

**DIFFERENCES IN THE LEVEL OF STRESS BETWEEN FIRST YEAR  
AND FINAL YEAR OF MEDICAL STUDENTS AT MUHAMMADIYAH**

**UNIVERSITY OF MAKASSAR**

**PERBEDAAN TINGKAT STRES ANTARA MAHASISWA  
KEDOKTERAN TAHUN PERTAMA DAN TAHUN  
TERAKHIR DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH**

**MAKASSAR**



**AULIA SABRINA RAMADHANTY**

**105421111317**

**Skripsi**

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Makassar untuk Memenuhi  
Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Kedokteran

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR 2020**

22/11/2021

1 eq  
Smb. Alumni

R/0084/DOI/21 CD  
RAM  
P<sup>2</sup>

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**PERBEDAAN TINGKAT STRES ANTARA MAHASISWA  
KEDOKTERAN TAHUN PERTAMA DAN TAHUN TERAKHIR DI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**AULIA SABRINA RAMADHANTY**

**105421111317**

**Skripsi Ini Telah Disetujui dan Diperiksa Oleh Pembimbing Skripsi Fakultas  
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar**

**Makassar, 21 Februari 2021**

**Menyetujui pembimbing,**



**dr. Nur Muallima, Sp.PD**

**PANITIA SIDANG UJIAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Skripsi dengan judul **“Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama Dan Tahun Terakhir Di Universitas Muhammadiyah Makassar”**. Telah diperiksa, disetujui, serta dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar pada:

**Hari/Tanggal** : Minggu, 21 Februari 2021  
**Waktu** : 13.00 WITA – selesai  
**Tempat** : Zoom Meeting

**Ketua Tim Penguji:**

  
dr. Nur Muallima, Sp.PD.

**Anggota Tim Penguji:**

  
dr. Dara Ugi M.Kes.

  
Dr. Rusli Malli, M.Ag.

**PERNYATAAN PENGESAHAN UNTUK MENGIKUTI**

**UJIAN SKRIPSI**

**DATA MAHASISWA:**

Nama Lengkap : Aulia Sabrina Ramadhanty  
Tempat, Tanggal Lahir : Ambon, 21 Desember 1998  
Tahun Masuk : 2017  
Peminatan : Kedokteran Khiris  
Nama Pembimbing Akademik : dr. Wahyudi, Sp.BS  
Nama Pembimbing Skripsi : dr. Nur Muallima, Sp. PD

**JUDUL PENELITIAN:**

**“Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir Di Universitas Muhammadiyah Makassar”**

Menyatakan bahwa yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan akademik dan administrasi untuk mengikuti ujian skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

Makassar, 21 Februari 2021  
Mengesahkan,



**Juliani Ibrahim, M.Sc., Ph.D**  
Koordinator Skripsi Unismuh

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama Lengkap : Aulia Sabrina Ramadhanty

Tempat, Tanggal Lahir : Ambon, 21 Desember 1998

Tahun Masuk : 2017

Peminatan : Kedokteran Klinis

Nama Pembimbing Akademik : dr. Wahyudi, Sp.BS

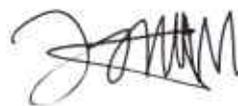
Pembimbing Skripsi : dr. Nur Muallima, Sp. PD.

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

**“Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir Di Universitas Muhammadiyah Makassar”**

Apabila nanti terbukti bahwa saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 21 Februari 2021



**Aulia Sabrina Ramadhanty**

NIM: 105421111317

## RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Aulia Sabrina Ramadhanty  
Ayah : H. Ir. Fenny Monoarfa, M.Si  
Ibu : Hj. Syafina Zuraidha Wadjo  
Tempat, Tanggal Lahir : Ambon, 21 Desember 1998  
Agama : Islam  
Alamat : Jl. Sulthan Alauddin II No.3  
Nomor Telepon/Hp : 082293435233  
Email : auliasramadhanty98@gmail.com

### RIWAYAT PENDIDIKAN

- TK DAMHIL Kota Gorontalo (2004-2005)
- SDN 61 Kota Timur Kota Gorontalo (2006-2010)
- SMP Negeri 1 Kota Gorontalo (2011-2013)
- SMA Negeri 1 Kota Gorontalo (2013-2016)

FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR  
Undergraduated Thesis, 21 February 2021

Aulia Sabrina Ramadhanty<sup>1</sup>, Nur Muallima<sup>2</sup>, Rusli Malli<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Students of The Faculty of Medicine and Health Sciences at the University of Muhammadiyah Makassar in 2017/ email [auliasramadhanty98@gmail.com](mailto:auliasramadhanty98@gmail.com)

<sup>2</sup>Mentor, <sup>3</sup>Mentor

**“DIFFERENCES IN THE LEVEL OF STRESS BETWEEN YEAR FIRST AND FINAL YEAR OF MEDICAL STUDENTS AT MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR”** (vii + 89 Pages + 8 Tables + 3 Pictures + 6 Attachment)

**ABSTRACT**

**Background :** Stress is defined as the body's non-specific response or reaction to demands made to interfere with activities in the environment. It is not just a stimulus or response but it is a process by which we perceive and resolve environmental threats and challenges. The causes of stress in the form of personal and environmental experiences are commonly known as stressors.

**Objective :** To describe the stress level of first and final year medical students at the University of Muhammadiyah Makassar, and stress triggers for medical students based on 6 dimensions.

**Methods :** This study is an quantitative study with a cross sectional design which aims to determine the differences in the stress levels of first and final year medical students at the University of Muhammadiyah Makassar. The research sample was carried out by means of total sampling.

**Results :** This study shows that first year and final year students are more likely to experience moderate stress with a total result of 43.7%. First year students experience moderate stress with a result of 16.4% and final year students are higher at 27.3%. The results of the analysis showed that there was a difference in stress levels between first-year students and final-year students at the Faculty of Muhammadiyah Makassar University with  $p = 0.004$ ;  $p < 0.05$ .

**Conclusion :** There is a difference in stress levels between first year students and final year medical students at the Faculty of Muhammadiyah Makassar University.

**Keywords :** stress, causes.

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Skripsi, 21 Februari 2021

Aulia Sabrina Ramadhanty<sup>1</sup>, Nur Muallima<sup>2</sup>, Rusli Malli<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2017/ email [auliasramadhanty98@gmail.com](mailto:auliasramadhanty98@gmail.com)

<sup>2</sup>Pembimbing, <sup>3</sup>Pembimbing

**“PERBEDAAN TINGKAT STRES ANTARA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DAN MAHASISWA TAHUN TERAKHIR DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR”** (vii + 89 Halaman + 8 Tabel + 3 Gambar + 6 Lampiran)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Stres didefinisikan sebagai respon non-spesifik tubuh atau reaksi terhadap tuntutan yang dibuat mengganggu kegiatan di lingkungan. Hal ini bukan hanya stimulus atau tanggapan tapi itu adalah proses dengan mana kita melihat dan mengatasi ancaman lingkungan dan challenges. Penyebab stres berupa pengalaman pribadi dan lingkungan biasa dikenal dengan *stressor*.

**Tujuan :** Untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa kedokteran tahun pertama dan tahun terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar, dan faktor pemicu stres pada mahasiswa kedokteran berdasarkan 6 dimensi.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama dan Tahun Terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar. Sampel penelitian dilakukan dengan cara *total sampling*.

**Hasil :** Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir lebih cenderung mengalami stres tingkat sedang dengan total hasil 43,7%. Mahasiswa tahun pertama mengalami stres sedang dengan hasil 16,4% dan mahasiswa tahun terakhir lebih tinggi yaitu 27,3%. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar dengan nilai  $p = 0,004$ ;  $p < 0,05$ .

**Kesimpulan :** Terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir di Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar.

**Kata Kunci :** stres, penyebab.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim. Assalamualaikum Wr. Wb*

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa tercurahkan atas segala limpahan rahmat dan nikmat-Nya. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, karena beliau adalah sebagai suritauladan yang membimbing manusia menuju surga. Alhamdulillah berkat hidayah dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir". Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada orang tua penulis, ayah H. Ir. Fenny Monoarfa M.Si dan ibu HJ. Syafina Zuraidha Wadjo yang senantiasa sabar dan selalu memberikan motivasi serta tidak henti-hentinya memanjatkan doa sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Ayahanda dr.H.Machmud Ghaznawi, Sp.PA(K) yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini dengan baik.
2. Secara khusus penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada dr. Nur Muallima, Sp.PD selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan koreksi selama proses penyusunan skripsi ini hingga selesai.
3. dr. Wahyudi, Sp.BS selaku pembimbing akademik saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama proses perkuliahan dan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini

4. Dr. Rusli Malli, M. Ag selaku pembimbing Al-Islam Kemuhammadiyah yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan koreksi selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
5. Seluruh dosen dan staf di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
6. Aulia Feriansyah Monoarfa selaku Saudara yang selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman bimbingan skripsi, Irham Ma'ruf, Ahmad Al-Muhtadi Billah serta Anging Mamiri squad yang senantiasa memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman sejawat angkatan 2017 Argentaffin yang selalu mendukung dan memberikan saran dan semangat.

