

# GAMBARAN STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

## DESCRIPTION OF STRESS IN FIRST YEAR STUDENTS IN THE FACULTY OF MEDICINE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY SEMARANG

Hadistya Hakimia Sekh<sup>1\*</sup>, Andra Novitasari<sup>2</sup>, Romadhoni<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>3</sup>Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

\*Korespondensi. email: hhakimia27@gmail.com Telp 09631206252

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Stres merupakan respon tubuh terhadap *stressor* dapat dari intrinsik maupun ekstrinsik. Penyebab stres pada mahasiswa kedokteran terdiri kedalam enam kelompok yaitu akademik, hubungan intrapersonal dan interpersonal, hubungan belajar mengajar, hubungan sosial, keinginan dan pengendalian, serta aktivitas kelompok. Penelitian yang sudah pernah dilakukan menyatakan 50.8% mengalami stres. Dampak stres tersebut dapat berpengaruh pada konsentrasi belajar, penurunan daya ingat, dan menurunnya prestasi akademik. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

**Metode penelitian :** Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) dengan kriteria inklusi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dan eksklusi tidak memiliki riwayat gangguan jiwa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*.

**Hasil :** Hasil analisis univariat dengan 119 responden didapatkan sebagian besar responden adalah stres sedang (51.3%). Mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang (45.4%) terkait akademik. Stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal terbanyak yaitu stres ringan (73.1%). Stres terkait hubungan belajar mengajar terbanyak yaitu stres ringan dan sedang (39.5%). Stres terkait hubungan sosial terbanyak yaitu stres ringan (43.7%). Stres terkait keinginan dan pengendalian terbanyak yaitu stres sedang (37.0%). Stres terkait aktivitas kelompok terbanyak yaitu stres ringan (42.9%).

**Kesimpulan :** Mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang sebagian besar responden memiliki tingkat stres ringan hingga stres sedang.

**Kata kunci :** stres, mahasiswa kedokteran, MSSQ

## ABSTRACT

**Background:** : Stress is the body's response to stressors, it can be intrinsic or extrinsic. The causes of stress in medical students are divided into six groups, namely academic, intrapersonal and interpersonal relationships, teaching and learning relationships, social relations, desire and control, and group activities. Research that has been done states 50.8% experience stress. The impact of stress can have an effect on learning concentration, memory loss, and decreased academic achievement. The purpose of this study was to determine the description of stress in first year students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of Semarang..

**Method:** This study used a descriptive method with a cross-sectional approach. Using the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) questionnaire with the inclusion criteria of students from the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of Semarang and exclusion having no history of mental disorders. Sampling using simple random sampling technique.

**Results:** The results of univariate analysis with 119 respondents showed that most of the respondents were moderate stress (51.3%). The majority of respondents had moderate stress levels (45.4%) related to academics. The most stress related to intrapersonal and interpersonal relationships was mild stress (73.1%). The most stress related to teaching and learning relationships was mild and moderate stress (39.5%). The most stress related to social relationships was mild stress (43.7%). The most stress related to desire and control was moderate stress (37.0%). The most activity-related stress in the group was light stress (42.9%).

**Conclusion:** Most of the first year students at the Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Semarang, most of the respondents had mild to moderate stress levels.

**Keywords:** stress, medical students, MSSQ

---

## PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan peralihan dari masa SMA (Sekolah Menengah Atas) yang memiliki tantangan hidup mandiri dengan kegiatan akademik di perkuliahan. Demikian juga di Universitas Muhammadiyah Semarang, mahasiswa dalam menempuh pendidikan perguruan tinggi akan dihadapkan beberapa perbedaan baik internal akademik maupun eksternal akademik. Mulai dari perbedaan sistem pembelajaran, hubungan antar teman dan pengajar,

serta perbedaan kultur dan budaya yang dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa.(Shamsuddin *et al.*, 2013)

Menurut (Yaribeygi *et al.*, 2017) Stres merupakan respon tubuh terhadap *stressor*. *Stressor* dapat berasal baik secara intrinsik maupun ekstrinsik. Stres dapat terjadi pada setiap orang kapanpun dan dimanapun tidak mengenal usia baik, anak, remaja, dewasa bahkan orang tua. Stres akan menjadi masalah apabila kadar stres yang dialami oleh seseorang terlalu banyak sehingga dapat menyebabkan gangguan pada

mental dan fisiknya (Kupriyanov and Zhdanov, 2014).

