



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

Muthia Deswita Alifah¹, Sri Maria Puji Lestari^{2*}, Dewi Lutifanawati¹, Achmad Farich¹

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Malahayati, Jl. Pramuka No.27, Kemiling Permai, Bandar Lampung, Lampung 35152, Indonesia

²Program Studi Psikologi Universitas Malahayati, Jl. Pramuka No.27, Kemiling Permai, Bandar Lampung, Lampung 35152, Indonesia

*srimaria@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Masa transisi dari tahap pre-klinik ke tahap klinik dapat menimbulkan tekanan pada mahasiswa program studi profesi dokter yang diharapkan memiliki pemahaman mengenai ilmu biomedis dan juga klinis, sekaligus berinteraksi secara langsung dengan pasien. Jenis stresor dapat berupa stresor tekanan akademik, stresor terkait hubungan belajar mengajar, stresor hubungan sosial, stresor terkait kelompok, stresor keinginan dan pengendalian, dan stresor terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal. Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara jenis stresor dengan tingkat stres pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik dan rancangan penelitian cross sectional. Populasi penelitian adalah Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Universitas Malahayati Tahap Transisi yang baru menjalani tahap profesi selama 6-12 bulan. Pengambilan sampel dengan metode purposive sampling menggunakan kuesioner MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire) dan PSS (Perceived Stress Scale). Hasil: Didapatkan responden sebanyak 105 mahasiswa dengan tingkat stres terbanyak dalam kategori stres ringan yang berjumlah 65 orang (61.9%). Jenis stresor yang terbanyak menyebabkan stres sedang yaitu ARS 56.2%, SRS 61.0% dan DRS 61.0%, sedangkan yang terbanyak menyebabkan stres ringan 71,4%, TLRs 41,9%, dan GARS 48,6%. Hasil uji bivariat antara jenis stresor (ARS, IRS, SRS, DRS, TLRs, GARS) dengan tingkat stres seluruhnya didapatkan p value 0.000.

Kata kunci: jenis stresor; mahasiswa kedokteran; tingkat stres

***THE CORRELATION BETWEEN THE TYPE OF STRESSOR AND THE LEVEL OF
STRESS IN STUDENTS OF THE MEDICAL PROFESSION STUDY PROGRAM,
FACULTY OF MEDICINE, UNIVERSITY OF MALAHAYATI TRANSITION STAGE***

ABSTRACT

The transition period from the pre-clinical stage to the clinical stage can put pressure on students of the medical profession study program who are expected to have an understanding of biomedical and clinical sciences, as well as interact directly with patients. Types of stressors can be academic pressure stressors, teaching and learning relationship-related stressors, social relationship stressors, group-related stressors, desire and control stressors, and intrapersonal and interpersonal relationship-related stressors. Research Objective: Determine the correlation between the type of stressor and the level of stress in students of the Medical Professional Study Program, Faculty of Medicine, University of Malahayati Transition Stage. Methods: Type of quantitative research with analytical research design and cross sectional research design. The study population is students of the Transition Stage Medical Professional Study Program, University of Malahayati who have just undergone the education stage for 6-12 months. Sampling using purposive sampling method. By using MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire) and PSS (Perceived Stress Scale) questionnaires. Results: Respondents were obtained as many as 105 students with the highest stress levels in the mild stress category totaling 65 people (61.9%). The types of stressors that cause the most moderate stress

are ARS (Academic Related Stressors) 56.2%, SRS (Social Related Stressors) 61.0% and DRS (Drive & Desire Related Stressors) 61.0%, while the most cause mild stress IRS (Intrapersonal & Interpersonal Related Stressors) 71.4%, TLRS (Teaching & Learning Related Stressors) 41.9%, and GARS (Group Activities Related Stressors) 48.6%. The results of the bivariate test between the types of stressors (ARS, IRS, SRS, DRS, TLRS, GARS) with the overall stress level obtained *p* value 0.000.

