

Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017

Rizkia Dwina Rahmayani¹, Rini Gusya Liza², Nur Afrainin Syah³

Abstrak

Penyebab stres pada mahasiswa kedokteran terdiri kedalam enam kelompok yaitu *stressor* terkait akademik, *stressor* terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal, *stressor* terkait hubungan belajar mengajar, *stressor* terkait hubungan sosial, *stressor* terkait keinginan dan pengendalian, serta stres terkait aktivitas kelompok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres berdasarkan *stressor* pada mahasiswa profesi dokter tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif dengan desain *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling* untuk mendapatkan sampel sebanyak 188 responden. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* yang telah di validasi. Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang (48,4%). Tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah tingkat stres berat (51,6%). Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang terbanyak adalah tingkat stres berat (42,6%). Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (42%). Tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (53,2%). Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (39,9%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (45,2%). *Stressor* yang paling menyebabkan stres adalah yang terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal.

Kata kunci: tingkat stres, *stressor*, mahasiswa kedokteran

Abstract

The causes of stress in medical students consisted of six groups: academic related stress, interpersonal and intrapersonal related stress, teaching and learning related stress, social related stress, drive and desire related stress, and group activities related stress. The objective of this study was to describe stress levels based on stressors for first year medical students of Medical Faculty Andalas University. This study used descriptive design with cross-sectional approach. Sampling was done by simple random sampling technique and has obtained a sample of 188 respondents. Data was collected by using Medical Student Stressor Questionnaire that has been validated. The results of univariate analysis showed that most respondents had moderate stress level (48.4%). The most academic related stress levels were severe stress levels (51.6%). The highest levels of stress related to intrapersonal and interpersonal relationships were severe stress levels (42.6%). The most stressful levels related to teaching and learning are moderate stress levels (42%). The highest level of stress related to social relations is moderate stress level (53.2%). The highest level of stress related to desire and control is moderate stress level (39.9%). The most stress level related to group activity is moderate stress level (45.2%). The most stressful stressor is that related to intrapersonal and interpersonal relationships.

Keywords: stress level, *stressor*, medical student

Afiliasi penulis: 1. Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas (FK Unand), 2. Bagian Psikiatri (FK Unand), 3. Bagian Anatomi (FK Unand)

Korespondensi: Rizkia Dwina Rahmayani, Email: rizkiadwina808@gmail.com Telp: 082285374387

PENDAHULUAN

Kesehatan mental menurut WHO adalah keadaan kesejahteraan dimana seorang individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan dapat berkontribusi di dalam komunitasnya.¹ Jika terjadi gangguan kesehatan mental maka akan memberikan dampak yang luas pada bidang kesehatan, sosial, hak asasi manusia serta sektor ekonomi di seluruh dunia.²

Di Indonesia gangguan mental masih menjadi salah satu permasalahan yang signifikan. Riskesdas 2013 menyatakan bahwa prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia mencapai 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk di Indonesia untuk usia 15 tahun ke atas.³ Menurut penelitian yang dilakukan di *University of Gondar* di Ethiopia prevalensi gangguan mental emosional pada mahasiswa adalah 40,9%,⁴ sedangkan menurut penelitian yang dilakukan di *German University* prevalensi gangguan mental emosional pada mahasiswa adalah 22,7%.⁵

Gangguan kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran sering dilaporkan. Bukti menunjukkan bahwa baik mahasiswa kedokteran maupun dokter mengalami gejala yang lebih tinggi dari segi tekanan psikologis, depresi, anxietas, dan kelelahan daripada populasi lain. Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa kedokteran memiliki stres tambahan akibat dari masa studi yang lebih panjang serta lebih beresiko terpapar dengan penyakit maupun kematian karena patogen yang ditularkan dari pasien.⁶ Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran sudah pernah dilakukan di beberapa universitas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran sebanyak 329 responden prevalensi stres adalah 52,4%.⁷