Stres yang terjadi di lingkungan akademik atau dunia pendidikan dapat disebut stres akademik. *Stressor* akademik pada mahasiswa dapat berasal dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal misalnya, perubahan siklus tidur, perubahan pola makan, dan perubahan cara belajar (Abdulghani *et al.*, 2011). Faktor eksternal seperti beban kuliah yang semakin banyak, lingkungan pertemanan, mendorong untuk mendapatkan nilai bagus, dan *financial* (Bulo, 2014).

Mahasiswa kedokteran biasanya lebih sering mengalami stres akademik, dengan kurikulum berbasis kompetensi dan sistem pembelajaran *student-centered* mahasiswa dituntut lebih aktif untuk mendalami pengetahuannya sendiri, tidak jarang harus dilakukan dengan waktu yang cukup singkat dengan kegiatan perkuliahan yang padat. Jika ini tidak dapat di atasi dengan baik oleh mahasiswa maka akan berpengaruh pada prestasi akademiknya.

Mahasiswa baru memiliki beban stres tersendiri, seperti menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kegiatan perkuliahan. Selain itu, interaksi dengan teman yang berasal dari latar belakang budaya beragam ditambah dengan materi pembelajaran yang baru dan tekanan baik dari diri sendiri maupun keluarga untuk memperoleh nilai yang baik. Jauh dari orang tua juga dapat menjadikan tingginya tingkat stres.

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa terjadi peningkatan tingkat stres secara signifikan pada mahasiswa kedokteran. Penelitian oleh Melaku di salah satu fakultas kedokteran Ethiopia dengan melibatkan 329 mahasiswa diperoleh prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 52.4% (Melaku, Mossie and Negash, 2015). Penelitian oleh Legiran di Universitas Muhammadiyah Palembang juga menyatakan bahwa 122 orang mahasiswa (50,8%) mengalami stres dan 118 orang (49,2%) tidak mengalami stres (Azis and Bellinawati, 2015). Hal ini menunjukkan tingkat stres pada

mahasiswa kedokteran masih cukup tinggi. Dampak stres tersebut dapat berpengaruh pada konsentrasi belajar, penurunan daya ingat, dan menurunnya prestasi akademik (Abdulghani *et al.*, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Abdulghani stres pada mahasiswa tahun pertama, kedua, dan ketiga di dapatkan hasil 63% mahasiswa kedokteran mengalami stres dan 25% stres berat, pada mahasiswa kedokteran tahun pertama sebesar 74.2% di Arab Saudi dan prevelensinya menurun menjadi 69.8% dan 48.6% pada tahun berikutnya, kecuali pada mahasiswa tingkat akhir (Abdulghani *et al.*, 2011). Penelitian Augesti tentang perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung diperoleh hasil dengan prevelensi sebesar 59.2% (Augesti *et al.*, 2015). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Riau dengan prevelensi 57.23% (Wahyudi, Bebasari and Nazriati, 2015). Berbeda dengan penelitian sejenis juga telah dilakukan di Fakultas Kedokteran