Keywords: medical students; stress levels; types of stressors

PENDAHULUAN

Mahasiswa tahap transisi adalah mahasiswa yang sedang mengalami perubahan dari fase pre-klinik menuju fase klinik. Tentu pada fase ini sering kali menjadi sumber stres seperti kurangnya persiapan dalam menghadapi aspek ilmu kedokteran dan keterampilan medis. Sering kali disebabkan oleh 2 perubahan lingkungan belajar, dimana mereka berpindah dari ruang kelas ke lingkungan rumah sakit dan juga karena perubahan model pembelajaran yang berbeda (Firmansyah M, 2016). Transisi dari tahap pre-klinik ke tahap klinik dapat menimbulkan tekanan pada individu, khususnya dokter muda yang diharapkan memiliki pemahaman yang dalam mengenai ilmu biomedis dan juga klinis, sekaligus berinteraksi secara langsung dengan pasien. Faktor – faktor stres yang mungkin timbul berupa stresor tekanan akademik, stresor terkait hubungan belajar mengajar, stresor hubungan sosial, stresor terkait kelompok, stresor keinginan dan pengendalian, dan stresor terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (Willda et al., 2016). Stres akan dialami oleh semua orang dalam rutinitas harian dan akan dialami oleh setiap individu. Efek stres bersifat menyeluruh pada diri seseorang, termasuk dampak pada aspek fisik, hubungan sosial, kecerdasan, kesejahteraan jiwa, dan dimensi spiritual. Sumber stres dapat timbul dari lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal, tempat kerja, dan proses pendidikan. Menurut Goodman dan Lorey, salah satu pencetus stres sering berasal dari lingkungan belajar, terutama pada para peserta didik (Hediaty et al., 2022).

Menurut Cohen, Kamarck dan Mermelstein yang dikutip dalam Yuliana dan Annatagia (2019) stres adalah bagaimana cara seseorang memandang, menilai situasi kehidupan mereka sebagai stres. Adapun beberapa kejadian yang dapat menimbulkan stres yaitu, permasalahan di lingkungan kerja, masalah individu dan ekonomi. Stres dapat timbul tergantung bagaimana seseorang mempersepsikan situasi mereka sebagai stres. Angka kejadian stres di seluruh dunia menunjukkan tingkat yang cukup tinggi. Sekitar 1,33 juta orang Indonesia diperkirakan mengalami masalah kejiwaan atau menghadapi situasi stres. Jumlah ini menyumbang sekitar 14% dari total populasi dengan sekitar 1-3% di antaranya mengalami tingkat stres yang parah (stres berat) (Nasrullah, 2021). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Willda, Elda dan Firdaus (2016) terhadap 83 dokter muda yang sedang menjalani tahap profesi dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Riau menunjukkan bahwa 25 orang (30,1%) mengalami tingkat stres berat, 57 orang (68,7%) mengalami tingkat stres sedang, dan hanya 1 orang (1,2%) mengalami stres ringan. Dalam penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, ditemukan tingkat stres pada mahasiswa kepaniteraan klinik sebesar 83,8%. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang berada dalam tahap ini menghadapi tingkat stres yang jauh lebih tinggi daripada mahasiswa pada tahap preklinik. Peningkatan tingkat stres dikaitkan dengan tingginya stresor yang mereka alami selama pendidikan klinik dibandingkan dengan mahasiswa preklinik (Macan et al., 2017).

Timbulnya stres berhubungan dengan stimulus yang dikenal dengan stresor. Stresor dapat melibatkan aspek fisik, psikologis, dan juga fisiologis. Stresor dalam bentuk fisik dapat berupa situasi dengan temperatur ekstrem, kebisingan yang berlebih. Stresor fisiologis muncul dari kelainan fungsi tubuh, seperti masalah organ atau gangguan sistemik. Sementara

itu, stresor psikologis timbul akibat ketegangan personal, sosial, budaya, atau agama. Pada mahasiswa, sumber stresor bervariasi dan dapat berasal dari berbagai faktor. Termasuk di antaranya faktor akademik, seperti adaptasi dari pola belajar, tuntutan tugas kuliah, pencapaian pribadi, penanganan masalah, serta beban tanggung jawab. Faktor non-akademik juga turut berperan, seperti jarak tempat tinggal dari keluarga, keterbatasan finansial, masalah dalam hubungan sosial, perubahan lingkungan dan faktor non-akademik lainnya (Januar Ginata et al., 2023). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jenis stresor dengan tingkat stres pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi.