Penelitian sejenis juga telah dilakukan di beberapa negara di Asia, salah satunya di sekolah kedokteran negeri maupun swasta di Bangladesh dengan 1363 responden menyatakan bahwa

prevalensi stres adalah 73%, dimana 64% pada pria dan 36% pada wanita.⁸ Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan di *Jizan University* didapatkan prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran adalah 71,9%. Prevalensi stres pada wanita adalah 77% sedangkan pria lebih rendah yaitu 64%.⁹

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung didapatkan prevalensi stres adalah 71%, dimana 23,6% diantaranya adalah wanita dan 76,4% diantaranya adalah pria.¹⁰ Penelitian sejenis juga telah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara dengan 90 responden menunjukkan prevalensi stres adalah 72,1%, dimana terbanyak mengalami stres ringan yaitu 26,7%.¹¹ Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tahun pertama di Universitas Riau yang menyatakan bahwa terbanyak mengalami stres sedang yaitu 57,7%.¹²

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dengan menggunakan kuesioner DASS 42 lebih dari setengah mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Andalas yang mengalami stres, yaitu dengan prevalensi 51,1%.¹³ Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan terhadap mahasiswa profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 yang sebagian besar respondennya juga berusia 18 tahun.¹⁴

Pada mahasiswa tahun pertama terjadi banyak perubahan atau transisi kehidupan karena perpindahan dari masa Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa baru di Perguruan Tinggi (PT). Perubahan yang terjadi dapat berupa gaya belajar, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian dan masalah lainnya. Penyesuaian tersebut dapat diperberat dengan adanya faktor personal seperti kondisi keuangan, tinggal jauh dari orang tua untuk pertama kalinya, adaptasi dengan lingkungan baru serta masalah lainnya yang harus dihadapi oleh masing-masing individu.¹⁵

Menurut penelitian terdahulu penyebab stres terbanyak pada mahasiswa kedokteran tahun pertama adalah terkait masalah akademik, sehingga dapat memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap

prestasi belajar mahasiswa kedokteran.¹⁶ Sebuah penelitian menyatakan bahwa stres dapat mempengaruhi kinerja dari mahasiswa kedokteran. Stres dapat mengurangi konsentrasi, menurunkan perhatian, menghambat proses pengambilan keputusan, dan mengurangi kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan baik dengan pasien, yang dapat mengakibatkan ketidakmampuan dan ketidakpuasan pasien terhadap praktik klinis di masa depan.⁹

METODE

Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2018 dan berlokasi di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Populasi penelitian adalah semua mahasiswa aktif program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 yang berjumlah 252 orang. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel minimal pada penelitian ini didapatkan dengan menggunakan rumus Lemeshow, yaitu sebanyak 170 orang.¹⁷ Kriteria inklusi subjek : mahasiswa aktif angkatan 2017 program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dan mahasiswa yang bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi subjek : mahasiswa yang menolak menjadi responden dengan tidak menandatangani lembar *informed consent*, mahasiswa yang pernah didiagnosis memiliki gangguan psikiatri oleh dokter, mahasiswa yang mengkonsumsi psikofarmaka.

Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah *MSSQ (Medical Student Stress Questionnaire)* untuk mengukur tingkat stres berdasarkan *stressor* pada mahasiswa kedokteran.¹⁸ Data dianalisis secara statistik berdasarkan variabel yang dinilai menggunakan program komputerisasi yaitu analisis univariat. Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi tingkat stres secara umum maupun berdasarkan *stressor*.

