mana mahasiswa menghadapi tugas akhir, proyek penelitian, dan persiapan untuk kelulusan (Khoiri Oktavia, 2019)

METODE

Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan rancangan penelitian yang digunakan merupakan cross sectional atau potong lintang. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati, dengan waktu penelitian yang dilakukan dari bulan Januari tahun 2024. Populasi target dari penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2020-2021. Populasi yang dituju dari penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang berstatus aktif di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati (Bayantari, Indonesiani and Apsari, 2022).

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	48	31.2
Perempuan	106	68.8
Usia		
19 Tahun	3	1.9
20 Tahun	54	35.1
21 Tahun	28	18.2
22 Tahun	59	38.3
23 Tahun	9	5.8
24 Tahun	1	0.6

Berdasarkan tabel 1, responden paling banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 106 orang (68,8%), sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki hanya berjumlah 48 orang (31,2%). Sementara itu, sebagian besar responden berusia 22 tahun yaitu sebanyak 59 orang (38,3%), dan yang paling sedikit berusia 24 tahun berjumlah 1 orang (0,6%).

Tabel 2.
Tingkat Stress

Tingkat Stres	f	%
Stres Ringan	18	11.7
Stres Sedang	133	86.4
Stres Berat	3	1.9

Tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kategori stres sedang yaitu berjumlah 133 orang (86.4%) sedangkan responden yang mengalami stres dengan kategori berat sebanyak 3 orang (1.9%).

Jenis Stres

Academic Related Stressor (ARS)

Hasil menunjukkan bahwa jenis stresor *Academic Related Stressor (ARS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 73,4%. Dari hasil analisis item pertanyaan ARS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 20. “Dituntut menjadi yang terbaik” dan nomor 22 “Beban yang terlalu berat” dengan rata-rata 2,1=menyebabkan stres berat

Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS)

Hasil menunjukkan bahwa jenis stresor *Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 63,0%. Dari hasil analisis item pertanyaan IRS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 16 “konflik dengan dosen” dengan rata-rata 1,4= menyebabkan stres sedang.

Teaching & Learning Related Stressor (TLRS)

Hasil menunjukkan bahwa jenis stresor *Teaching & Learning Related Stressor (TLRS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 81,8%. Dari hasil analisis item pertanyaan TLRS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 10 “hasil kerja yang tidak dihargai” dengan rata-rata 1,8= menyebabkan stres sedang.

Social Related Stressor (SRS)

Hasil menunjukkan bahwa jenis stresor *Social Related Stressor (SRS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 68,2%. Dari hasil analisis item pertanyaan SRS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 11 “kurangnya waktu dengan keluarga dan teman” dengan rata-rata 1,7= menyebabkan stres sedang.

Drive & Desire Related Stressor (DRS)

Hasil menunjukkan bahwa jenis stresor *Drive & Desire Related Stressor (DRS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 67,5%. Dari hasil analisis item pertanyaan DRS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 17 “menjadi beban dan tanggung jawab keluarga” dengan rata-rata 2,1= menyebabkan stres berat.

Group Activites Related Stressor (GARS)

menunjukkan bahwa jenis stresor *Group Activites Related Stressor (GARS)* paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu berjumlah 75,3%. Dari hasil analisis item pertanyaan GARS yang paling banyak pada pertanyaan nomor 12 “merasa kurang kompeten” dengan rata-rata 1,9= menyebabkan stres sedang. Pengujian korelasi dilakukan setelah sampel diuji normalitas, untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak.

Pada penelitian ini sampel lebih dari 50 sehingga uji normalitas yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Sampel yang dilakukan uji normalitas adalah sampel dengan skala data numerik.

Tabel 3.
Uji *Kolmogorov-Smirnov*

	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	
	<i>Statistic</i>	<i>Sig.</i>
ARS	0,144	0,000
IRS	0,124	0,000
TLRS	0,159	0,000
SRS	0,193	0,000
DRS	0,170	0,000
GARS	0,185	0,000
Stres	0,094	0,002

Kriteria uji normalitas adalah data berdistribusi normal jika taraf signifikan $> \alpha$ (0,05). Dari hasil analisa uji normalitas memiliki nilai signifikan $< 0,05$. Dikarenakan syarat data berdistribusi normal terpenuhi, maka uji hipotesis untuk sampel skala data numerik menggunakan uji korelasi *Spearman*.

