

## Hubungan Derajat Kerentanan Stres dan Prestasi Akademik Mahasiswa Indeks FK Unand Angkatan 2016

Oktafiani Tri Ananda<sup>1</sup>, Rini Gusyaliza<sup>2</sup>, Dian Pertiwi<sup>3</sup>

### Abstrak

Stres merupakan respons tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban. Mahasiswa indeks dapat mengalami stres kultural yang berkaitan dengan masalah akademik. Efek yang timbul sebagai akibat dari stres tidak hanya bergantung pada besarnya stressor, namun juga ditentukan oleh seberapa tinggi derajat kerentanannya terhadap stres. Tujuan penelitian ini adalah menentukan hubungan antara derajat kerentanan stres dan prestasi akademik mahasiswa indeks pada program studi Kedokteran FK Unand. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen penelitian ini menggunakan angket kartu hasil studi dan kuesioner *Stress Vulnerability Scale* (SVS). Analisis data menggunakan uji Chi-square. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *consecutive sampling*, sehingga didapatkan sebanyak 98 responden. Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden (87,8%) memiliki derajat kerentanan stres sedang dan sebagian kecil responden (12,2%) memiliki derajat kerentanan stres tinggi. Sangat memuaskan adalah kategori indeks prestasi yang paling banyak diperoleh oleh responden (78,6%), diikuti dengan beberapa responden dengan kategori Memuaskan (21,4%). Hasil analisis bivariat dengan uji Chi-square menunjukkan nilai  $p=0,019$  ( $p<0,05$ ). Simpulan studi ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara derajat kerentanan stres dan prestasi akademik mahasiswa indeks.

**Kata kunci:** kerentanan stres, prestasi akademik, mahasiswa indeks

### Abstract

*Stress is a nonspecific response of the body to any demand made upon it. Board medical student who live in rent room may experience cultural stress related to academic problem. The effects caused by stress depend not only on the magnitude of stressors, but also by the stress vulnerability scale. The objective of this study was to determine the relationship between stress vulnerability scale and academic achievement on board medical student of Andalas University batch 2016. This study used analytic method with cross sectional approach. Stress Vulnerability Scale and result of study questionnaire was used for the assessment of the relationship between stress vulnerability scale and academic achievement. Chi-square test was used for data analysis. A total of 98 respondents was participated in the study. The result of univariate analysis showed most respondents (87,8%) had moderate level of stress vulnerability and a small percentage of respondents (12,2%) had high level of stress vulnerability. 'Very Satisfactory' is the category of achievement index that most obtained by respondents (78,6%), followed by some respondents with the category 'Satisfactory' (21,4%). The result of bivariate analysis with chi-square test showed p-value = 0,019 ( $p<0,05$ ) which showed a significant relationship between stress vulnerability scale and academic achievement of board medical students.*

**Keywords:** stress vulnerability scale, academic achievement, board medical students

**Affiliasi penulis:** 1. Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang (FK Unand), 2. Bagian Kesehatan Jiwa RSUP Dr. M. DJAMIL Padang, 3. Bagian Patologi Klinik FK Unand

**Korespondensi:** Oktafiani Tri Ananda, Email: [oktafiani.triananda4@gmail.com](mailto:oktafiani.triananda4@gmail.com), Telp: 08982683477

## PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization/WHO*) menyatakan bahwa enam dari dua puluh penyebab utama disabilitas penduduk dunia adalah gangguan mental, meliputi: depresi, masalah ketergantungan alkohol, gangguan bipolar, skizofrenia, gangguan panik serta masalah ketergantungan obat.<sup>1</sup>

Gangguan mental yang menjadi penyumbang terbesar angka disabilitas di seluruh dunia dan juga merupakan penyebab utama kematian karena bunuh diri, yang jumlahnya mendekati 800.000 per tahun, adalah depresi.<sup>2</sup> Salah satu faktor yang menimbulkan kecenderungan seseorang untuk mengalami depresi adalah tingkat stres yang tinggi.<sup>3</sup>