HASIL

Penelitian ini dilakukan terhadap 188 orang mahasiswa aktif Profesi Dokter Fakultas Kedokteran

Universitas Andalas angkatan 2017 pada tanggal 27 Agustus 2018 – 31 Agustus 2018.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik		f	%
Usia	18 tahun	134	71,3
	19 tahun	39	20,7
	20 tahun	15	8
Jumlah		188	100
Jenis kelamin	Pria	57	30,3
	Wanita	131	69,7
Jumlah		188	100
Daerah asal	Sumatera Barat	131	69,7
	Luar Sumatera Barat	57	30,3
	Jumlah	188	100
Tempat tinggal	Dengan orang tua	60	31,9
	Dengan saudara	17	9
	Indekos	111	59
Jumlah		188	100

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, daerah asal serta tempat tinggal. Sebagian besar responden berusia 18 tahun, jenis kelamin terbanyak adalah wanita, daerah asal terbanyak dari Sumatera Barat, serta status tempat tinggal terbanyak adalah indekos.

Distribusi Tingkat Stres

Tabel 2.1. Distribusi tingkat stres

Variabel	Tingkat stres									
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Usia :										
18 tahun	14	7,4	65	34,6	55	29,3	0	0	134	71,3
19 tahun	5	2,6	19	10,1	15	8	0	0	39	20,7
20 tahun	2	1,1	7	3,7	6	3,2	0	0	15	8
Jumlah									188	100
Jenis kelamin:										
Pria	6	3,2	33	17,6	18	9,6	0	0	57	30,4
Wanita	15	8	58	30,8	58	30,8	0	0	131	69,6
Jumlah									188	100

Tabel 2.2. Distribusi tingkat stres

Variabel	Tingkat stres									
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Daerah asal :										
Sumatera Barat	12	6,4	67	35,6	52	27,6	0	0	131	69,6
Luar Sumatera Barat	9	4,8	24	12,8	24	12,8	0	0	57	30,4
Jumlah									188	100
Tempat tinggal :										
Dengan orang tua	5	2,6	31	16,5	24	12,8	0	0	60	31,9
Dengan saudara	1	0,5	10	5,3	6	3,2	0	0	17	9
Indekos	15	8	50	26,6	46	24,5	0	0	111	59,1
Jumlah									188	100

Tabel 2 menunjukkan data distribusi tingkat stres responden berdasarkan usia, jenis kelamin, daerah asal, serta tempat tinggal. Dari tabel diatas diperoleh data bahwa tingkat stres berat paling banyak pada responden berusia 18 tahun (29,3%). Berdasarkan jenis kelamin tingkat stres lebih tinggi pada kelompok wanita (30,8%). Berdasarkan daerah asal tingkat stres lebih tinggi pada responden yang berasal dari Sumatera Barat (27,6%). Berdasarkan tempat tinggal, responden yang tinggal indekos memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (24,5%) daripada responden yang tinggal dengan orang tua maupun saudara.

Gambaran Tingkat Stres Responden

Tabel 3. Gambaran tingkat stres responden

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	21	11,2
Sedang	91	48,4
Berat	76	40,4
Sangat berat	0	0
Total	188	100

Tabel 3 menunjukkan tingkatan stres mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 setelah 1 tahun mengikuti perkuliahan. Dari data diatas didapatkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang yaitu 91 responden (48,4%), diikuti oleh stres berat (40,4%), kemudian stres ringan (11,2%), sedangkan tingkat stres sangat berat secara umum tidak ada mahasiswa yang mengalaminya.

Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor

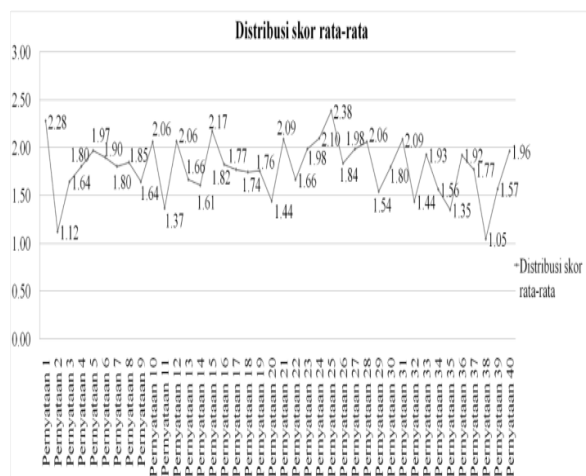
Tabel 4. Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	f	%	f	%	f	%	f	%
ARS	9	4,8	82	43,6	97	51,6	0	0
IRS	0	0	24	12,8	84	44,7	80	42,6
TLRS	31	16,5	79	42	77	41	1	0,5
SRS	30	16	100	53,2	53	28,2	5	2,7
DRS	23	12,2	75	39,9	72	38,3	18	9,6
GARS	26	13,8	85	45,2	72	38,3	5	2,7