Karena itu dengan segala kerendahan hati penulis akan senang dalam menerima kritik dan saran demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Namun penulis berharap semoga tetap dapat memberikan manfaat pada pembaca, masyarakat dan penulis lain. Akhir kata, saya berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Makassar, 21 Februari 2021

**Penulis**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	
PENGESAHAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	
RIWAYAT HIDUP	
ABTRACK	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Stres	6
B. Etiologi Stres	7
C. Jenis-jenis Stres	8
D. Klasifikasi Stres	9

E. Penyebab Stres .....	10
F. Patofisiologi Stres .....	11
G. Faktor Yang Mempengaruhi Stres .....	12
H. Dampak Akibat Stres .....	14
I. Stres Pada Mahasiswa Kedokteran .....	16
J. Penilaian Stres Pada Mahasiswa Kedokteran .....	17
K. Manifestasi Klinis .....	20
L. <i>Coping Stress</i> .....	21
M. Kerangka Teori .....	23
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b>	
A. Kerangka Konsep .....	24
B. Variable Penelitian .....	24
C. Definisi Operasional .....	25
D. Hipotesis .....	25
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Objek Penelitian .....	26
B. Metode Penelitian .....	26
C. Populasi dan Sample Penelitian .....	26
D. Kriteria Sampel .....	28
E. Instrument Penelitian .....	28
F. Alur Penelitian .....	30
G. Analisis Data .....	30
H. Etika Penelitian .....	31

**BAB V HASIL PENELITIAN**

A. Analisis Univariat .....	32
B. Analisis Bivariat .....	33
C. Faktor Pemicu Stres Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir .....	33

**BAB VI PEMBAHASAN**

A. Pembahasan .....	49
B. Tinjauan Keislaman .....	53

**BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	58
C. Keterbatasan Peneliti .....	58

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
-----------------------------	-----------

**LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional Variabel .....	24
Tabel 4.1 Kisi-kisi MSSQ.....	28
Tabel 4.2 Cara Penilaian MSSQ Per-Dimensi .....	28
Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 5.2 Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan.....	31
Tabel 5.3 Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir.....	32
Tabel 5.4 Faktor Pemicu Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama.....	33
Tabel 5.5 Faktor Pemicu Stress Pada Mahasiswa Tahun Terakhir.....	35



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	22
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	23
Gambar 4.1 Alur Penelitian .....	29



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

Lampiran 2 Kuesioner MSSQ

Lampiran 3 Hasil Penelitian

Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

Lampiran 6 Hasil Plagiarisme



## DAFTAR SINGKATAN

SMA	: Sekolah Menengah Atas
PT	: Perguruan Tinggi
ACTH	: <i>Adrenocorticotropin Hormone</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
MSSQ	: <i>Medical Student Stressor Questionnaire</i>
ARS	: <i>Academic Related Stressors</i>
IRS	: <i>Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors</i>
TLRS	: <i>Teaching and Learning Related Stressors</i>
SRS	: <i>Social Related Stressors</i>
DRS	: <i>Drive and Desire Related Stressors</i>
GARS	: <i>Group Activities Related Stressors</i>



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Stres merupakan tekanan seseorang yang menilai bahwa dirinya tidak mampu dan tidak sanggup untuk menghadapi suatu masalah yang nantinya akan berpengaruh pada pemikiran, emosional, perilaku dan fisik seseorang.

Stres adalah gangguan emosional atau perubahan yang disebabkan oleh *stressors*. Stres adalah didefinisikan sebagai respon non-spesifik tubuh atau reaksi terhadap tuntutan yang dibuat mengganggu kegiatan di lingkungan. Hal ini bukan hanya stimulus atau tanggapan tapi itu adalah proses dengan mana kita melihat dan mengatasi ancaman lingkungan dan *challenges*. Penyebab stres berupa pengalaman pribadi dan lingkungan biasa dikenal dengan *stressor*.<sup>1</sup>

*Stressor* atau kata lain dari faktor utama pencetus stres merupakan perubahan keadaan dan lingkungan yang paling sering terjadi pada mahasiswa secara bertahap seperti perubahan kebiasaan tidur, kurangnya waktu untuk diri sendiri, perubahan kebiasaan makan, adanya tanggung jawab yang baru, serta beban tugas yang meningkat. Dari beberapa penelitian lain, faktor pencetus stres diantaranya perubahan kebiasaan belajar, proses pembelajaran, adaptasi dengan lingkungan baru, hubungan komunikasi dengan tenaga pengajar atau teman sejawat dalam lingkungan kampus maupun di luar kampus.<sup>2</sup>

Pada mahasiswa tahun pertama terjadi banyak perubahan karena perpindahan dari masa Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa baru di

Perguruan Tinggi (PT). Perubahan yang terjadi merupakan penyesuaian gaya belajar, misalnya tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian dan masalah lainnya. Faktor yang dapat memperberat penyesuaian tersebut seperti kondisi keuangan, tinggal jauh dari orang tua untuk pertama kalinya, prestasi akademik yang harus dicapai, adaptasi dengan lingkungan baru serta masalah lainnya yang harus dihadapi oleh masing-masing individu. Dari hasil penelitian sebelumnya masalah akademik yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran tahun pertama adalah menjadi penyebab stres terbanyak sehingga dapat memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa kedokteran.<sup>3</sup>

Beberapa penelitian menyebutkan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama lebih tinggi dari pada tingkat stres tahun terakhir. Hal ini terjadi karena mahasiswa tahun terakhir telah berhasil untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus dan kurikulum yang baru.<sup>3</sup> Sebuah Penelitian di Riau menyatakan hasil yang berbeda yaitu tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama lebih tinggi dari pada mahasiswa tahun terakhir dengan prevalensi 57,23%.<sup>4</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang ada di Lampung dengan prevalensi sebesar 59,2%.<sup>5</sup> Sedangkan pada penelitian yang berada di Universitas Baiturrahmah menyebutkan bahwa stres pada mahasiswa tahun terakhir tergolong sangat tinggi, sebanyak 97,0%. Faktor stres yang terjadi pada mahasiswa tahun terakhir ini merupakan faktor emosi dan kurangnya *self efficacy*.<sup>6</sup> Penelitian di Universitas Ahmad Dahlan menyebutkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa tahun terakhir sebesar 83,3%.<sup>7</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang ada di Yogyakarta yang menyebutkan bahwa prevalensi stres mahasiswa tingkat akhir sebesar 50%.<sup>8</sup>

Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkatan perkuliahan dan tingkatan stres, yaitu tingkat stres akan menurun seiring dengan meningkatnya tahun perkuliahan.<sup>9</sup>

Pada dasarnya stres adalah kejadian umum yang biasa terjadi. Saat ini, masyarakat mengalami stres seolah menjadi sebuah atribut dalam kehidupan modern, karena stres merupakan bagian yang tidak bisa dielakkan. Secara kausalitas, stres yang muncul sebagai respon individu terhadap stresor dianggap dapat menyebabkan cekaman hingga terjadinya gangguan keseimbangan baik internal maupun eksternal. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa stres dapat memberi pengaruh positif dan negatif tergantung dari cara seseorang mengontrol, mengatur, dan menangani stres.<sup>10</sup>

Beban hidup yang berat dialami oleh seseorang akan mengakibatkan terjadinya stres. Kita selalu merasa beban hidup yang dialami tidak dapat dihadapi hingga merasa putus asa, padahal jelas didalam Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 286, Allah berfirman yang terjemahannya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya, ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebankan kepada Kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'afilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah

kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir."<sup>11</sup>

Berdasarkan beberapa penelitian diatas bahwa mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir mempunyai tingkat stres yang sama dengan penyebab yang berbeda sehingga penulis tertarik untuk mengetahui perbedaan tingkat stres antar mahasiswa tahun pertama dan tahun terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada perbedaan tingkat stres yang dialami oleh Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama dengan Tahun Terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa kedokteran tahun pertama dan tahun terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa kedokteran tahun pertama dan tahun terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar.
- b. Mengetahui perbedaan faktor pemicu stres pada mahasiswa kedokteran berdasarkan 6 dimensi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Dapat mengembangkan pengetahuan dan wawasan peneliti tentang Stres yang terjadi pada Mahasiswa.

### **2. Bagi Universitas**

- a. Menambah data mengenai perbedaan tingkat stres pada Mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- b. Sebagai masukan untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi Stres.

### **3. Bagi Mahasiswa Kedokteran**

Dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang stres pada setiap tingkatannya dari penyebab, gejala, dampak, maupun cara menghadapi stres.

## BAB II

### TINJAUAN TEORI

#### A. Stres

Saat ini, masyarakat mengalami stres sekolah menjadi sebuah atribut dalam kehidupan modern, karena stres merupakan bagian yang tidak bisa dielakkan. Stres dapat terjadi dimana saja, baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga. Anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia juga dapat mengalami stres. Dengan hal ini stres pasti terjadi pada siapapun dan dimanapun. Apabila stres begitu banyak dialami oleh seseorang maka akan menjadi sebuah permasalahan.<sup>12</sup>

Respon tubuh yang non spesifik terhadap sebuah tuntutan yang akan diterima oleh individu di dalam hidupnya merupakan definisi stres dari seorang peneliti yang juga mengatakan bahwa stres sebagai sindrom biologis. Stres yang mencakupi seluruh perubahan spesifik, mempengaruhi sistem biologi dari suatu organisme merupakan manifestasi dari suatu keadaan yang dikenal dengan sindrom biologis. Sebuah penelitian menyatakan bahwa keadaan sindrom biologis ini adalah reaksi umum yang terjadi dalam merespon berbagai bentuk rangsangan. Reaksi ini ditandai dengan produksi hormone secara umum yang meningkat dari kelenjar hipofisis atau suprarenalis yang berfungsi untuk meningkatkan atau memperbaiki pertahanan tubuh terhadap macam-macam faktor stres yang beragam. Meskipun tuntutan memiliki sifat yang unik dan spesifik,

misalnya panas dapat menyebabkan berkeringat, dingin menyebabkan menggigil, semuanya menuntut tubuh untuk menyesuaikan kembali dengan menggunakan fungsi-fungsi adaptif guna memulihkan kembali ke kondisi semula.<sup>13</sup>

## B. Etiologi Stres

Stres bisa berasal dari luar tubuh maupun dalam tubuh. Stres dapat terjadi apabila seseorang merasa stres tersebut berupa ancaman atau tekanan bagi dirinya, sehingga respon awal dari stres yaitu gangguan kesehatan fisik & psikolog, contohnya perubahan fungsi fisiologis, kognitif, emosi, & perilaku.