Universitas Sumatera Utara menunjukkan prevalensi stres adalah 72.1%, dimana terbanyak mengalami stres ringan yaitu 26.7% (Carolin, 2010). Dapat disimpulkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal masih tinggi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pada mahasiswa kedokteran stres masih cukup tinggi pada mahasiswa tahun pertama karena *stressor* yang diterima dan dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik atau mahasiswa itu sendiri. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan pendekatan *cross-sectional* (studi potong lintang). Obyek penelitian hanya diobservasi sekali dan pengukuran dilakukan terhadap variabel obyek pada saat pemeriksaan dengan cara pendekatan dan pengumpulan data sekaligus pada satu

saat (Notoatmodjo Soekidjo, 2012). Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Semarang pada bulan Juni-Desember 2020. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahun pertama (angkatan 2020) yang berjumlah 150 orang di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* jenis *Simple Random Sampling*. Menurut (Sopiyudin Dahlan, 2016) Dalam *random sampling* yaitu menentukan kriteria dan jumlah subyek sebelumnya, kemudian tiap subyek dipilih secara acak. Kriteria inklusi pada penelitian ini mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2020 dan bersedia menjadi subjek penelitian dengan mengisi *inform consent*. Untuk Kriteria eksklusi adalah memiliki riwayat gangguan kejiwaan dan mengkonsumsi obat psikofarmaka.

## HASIL

Penelitian dilakukan di Universitas Muhammadiyah Semarang pada bulan Desember 2020.

Sampel pada penelitian ini sebanyak 119 orang dari angkatan 2020. Pada penelitian ini pengambilan sampel dilaksanakan secara online dengan mengisi kuesioner menggunakan google formulir. Hal ini dikarenakan pada saat dilakukan penelitian sedang terjadi pandemi Covid'19. Responden diminta untuk mengisi *inform consent*, identitas, pertanyaan penyaring, dan menjawab 40 pertanyaan dari kuesioner yang sebelumnya telah diberikan penjelasan tentang penelitian yang akan dilakukan.

Diperoleh hasil pada **Tabel 1** bahwa menunjukkan karakteristik responden yang terdiri dari jenis kelamin, umur, status menikah, riwayat pendidikan, daerah asal, dan tempat tinggal. Dari 119 responden, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (73.1%), usia 18 tahun (68.9%), status belum menikah (99.2%), lulus SMA langsung melanjutkan ke perguruan tinggi (92.4%), daerah asal luar kota Semarang (83.2%), dan tempat tinggal dengan orang tua (88.2%).

**Tabel 1** Deskripsi Karakteristik Responden

Karakteristik		Jumlah (n = 119)	Persentase (%)
Jenis kelamin	Laki-laki	32	26.9
	Perempuan	87	73.1
Usia	17 tahun	6	5.0
	18 tahun	82	68.9
	19 tahun	23	19.3
	20 tahun	8	6.7
Status Menikah	Sudah menikah	1	0.8
	Belum menikah	118	99.2
Riwayat Pendidikan	SMA	110	92.4
	Pernah menunda kuliah	8	6.7
	Pernah tamat kuliah	1	0.8
Daerah Asal	Kota Semarang	20	16.8
	Luar Kota Semarang	99	83.2
Tempat tinggal	Dengan orang tua	105	88.2
	Dengan saudara	3	2.5
	Kos	11	19.2

Hasil penelitian tentang distribusi tingkat stres mahasiswa **Tabel 2** didapatkan dari 196 responden terdapat 11 responden (5.6%) stres ringan, 58 responden (29.6%) stres sedang, 113 responden (57.7%) stres berat, dan 14 responden (7.1%) stres sangat berat.

Dari **Tabel 2** tersebut, Menunjukkan tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2020 yang sedang mengikuti perkuliahan di tahun pertama. Dari 119 responden yang diperoleh, didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang yaitu 61 responden (51.3%), diikuti oleh stres ringan yaitu 32 responden