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik dan rancangan penelitian cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. Dengan menggunakan kuesioner MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire) dan PSS (Perceived Stress Scale). Populasi penelitian adalah Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Universitas Malahayati Tahap Transisi yang baru menjalani tahap profesi selama 6-12 bulan.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Jenis Stresor dan Tingkat Stres

Variabel	f	%
Jenis Stresor		
ARS (menyebabkan stres sedang)	59	56.2
IRS (menyebabkan stres ringan)	75	71.4
TLRS (menyebabkan stres ringan)	44	41.9
SRS (menyebabkan stres sedang)	64	61.0
DRS (menyebabkan stres sedang)	64	61.0
GARS (menyebabkan stres ringan)	51	48.6
Tingkat Stres		
Stres Ringan	65	61.9
Stres Sedang	28	26.7
Stres Berat	12	11.4
Total	105	100.0%

Berdasarkan pada tabel 1 tersebut menunjukkan bahwa distribusi frekuensi jenis stresor yang terbanyak menyebabkan stres sedang yaitu ARS (Academic Related Stressors) 56.2%, SRS (Social Related Stressors) 61.0% dan DRS (Drive & Desire Related Stressors) 61.0%, sedangkan yang terbanyak menyebabkan stres ringan IRS (Intrapersonal & Interpersonal Related Stressors) 71,4%, TLRS (Teaching & Learning Related Stressors) 41,9%, dan GARS (Group Activities Related Stressors) 48,6%. Sedangkan untuk data frekuensi tingkat stres terbanyak dalam kategori stres ringan berjumlah 65 orang (61.9%).

Tabel 2.
Hubungan Antara Jenis Stresor Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi

Variabel	Median (min-max)	P value	Nilai r
Tingkat stres	13.00 (5-35)	0.000	
ARS	1.31 (0.46-3.54)	0.000	0.664
IRS	0.57 (0.40-3.86)	0.000	0.634
TLRS	1.17 (0.00-3.67)	0.000	0.694
SRS	1.33 (0.50-3.67)	0.000	0.591