### 1) *Stressor* psikologis

*Stressor* yang berasal dari psikis seseorang seperti takut, khawatir, cemas, marah kesepian dan lain-lain.<sup>14</sup>

### 2) *Stressor* biologic

Penyakit infeksi, trauma fisik dengan kerusakan organ biologik, mal nutrisi, kelelahan fisik, kekacauan fungsi biologik yang kontinyu.<sup>14</sup>

Penyakit infeksi yang berupa bakteri, virus, hewan, binatang, tumbuhan, dan berbagai macam makhluk hidup yang dapat mempengaruhi kesehatan.<sup>15</sup>

### 3) *Stressor* sosial budaya

*Stressor* yang bersumber dari kultural yang melatar belakangi kehidupan seseorang, misalnya ekonomi, persaingan, diskriminasi, perceraian, perubahan sosial yang cepat.<sup>14</sup> Tidak hanya stresor negatif

yang dapat menyebabkan stres, tetapi stresor positif seperti kenaikan pangkat, promosi jabatan, tumbuh kembang, menikah, dan mempunyai anak juga dapat menyebabkan stres.<sup>16</sup>

### C. Jenis-jenis Stres

Jenis jenis stres dibedakan menjadi 2 (dua), yaitu:

#### 1) *Distress*

Terjadi pada saat adanya tuntutan terlalu besar atau kecil. Seseorang yang merasa bahwa konsentrasinya menurun, tangan gemetar, sakit punggung, cemas, gugup, depresi, gampang marah, dan cara bicara yang dipercepat merupakan gejala dari distress. Distres mengarah pada dua jenis gangguan fisik maupun psikis, antara lain: sakit kepala, radang sendi, tekanan darah tinggi, penyakit kulit kronis, radang lambung, radang usus besar, sakit pinggang, serangan jantung, dan kanker.<sup>12</sup>

Penelitian lain menjelaskan bahwa meningkatnya distress pada mahasiswa sangat berpengaruh terhadap kecemasan dan depresi, keinginan untuk bunuh diri, pola hidup yang buruk, gangguan pola tidur, sakit kepala, dan perasaan tidak berdaya.<sup>17</sup>

#### 2) *Positive stress*

*Positive stress* atau *Eustress* merupakan jenis stres yang dapat membantu untuk mengerjakan hal-hal tertentu, contohnya membantu mendorong seseorang untuk mengerjakan suatu tugas dalam waktu yang terbatas.<sup>18</sup>

#### D. Klasifikasi Stres

Menurut tingkatannya, stres diklasifikasikan menjadi stres ringan, sedang, dan berat.

##### a. Stres ringan

Jenis stres ringan terjadi dalam beberapa menit atau jam. Penyebab dari stress ringan ini misalnya kemacetan, dimarahi oleh dosen, dikritik, lupa dan lain-lain. Pada stres ringan mulai timbul gejala. Apabila stres ringan dibiarkan maka akan menyebabkan gangguan kesehatan.<sup>19</sup>

Stres ringan tidak hanya mencakup aspek fisiologis seseorang. Pada respon perilaku didapatkan semangat kerja yang berlebihan, mudah lelah dan tidak bisa santai, stres ringan tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dialami terus menerus.<sup>17</sup>

##### b. Stres sedang

Stres sedang terjadi dalam jangka waktu jam hingga hari. Stresor pada stres ini dapat berupa permasalahan dengan teman maupun pasangan.<sup>19</sup> Respon fisiologis dari tingkat stres ini dapat berupa gangguan pada lambung dan usus, misalnya maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan otot, gangguan pola tidur, serta mulai terjadi gangguan pada siklus dan pola menstruasi. Sedangkan respon perilaku pada stres sedang ini seperti sering merasa badan terasa akan jatuh, kehilangan respon tanggap terhadap situasi, kesulitan untuk melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari, dan daya konsentrasi serta daya ingat menurun.<sup>17</sup>

c. Stres berat

Stres berat terjadi dalam jangka waktu beberapa minggu hingga bulan, penyebab stres ini berupa permasalahan yang tidak selesai, kesulitan finansial dan merasa kekurangan dalam hal fisik. Stres ini juga mempengaruhi aspek fisiologik yang didapat seperti, gangguan sistem pencernaan berat, jantung berdebar yang semakin keras, sesak napas dan gemetar pada seluruh tubuh. Sedangkan pada respon psikologis didapatkan kelelahan fisik terasa semakin mendalam, timbul perasaan takut, cemas yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik.<sup>17</sup>

**E. Penyebab Stres**

Daya tahan seseorang terhadap stres sangat ditentukan oleh faktor penyebabnya baik penyebab dari dalam maupun dari luar. Stres adalah salah satu bagian dari kehidupan manusia, tetapi stres tidak akan muncul begitu saja tanpa adanya penyebabnya sehingga kemampuan dalam mengendalikan penyebabnya akan menentukan daya tahan seseorang terhadap stres.

Faktor internal misalnya kondisi fisik, motivasi dan tipe kepribadian. Faktor eksternal dapat berasal dari keluarga, stresor akademik, dan masalah keuangan.<sup>17</sup>

a. Penyebab eksternal

Penyebab eksternal merupakan penyebab yang berasal dari luar diri seseorang seperti perubahan bermakna dari lingkungan, perubahan peran

sosial, pekerjaan, hubungan interpersonal, proses pembelajaran, maupun keadaan finansial yang dapat menjadi pemicu terjadinya stres.<sup>20</sup>

b. Penyebab internal

Penyebab internal merupakan penyebab yang berasal dari dalam diri seseorang seperti gangguan kesehatan, ataupun adanya perasaan rendah diri (*self devaluation*) akibat konflik atau frustrasi karena tidak mampu mengatasi dan menghadapi permasalahan dalam kehidupan sosial, juga tidak mendapatkan apa yang diharapkan. Kondisi gangguan fisik seperti cacat, merasa tidak menarik, jenis kelamin, usia, juga intelegensi merupakan hal yang dapat menyebabkan munculnya stres.<sup>20</sup>

**F. Patofisiologi Stres**

Beberapa ahli menjelaskan bahwa patofisiologi stres sangat kompleks sehingga mereka menggunakan lebih dari satu teori untuk menjelaskan terjadinya stres. Contohnya, mekanisme secara endokrinologi, imunologi (mencakup neurotransmitter), psikologi, dan psikososial.<sup>13</sup> Guyton menjelaskan pendekatan patofisiologi stres secara endokrin dan imunologi sebagai berikut: stressor akan mempengaruhi sistem tubuh seseorang setelah dikenali oleh stressor tersebut. Salah satu mekanismenya yaitu terjadi peningkatan ACTH (*Adrenocorticotropin hormone*) di kelenjar hipofisis anterior. Hipotalamus ini akan dirangsang oleh stres itu sendiri sehingga mengeluarkan kortikotropin atau *corticotropin releasing hormon* (CRF). Selanjutnya di dalam pleksus kapiler utama di puncak media dari hipotalamus terjadi sekresi CRF, kemudian akan dibawa ke kelenjar

hipofisis anterior (CRF ini akan merangsang sekresi ACTH). Jika CRF ini tidak ada, maka kelenjar hipofisis anterior hanya dapat mensekresi sedikit ACTH.<sup>13</sup>

Mekanisme yang terjadi di atas akan menghasilkan kortisol oleh korteks adrenal, sehingga akan terjadi glikolisis. Glukosa yang dihasilkan dari glikolisis inilah yang merupakan energi untuk kebutuhan stres yang lebih besar. Proses ini akan terus berlanjut hingga ada cara yang dapat mengatasi stresor yang muncul pada tubuh seseorang. Jika terlalu lama maka cadangan glukosa akan habis, sehingga timbulah tanda-tanda sakit.<sup>13</sup>

Fungsi sistem dan proses yang terjadi dalam tubuh, seperti sistem imun, kardiovaskular, dan pencernaan dapat dipengaruhi oleh stres. Kulit juga dapat memperlihatkan tanda-tanda stres, dan susunan saraf pusat adalah suatu penghubung integral dalam mengenal dan berespon terhadap semua stres.<sup>13</sup>

## **G. Faktor yang mempengaruhi tingkat stres**

### **a. Lingkungan**

Lingkungan dapat memiliki nilai yang negatif dan positif terhadap perilaku individu sesuai pemahaman kelompok dalam masyarakat tersebut. Tuntutan inilah yang dapat membuat individu tersebut harus selalu berlaku positif sesuai dengan pandangan masyarakat di lingkungan tersebut.<sup>21</sup>

Selain itu, tuntutan dari keluarga contohnya seperti tuntutan untuk memasuki jurusan kuliah yang diinginkan oleh orang tua, tuntutan untuk

dijodohkan dengan orang lain, dan tuntutan lainnya yang tidak sesuai dengan keinginan seseorang dapat menimbulkan tekanan pada individu tersebut.<sup>22</sup>

b. Diri sendiri

Kebutuhan psikologis dari masing-masing individu berbeda. Kebutuhan psikologis seperti adanya tekanan atau tuntutan keinginan yang akan dicapai untuk terus-menerus menyerap sesuatu yang diinginkan sesuai dengan perkembangan yang ada akan memicu terjadinya stres.<sup>21,22</sup>

c. Karakteristik Kepribadian

Stressor psikososial dari setiap orang berbeda-beda. Tetapi tidak semua orang yang mengalami stressor tersebut akan mengalami stres. Tergantung dari setiap kepribadian yang dimiliki oleh masing-masing individu. Ada dua tipe kepribadian yaitu:

1) Tipe kepribadian A (A type Personality)

Tipe kepribadian A merupakan tipe kepribadian yang mempunyai risiko tinggi untuk mengalami stres. Ciri-ciri tipe kepribadian A dari sebuah penelitian adalah orang yang Ambisius, agresif dan kompetitif, kurang sabar, mudah tegang dan cepat tersinggung serta marah, kewaspadaan berlebihan, percaya diri berlebihan, cara berbicara cepat, bertindak serba cepat, kurang mampu mengatur waktu, lebih suka bekerja sendiri,

tidak mudah dipengaruhi, berusaha keras untuk segala sesuatunya terkendali.<sup>23</sup>

## 2) Tipe kepribadian B (B type personality)

Untuk Tipe kepribadian B merupakan kebalikan dari tipe kepribadian A, dengan ciri-ciri yang disebutkan dalam sebuah penelitian yaitu seseorang dengan ambisi yang wajar-wajar saja, tidak agresif dan sehat dalam berkompetisi serta tidak memaksakan diri, penyabar, tenang, tidak mudah tersinggung dan tidak mudah marah (emosi terkendali), percaya diri yang tidak berlebihan, cara bicara yang santai, bertindak pada saat yang tepat, mengetahui waktu yang bisa digunakan untuk istirahat, senang bekerja sama, tidak tergesa-gesa, mudah bergaul, sabar dan mempunyai selera humor yang tinggi, dapat menghargai pendapat orang lain, dan mampu mengendalikan diri.<sup>23,24</sup>

### d. Pikiran

Munculnya stres bisa dari pikiran individu itu sendiri. Adanya penilaian individu terhadap lingkungan dan pengaruhnya pada diri dan persepsinya terhadap lingkungan serta cara penyesuaian yang biasa dilakukan oleh individu yang bersangkutan.<sup>25</sup>

## H. Dampak akibat Stres

### 1. Aspek Biologis

Aspek biologis maupun gejala fisik yang muncul ketika seseorang mengalami stres seperti sakit kepala yang berlebihan, susah tidur,

gangguan pencernaan, hilangnya nafsu makan, dan memiliki produksi keringat yang berlebihan.

## 2. Aspek Psikologis

Ketika seseorang mengalami stres, terdapat gejala psikologis yang muncul dari individu sebagai berikut:

### a. Gejala kognisi

Gangguan daya ingat (menurunnya daya ingat, mudah lupa dengan suatu hal), perhatian dan konsentrasi yang berkurang sehingga seseorang tidak fokus dalam melakukan suatu hal merupakan gejala-gejala yang muncul pada aspek ini.

### b. Gejala emosi

Mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap sesuatu, merasa sedih dan depresi merupakan gejala-gejala yang muncul pada aspek ini.

### c. Gejala tingkah laku

Tingkah laku negatif yang muncul adalah mudah menyalahkan orang lain dan mencari kesalahan orang lain, bersikap tak acuh pada lingkungan, dan malas melakukan pekerjaan.<sup>26</sup>

Dampak yang muncul akibat terjadinya stres pada mahasiswa memiliki kerugian dalam akademik maupun mentalnya. Dampak negatif lain akibat stres adalah munculnya tingkah laku negative seperti merokok, minum minuman keras

dan paling parah adalah bunuh diri. Sebagai tambahan stres juga bisa berakibat nilai IP menurun.<sup>18,27</sup>

### **I. Stres Pada Mahasiswa Kedokteran**

Kegiatan mahasiswa juga tidak terlepas dari stres. Sebagai insan akademik, penyebab stres yang terjadi pada mahasiswa dapat berasal dari akademik. Penyebab stres juga dapat berasal dari tuntutan eksternal dan tuntutan internal.<sup>28</sup>

Dalam dunia kedokteran, semua mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan dasar yang cukup baik dalam hal metode belajar, materi belajar dan sistem kompetensi. Ketika memasuki dunia kedokteran, semua mahasiswa dituntut untuk memiliki pengetahuan dan wawasan yang luas, keterampilan yang baik dan sikap yang profesional sehingga bisa lulus sebagai dokter yang baik. Untuk mencapai tujuan ini, maka fakultas kedokteran menyediakan kurikulum perkuliahan yang bersifat mendidik, praktek yang diawasi, mentoring dan pengalaman langsung untuk menambah hasil belajar individu. Tetapi beberapa aspek dari pelatihan-pelatihan tersebut memiliki dampak negatif yang tidak diharapkan terhadap kesehatan pribadi mahasiswa.<sup>29</sup>

Stres dalam lingkungan pendidikan kedokteran wajar terjadi walaupun hal tersebut tidak diinginkan, karena beberapa stres dianggap perlu dalam proses pembelajaran. Stres dalam proses pendidikan kedokteran dapat menimbulkan efek positif dan efek negatif. Sebagai contoh timbulnya

efek positif dari adanya stres adalah timbulnya suatu stimulus untuk berkompetisi dengan teman sebaya dan stres dapat dijadikan suatu motivator dalam proses pembelajaran.<sup>30,31</sup>

## J. Penilaian Stres pada Mahasiswa

Penilaian tingkat stres pada mahasiswa kedokteran dapat menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)*. *Medical Student Stressor Questionnaire* adalah kuesioner yang dirancang untuk mengetahui tingkatan stres pada mahasiswa kedokteran. Kuesioner ini terdiri dari 40 pertanyaan yang terdiri dari 6 dimensi penyebab terjadinya stres pada mahasiswa kedokteran.<sup>32,33</sup> 6 dimensi tersebut antara lain:

### a. *Academic Related Stressor (ARS)*

Stressor yang termasuk dalam *Academic Related Stressor* adalah stres yang menyangkut tentang pelajaran, perkuliahan, atau peristiwa yang berkaitan dengan mahasiswa dan pendidikan.<sup>32,33</sup>

Pada kuesioner ini akan dinilai tentang jadwal akademik, harapan pada perkuliahan, kesulitan-kesulitan yang sulit untuk dimengerti, kekurangan waktu untuk belajar atau mengerjakan tugas, kompetisi dalam pembelajaran, dan kesulitan untuk menjawab pertanyaan dari dosen.<sup>32,33</sup>

### b. *Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor (IRS)*

Stressor yang termasuk dalam *Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor* adalah stressor yang berhubungan

dengan hubungan antara individu dan hubungan dengan dalam diri sendiri. Intrapersonal stressor secara umum berhubungan dengan dalam diri individu itu sendiri, termasuk motivasi yang kurang untuk belajar dan konflik dalam diri sendiri. <sup>32,33</sup>

Selain itu Interpersonal stressor juga berhubungan dengan hubungan dengan individu lain, termasuk di dalamnya adalah konflik dengan orang lain secara verbal, fisik, dan emosi. <sup>32,33</sup>

c. *Teaching and Learning Related Stressor (TLRS)*

Stressor yang termasuk dalam *Teaching and Learning Related Stressor* adalah stressor yang berhubungan dengan pengajaran dan pembelajaran, yang di dalamnya termasuk tugas yang diberikan oleh dosen, kompetensi dosen untuk mengawasi dan mengajar mahasiswa, kualitas feedback yang diberikan dosen kepada mahasiswa, dukungan yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswa, dan kejelasan tentang tujuan pembelajaran yang diberikan dosen kepada mahasiswa. <sup>32,33</sup>

d. *Social Related Stressor (SRS)*

Stressor yang termasuk dalam *Social Related Stressor* adalah stressor yang berhubungan dengan hubungan dengan lingkungan. Secara umum hal tersebut berkaitan dengan waktu luang dengan keluarga dan teman-teman, waktu pribadi untuk diri sendiri, pekerjaan dengan masyarakat, gangguan kerja oleh orang lain, dan menghadapi masalah pasien. <sup>32,33</sup>

e. *Drive and Desire Related Stressor (DRS)*

Stressor yang berhubungan *Drive and Desire Related Stressor* adalah stressor yang berhubungan dengan paksaan internal atau eksternal yang dapat mempengaruhi sikap, emosi, pemikiran, dan perilaku. Secara umum hal tersebut berkaitan dengan ketidaksediaan belajar di Fakultas Kedokteran karena berbagai alasan seperti paksaan dari orang tua untuk menjadi mahasiswa kedokteran, sekedar mengikuti teman untuk menjadi mahasiswa kedokteran, ataupun salah memilih jurusan.<sup>32,33</sup>

f. *Group Activities Related Stressor (GARS)*

*Group Activities Related Stressor* berkaitan dengan interaksi dalam sebuah kelompok. Secara umum yang termasuk dalam stres ini adalah permasalahan dalam partisipasi dalam diskusi kelompok, presentasi kelompok dan harapan lain yang harus dilakukan dengan baik.<sup>32,33</sup>