(26.9%), kemudian stres berat yaitu 25 responden (21.0%), sedangkan stres sangat berat yaitu 1 responden (0.8%). Tingkat stres terkait akademik paling banyak dialami adalah stres sedang yaitu 54 responden (45.4%). Sedangkan stres sangat berat dialami oleh 6 responden (0.5%). Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal paling banyak adalah stres ringan yaitu 87 responden (73.1%). Sedangkan pada stres sangat berat dialami oleh 4 responden (3.4%). Tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar paling banyak adalah stres ringan dan stres sedang yaitu 47 responden (39.5%). Sedangkan stres berat dialami oleh 25 responden (21.0%). Tingkat stres terkait

hubungan social paling banyak adalah stres ringan yaitu 52 responden (43.7%). Sedangkan tingkat stres berat dialami oleh 18 responden (15.1%). Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian paling banyak adalah stres sedang yaitu 44 responden (37.0%). Sedangkan stres sangat berat dialami oleh 1 responden (0.8%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok paling banyak adalah stres ringan yaitu 51 responden (42.9%). Sedangkan stres sangat berat dialami oleh 3 responden (2.5%). Dari data yang didapatkan dari tiap *stressor* meunjukkan bahwa rata-rata skor yang paling tinggi yaitu pada *stressor* terkait akademik sebesar 1.7685. sedangkan *stressor* yang menunjukkan rata-rata skor terendah adalah terkait interpersonal dan intrapersonal 0.8214. Rata-rata skor *stressor* terkait hubungan belajar mengajar sebesar 1.3386, terkait hubungan sosial sebesar 1.2383, terkait keinginan dan pengendalian sebesar 1.5433, dan terkait aktivitas kelompok sebesar 1.3775.

**Tabel 2** Analisis Tingkat Stres

Variabel	Tingkat Stres								Total	
	Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Gambaran Tingkat Stres Responden	32	26.9	61	51.3	25	21.0	1	0.8	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Akademik	42	20.2	54	45.4	35	29.4	6	5.0	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Hubungan Intrapersonal dan Interpersonal	87	73.1	17	14.3	11	9.2	4	3.4	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Hubungan Belajar Mengajar	47	39.5	47	39.5	25	21.0	0	0.0	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Hubungan Sosial	52	43.7	49	41.2	18	15.1	0	0.0	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Keinginan dan Pengendalian	43	36.1	44	37.0	31	26.1	1	0.8	119	100
Gambaran Tingkat Stres Terkait Aktivitas Kelompok	51	42.9	43	36.1	22	18.5	3	2.5	119	100

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan data dari 119 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang tahun pertama yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi serta lulus dari pertanyaan penyaring. Dari penelitian ini diperoleh data bahwa sebagian responden berjenis kelamin wanita, hal ini sesuai dengan data akademik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Indonesia yang menyatakan bahwa responden yang

berpartisipasi dalam penelitian tersebut mayoritas berjenis kelamin perempuan (Pinasthika and Andi Findyartini, 2018). Sejalan pula dengan trend mahasiswa kedokteran di beberapa negara seperti Amerika Serikat, Australia, dan Inggris (Blanch *et al.*, 2008, Health Workforce Australia, 2012, Council, 2013).

Usia responden mayoritas berusia 18 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Andalas pada mahasiswa tahun pertama yang menyatakan bahwa sebagian besar responden berusia 18 tahun.

Status menikah sebagian besar responden belum menikah. Riwayat pendidikan sebagian besar responden merupakan lulusan SMA kemudian langsung melanjutkan ke perguruan tinggi (tidak menunda kuliah atau pernah menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi sebelumnya). Sebagian besar responden berasal dari luar kota Semarang. Berdasarkan tempat tinggal, sebagian besar responden bertempat tinggal dengan orang tua. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani yang menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa tinggal indekos (Rahmayani, 2019). Perbedaan pada penelitian ini dapat dikarenakan perbedaan sistem pembelajaran yaitu pembelajaran secara online karena adanya pandemi Covid'19 sehingga responden yang berasal dari luar kota Semarang tetap dapat melaksanakan kegiatan perkuliahan di rumah masing-masing.