Tabel 4.
Uji Korelasi Spearman antara jenis stressor ARS (*Academic Related Stressor*) dengan Tingkat Stres

Variabel	Median (Min-Max)	p	r
Tingkat Stres	18.00 (9-34)	0,000	0.629
<i>Academic Related Stressor</i> (ARS)	1.77 (0.28-3.69)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan *Academic Related Stressor* (ARS) didapatkan nilai p value = 0,000 ($< 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap *Academic Related Stressor* (ARS). Dengan nilai korelasi $r = 0.629$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stressor ARS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan kuat dan arah yang positif yaitu semakin tinggi skor jenis stressor maka semakin tinggi stres.

Tabel 5.
Uji Korelasi Spearman antara jenis stressor tingkat stres dengan Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS)

Variabel	Median (Min-Max)	p	r
Tingkat Stres	18.00(9-34)	0,000	0,599
<i>Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor</i> (IRS)	1,29 (0,29-2,86)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) didapatkan nilai p value = 0,000 ($< 0,05$) artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS). Dengan nilai korelasi $r = 0,599$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stressor IRS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan kuat dan arah yang positif yaitu semakin tinggi skor jenis stressor maka semakin tinggi stres.

Tabel 6.
Uji Korelasi Spearman antara jenis stressor Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) dengan Tingkat Stres

Variabel	Median (Min-Max)	p	r
Tingkat Stres	18.00 (9-34)	0,000	0,564
<i>Teaching & Learning Related Stressor</i> (TLRS)	1,5 (0,33 – 3,0)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) didapatkan nilai p value = 0,000 (< 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap Teaching & Learning Related Stressor (TLRS). Dengan nilai korelasi $r = 0,564$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stresor TLRS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan kuat dan arah yang positif yaitu semakin tinggi skor jenis stresor maka semakin tinggi stress.

Tabel 7.
Uji Korelasi Spearman antara jenis stressor tingkat stres dengan Social Related Stressor (SRS)

Variabel	Median (Min-Max)	p	r
Tingkat Stres	18.00 (9-34)	0,000	0,583
<i>Social Related Stressor (SRS)</i>	1,33 (0,17-3,5)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan Social Related Stressor (SRS) didapatkan nilai p value = 0,000 (< 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap Social Related Stressor (SRS). Dengan nilai korelasi $r = 0,583$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stresor SRS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan kuat dan arah yang positif yaitu semakin tinggi skor jenis stresor maka semakin tinggi stres.

Tabel 8.
Uji Korelasi Spearman antara jenis stressor tingkat stres dengan Drive & Desire Related Stressor (DRS)

Variabel	Median (Min-Max)	p	R
Tingkat Stres	18.00(9-34)	0,000	0,549
<i>Drive & Desire Related Stressor (DRS)</i>	1,33 (0,17-3,5)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan Drive & Desire Related Stressor (DRS) didapatkan nilai p value = 0,000 (< 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap Drive & Desire Related Stressor (DRS). Dengan nilai korelasi $r = 0,549$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stresor DRS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan kuat dan arah yang positif yaitu semakin tinggi skor jenis stresor maka semakin tinggi stres.

Variabel	Median (Min-Max)	p	R
Tingkat Stres	18.00(9-34)	0,000	0,454
<i>Group Activites Related Stressor (GARS)</i>	1,2 (0,4-2,6)		

Berdasarkan variable tingkat stres dengan Group Activites Related Stressor (GARS) didapatkan nilai p value = 0,000 (< 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap Group Activites Related Stressor (GARS). Dengan nilai korelasi $r = 0,454$, mengartikan bahwa tingkat korelasi jenis stresor GARS dengan tingkat stres menunjukkan hubungan sedang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini, terdapat 6 domain dengan Tingkat yang menyebabkan stres sedang dan berat. Pada Academic Related Stressor (ARS) yang paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak (73.4%). Adapun jenis stresor berdasarkan ARS dapat disebabkan karena dituntut menjadi yang terbaik dan beban kerja yang berat. Pada Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) yang paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak (63.0%). Adapun jenis stresor berdasarkan IRS dapat disebabkan karena konflik dengan dosen. Pada Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) yang paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak (81.8%). Adapun jenis stresor

berdasarkan TLRS dapat disebabkan karena hasil kerja yang tidak dihargai. Pada Social Related Stressor (SRS) yang paling banyak menyebabkan stress sedang sebanyak (68.2%). Adapun jenis stresor berdasarkan SRS dapat disebabkan karena kurangnya waktu dengan keluarga dan teman. Pada Drive & Desire Related Stressor (DRS) yang paling banyak menyebabkan stress sedang sebanyak (67.5%). Adapun jenis stresor berdasarkan DRS dapat disebabkan karena menjadi beban dan tanggung jawab keluarga. Pada Group Activities Related Stressor (GARS) yang paling banyak menyebabkan stress sedang sebanyak (75.3%). Adapun jenis stresor berdasarkan GARS dapat disebabkan karena merasa kurang kompeten.