Tabel 4 menunjukkan distribusi tingkat stres responden berdasarkan stressor. Stressor pada mahasiswa kedokteran terdiri dari enam kelompok, yaitu stressor terkait akademik, stressor terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal, stressor terkait hubungan belajar-mengajar, stressor terkait hubungan sosial, stressor terkait keinginan dan pengendalian, serta stressor terkait aktivitas kelompok. Didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 97 orang (51,6%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres berat yaitu 84 responden (44,7%), sedangkan untuk tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 79 responden (42%), sedangkan untuk tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar

yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 1 responden (0,5%). Tingkat stres terkait hubungan sosial yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 100 responden (53,2%), sedangkan untuk tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 5 responden (2,7%). Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 75 responden (39,9%), sedangkan untuk tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 18 responden (9,6%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 85 responden (45,2%), sedangkan untuk tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 5 responden (2,7%).

Distribusi Skor Masing-Masing Pernyataan Kuesioner



Gambar 1. Distribusi skor masing-masing pernyataan kuesioner

Pada Gambar 1 diperoleh data bahwa skor rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan nomor 25, yaitu mendapatkan nilai yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan tersebut paling menyebabkan stres. Sementara itu, pernyataan yang hanya menyebabkan sedikit stres merupakan pernyataan nomor 38 yaitu bekerja dengan komputer.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Data pada penelitian ini diperoleh dari 188 orang mahasiswa program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi serta telah lulus dari pertanyaan penyaring. Dari penelitian ini diperoleh data bahwa mayoritas responden berusia 18 tahun. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan terhadap mahasiswa profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 yang sebagian besar respondennya juga berusia 18 tahun.¹⁴ Jenis kelamin terbanyak yang menjadi sampel penelitian ini ialah wanita, hal ini sesuai dengan data akademik. Sebagian besar responden berasal dari Sumatera Barat. Berdasarkan tempat tinggal, sebagian besar responden tinggal indekos.

Distribusi Tingkat Stres

Tingkat stres lebih tinggi pada kelompok responden berusia 18 tahun. Ini merupakan masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal.¹⁵ Masa remaja merupakan masa dimana individu mencari identitas diri dan ambang menuju kedewasaan. Seringkali masa remaja disebut dengan "*storm and drang*" (topan dan badai), karena pada masa ini individu sulit untuk mengontrol emosi.¹⁹ Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya meneliti tentang tingkat stres pada mahasiswi profesi dokter Universitas Andalas didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres berat dan mayoritas berusia 18 tahun.¹⁴

Distribusi tingkat stres berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden wanita memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada responden pria. Data ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan di salah satu universitas di Bangladesh serta di Universitas Lampung yang menyatakan bahwa tingkat stres lebih tinggi pada pria daripada wanita.⁸ Sementara itu berdasarkan penelitian penelitian lain yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas pada tahun 2017 dengan menggunakan kuesioner yang berbeda, menyatakan bahwa sebagian

besar responden yang mengalami stres merupakan responden pria.¹³

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh seorang ahli tentang respon stres pada pria dan wanita. Perbedaan respon stres pada pria dan wanita berkaitan dengan aktivitas HPA axis dan sistem saraf simpatis yang akan memberikan feedback negatif saat tubuh mengalami stres. HPA axis bekerja dalam mengatur produksi dari hormon kortisol, sedangkan sistem saraf simpatis bekerja dalam pengaturan denyut jantung dan tekanan darah. Respon HPA dan autonomik lebih tinggi pada pria sehingga mempengaruhi respon seseorang dalam mengatasi *stressor*. Selain itu, hormon seks pada wanita akan menurunkan respon HPA dan *sympathoadrenal* yang dapat menyebabkan penurunan feedback negatif hormon kortisol ke otak sehingga wanita cenderung mudah stres.²⁰