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas tingkat stres responden pada tingkat sedang. Sedangkan untuk stres sangat berat dapat dijumpai pada jenis kelamin wanita, usia 18 tahun, status belum

menikah, riwayat pendidikan SMA, asal daerah luar kota Semarang dan tempat tinggal bersama orang tua. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmayani yang menyatakan bahwa gambaran tingkat stres berdasarkan *stressor* pada mahasiswa kedokteran tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017 yang paling banyak yaitu stres sedang, sedangkan tingkat stres paling sedikit adalah stres sangat berat (Rahmayani, Liza and Syah, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyudi yang menyatakan bahwa gambaran tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Riau tahun pertama bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang. Sementara itu hasil yang didapatkan oleh Puspita terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung tingkat pertama dengan menggunakan kuesioner yang sama didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang (Puspitha, 2018).

Tiap individu akan menerima respon stres yang berbeda-beda. Hal ini dapat dipengaruhi karena berbagai faktor seperti faktor kepribadian,

karakteristik *stressor*, dan kemampuan beradaptasi terhadap stres yang diterima atau strategi koping sehingga memunculkan dampak yang berbeda-beda. Seseorang yang kurang baik dalam beradaptasi atau mengolah *coping stress* maka stres tidak dapat diatasi dengan baik dan dapat berdampak negatif (Feist, 2010). Dampak negatif dari stres kepada mahasiswa yaitu dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, penurunan minat, menurunnya prestasi akademik, demotivasi sehingga menimbulkan perilaku yang tidak baik seperti sengaja terlambat datang kuliah, merokok, dan mengonsumsi alkohol (Abdulghani *et al.*, 2011). Gambaran stres terkait akademik pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Rahmayani pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas yang menyatakan sebagian besar responden mengalami stres berat (Rahmayani, 2019). Hal ini dapat disebabkan karena dalam menghadapi stres tiap individu berbeda menghadapinya. Dari 13 pertanyaan

dalam kuesioner MSSQ terkait akademik pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “kekurangan waktu untuk mengulangi pelajaran” mempunyai skor rata-rata tertinggi. Hal itu berarti bahwa kekurangan waktu untuk mengulang pelajaran merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait akademik. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Wahyudi dengan kuesioner yang sama menyatakan bahwa penyebab stres akademik tersering karena tekanan terhadap ujian, tugas-tugas kuliah yang harus dikerjakan dan waktu kuliah yang padat (Wahyudi, 2015).

Gambaran stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Universitas Riau yang menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami stres ringan. (Wahyudi, 2015) Pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi yaitu “motivasi yang kurang dalam belajar”. Hal ini berarti bahwa pernyataan tersebut merupakan *stressor* paling menyebabkan stres

terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal. Faktor kepribadian tiap orang dapat menyebabkan hal ini. Kepribadian berperan penting terhadap baik hubungan dengan orang lain maupun dengan diri sendiri. Individu yang memiliki kepribadian introvert lebih sulit bergaul dengan orang lain, sedangkan pada individu yang memiliki kepribadian ekstrovert akan lebih mudah berinteraksi dengan orang lain. (Feist, 2010)

Gambaran stres terkait hubungan belajar mengajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang tahun pertama sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan dan sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani, yang menyatakan bahwa tingkat stres terkait belajar mengajar mahasiswa tahun pertama di Universitas Andalas terbanyak adalah stres sedang (Rahmayani, 2019) Sejalan dengan penelitian Rahmayani, penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi pada mahasiswa kedokteran di Universitas Riau menyatakan bahwa paling banyak adalah tingkat stres sedang (Wahyudi, 2015). Pada

penelitian ini didapatkan pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi yaitu “tidak memiliki bahan belajar yang cukup”. Hal ini berarti bahwa pernyataan tersebut merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar.