DRS	1.33 (0.50-3.67)	0.000	0.591
GARS	1.20 (0.00-3.40)	0.000	0.646

Pada uji analisis bivariat peneliti menguji hubungan antara jenis stresor dengan tingkat stres. Pada penelitian ini digunakan uji statistik Spearman dikarenakan data berdistribusi tidak normal. Pada variabel jenis stresor dengan tingkat stres didapatkan p value = 0.000 (<0,05) terdapat “hubungan signifikan antara jenis stresor dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi profesi dokter fakultas kedokteran universitas malahayati tahap transisi”. Nilai koefisien korelasi (r) sekitar 0,591 – 0,694 dan menunjukkan hubungan kuat dan arah positif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi jenis stresor maka semakin tinggi tingkat stres seseorang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik Spearman pada jenis stresor dengan tingkat stres didapatkan nilai p value = 0.000 (<0,05), artinya terdapat hubungan signifikan antara jenis stresor dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi profesi dokter fakultas kedokteran universitas malahayati tahap transisi. Dengan nilai korelasi sekitar 0,591 – 0,694, yang artinya menunjukkan hubungan kuat dan dapat diartikan bahwa semakin tinggi jenis stresor maka semakin tinggi tingkat stres seseorang. Pada ARS semakin tinggi seseorang menganggap jenis stresor seperti berbagai tes maupun ujian, terlalu banyak materi yang harus dipelajari, mendapatkan hasil yang buruk menyebabkan stres berat, maka tingkat stres yang muncul akan semakin berat. Pada IRS, dapat disebabkan karena masalah dengan mahasiswa lain, gangguan fisik atau verbal. Pada TLRS, dapat disebabkan karena kurangnya bimbingan dari dosen, materi perkuliahan tidak tersedia. Jenis stresor SRS, dapat disebabkan karena kurangnya waktu untuk diri sendiri, teman dan keluarga. Pada DRS, dapat disebabkan karena menjadi beban dan tanggung jawab keluarga, kemauan orangtua agar masuk kedokteran. Pada GARS, dapat disebabkan karena merasa kurang kompeten, merasa kurang mampu dalam berdiskusi.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Azmi (2019) terhadap mahasiswa tahap profesi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang mengemukakan bahwa responden dengan stres tingkat sedang pada ARS sebanyak 65 orang (51.6%), IRS 54 orang (42.9%), TLRS 58 orang (46.0%), GARS 56 orang (44.4%), dan dengan stres tingkat rendah SRS sebanyak 67 orang (53.2%) dan DRS sebanyak 56 orang (44.4%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak mengalami stres ringan yaitu berjumlah 65 orang (61.9%). Definisi stres ringan menurut Rasmun yang dikutip dalam Riza (2016) adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan dan dihadapi secara teratur seperti lupa, kebanyakan tidur dan biasanya berakhir dalam beberapa menit atau jam dan tidak akan menimbulkan penyakit. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Willda, Elda dan Firdaus (2016) yang menyatakan bahwa tingkat stres yang banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang sebanyak 57 orang, stres berat 25 orang, dan stres ringan 1 orang. Hal ini tidak sejalan dengan pada penelitian yang dilakukan oleh Hakim et al., (2023) menyatakan bahwa tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa program studi profesi dokter mayoritas mengalami stres berat dengan stresor utama berupa ujian akademik.

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara jenis stresor dengan tingkat stres pada Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi, yang berarti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Macan et al., (2017) dengan judul hubungan stresor dengan kejadian stres pada mahasiswa kepaniteraan klinik dengan jumlah sampel sebanyak 31 responden. Penelitian ini juga menemukan bahwa beban kerja kuantitatif yang berlebihan meningkatkan risiko stres

pada mahasiswa secara signifikan. Hal ini diperkuat oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan beban kerja kuantitatif berlebih memiliki risiko stres 8,569 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami beban kerja berlebih.

SIMPULAN

Distribusi frekuensi tingkat stres pada Mahasiswa Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahap Transisi yang memiliki tingkat stres ringan dengan jumlah 65 orang dengan persentase 61.9%. distribusi frekuensi jenis stresor ARS yang menyebabkan stres sedang 56.2%, IRS yang menyebabkan stres ringan 71.4%, TLRS yang menyebabkan stres ringan 41.9%, SRS dan DRS yang menyebabkan stres sedang 61.0% dan GARS yang menyebabkan stres ringan sebanyak 48.6%. Terdapat hubungan signifikan antara jenis stresor dengan tingkat stres pada mahasiswa profesi dokter fakultas kedokteran universitas malahayati tahap transisi ($r = 0,591 - 0,694$).