Berdasarkan hasil uji bivariat jenis stresor dengan tingkat stres seluruhnya didapatkan p value <0,05 tidak terdistribusi normal dan hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa Academic Related Stressor (ARS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,629 yang berarti semakin tinggi nilai Academic Related Stressor (ARS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,599 yang berarti semakin tinggi nilai Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,564 yang berarti semakin tinggi nilai Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Social Related Stressor (SRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,583 yang berarti semakin tinggi nilai Social Related Stressor (SRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Drive & Desire Related Stressor (DRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,549 yang berarti semakin tinggi nilai Drive & Desire Related Stressor (DRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Group Activities Related Stressor (GARS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,454 yang berarti semakin tinggi nilai Group Activities Related Stressor (GARS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa

Terjadinya perbedaan tingkatan stres pada masing-masing individu disebabkan karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti kemampuan individu dalam mempersepsikan stresor, waktu paparan stresor, dan banyaknya stresor yang harus di hadapi dalam jangka waktu yang bersamaan. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres juga berperan dalam respon tubuh terhadap stres, jika kemampuan seseorang dalam beradaptasi terhadap stres kurang baik dan diperburuk dengan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres, maka dampak yang terjadi pada tubuh seseorang berupa dampak negatif dari stres. Dampak negatif dari stres dapat tergambar dalam dua aspek yaitu aspek biologis seperti sakit kepala, gangguan pola tidur, gangguan Kesehatan kulit dan lain sebagainya, serta aspek psikososial seperti penurunan konsentrasi, gugup, rasa takut yang berlebihan, dan perilaku yang cenderung pada melanggar norma karena acuh terhadap lingkungan. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa gambaran tingkat stres berdasarkan Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor (IRS), Teaching and Learning Related Stressor (TLRS), Social Related Stressor (SRS), Group Activities Related Stressor (GARS) pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Akhir yaitu didominasi dengan stres tingkat sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Yuliza pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara dengan Sebagian besar berada pada kategori stres tingkat sedang.

Terjadinya stres yang disebabkan oleh Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor (IRS), Teaching and Learning Related Stressor (TLRS), Social Related Stressor (SRS), Group Activities Related Stressor (GARS) diantaranya bisa karena adanya konflik dengan mahasiswa

lain, kurangnya motivasi untuk belajar, materi perkuliahan kurang tersedia dengan baik, kurangnya bimbingan dari dosen, dosen tidak memberikan masukan yang cukup selama kuliah, kurangnya waktu Bersama keluarga dan teman, tugas presentasi di dalam kelas, merasa tidak mampu dalam suatu hal, dan hasrat harus melakukan sesuatu dengan baik. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa gambaran tingkat stres berdasarkan Drive & Desire Related Stressor (DRS) pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Akhir yaitu paling banyak terjadi pada stres tingkat sedang. Hasil ini sesuai dengan penelitian Rony, dkk yang mengatakan bahwa tingkat stres terkait hubungan Drive & Desire Related Stressor (DRS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau sebagian besar adalah tingkat stres ringan sebesar 54,82%.9 terjadinya stres yang disebabkan oleh Drive & Desire Related Stressor (DRS) bisa dikarenakan dari awal sudah tidak berkeinginan untuk kuliah di Fakultas Kedokteran, keinginan orang tua agar anaknya belajar di Fakultas Kedokteran, dan Beban tanggung jawab di dalam keluarga yang tinggi

SIMPULAN

Jenis stresor ARS (Academic Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak 113 orang (73,4%), IRS (Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak 97 orang (63,0%), TLRS (Teaching & Learning Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak 126 orang (81,8%), SRS (Social Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak 105 orang (68,2%). DRS (Drive & Desire Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres sedang sebanyak 104 orang (67,5%), GARS (Group Activities Related Stressor) paling banyak menyebabkan stres ringan sebanyak 116 orang (75,3%). Sebagian besar responden dengan kategori stres sedang yaitu berjumlah 133 orang (86,4%) sedangkan responden yang mengalami stres dengan kategori berat sebanyak 3 orang (1,9%). Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa Academic Related Stressor (ARS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,629 yang berarti semakin tinggi nilai Academic Related Stressor (ARS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,599 yang berarti semakin tinggi nilai Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,564 yang berarti semakin tinggi nilai Teaching & Learning Related Stressor (TLRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Social Related Stressor (SRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,583 yang berarti semakin tinggi nilai Social Related Stressor (SRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Drive & Desire Related Stressor (DRS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,549 yang berarti semakin tinggi nilai Drive & Desire Related Stressor (DRS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa. Group Activities Related Stressor (GARS) berkorelasi positif terhadap tingkat stres dengan nilai korelasi (r) adalah 0,454 yang berarti semakin tinggi nilai Group Activities Related Stressor (GARS) maka semakin tinggi tingkat stres pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Alifita, F.A. and Martha, E. (2023) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Selama Masa Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Program Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia', *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), p. 10. Available at: <https://doi.org/10.47034/ppk.v5i1.6190>.