Sebuah penelitian membuktikan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lain.<sup>4</sup> Beberapa *stressor* yang dialami oleh mahasiswa kedokteran, meliputi: tekanan akademik, masalah psikosial,<sup>5</sup> tingginya ekspektasi orang tua, kekhawatiran terhadap masa depan, kurangnya waktu dan fasilitas hiburan, frekuensi ujian akademik, kondisi hidup di hostel, kesulitan tidur karena gangguan di hostel, kualitas makanan, perasaan kesepian serta masalah finansial.<sup>6</sup>

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di *College of Medicine, King Saud University*, ditemukan bahwa prevalensi stres mahasiswa kedokteran mencapai 63,8% dan ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tahun studi dan tingkat stres yang dialami. Prevalensi stres tertinggi dialami oleh mahasiswa tahun pertama (78,7%), diikuti mahasiswa tahun kedua (70,8%), tahun ketiga (68%), tahun keempat (43,2%), dan tahun kelima (48,3%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa kedokteran pada tiga tahun pertama lebih tinggi dibanding tingkat stres yang dialami dua tahun setelahnya.<sup>7</sup>

Beberapa mahasiswa kedokteran memilih untuk melanjutkan studinya di Fakultas Kedokteran yang jauh dari tempat tinggal demi meraih cita-cita menjadi dokter. Mahasiswa yang memilih meninggalkan daerah asalnya untuk melanjutkan pendidikan yang lebih baik sering disebut sebagai mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau biasanya

akan menginap bersama sanak keluarga di lokasi terdekat atau menetap di rumah orang lain yang dibayar secara periodik, sehingga disebut sebagai mahasiswa indekos.<sup>8</sup>

Sebuah penelitian menyatakan bahwa masalah yang dihadapi oleh mahasiswa perantau dapat berupa masalah stres kultural yang berkaitan dengan ketidakseimbangan gaya hidup, hubungan sosial, kemampuan komunikasi pada kebudayaan yang berbeda, masalah terkait akademik, serta perubahan pada sistem dukungan sosial.<sup>9</sup>

Tingkat stres dan prestasi akademik menunjukkan korelasi negatif yang cukup signifikan.<sup>10</sup> Efek yang timbul sebagai akibat dari stres tidak hanya bergantung pada besarnya *stressor*, namun juga ditentukan oleh seberapa tinggi derajat kerentanannya terhadap stres (tingkat stres yang dapat diterima dan ditolerir oleh seseorang). Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di *Lithuanian University of Health Science* menunjukkan bahwa tingginya derajat kerentanan terhadap stres pada mahasiswa kedokteran berkaitan dengan rendahnya prestasi akademik mahasiswa, baik pada nilai masuk universitas, Indeks Prestasi Kumulatif sementara, hingga nilai ujian histologi mahasiswa yang dilakukan di dalam rentang waktu penelitian.<sup>11</sup>

Peneliti belum menemukan adanya penelitian mengenai hubungan antara derajat kerentanan terhadap stres terhadap prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran yang indekos, oleh karena itu muncul keinginan untuk mengetahui hubungan diantara faktor tersebut pada mahasiswa indekos program studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2016.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional* dengan variabel dependen dan independen didapatkan pada saat yang bersamaan. Penelitian ini telah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang dari Januari 2018 sampai dengan Maret 2018.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa indekos pada program studi Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2016

dengan jumlah 109 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik *consecutive sampling*. Pemilihan sampel dilakukan dengan mengambil seluruh mahasiswa indeks pada program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2016 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 98 responden.

Data diperoleh dengan pengisian angket Kartu Hasil Studi untuk mengukur prestasi akademik dan kuesioner SVS (*Stress Vulnerability Scale*) untuk mengukur derajat kerentanan stres, dilanjutkan dengan wawancara terpimpin untuk mengonfirmasi jawaban responden.