Berdasarkan penelitian ini diperoleh data bahwa rata-rata responden yang berasal dari Sumatera Barat maupun dari luar Sumatera Barat mengalami stres sedang, sedangkan distribusi tingkat stres berat lebih banyak dialami oleh responden yang berasal dari Sumatera Barat daripada mahasiswa yang berasal dari luar Sumatera Barat. Responden yang berasal dari Sumatera Barat sebagian besar tinggal indekos dan jauh dari keluarga. Selain itu, distribusi tingkat stres berdasarkan tempat tinggal responden juga bervariasi. Tingkat stres berat memiliki frekuensi yang lebih banyak pada mahasiswa yang tinggal indekos daripada mahasiswa yang tinggal dengan orang tua dan dengan saudara. Berdasarkan penelitian Ananda terhadap 98 mahasiswa kedokteran Universitas Andalas tentang hubungan derajat kerentanan stres pada mahasiswa indekos, diperoleh data yang sama bahwa sebagian besar responden yang tinggal indekos memiliki derajat kerentanan stres sedang.²¹

Gambaran Tingkat Stres

Mayoritas tingkat stres responden berada pada tingkat stres sedang. Sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Hal ini sesuai dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa gambaran tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama yang terbanyak yaitu stres sedang, sedangkan yang paling

sedikit adalah stres sangat berat.¹² Penelitian lain yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran Universitas Lampung tingkat pertama dengan menggunakan kuesioner yang sama, menyatakan bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang.²² Hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara tahun pertama juga demikian, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang.²³

Tingkat stres dapat dipengaruhi oleh respons seseorang terhadap stres. Respons terhadap stres dikelompokkan menjadi 4 bagian yaitu respons fisiologis, respons kognitif, respons emosi, serta respons tingkah laku. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan perbedaan tingkat stres seseorang adalah mekanisme koping. Mekanisme koping yang buruk dapat memperparah stres seseorang, begitupun sebaliknya. Jika seseorang bisa melawan stres yang ia rasakan dengan melakukan mekanisme koping yang benar, maka stres tersebut bisa berkurang bahkan bisa menghilang.²⁴

Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan *Stressor*

Tingkat stres terkait akademik pada responden penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Riau, yang menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang.¹² Hal ini dapat disebabkan oleh perbedaan masing-masing individu dalam menghadapi stres yang sedang dirasakan.²⁴ Dari 13 pernyataan stres terkait akademik yang ada dalam kuesioner *MSSQ* yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan "mendapatkan nilai yang rendah" mempunyai skor rata-rata tertinggi. Pernyataan ini merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 39 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa mendapatkan nilai yang rendah merupakan *stressor* paling menyebabkan stres.

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal pada responden sebagian besar adalah tingkat stres berat. Pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi pada kelompok stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yaitu "memiliki konflik dengan dosen". Hal ini berarti

bahwa pernyataan tersebut yang paling menyebabkan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal. Konflik yang dimaksud merupakan perasaan tidak senang hati terhadap dosen, yang dapat terjadi terhadap dosen tutorial, dosen *skills lab*, dosen pemberi kuliah pengantar, maupun dosen lainnya yang ada di kampus.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama sebagian besar adalah tingkat stres ringan. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh adanya perbedaan tipe kepribadian responden.¹² Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran Universitas Andalas diperoleh data bahwa responden yang berasal dari Sumatera Barat sebagian besar memiliki tipe kepribadian *introvert*. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh faktor budaya yang berkembang di lingkungan tempat tinggal responden yang berperan dalam pembentukan tipe kepribadian.¹³