- AndrianaJumaini Andriana, J. and Nunu Prihantini, N. (2021) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia', *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 9(2), pp. 1351–1361. Available at: <https://doi.org/10.37304/jkupr.v9i2.3527>.
- Bayantari, N.M., Indonesiani, S.H. and Apsari, P.I.B. (2022) 'Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran', *Jurnal Imiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(3), pp. 609–618. Available at: <https://doi.org/10.23887/jipp.v6i3.51175>.
- Cohen, S., Kamarck, T. and Mermelstein, R. (1983) 'Perceived Stress Scale', *Journal of Health and Social Behavior*, pp. 386–396. Available at: <http://www.mindgarden.com/products/pss.htm>.
- Hulukati, W. and Djibran, M.R. (2018) 'Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo', *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik)*, 2(1), p. 73. Available at: <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>.
- januar ginata, A., dewi indi astuti, R. and Hartati, J. (2023) 'Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Stresor Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Tahap Akademik Fakultas Kedokteran Unisba', *Jurnal Riset Kedokteran*, pp. 25–30. Available at: <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1915>.
- Kesuma, D.D. (2016) 'Stress dan Strategi Coping Pada Anak Pidana', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), pp. 391–398. Available at: <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4099>.
- Khoiri Oktavia, W. (2019) 'Life - Span Development, Perkembangan Masa Hidup (Edisi Ketigabelas) Jilid 1', Erlangga, pp. 142–149.
- Macan, H.H. et al. (2017) 'Hubungan Stresor dengan Kejadian Stres pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Stressor Related to Clinical Medical Student Distress in Clerkship', *Jurnal Agromed Unila*, 4(2), pp. 1–8. Available at: <http://juka.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/viewFile/1806/pdf>
- Maesyaroh, D.A.Y.U. et al. (2021) 'Pola perilaku mencari bantuan pada mahasiswa tingkat akhir', *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta [Preprint]*.
- Priharyuni, C.Y., Maryani and Wicaksono, B. (2015) 'Pengaruh tingkat stres mahasiswa kedokteran yang mengerjakan skripsi terhadap prestasi akademik di Universitas Sebelas Maret', *Nexus Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan*, 4(2), pp. 55–63. Available at: <https://jurnal.fk.uns.ac.id/index.php/Nexus-PendidikanKedokteran/article/download/789/342>.
- Psychologia, A. et al. (2022) 'Acta Psychologia', 4, pp. 11–20.

- Rahmayani, R.D., Liza, R.G. and Syah, N.A. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), p. 103. Available at: <https://doi.org/10.25077/jka.v8.i1.p103-111.2019>.
- Rakhmawati, I., Farida, P. and Nurhalimah (2014) 'Sumber Stress Akademik dan Pengaruhnya Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Keperawata DKI JAKARTA', *JKep*, vol 2 no 3, pp. 72–84.
- Roellyana, S. and Listiyandini, R.A. (2016) 'Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi', *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia 2016*, 1(July), pp. 29–37.
- Santina, R.O., Hayati, F. and Oktarina, R. (2021) 'Analisis Peran Orangtua Dalam Mengatasi Perilaku', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1).
- Triyana, M., Hardjajani, T. and Karyanta, N.A. (2013) 'Hubungan antara resiliensi dan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran', *Universitas Sebelas Maret*, (2007), pp. 1–13. Available at: <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/49511>.
- Widjaja, S. and Cahyono, A. (2022) 'Stress Analytics of Medical Students At Faculty of Medicine University of Surabaya', *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 11(3), p. 319. Available at: <https://doi.org/10.22146/jpki.64881>.
- Wulandari, N. A., Astini, D. A. A. A. S., & Arsana, I. W. E. (2022). Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa selama Pembelajaran Daring pada masa Pandemi COVID-19. *Aesculapius Medical Journal*, 2(2), 69-75.
- Yusoff, M. and Rahim, A. (2010) 'The Medical student stress questionnaire (MSSQ) Manual An explanatory guide on stress and stressors in medical study to help you', (February 2010).