Data yang diperoleh dianalisis secara analitik dengan uji *Chi-square*. Hasil penelitian bermakna apabila nilai  $p \leq 0,05$ .

**HASIL**

**Tabel 1.** Karakteristik responden

Karakteristik		f	%
Jenis Kelamin	Pria	26	26.5
	Wanita	72	73.5
Usia	17 tahun	1	1
	18 tahun	9	9.2
	19 tahun	45	45.9
	20 tahun	36	36.7
	21 tahun	5	5.1
	22 tahun	2	2

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh data bahwa responden terbanyak berusia 19 tahun yaitu sebanyak 45.9% dan terdapat responden laki-laki sebanyak 26.5% orang dan responden perempuan sebanyak 73.5% orang. Responden terbanyak pada penelitian ini adalah responden perempuan.

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi derajat kerentanan stres mahasiswa indeks pada program studi Kedokteran FK Unand Angkatan 2016

Derajat Kerentanan Stres	f	%
Kerentanan Rendah	1	1
Kerentanan Sedang	85	86.7
Kerentanan Tinggi	12	12.2
Total	98	100

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh data bahwa sebagian besar dari responden dikelompokkan dalam derajat kerentanan sedang (86.7%), sebagian kecil dari responden dikelompokkan dalam derajat kerentanan tinggi (12.2%), dan terdapat satu responden yang memiliki derajat kerentanan sedang (1%). Kategori kerentanan rendah digabung dengan kerentanan sedang karena hanya terdapat satu mahasiswa indeks yang memiliki derajat kerentanan stres rendah.

**Tabel 3.** Distribusi frekuensi gambaran indeks prestasi semester genap mahasiswa indeks pada program studi kedokteran FK Unand Angkatan 2016

IP Semester	f	%
Memuaskan	21	21.4
Sangat memuaskan	77	78.6
Dengan pujian	-	-
Total	98	100

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh data bahwa sebagian besar dari responden dikelompokkan dalam gambaran IP Semester sangat memuaskan (78.6%) dan sebagian kecil dari responden dikelompokkan dalam gambaran IP Semester memuaskan (21.4%).

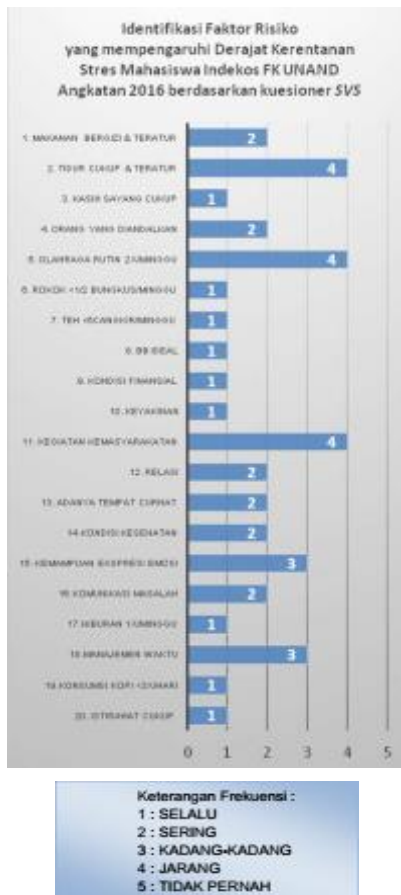
**Tabel 4.** Hubungan derajat kerentanan stres dengan prestasi akademik

Derajat Kerentanan Stres	Prestasi Akademik				Total		Nilai p
	Memuaskan		Sangat Memuaskan		f	%	
	f	%	f	%			
Sedang	15	15.3	71	72.4	86	87.8	0.009
Tinggi	6	6.1	6	6.1	12	12.2	
Total	21	21.4	77	78.6	98	100	

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh data dari 86 responden yang memiliki derajat kerentanan stres sedang, sebanyak 71 responden (72.4%) memiliki indeks prestasi sangat memuaskan dan sebanyak 15 responden (15.3%) memiliki indeks prestasi memuaskan. Responden yang memiliki derajat kerentanan stres tinggi sebanyak 12 responden, dengan 6 responden (6.1%) memiliki indeks prestasi

memuaskan dan 6 responden (6.1%) memiliki indeks prestasi sangat memuaskan.