### **K. Manifestasi Klinis**

Berbagai gejala stres bisa mempengaruhi kesehatan yang berbeda pada setiap orang. Namun pada kebanyakan orang hal ini cenderung menunjukkan respon atau cirinya sendiri. Pada orang yang satu, mungkin berupa sakit kepala dan pada orang lain mungkin muncul diare atau hipertensi. Stres dapat menyebabkan gejala-gejala fisik, emosional, dan perilaku.<sup>34</sup>

a. Gejala fisik

Gejala fisik adalah reaksi yang paling terlihat. Contohnya adalah sakit kepala, jantung berdebar-debar, pernapasan menjadi lebih cepat atau pendek, berkeringat, otot lemah atau bergetar, gugup, nyeri dada, rasa sakit yang tidak jelas, mulut dan tenggorokan kering, kehilangan nafsu makan, perubahan pencernaan, diare atau sembelit, insomnia, resah, gelisah, dan lain-lain.<sup>35</sup>

b. Gejala emosional

Gejala emosional merupakan gejala kedua dari munculnya stres contohnya mudah marah, cemas, tertekan, frustrasi, sering menangis, mudah tersinggung, menjadi pesimis, keinginan untuk lari dan bersembunyi, takut gagal, dan masih banyak lagi yang lainnya.<sup>35</sup>

c. Gejala Kognitif

Gangguan daya ingat (menurunnya daya ingat, mudah lupa dengan suatu hal), perhatian dan konsentrasi yang berkurang sehingga seseorang tidak fokus dalam melakukan suatu hal merupakan gejala-gejala yang muncul pada aspek ini.<sup>36</sup>

d. Gejala tingkah laku

Tingkah laku negatif yang muncul ketika seseorang mengalami stres pada aspek gejala tingkah laku adalah mudah menyalahkan orang lain dan mencari kesalahan orang lain, menarik diri dari lingkungan (*withdrawal*), tidur berlebihan, menjadi pendiam, tidak peduli terhadap lingkungan sekitar, dan masih banyak lagi.<sup>36,28</sup>

## L. *Coping Stress*

*Coping stress* adalah cara seseorang untuk memecahkan permasalahan sehingga dapat mengurangi tingkat stres tersebut. Tetapi, setiap orang memiliki cara mereka masing-masing untuk mengurangi tingkat stres yang dialami. Cara yang dapat digunakan dalam *coping stress* dapat berupa :

### a. *Problem focused coping*

Pada strategi ini lebih mencari solusi dari masalah yang dihadapi. *Problem focused coping* ini digunakan oleh seseorang yang menurutnya masalah yang dihadapi dapat dikontrol dengan memecahkan masalah atau mencari solusi dari masalah tersebut.<sup>37</sup> Contohnya berupa seorang siswa yang mengalami kesulitan dalam proses belajar, maka solusi dari permasalahan yaitu siswa tersebut harus berusaha untuk mengikuti kegiatan bimbingan belajar di luar kelasnya agar dia dapat belajar secara efektif. Umumnya strategi *problem focused coping* merupakan upaya coping yang bersifat positif.<sup>38</sup>

### b. *Emotion focused coping*

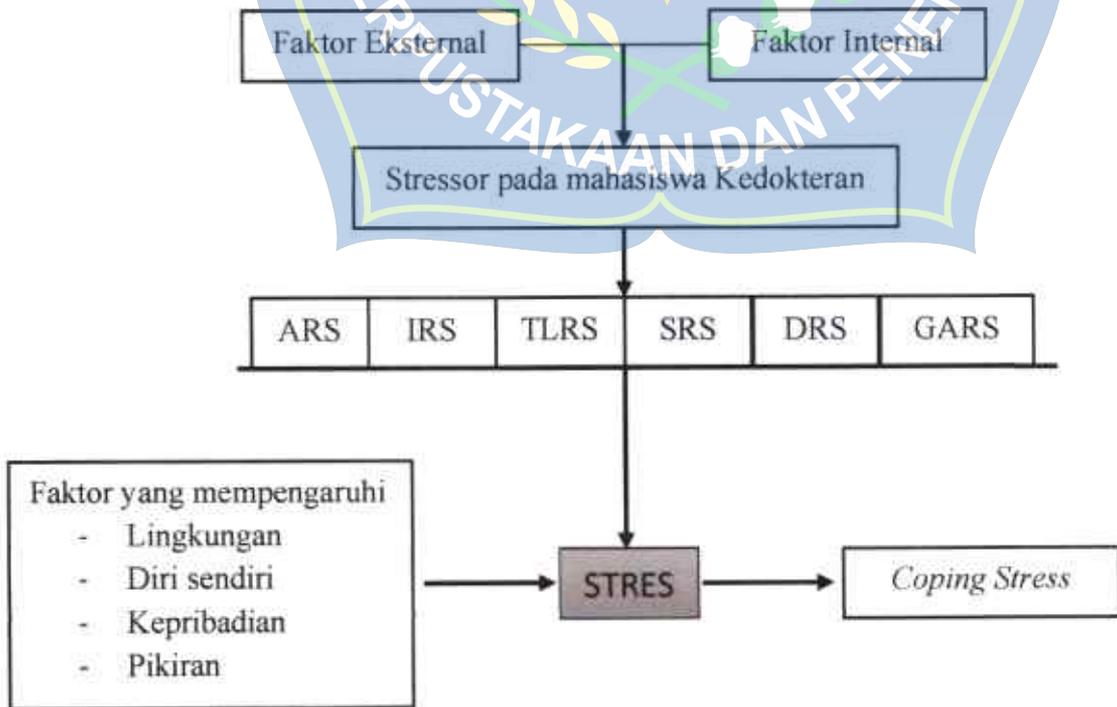
Strategi menyelesaikan masalah dengan melakukan pengendalian emosional yang muncul terhadap stres yang dialami. *emotional focused coping* merupakan suatu cara untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan dan berusaha untuk mencari dukungan sosial. Cara ini digunakan oleh seseorang yang merasa dirinya tidak dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi.

Contohnya seperti seseorang akan berusaha menghindari masalah yang ada dengan berkumpul bersama teman-temannya, melakukan sesuatu yang disukai seperti bermain musik atau mendengarkan musik. Tetapi cara-cara tersebut tidak selalu baik untuk menghadapi suatu masalah. Strategi *problem focused coping* bekerja lebih baik dibandingkan *emotional focused coping*.<sup>38,37</sup>

c. Berpikir positif

Menghindari berpikiran negatif merupakan salah satu strategi *coping stress* yang dapat dilakukan seseorang, dengan berpikiran positif seseorang dapat lebih efisien dalam mengolah informasi dan lebih optimis.<sup>38</sup>

M. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

## BAB III

### KERANGKA KONSEP

#### A. Kerangka Konsep

Berdasarkan tujuan penelitian ini maka konsep pemikiran dalam penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 3.1 Kerangka Konsep



: Variabel Dependen (X)



: Variable Independen (Y)

#### B. Variabel Penelitian

##### a. Variabel Bebas (Independent Variable)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Terakhir.

##### b. Variabel Terikat (Dependent Variable)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Tingkat Stres.

### C. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
Tingkat stres tahun pertama	Penilaian yang menggambarkan tingkat stres mahasiswa kedokteran pada tahun pertama masa studi	Menggunakan kuesioner <i>MSSQ (medical Student Stressor Questionnaire)</i> 32,33	0-1 = stres ringan 1.01-2 = stres sedang 2.01-3 = stres berat 3.01-4 = stres sangat berat	Ordinal
Tingkat stres tahun terakhir	Penilaian yang menggambarkan tingkat stres mahasiswa kedokteran pada tahun terakhir masa studi	Menggunakan kuesioner <i>MSSQ (medical Student Stressor Questionnaire)</i> 32,33	0-1 = stres ringan 1.01-2 = stres sedang 2.01-3 = stres berat 3.01-4 = stres sangat berat	Ordinal

Tabel 3.1. Definisi Operasional Variabel

### D. Hipotesis

#### 1. Hipotesis Null ( $H_0$ )

Tidak terdapat perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar.

#### 2. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ )

Terdapat perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar.

## BAB IV

### METODE PENELITIAN

#### A. Objek Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar melalui *Online* (daring) pada bulan September hingga Desember tahun 2020.

#### B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama dan Tahun Terakhir di Universitas Muhammadiyah Makassar.

#### C. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahun Pertama (Angkatan 2020) yang berjumlah 126 orang dan Mahasiswa Tahun Terakhir (Angkatan 2017) yang berjumlah 113 orang di Universitas Muhammadiyah Makassar sehingga total populasi terdiri dari 239 orang.

##### 2. Sampel Penelitian

Penelitian ini menggunakan *total sampling* yaitu pengambilan sampel dengan jumlah yang sama dengan populasi yang ada.

### 3. Besar Sampel

$$n_1=n_2 = \left( \frac{Z_\alpha \sqrt{2PQ} + Z_\beta \sqrt{P_1Q_1 + P_2Q_2}}{(P_1 - P_2)} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = \left( \frac{1,282 \sqrt{2 \times 0,6 \times 0,4} + 0,842 \sqrt{0,7 \times 0,3 + 0,5 \times 0,5}}{(0,7 - 0,5)} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = \left( \frac{1,282 \sqrt{0,48} + 0,842 \sqrt{0,46}}{(0,2)} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = \left( \frac{1,282 \times 0,692 + 0,842 \times 0,678}{(0,2)} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = \left( \frac{0,887 + 0,570}{(0,2)} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = \left( \frac{1,457}{0,2} \right)^2$$

$$n_1=n_2 = (7,285)^2$$

$$n_1=n_2 = 53,07 \rightarrow 54 \text{ sampel}$$

Keterangan :

$Z_\alpha$  = deviat baku alfa

$Z_\beta$  = deviat baku beta

$P_2$  = Proporsi pada kelompok yang sudah diketahui nilainya

$Q_2 = 1 - P_2$

$P_1$  = proporsi pada kelompok yang nilainya merupakan judgement peneliti

$Q_1 = 1 - P_1$

$P_1 - P_2$  = selisih proporsi minimal yang dianggap bermakna

$$P = \text{proporsi total} = (P_1 + P_2) / 2$$

$$Q = 1 - P$$

Maka sampel yang digunakan untuk penelitian ini sebanyak 54 sampel.