Gambaran stres terkait hubungan sosial pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang tahun pertama sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Andalas dan Universitas Riau terhadap mahasiswa tahun pertama yang menyatakan sebagian besar responden mengalami tingkat stres sedang (Wahyudi, 2015) perbedaan ini juga dapat dikarenakan sistem pembelajaran yang dilakukan secara online di masa pandemi Covid'19 ini sehingga mahasiswa dapat melakukan pembelajaran di rumah masing-masing berdampak pada kurangnya hubungan interaksi sosial. Pada penelitian ini, pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi yaitu “kurangnya waktu dengan keluarga dan teman”. Hal ini

berarti bahwa pernyataan tersebut merupakan *stressor* paling menyebabkan stres terkait hubungan sosial.

Gambaran stres terkait keinginan dan pengendalian pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang sebagian besar responden mengalami stres sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Andalas menyatakan bahwa paling banyak mengalami tingkat stres sedang (Rahmayani, 2019). Penelitian yang dilakukan di Universitas Riau menyatakan hal berbeda bahwa tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian paling banyak adalah stres ringan (Wahyudi, 2015). Pada penelitian ini, pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi yaitu “harapan orang tua terhadap studi kedokteran”. Pernyataan ini merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi dari 39 pernyataan lainnya pada kuesioner MSSQ. Hal ini berarti bahwa pernyataan tersebut merupakan

*stressor* paling menyebabkan stres terkait keinginan dan pengendalian.

Gambaran stres terkait aktivitas kelompok pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang sebagian besar responden mengalami stres ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau pada tahun pertama yang menyatakan bahwa tingkat stres paling banyak adalah stres ringan (Wahyudi, 2015). Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmayani menyatakan bahwa tingkat stres paling banyak terkait aktivitas kelompok adalah stres sedang (Rahmayani, 2019). Pada penelitian ini, pernyataan yang mempunyai skor rata-rata tertinggi yaitu “merasa tidak kompeten”. Hal ini berarti bahwa pernyataan tersebut merupakan *stressor* paling menyebabkan stres terkait aktivitas kelompok.

Dari hasil penelitian pada rata-rata tiap *stressor* didapatkan bahwa rata-rata tertinggi yaitu *stressor* terkait akademik. Hal ini dapat dikarenakan Sistem pembelajaran *student-centered*

dapat menjadi salah satu pemicu tingginya tingkat stres. Mahasiswa dituntut lebih aktif untuk mendalami pengetahuannya sendiri, tidak jarang harus dilakukan dengan waktu yang cukup singkat dengan kegiatan perkuliahan yang padat (Sari *et al.*, 2016). Selain itu, dapat dipengaruhi pula dengan sistem pembelajaran secara online di masa pandemi Covid'19 ini karena tuntutan tugas yang banyak sehingga mahasiswa lebih rentan terkena stres akademik.

Perbedaan pada penelitian ini dapat disebabkan dari perbedaan kepribadian, kultur budaya, dan sistem pembelajaran pada masing-masing universitas. Proses pelaksanaan pembelajaran dan capaian pembelajaran dapat mempengaruhi meskipun sama-sama menganut sistem blok atau modul. Sebagai

contoh yaitu pada Universitas Riau didapatkan bahwa masih rendahnya angka kelulusan mahasiswa pada beberapa blok serta hasil evaluasi PBL yang belum di *follow up* secara sistematis (Wahyudi, 2015) Faktor lain yang dapat menyebabkan perbedaan pada penelitian ini dapat dikarenakan sistem pembelajaran di masa pandemi Covid'19 yaitu secara online. Hal ini dapat memberikan dampak yang besar terhadap penilaian mahasiswa terkait dengan permasalahan akademik.

Kelemahan pada penelitian ini adalah penelitian dilaksanakan secara online dikarenakan adanya pandemi Covid'19 sehingga peneliti tidak dapat mengobservasi responden secara langsung.