Hasil uji *Chi-square* dari tabel diatas memperlihatkan nilai p sebesar 0.019 ( $p < 0.05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara derajat kerentanan terhadap stres dengan prestasi akademik mahasiswa indekos pada program studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.



**Gambar 1.** Identifikasi faktor risiko yang mempengaruhi derajat kerentanan stres mahasiswa indekos FK Unand Angkatan 2016

Gambar 1 menunjukkan bahwa dari dua puluh faktor risiko yang dapat mempengaruhi derajat kerentanan stres, sebagian besar mahasiswa indekos FK UNAND angkatan 2016 termasuk dalam kategori jarang melakukan perilaku positif seperti : tidur cukup dan teratur, olahraga rutin dua kali seminggu, serta partisipasi dalam kegiatan kemasyarakatan. Beberapa mahasiswa termasuk dalam kategori kadang-kadang dalam kemampuan mengekspresikan emosi ketika

marah dan cemas serta dalam kemampuannya mengatur waktu. Minimnya frekuensi dalam menjalani gaya hidup positif tersebut mempengaruhi kerentanan mahasiswa terhadap stres.

## PEMBAHASAN

### 1. Derajat Kerentanan Stres Mahasiswa Indekos

Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 98 mahasiswa indekos yang terdiri dari 72 (73.5%) responden perempuan dan 26 (26.5%) responden laki-laki. Dari 98 responden tersebut didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki derajat kerentanan stres sedang (86.7%). Angka ini lebih tinggi daripada penelitian yang dilakukan sebelumnya di *Lithuanian University of Health Sciences* oleh Bunevicius *et al* dimana terdapat 78% mahasiswa kedokteran yang memiliki derajat kerentanan stres sedang.<sup>11</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Sari di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia Jogjakarta menunjukkan hasil yang lebih tinggi yaitu didapatkan sebanyak 90.5% mahasiswa kedokteran yang memiliki derajat kerentanan stres sedang.<sup>12</sup>

Data tersebut sejalan dengan penelitian yang membuktikan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lain.<sup>4</sup> Tingginya stres yang dialami mahasiswa kedokteran disebabkan karena beberapa *stressor* berupa: tekanan akademik, masalah psikosial,<sup>5</sup> tingginya ekspektasi orang tua, kekhawatiran terhadap masa depan, kurangnya waktu dan fasilitas hiburan, frekuensi ujian akademik, kondisi hidup di hostel, kesulitan tidur karena gangguan di hostel, kualitas makanan, perasaan kesepian serta masalah finansial.<sup>6</sup>

Sebagian kecil dari responden penelitian ini memiliki derajat kerentanan stres tinggi (12.2%) dan tidak terdapat mahasiswa dengan derajat kerentanan stres rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Sari yang menemukan bahwa terdapat 9.5% responden yang mempunyai toleransi terhadap stres yang kurang atau memiliki derajat kerentanan stres tinggi.<sup>12</sup> Sementara itu, penelitian Bunevicius *et al* menunjukkan bahwa tidak terdapat mahasiswa kedokteran yang memiliki derajat kerentanan stres

tinggi dan terdapat 22.2% mahasiswa yang memiliki derajat kerentanan stres rendah.<sup>11</sup>