#### D. Kriteria Sampel

Berikut ini adalah kriteria Inklusi dan kriteria Eksklusi dalam penelitian yang akan dilaksanakan :

1. Kriteria Inklusi
  - a. Mahasiswa kedokteran angkatan 2020 dan angkatan 2017 Universitas Muhammadiyah Makassar.
  - b. Tercatat aktif dalam mengikuti perkuliahan.
  - c. Bersedia untuk menjadi responden atau subjek penelitian.
2. Kriteria Eksklusi
  - a. Mahasiswa yang tidak mengembalikan kuesioner.

#### E. Instrument Penelitian

Pada penelitian ini digunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ). *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) adalah kuesioner yang digunakan untuk mengetahui tingkatan stres pada mahasiswa kedokteran. Kuesioner ini terdiri dari 40 pertanyaan yang merupakan penyebab stres pada mahasiswa kedokteran. MSSQ diukur dalam bentuk skala sebagai berikut:

0 = tidak menimbulkan stres

1 = sedikit menimbulkan stres.

2 = cukup menimbulkan stres.

3 = sangat menimbulkan stres.

4 = sangat banyak menimbulkan stres.

Penyebab stres pada mahasiswa di kuesioner MSSQ terbagi atas 6 dimensi yaitu, *Academic Related Stressors* (ARS), *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors* (IRS), *Teaching and Learning Related Stressors* (TLRS), *Social Related Stressors* (SRS), *Drive and Desire Related Stressors* (DRS), dan *Group Activities Related Stressors* (GARS).<sup>32,33</sup>

Tabel 4.1. Kisi-Kisi MSSQ

No	Dimensi	Butir soal	Jumlah soal
I	ARS	1,2,3,4,5,7,18,19,20,22,27,29,40	13
II	IRS	6,8,9,16,28,32,35	7
III	TLRS	10,13,14,15,21,24	6
IV	SRS	11,30,31,36,37,39	6
V	DRS	17,23,25	3
VI	GARS	12,26,33,34,38	5

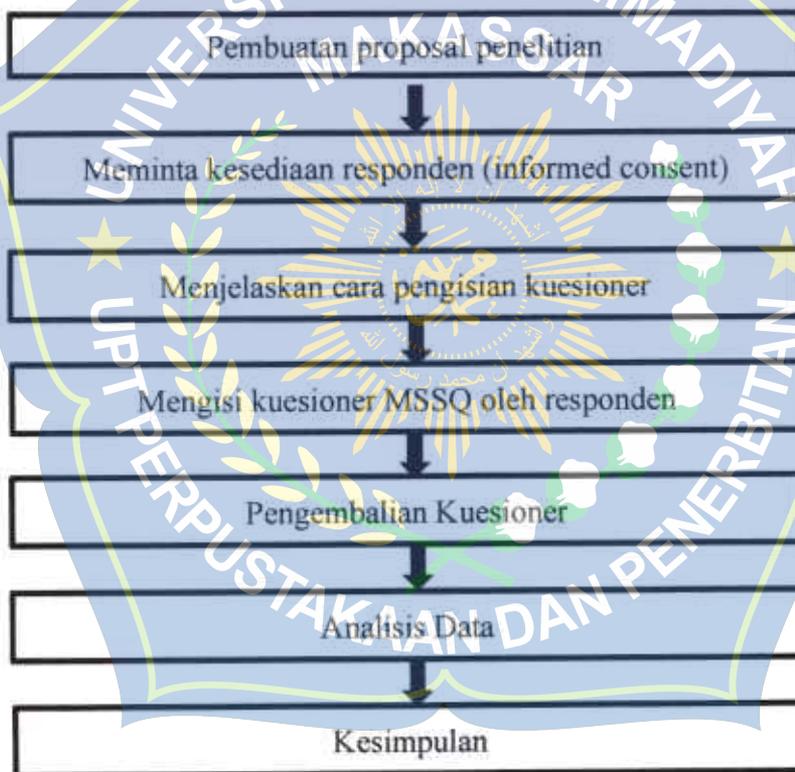
Skor tingkat stres dari tiap dimensi stresor diperoleh dengan cara menjumlahkan total skor pada bagian A dan B kemudian dibagi dengan jumlah pertanyaan per dimensi stres.<sup>32,33</sup> Berikut adalah tabel mengenai cara penilaian MSSQ per dimensi:

Tabel 4.2. Cara penilaian MSSQ per dimensi.

Bagian Soal	I	II	III	IV	V	VI
Bagian A						
Bagian B						
Total A+B dibagi skor	13	7	6	6	3	5

Secara umum penilaian MSSQ ini dapat dilakukan dengan cara total nilai dari masing-masing dimensi dijumlahkan dan dibagi dengan 40 item pertanyaan. Selanjutnya, hasil skor dari penilaian stres diinterpretasikan sesuai tingkatan stres, yaitu (0-1) = stres ringan; (1.01-2) = stres sedang; (2.01-3) = stres berat; (3.01-4) = stres sangat berat.<sup>32,33</sup>

#### F. Alur Penelitian



Gambar 4.1 Alur Penelitian

#### G. Analisis Data

##### a. Analisis Univariat

Pada analisa ini akan diperoleh gambaran tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir yang akan ditampilkan dalam bentuk tabel/grafik.

## b. Analisa Bivariat

Pada analisa ini hasil penelitian akan diuji dengan metode *Chi-Square* menggunakan aplikasi SPSS versi 22 untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan/perbedaan antara variabel.

## H. Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar dengan memperhatikan etika dalam penelitian dengan cara :

- a. Sebelum dilakukan pengisian kuesioner oleh responden, peneliti meminta kepada responden untuk mengisi lembar ketersediaan menjadi responden (*informed consent*).
- b. Peneliti menjelaskan kepada responden bahwa jawaban yang sudah diisi kuesionernya oleh responden akan dijamin kerahasiaannya.

## BAB V

### HASIL PENELITIAN

#### A. Analisis Univariat

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar pada bulan September-November tahun 2020. Data penelitian ini diperoleh melalui pengisian kuesioner secara daring. Penelitian ini melibatkan 128 orang subjek penelitian. Karakteristik subjek penelitian ini ditampilkan pada tabel di bawah.

**Tabel 5.1. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	32	25,0
Perempuan	96	75,0
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100,0</b>

Sumber: data primer diolah dengan SPSS Versi 22.

Tabel di atas menunjukkan bahwa lebih banyak subjek penelitian berjenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki.

**Tabel 5.2. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan**

Angkatan	n	%
2020 (Tahun pertama)	64	50,0
2017 (Tahun terakhir)	64	50,0
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100,0</b>

Sumber: data primer diolah dengan SPSS versi 22.

Subjek penelitian dari tabel diatas angkatan 2020 (mahasiswa tahun pertama) dan angkatan 2017 (tahun terakhir) memiliki jumlah yang sama banyak, yaitu 64 orang dengan total 128 orang.

## B. Analisis Bivariat

Perbandingan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir dianalisis menggunakan Uji *Chi Square*. Uji hipotesis ini dilakukan di aplikasi *SPSS versi 22*.

**Tabel 5.3. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Terakhir**

		Stres				Nilai <i>p</i>
		Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat	
Angkatan	Tahun pertama	n 5 % 3,9%	n 21 % 16,4%	n 18 % 14,1%	n 20 % 15,6%	0,004
	Tahun terakhir	n 10 % 7,8%	n 35 % 27,3%	n 13 % 10,2%	n 6 % 4,7%	
	Total	n 15 % 11,7%	n 56 % 43,8%	n 31 % 24,2%	n 26 % 20,3%	

Sumber: data primer diolah dengan *SPSS versi 22*.

Tabel di atas menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama dan tahun terakhir lebih cenderung mengalami stres tingkat sedang. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir (nilai  $p = 0,004$ ;  $p < 0,05$ ).

## C. Faktor Pemicu Stres Mahasiswa Tahun Pertama & Mahasiswa Tahun Terakhir

Penelitian ini mengukur faktor pemicu stres dalam bentuk 40 pertanyaan dengan poin jawaban (0) tidak menimbulkan stres; (1) sedikit menimbulkan stres; (2) cukup menimbulkan stres; (3) banyak menimbulkan stres; (4) sangat banyak menimbulkan stres. Hasil

identifikasi faktor pemicu stres pada mahasiswa tahun pertama & mahasiswa tahun terakhir ditampilkan pada tabel di bawah.