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar pada mahasiswa program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun pertama yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Pernyataan “tidak memiliki bahan belajar yang cukup” menjadi *stressor* paling menyebabkan stres pada kelompok stres terkait hubungan belajar-mengajar. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar mahasiswa kedokteran Universitas Riau terbanyak adalah stres sedang.¹²

Tingkat stres terkait hubungan sosial pada mahasiswa program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun pertama yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama, yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah adalah tingkat stres sedang.¹² Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres yaitu “tidak bisa menjawab pertanyaan pasien”. Responden belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuesioner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut

berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut.¹⁸

Tingkat stress ini terkait keinginan dan pengendalian pada mahasiswa program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun pertama yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Riau, yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang paling banyak adalah tingkat stres ringan.¹² Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres yaitu “tanggung jawab untuk keluarga”.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok pada mahasiswa program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun pertama yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Riau, yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang paling banyak adalah tingkat stres ringan.¹² Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres yaitu “merasa tidak kompeten”. Dari penelitian ini, kita tahu bahwa penyebab stres tidak hanya dari dalam diri individu saja, tetapi aktivitas serta hubungan antar individu di dalam kelompok juga dapat menyebabkan stres.^{18,24}

Dari keseluruhan *stressor* yang terdapat dalam kuesioner MSSQ ini, terdapat satu *stressor* yang paling menyebabkan stres yaitu permasalahan hubungan intrapersonal dan interpersonal dengan frekuensi stres sangat berat tertinggi diantara *stressor* lainnya. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran Universitas Lampung tingkat pertama, *stressor* yang paling menyebabkan stres adalah permasalahan akademik.²² Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Riau yang menyatakan bahwa *stressor* yang paling menyebabkan stres adalah permasalahan akademik.¹²

Perbedaan hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh perbedaan sistem yang ada dalam bidang akademik masing-masing universitas. Meskipun sama-sama menganut sistem blok, tetapi proses

pelaksanaan dan pencapaian masing-masing universitas berbeda-beda. Seperti yang terjadi pada Universitas Riau, angka kelulusan mahasiswa pada beberapa blok masih rendah serta hasil evaluasi PBL belum di *follow-up* secara sistematis.²⁵ Hal ini tentunya memberikan pengaruh yang besar terhadap penilaian mahasiswa terhadap semua hal yang berkaitan dengan permasalahan akademik.

Kepribadian mahasiswa yang berasal dari Sumatera Barat berbeda dengan kepribadian mahasiswa yang berasal dari luar Sumatera Barat. Sebagian besar mahasiswa yang berasal dari Sumatera Barat memiliki kepribadian *introvert* yang cenderung menarik diri atau menyendiri.¹³ Oleh karena itu dibutuhkan peran institusi pendidikan untuk memberikan solusi terhadap stres yang dialami oleh mahasiswa dengan memperbanyak seminar tentang manajemen stres dan meningkatkan peran dosen pembimbing akademik sebagai pengganti orang tua mahasiswa di kampus.