Derajat kerentanan stres didapat dengan menggunakan instrumen *Stress Vulnerability Scale* (SVS) atau juga dikenal sebagai *Miller-Smith Scale* yang terdiri dari 20 pertanyaan yang masing-masingnya menjelaskan faktor yang mempengaruhi kerentanan stres. Faktor tersebut meliputi perilaku makan dan tidur, konsumsi kafein dan alkohol, kondisi emosional dan sosial, kondisi finansial, kondisi kesehatan, manajemen waktu dan lain-lain (Gambar 1).<sup>13</sup>

Reaktivitas individu terhadap stres juga dapat menentukan kerentanan stres seseorang terhadap beragam kondisi. Reaktivitas adalah kemungkinan seseorang bereaksi secara emosional maupun fisik untuk menghadapi stres harian yang bergantung kepada kerentanannya terhadap stres. Jalur reaktivitas *stressor* juga menggambarkan bahwa faktor sosial demografi, psikososial dan kesehatan mengubah bagaimana stres harian mempengaruhi kesehatan sehari-hari. Sumber daya pribadi (misalnya pendidikan, kondisi finansial, kontrol atas lingkungan dan kesehatan fisik) dan sumber daya lingkungan (misalnya dukungan sosial dan kasih sayang) juga berpengaruh dalam jalur reaktivitas *stressor*.<sup>14</sup>

## 2. Gambaran Indeks Prestasi Mahasiswa Indekos

Pada penelitian ini ada sebanyak 78.6% responden mendapatkan indeks prestasi kategori sangat memuaskan. Indeks prestasi mahasiswa ditentukan oleh banyak faktor yang terdiri dari faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal adalah faktor dalam diri mahasiswa yang meliputi kesehatan, intelegensi dan bakat, minat dan motivasi, cara belajar,<sup>15</sup> kematangan kondisi emosional,<sup>16</sup> olahraga atau latihan fisik, serta kemampuan manajemen waktu.<sup>17</sup> Sementara faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa yang meliputi faktor keluarga, dukungan sosial, kondisi finansial, lingkungan tempat tinggal, dan lain-lain.<sup>15</sup>

## 3. Hubungan Derajat Kerentanan Stres dengan Gambaran Indeks Prestasi Mahasiswa Indekos

Berdasarkan hasil analisis data secara komputersasi dengan metode *Chi-square*, diperoleh

nilai p sebesar 0.019 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara derajat kerentanan stres dengan prestasi akademik mahasiswa indekos. Hal ini juga membuktikan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Hasil studi ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bunevicius *et al* (2016) di *Lithuanian University of Health Sciences* yang menunjukkan adanya hubungan antara kerentanan stres dengan prestasi akademik mahasiswa kedokteran. Mahasiswa dengan derajat kerentanan stres yang lebih tinggi memiliki prestasi akademik yang lebih rendah jika dibandingkan dengan mahasiswa dengan derajat kerentanan yang lebih rendah.<sup>11</sup>

Derajat kerentanan stres dikemukakan oleh Lazarus dalam teori interaksional yang menyatakan bahwa setiap individu memiliki perbedaan dalam kerentanan mereka terhadap stres dan cara mereka bereaksi terhadap stres.<sup>18</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Banjong (2015) menunjukkan bahwa terdapat beberapa *stressor* harian yang berpengaruh dan memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa perantau, yaitu meliputi: perasaan kesepian (*homesickness*) dan kebutuhan finansial.<sup>19</sup> Mahasiswa perantau juga mengalami beberapa tantangan lain seperti penyesuaian tempat tinggal, penyesuaian sosiokultural dan psikologis, masalah keterbatasan berbahasa serta masalah kesehatan jiwa.<sup>20</sup> Hal-hal tersebut berkaitan dengan beberapa komponen yang menentukan derajat kerentanan stres seperti: kasih sayang, sistem dukungan sosial, kondisi keuangan dan sosialisasi dengan masyarakat sekitar.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah tidak meneliti perbedaan derajat kerentanan stres mahasiswa indekos dengan mahasiswa yang tinggal di rumah bersama keluarganya. Kelemahan dalam penelitian ini berhubungan dengan teknik pengambilan data Indeks Prestasi mahasiswa. Peneliti tidak diberikan izin untuk melihat data nilai akademik mahasiswa lain sehingga data Indeks Prestasi Semester yang dikumpulkan merupakan data primer yang langsung dituliskan oleh responden sesuai dengan nilai yang tertera di *website* portal universitas. Hal ini membuat beberapa responden merasa tidak nyaman memberikan data Indeks Prestasi mereka jika