## **SIMPULAN**

Tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang mayoritas adalah stres sedang (51.3%). Sebagian besar responden berjenis kelamin wanita

(73.1%), usia 18 tahun (68.9%), belum menikah (99.2%), menempuh pendidikan SMA kemudian langsung melanjutkan kuliah (92.4%), tinggal di luar kota Semarang (83.2%) dan bersama orang tua (88.2%). Gambaran tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah stres sedang

(45.4%). Gambaran tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal yang terbanyak adalah stres ringan (73.1%). Gambaran tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar yang terbanyak adalah stres ringan dan stres sedang (39.5%). Gambaran tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah stres ringan (43.7%). Gambaran tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah stres sedang (37.0%). Gambaran tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah stres ringan (42.9%).

#### DAFTAR PUSTAKA

Abdulghani, H. M. *et al.* (2011) 'Stress and Its Effects on Medical Students : A Cross-sectional Study at a College of Medicine in Saudi Arabia', 29(5), pp. 516–522.

Augesti, G. *et al.* (2015) 'Differences In Stress Level Between First Year And Last Year Medical Students In Medical Faculty Of Lampung', 4, pp. 50–56.

Azis, M. Z. and Bellinawati, N. (2015) 'Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokte1. Azis MZ, Bellinawati N. Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. 2015;2(2)'; 2(2), pp. 197–202.

Blanch, D. C. *et al.* (2008) 'Medical student gender and issues of confidence', *Patient Education and Counseling*, 72(3), pp. 374–381. doi: 10.1016/j.pec.2008.05.021.

Bulo, J. G. (2014) 'CVCITC Research Journal', 1(1).

Carolin (2010) *Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Kedokteran Universitas Sumatera Utara, Universitas Sumatera Utara.*

Council, G. M. (2013) *The state of*

- medical education and practice in the UK.*
- Feist, J. and Feist, G. J. (2010) *Teori Kepribadian (Jilid Ketujuh), Jakarta: Salemba Humanika.*
- Health Workforce Australia (2012) 'Australia's Health Workforce Series Doctors in focus', p. 37.
- Kupriyanov, R. and Zhdanov, R. (2014) 'The Eustress Concept : Problems and Outlooks', 11(2), pp. 179–185. doi: 10.5829/idosi.wjms.2014.11.2.8433.
- Melaku, L., Mossie, A. and Negash, A. (2015) 'Stress among Medical Students and Its Association with Substance Use and Academic Performance', (January 2016). doi: 10.1155/2015/149509.
- Notoatmodjo Soekidjo (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta., Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.*
- Pinasthika, A. and Andi Findyartini (2018) 'Hubungan Jenis Kelamin dan Asal Daerah dengan Mekanisme Coping Mahasiswa tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter FK UI Tahun ajaran 2015/2016', *Perhimpunan Pengkaji Ilmu Pendidikan Kedokteran Indonesia.*
- Puspitha, F. C., Sari, M. I. and Oktaria, D. (2018) 'Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung The Relation Between Stress and Learning Motivation of First Year Medical Student in Medical Faculty Of Lampung University', 7(3), pp. 24–33.
- 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. doi:  
10.25077/jka.v8i1.977.
- Sari, M. I. *et al.* (2016) 'Learning in  
Medical Education :  
Introduction for New Medical  
Students', *Jk Unila*, 1, pp.  
399–403.
- Shamsuddin, K. *et al.* (2013)  
'Correlates of depression,  
anxiety and stress among  
Malaysian university  
students', *Asian Journal of  
Psychiatry*, 6(4), pp. 318–323.  
doi:  
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.01.014>.
- Sopiyudin Dahlan, M. (2016) *Besar  
Sampel dalam Penelitian  
Kedokteran dan Kesehatan,  
Epidemiologi Indonesia*.
- Wahyudi, R., Bebasari, E. and  
Nazriati, E. (2015) 'Gambaran  
Tingkat Stres pada Mahasiswa  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Riau Tahun  
Pertama'.
- Yaribeygi, H. *et al.* (2017) 'Review  
article : The Impact Of Stress  
On Body Function : A  
Review', pp. 1057–1072.