**Tabel 5.4. Faktor Pemicu Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama.**

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
1	Tes-tes ujian.	4 (3.1%)	17 (13.3%)	27 (21.1%)	9 (7%)	7 (2.2%)
2	Sulit memahami materi perkuliahan.	0	13 (10.2%)	28 (21.9%)	16 (12.5%)	7 (2.2%)
3	Terlalu banyak materi yang harus dipelajari.	1 (0.8%)	15 (11.7%)	19 (14.8%)	15 (11.7%)	14 (10.9%)
4	Mendapatkan nilai yang jelek.	2 (1.6%)	8 (6.3%)	20 (15.6%)	18 (14.1%)	16 (12.5%)
5	Persaingan dalam pembelajaran.	16 (12.5%)	23 (18%)	21 (16.4%)	2 (1.6%)	2 (1.6%)
6	Masalah dengan mahasiswa lain.	27 (21.1%)	17 (13.3%)	14 (10.9%)	4 (3.1%)	2 (1.6%)
7	Tidak mampu menjawab pertanyaan dari dosen.	3 (2.3%)	20 (15.6%)	22 (17.2%)	13 (10.2%)	6 (4.7%)
8	Kurangnya motivasi belajar.	7 (5.5%)	16 (12.5%)	21 (16.4%)	12 (9.4%)	8 (6.3%)
9	Mendapat perlakuan yang tidak baik dari dosen secara verbal dan fisik.	16 (12.5%)	10 (7.8%)	13 (10.2%)	17 (13.3%)	8 (6.3%)
10	Hasil kerja yang tidak dihargai.	7 (5.5%)	17 (13.3%)	18 (14.1%)	15 (11.7%)	7 (5.5%)
11	Kurang waktu dengan keluarga dan teman-teman.	4 (3.1%)	22 (17.2%)	21 (16.4%)	9 (7%)	8 (6.3%)
12	Merasa kurang kompeten.	3 (2.3%)	20 (15.6%)	22 (17.2%)	11 (8.6%)	8 (6.3%)
13	Tugas yang tidak sesuai.	2 (1.6%)	20 (15.6%)	25 (19.5%)	12 (9.4%)	5 (3.9%)
14	Materi perkuliahan kurang tersedia.	5 (3.9%)	16 (12.5%)	25 (19.5%)	11 (8.6%)	7 (5.5%)
15	Kurangnya bimbingan dari dosen.	5 (3.9%)	18 (14.1%)	26 (20.3%)	11 (8.6%)	4 (3.1%)
16	Konflik dengan dosen.	11 (8.6%)	4 (3.1%)	17 (13.3%)	17 (13.3%)	15 (11.7%)
17	Menjadi beban tanggung jawab keluarga.	7 (5.5%)	14 (10.9%)	20 (15.6%)	11 (8.6%)	12 (9.4%)

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
18	Jarang mengulang kembali materi yang sudah diberikan.	8 (6.3%)	20 (15.6%)	22 (17.2%)	10 (7.8%)	4 (3.1%)
19	Ketinggalan Materi.	2 (1.6%)	9 (7%)	24 (18.8%)	19 (14.8%)	10 (7.8%)
20	Dituntut untuk menjadi yang terbaik.	8 (6.3%)	8 (6.3%)	22 (17.2%)	10 (7.8%)	16 (12.5%)
21	Pekerjaan yang sering diganggu.	6 (4.7%)	16 (12.5%)	24 (18.8%)	12 (9.4%)	6 (4.7%)
22	Beban yang terlalu berat.	5 (3.9%)	10 (7.8%)	24 (18.8%)	11 (8.6%)	14 (10.9%)
23	Tidak berminat belajar ilmu kedokteran.	29 (22.7%)	13 (10.2%)	14 (10.9%)	5 (3.2%)	3 (2.3%)
24	Tidak mendapatkan feedback dari dosen.	12 (9.4%)	18 (14.1%)	28 (21.9%)	5 (3.9%)	1 (0.8%)
25	Kemauan orang tua agar masuk Kedokteran.	44 (34.4%)	7 (5.5%)	9 (7%)	3 (2.3%)	1 (0.8%)
26	Partisipasi dalam presentasi tugas.	21 (16.4%)	24 (18.8%)	13 (10.2%)	5 (3.9%)	1 (0.8%)
27	Kurangnya latihan keterampilan klinik.	6 (4.7%)	13 (10.2%)	27 (21.1%)	12 (9.4%)	6 (4.7%)
28	Gangguan fisik atau verbal dari teman kelas.	22 (17.2%)	17 (13.3%)	18 (14.1%)	3 (2.3%)	4 (3.1%)
29	Merasa tidak puas dengan hasil studi.	2 (1.6%)	17 (13.3%)	30 (23.4%)	10 (7.8%)	5 (3.9%)
30	Kurangnya waktu untuk revisi.	1 (0.8%)	18 (14.1%)	26 (20.3%)	14 (10.9%)	5 (3.9%)
31	Kurangnya waktu pribadi untuk diri sendiri.	8 (6.3%)	19 (14.8%)	22 (17.2%)	6 (4.7%)	9 (7%)
32	Konflik dengan para karyawan.	25 (19.5%)	15 (11.7%)	17 (13.3%)	6 (4.7%)	1 (0.8%)
33	Merasa kurang mampu dalam berdiskusi.	12 (9.4%)	25 (19.5%)	12 (9.4%)	8 (6.3%)	7 (5.5%)
34	Harus mengerjakan sesuatu dengan sempurna (dipaksa orang lain).	15 (11.7%)	15 (11.7%)	14 (10.9%)	11 (8.6%)	9 (7%)
35	Gangguan fisik atau verbal dari karyawan.	24 (18.8%)	16 (12.5%)	13 (10.2%)	8 (6.3%)	3 (2.3%)
36	Pekerjaan yang menggunakan komputer.	22 (17.2%)	20 (15.6%)	17 (13.3%)	3 (2.3%)	2 (1.6%)
37	Tidak dapat menjawab pertanyaan dari pasien.	6 (4.7%)	16 (12.5%)	18 (14.1%)	14 (10.9%)	10 (7.8%)

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
38	Mengambil bagian dalam diskusi kelas.	20 (15.6%)	27 (21.1%)	11 (8.6%)	3 (2.3%)	3 (2.3%)
39	Menghadapi sakit atau kematian pasien.	9 (7%)	10 (7.8%)	22 (17.2%)	12 (9.4%)	11 (8.6%)
40	Sistem kuota ujian.	6 (4.7%)	15 (11.7%)	26 (20.3%)	10 (7.8%)	7 (5.5%)

Sumber: data primer diolah dengan SPSS versi 22.

Keterangan: T = tidak menimbulkan stres; S = sedikit menimbulkan stres; C = cukup menimbulkan stres; B = banyak menimbulkan stres; SB = sangat banyak menimbulkan stres.

Faktor pemicu stres pada mahasiswa tahun pertama yaitu mendapat nilai jelek dan dituntut untuk menjadi yang terbaik sangat banyak menimbulkan stres (masing-masing 12,5%). Ketinggalan materi merupakan faktor yang banyak menimbulkan stres (14,8%). Faktor yang cukup banyak menimbulkan stres adalah merasa tidak puas dengan hasil studi (23,4%), dan faktor yang sedikit menimbulkan stres adalah mengambil bagian dalam diskusi kelas (21,1%).

**Tabel 5.5. Faktor Pemicu Stres Pada Mahasiswa Tahun Terakhir.**

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
1	Tes-tes ujian.	4 (3.1%)	13 (10.2%)	32 (25%)	13 (10.2%)	2 (1.6%)
2	Sulit memahami materi perkuliahan.	0	15 (11.7%)	28 (21.9%)	19 (14.8%)	2 (1.6%)
3	Terialu banyak materi yang harus dipelajari.	2 (1.6%)	14 (10.9%)	18 (14.1%)	28 (21.9%)	2 (1.6%)
4	Mendapatkan nilai yang jelek.	0	12 (9.4%)	11 (8.6%)	19 (14.8%)	22 (17.2%)
5	Persaingan dalam pembelajaran.	16 (12.5%)	16 (12.5%)	29 (22.7%)	2 (1.6%)	1 (0.8%)
6	Masalah dengan mahasiswa lain.	23 (18%)	24 (18.8%)	10 (7.8%)	3 (2.3%)	4 (3.1%)

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
7	Tidak mampu menjawab pertanyaan dari dosen.	7 (5.5%)	29 (22.7%)	20 (15.6%)	4 (3.1%)	4 (3.1%)
8	Kurangnya motivasi belajar.	5 (3.9%)	12 (9.4%)	23 (18%)	16 (12.5%)	8 (6.3%)
9	Mendapat perlakuan yang tidak baik dari dosen secara verbal dan fisik.	14 (10.9%)	15 (11.7%)	17 (13.3%)	13 (10.2%)	5 (3.9%)
10	Hasil kerja yang tidak dihargai.	7 (5.5%)	17 (13.3%)	23 (18%)	13 (10.2%)	4 (3.1%)
11	Kurang waktu dengan keluarga dan teman-teman.	9 (7%)	20 (15.6%)	20 (15.6%)	7 (5.5%)	8 (6.3%)
12	Merasa kurang kompeten.	5 (3.9%)	17 (13.3%)	24 (18.8%)	13 (10.2%)	5 (3.9%)
13	Tugas yang tidak sesuai.	6 (4.7%)	17 (13.3%)	30 (23.4%)	7 (5.5%)	4 (3.1%)
14	Materi perkuliahan kurang tersedia.	5 (3.9%)	18 (14.1%)	21 (16.4%)	16 (12.5%)	4 (3.1%)
15	Kurangnya bimbingan dari dosen.	3 (2.3%)	21 (16.4%)	23 (18%)	13 (10.2%)	4 (3.1%)
16	Konflik dengan dosen.	8 (6.3%)	10 (7.8%)	14 (10.9%)	20 (15.6%)	12 (9.4%)
17	Menjadi beban tanggung jawab keluarga.	4 (3.1%)	16 (12.5%)	19 (14.8%)	13 (10.2%)	12 (9.4%)
18	Jarang mengulang kembali materi yang sudah diberikan.	7 (5.5%)	18 (14.1%)	19 (14.8%)	16 (12.5%)	4 (3.1%)
19	Ketinggalan Materi.	2 (1.6%)	16 (12.5%)	19 (14.8%)	18 (14.1%)	9 (7%)
20	Dituntut untuk menjadi yang terbaik.	7 (5.5%)	14 (10.9%)	16 (12.5%)	16 (12.5%)	11 (8.6%)
21	Pekerjaan yang sering diganggu.	7 (5.5%)	21 (16.4%)	25 (19.5%)	6 (4.7%)	5 (3.9%)
22	Beban yang terlalu berat.	2 (1.6%)	11 (8.6%)	31 (24.2%)	13 (10.2%)	7 (5.5%)
23	Tidak berminat belajar ilmu kedokteran.	28 (21.9%)	18 (14.1%)	13 (10.2%)	2 (1.6%)	3 (2.3%)
24	Tidak mendapatkan feedback dari dosen.	13 (10.2%)	27 (21.1%)	19 (14.8%)	5 (3.9%)	0
25	Kemauan orang tua agar masuk Kedokteran.	39 (30.5%)	9 (7%)	10 (7.8%)	4 (3.1%)	2 (1.6%)