sekiranya mereka memperoleh nilai yang rendah. Ketidaklengkapan data nilai di portal juga menjadi keterbatasan dalam memperoleh data indeks prestasi yang lengkap dan akurat untuk diolah.

## SIMPULAN

Terdapat hubungan antara derajat kerentanan stres dengan prestasi akademik mahasiswa indeks pada program studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang.

## DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization (WHO). World report on disability. 2011. (diunduh 15 Januari 2018). Tersedia dari: [http://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/report.pdf](http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report.pdf).
- World Health Organization (WHO). Depression and other common mental disorders: global health estimates. 2017. (diunduh 15 Januari 2018) Tersedia dari: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017>.
- Skipworth K. Relationship between perceived stress and depression in college students (tesis). Arizona State University; 2011.hlm.60-1.
- Jafri SA, Zaidi E, Aamir IS, Aziz HW, Din I, Shah MA. Stress level comparison of medical and non-medical students: a cross sectional study done at various professional colleges in Karachi, Pakistan. *J iMedPub*. 2017;3(2):4-5.
- Swaminathan A, Viswanathan S, Gnanadurai T, Ayyavoo S, Manickam T. Perceived stress and source of stress among first-year medical undergraduate students in a private medical college-Tamil Nadu. *Natl J Physiol Pharm Pharmacol*. 2016;6:9-14.
- Sreeramareddy CT, Shankar PR, Binu VS, Mukhopadhyay, Ray B, Menezes RG. Psychological morbidity, sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal. *BMC Med Ed*. 2007;7(26):3-4.
- 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.
- Lingga RW, Tuapattinaja JM. Gambaran virtue mahasiswa perantau. *J Predicara*. 2012;1:59-68.
- Thomas M, Choi JB. A culturative stress and social support among Korean and Indian immigrant adolescents in the United States. *J of Sociol and Soc Welf*. 2006;33:123-144.
- Sohail N. Stress and academic performance among medical students. *J Coll Physicians Surg Pak*. 2013;23(1):67-71.
- Bunevicius A, Juska D, Buneviciene I, Kupcinskas J. Vulnerability to stress , academic achievements and examination stress in medical students. *Biological Psychiatry And Psychopharmacology*. 2016;18(1):9–13.
- Sari DF. Hubungan antara toleransi stres dengan indeks prestasi pada mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas islam indonesia semester dua angkatan 2004 (disertasi). Yogyakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia Jogjakarta. 2007.
- Hawari D. Psikometri : Alat Ukur (skala) kesehatan jiwa. Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2009.hlm.117-37.
- Lazarus RS. Stress and emotion: A new synthesis. New York: Springer; 1999.
- Dalyono M. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2001.
- Bhagat V, Izad Y, Jayaraj J, Husain R, Mat KC, Aung MM. Emotional maturity among medical students and its impact on their academic performance. *Transaction on Science and Technology*. 2017;4(1):48-54.
- Karakose T. The relationship between medical student's time management skills and academic achievement. *Ethno Med*. 2015;9(1):19-24.
- Gaol NTL. Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Bul Psikol*. 2016;24(1):1–11.
- Banjong DN. International student's enhanced academic performance: effects of campus resources. *J of International Students*. 2015; 5(1):132-42.
- Hyun J, Quinn B, Madon T, Lustig S. Mental health need, awareness, and use of counseling services among international graduate students. *Journal of American College Health*. 2007;56(2):109-18.