SIMPULAN

Tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah tingkat stres berat. Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang terbanyak adalah tingkat stres berat. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah tingkat stres sedang. *Stressor* yang paling menyebabkan stres adalah stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal. Pernyataan yang paling menyebabkan stres adalah pernyataan mendapatkan nilai yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). Mental health fact sheets (Internet). World Health Organization. 2018 (Diakses April 2018). Tersedia dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>.
2. World Health Organization (WHO). Mental disorders fact sheets (Internet). World Health Organization. 2017 (Diakses April 2018). Tersedia dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/en/>.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013.
4. Dachew BA, Bisetegn TA, Gebremariam B, Reddy H. Prevalence of mental distress and associated factors among undergraduate students of university of Gondar, northwest Ethiopia: a cross-sectional institutional based study. *Plos One*. 2015;10(3):e0119464.
5. Balier J, Schwarz D, Witthoft M, Stubinger, Rist F. Prevalence of mental disorders among college students at a German University. *Psychother Psychosom Med Psychol*. 2008;58(11):423-29.
6. Dahlin M, Runeson B. Burnout and psychiatric morbidity among medical students entering clinical training: a three year prospective questionnaire and interview-based study. *BMC Med Educ*. 2007; 7(6):1-8.
7. Melaku L, Mossie A, Negash A. Stress medical students and its association with substance use and academic performance. *Journal of Biomedical Education*. 2015;15:1-9.
8. Eva EO, Islam MZ, Mosaddek ASM, Rahman MF, Rozario RJ, Iftekhar AFMH, et al. Prevalence of stress among medical students: a comparative study between public and private medical school in Bangladesh. *Bio Med Central*. 2015;372(8):1-7.
9. Sani M, Mahfouz MS, Bani I, Alsomily AH, Alagi D, Alsomily NY, et al. Prevalence of stress among medical students in Jizan University, Kingdom of Saudi Arabia. *Gulf Med J*. 2012;1(1):19-25.
10. Augusti G. Perbedaan tingkat stres antar mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung [skripsi]. Lampung: Universitas Lampung; 2015.
11. Carolin. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa pendidikan sarjana kedokteran Universitas Sumatera Utara [skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2010.

12. Wahyudi R, Bebasari E, Nazriati E. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama [skripsi]. Pekanbaru: Universitas Riau; 2015.
13. Linasari FS. Hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas andalas tahun 2016 [skripsi]. Padang: Universitas Andalas; 2017.
14. Tusa'diyah H. Hubungan tingkat stres akademik dengan oligomenore pada mahasiswi tahun pertama pendidikan dokter universitas andalas tahun 2017 [skripsi]. Padang: Universitas Andalas; 2018.
15. Santrock JW, editor. Adolescence: Perkembangan remaja. Edisi ke-6. Jakarta: Erlangga; 2003.
16. Sohail N. Stress and academic performance among medical students. *J Coll Physicians Surg Pak*. 2013;23(1):67-71.
17. Lemeshow S, Hosmer DW, Klar J, editor (penyunting). Besar sampel dalam penelitian kesehatan. Edisi ke-1. Yogyakarta: Gajah Mada University Press; 1997.hlm. 54-5.
18. Yusoff MSB, Rahim AFA. The medical student stressor questionnaire MSSQ) manual. Kota Bharu: KKMED Publication; 2010.hlm.1-21.
19. Sarwono SW. Psikologi Remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo; 2012.hlm.1-32.
20. Wang J, Korczykowski M, Rao H, Fan Y, Pluta J, Gur RC, *et al*. Gender difference in neural response to psychological stress. *SCAN*. 2011;2:227-39.
21. Ananda OT. Hubungan derajat kerentanan terhadap stres dengan prestasi akademik mahasiswa indekos pada program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2016 [skripsi]. Padang: Universitas Andalas; 2018.
22. Puspitha FC. Hubungan stres terhadap motivasi belajar mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran universitas lampung [skripsi]. Bandar Lampung: Universitas Lampung; 2017.
23. Suganda. Tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara tahun 2013 [skripsi]. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara;
24. Nasir A, Muhith A. Dasar-dasar keperawatan jiwa: pengantar dan teori. Edisi ke-1. Jakarta: Salemba Medika; 2011.hlm.75-95.
25. Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Rencana strategis (Internet). Fakultas Kedokteran Universitas Riau. 2018 (diakses Agustus 2018). Tersedia dari: <http://fk.unri.ac.id/tentang-fk-ur/rencana-strategis/>