DAFTAR PUSTAKA

- Atziza, R. (2015) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stres Dalam Pendidikan Kedokteran', *J Agromed Unila*, 2(3), Pp. 317–320. Available At: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/1367>.
- Azmi, N.A. (2019) 'Perbedaan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahap Profesi Yang Menjalani Stase Minor Dengan Tugas Tambahan Jaga Dan Tidak Jaga Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung', *Journal Of Wind Engineering And Industrial Aerodynamics*, 26(1), Pp. 1–4. Available At: <https://doi.org/10.1007/S11273-020-09706-3>
<http://dx.doi.org/10.1016/J.Jweia.2017.09.008>
<https://doi.org/10.1016/J.Energy.2020.117919>
<https://doi.org/10.1016/J.Coldregions.2020.103116>
<http://dx.doi.org/10.1016/J.Jweia.2010.12.004>
- Cohen, S., Kamarck, T. dan Mermelstein, R. (1983) 'A Global Measure Of Perceived Stress.', *Journal Of Health And Social Behavior*, 24(4), Pp. 385–396. Available At: <https://doi.org/10.2307/2136404>.
- Dani, S.M., Hamidy, M.Y. dan Risma, D. (2011) 'Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau Suci Martha Dani 1, M.Yulis Hamidy 2, Devi Risma 3', *Repository University Of Riau*, Pp. 1–9.
- Dewi, I.K., Nasir, M. dan Salma (2019) 'Optimisme Dan Hardiness Pada Dokter Muda Di Rumah Sakit Umum Daerah Zainoel Abidin (Rsudza) Banda Aceh', *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1), Pp. 48–56.
- Dianti, N. dan Findyartini, A. (2019) 'Hubungan Tipe Motivasi Terhadap Kejadian Burnout Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Pada Masa Transisi Dari Pendidikan Preklinik Ke Klinik Tahun 2018 The Relationship Between Type Of Motivation And Burnout In Medical Student During T', *Work Psychology*, 7(September 2019), Pp. 115–121. Available At: <https://doi.org/10.23886/Ejki.7.10771>.
- Firmansyah, M. (2016) 'Persepsi Tingkat Kesiapan Dokter Muda Di Rotasi Klinik Rsi Unisma Dan Rs Mardi Waluyo Marindra', *Jk Unila*, 1(2), Pp. 350–356.
- Hakim, A.N. Et Al. (2023) 'Tingkat Stres Dan Pencapaian Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter: Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif', *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 19(2), P. 173. Available At: <https://doi.org/10.24853/jkk.19.2.173-186>.
- Hediaty, S., Herlambang dan Natasha A.S, N. (2022) 'Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa

- Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi’, *Journal Of Medical Studies*, 2(2), Pp. 61–71.
- Jain, S., Jain, P. dan Jain, A.K. (2017) ‘Prevalence, Sources And Severity Of Stress Among New Undergraduate Medical Entrants’, *South-East Asian Journal Of Medical Education*, 11(1), P. 9. Available At: <https://doi.org/10.4038/seajme.v11i1.3>.
- Januar Ginata, A., Dewi Indi Astuti, R. dan 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>.
- Macan, H.H. Et Al. (2017) ‘Hubungan Stresor Dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik’, *J Agromed Unila*, 4(2), Pp. 313–20.
- Maulana, Z. Et Al. (2014) ‘Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama Dan Tahun Kedua Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Abstrak’, *Medical Journal Of Lampung University*, 3(4), Pp. 154–162.
- Nasrullah, Z.Z. (2021) ‘Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Selama Masa Pandemi Covid-19 Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya’, P. 6.
- Nindya, K., Ayu, D. dan Eka, I. Wayan (2022) “‘Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Selama Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19’”, *Aesculapius Medical Journal*, 2 No.2(2), Pp. 69–75.
- Pin, T.L. (2011) Hubungan Kebiasaan Berolahraga Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara Tahun Masuk 2008, Karya Tulis Ilmiah. Tidak Diterbitkan, Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara, Medan. Available At: <https://123dok.com/document/dzx505dq-hubungan-kebiasaan-berolahraga-tingkat-mahasiswa-fakultas-kedokteran-universitas.html>.
- Riza, M. (2016) ‘Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Praktikum’, *Jurnal Indigenous*, 1(2), Pp. 52–60.
- Seh, H. Hadistya, Novitasari, A. dan Romadhoni (2020) ‘Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang’, Universitas Muhammadiyah Semarang [Preprint]. Available At: <http://repository.unimus.ac.id/4832/1/artikel-penelitian-harvard.pdf>.
- Willda, T., Elda, N. dan Firdaus (2016) ‘Hubungan Resiliensi Diri Terhadap Tingkat Stres Pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau’, *Jom Fk*, 3(1), Pp. 248–253.
- Yuliana, A.T. dan Annatagia, L. (2019) ‘Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup Dengan Stres Pada Pasien Hipertensi’
- Yusoff dan Rahim (2010) ‘The Medical Student Stress Questionnaire (Mssq) Manual An Explanatory Guide On Stress And Stressors In Medical Study To Help You’, (February 2010).