No	Pernyataan	T	S	C	B	SB
26	Partisipasi dalam presentasi tugas.	14 (10.9%)	26 (20.3%)	23 (18%)	1 (0.8%)	0
27	Kurangnya latihan keterampilan klinik.	1 (0.8%)	19 (14.8%)	31 (24.2%)	10 (7.8%)	3 (2.3%)
28	Gangguan fisik atau verbal dari teman kelas.	20 (15.6%)	23 (18%)	13 (10.2%)	4 (3.1%)	4 (3.1%)
29	Merasa tidak puas dengan hasil studi.	5 (3.9%)	16 (12.5%)	23 (18%)	16 (12.5%)	4 (3.1%)
30	Kurangnya waktu untuk revisi.	2 (1.6%)	24 (18.8%)	25 (19.5%)	10 (7.8%)	3 (2.3%)
31	Kurangnya waktu pribadi untuk diri sendiri.	8 (6.3%)	13 (10.2%)	21 (16.4%)	14 (10.9%)	8 (6.3%)
32	Konflik dengan para karyawan.	24 (18.8%)	18 (14.1%)	16 (12.5%)	5 (3.9%)	1 (0.8%)
33	Merasa kurang mampu dalam berdiskusi.	9 (7%)	24 (18.8%)	25 (19.5%)	2 (1.6%)	4 (3.1%)
34	Harus mengerjakan sesuatu dengan sempurna (dipaksa orang lain).	9 (7%)	23 (18%)	16 (12.5%)	12 (9.4%)	4 (3.1%)
35	Gangguan fisik atau verbal dari karyawan.	24 (18.8%)	21 (16.4%)	12 (9.4%)	6 (4.7%)	1 (0.8%)
36	Pekerjaan yang menggunakan komputer.	26 (20.3%)	23 (18%)	14 (10.9%)	0	1 (0.8%)
37	Tidak dapat menjawab pertanyaan dari pasien.	7 (5.5%)	17 (13.3%)	20 (15.6%)	11 (8.6%)	9 (7%)
38	Mengambil bagian dalam diskusi kelas.	20 (15.6%)	23 (18%)	21 (16.4%)	0	0
39	Menghadapi sakit atau kematian pasien.	9 (7%)	7 (5.5%)	24 (18.8%)	16 (12.5%)	8 (6.3%)
40	Sistem kuota ujian.	11 (8.6%)	15 (11.7%)	19 (14.8%)	10 (7.8%)	9 (7%)

Sumber: data primer diolah dengan SPSS versi 22.

Keterangan: T = tidak menimbulkan stres; S = sedikit menimbulkan stres; C = cukup menimbulkan stres; B = banyak menimbulkan stres; SB = sangat banyak menimbulkan stres.

Faktor yang sangat banyak menimbulkan stres adalah mendapat nilai jelek (17,2%), banyak menimbulkan stres yaitu faktor terlalu banyak

materi yang dipelajari (21,9%), tes-tes ujian bagi mahasiswa tahun terakhir cukup banyak menimbulkan stres (25%), dan tidak mampu menjawab pertanyaan dari dosen sedikit menimbulkan stres (22,7%) bagi mahasiswa tahun terakhir.

Pada tabel 5.4 dan tabel 5.5 pernyataan nomor 1 untuk mahasiswa tahun pertama 21.1% lebih banyak menjawab poin 2, sedangkan pada mahasiswa tahun terakhir 25% lebih banyak menjawab poin yang sama dengan mahasiswa tahun pertama. Dapat disimpulkan bahwa tes-tes ujian ini cukup menimbulkan stres pada mahasiswa tahun terakhir dan mahasiswa tahun pertama.

Pada pernyataan nomor 2 untuk mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir memiliki hasil yang sama yaitu 21.9% pada poin 2, yang artinya bahwa untuk kesulitan memahami materi perkuliahan cukup menimbulkan stres pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 3 mahasiswa tahun pertama 14.8% menjawab poin 2 sedangkan 21.9% yang menjawab poin 3 pada mahasiswa tahun terakhir. Dari pernyataan di atas disimpulkan bahwa terlalu banyak materi yang harus dipelajari cukup menimbulkan stres pada mahasiswa tahun pertama dan sangat menimbulkan stres untuk mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 4 mahasiswa tahun pertama 15.6% yang menjawab poin 2, sedangkan mahasiswa tahun terakhir 17.2% yang

menjawab poin 4 yang artinya mendapatkan nilai jelek cukup menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama, dan sangat banyak menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun terakhir.

Pernyataan nomor 5 pada mahasiswa tahun pertama menjawab poin 1 sebanyak 18% sedangkan pada mahasiswa tahun terakhir menjawab poin 2 sebanyak 22.7%. Berdasarkan data tersebut disimpulkan persaingan dalam pembelajaran bagi mahasiswa tahun terakhir cukup menimbulkan stres dibandingkan dengan mahasiswa tahun pertama.

Pada pernyataan nomor 6 mahasiswa tahun pertama 21.1% menjawab poin 0, sedangkan pada mahasiswa tahun terakhir menjawab poin 1 dengan nilai 18.8%. Berdasarkan data diatas disimpulkan masalah dengan mahasiswa lain sedikit menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun terakhir daripada mahasiswa tahun pertama.

Pernyataan nomor 7 mahasiswa tahun pertama menjawab poin 2 sebesar 17.2% sedangkan pada mahasiswa tahun terakhir menjawab poin 1 sebesar 22.7%. Dari data diatas disimpulkan bahwa tidak mampu menjawab pertanyaan dosen cukup menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dibandingkan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 8 mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama yaitu poin 2 dan didapatkan hasil sebesar 16.4% mahasiswa tahun pertama, sedangkan pada mahasiswa tahun terakhir mendapatkan hasil lebih tinggi yaitu 18%. Dapat

menimbulkan stres dan sangat menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 17 mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama yaitu poin 2 dengan hasil 15.6% pada mahasiswa tahun pertama sedangkan 14.8% pada mahasiswa tahun terakhir. Dari data tersebut disimpulkan bahwa menjadi beban tanggung jawab keluarga cukup menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama, dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 18 mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama yaitu poin 2 dengan hasil 17.2% pada mahasiswa tahun pertama sedangkan 14.8% pada mahasiswa tahun terakhir Berdasarkan data tersebut disimpulkan bahwa jarang mengulang kembali materi yang sudah diberikan cukup menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 19 mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama yaitu poin 2 dengan hasil 18.8% pada mahasiswa tahun pertama sedangkan 14.8% pada mahasiswa tahun terakhir Berdasarkan data diatas disimpulkan bahwa ketinggalan materi cukup menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 20 mahasiswa tahun pertama menjawab poin 2 sebanyak 17.2%, sedangkan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin 2 dan poin 3 yang memiliki hasil yang sama yaitu 12.5%. Berdasarkan

21.1% yang artinya tidak mendapat feedback dari dosen cukup menimbulkan stres pada mahasiswa tahun pertama dan sedikit menimbulkan stres pada mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 25, mahasiswa tahun pertama menjawab poin 0 sebanyak 34.4%, dan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama dengan nilai 30.5%. Berdasarkan data tersebut disimpulkan bahwa kemauan orang tua agar masuk kedokteran tidak menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pernyataan nomor 26 mahasiswa tahun pertama menjawab poin 1 sebanyak 18.8%, sedangkan mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama dengan nilai lebih tinggi yaitu 20.3% yang artinya partisipasi dalam presentasi tugas sedikit menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pernyataan nomor 27 mahasiswa tahun pertama 21.1% menjawab poin 2, mahasiswa tahun terakhir menjawab poin yang sama dengan nilai yang lebih tinggi yaitu 24.2%. Berdasarkan data tersebut disimpulkan bahwa kurangnya latihan keterampilan klinik cukup menimbulkan stres pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir.

Pada pernyataan nomor 28 mahasiswa tahun pertama 17.2% menjawab poin 0, sedangkan mahasiswa tahun terakhir 18% menjawab poin 1. Artinya bahwa gangguan fisik atau verbal dari teman kelas tidak menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun pertama dan sedikit menimbulkan stres bagi mahasiswa tahun terakhir.

## BAB VI

### PEMBAHASAN

#### A. Pembahasan

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar mengalami stres ringan sebanyak (3,9%), stres sedang (16,4%), dan stres berat sebanyak (14,1%). Sementara itu diperoleh hasil mahasiswa tahun terakhir di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar mengalami stres ringan sebanyak (7,8%), stres sedang sebanyak (27,3%) dan stres berat sebanyak (10,2%).

Hasil tabulasi silang pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir lebih cenderung mengalami tingkat stres sedang dengan total hasil 43,7%. Mahasiswa tahun pertama mengalami stres sedang dengan hasil 16,4% dan mahasiswa tahun terakhir lebih tinggi yaitu 27,3%. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar (nilai  $p = 0,004$ ;  $p < 0,05$ ).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nabila (2018) di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan desain *cross sectional* yang melibatkan 312 orang. Penelitian tersebut bertujuan untuk membandingkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I, II, dan III di Fakultas Kedokteran

menggunakan subjek penelitian mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua. Penelitian ini dengan penelitian Amalia dapat dibandingkan secara langsung karena menggunakan instrumen penelitian yang sama, yaitu kuesioner MSSQ.

Penelitian lain juga menunjukkan hasil yang sama yaitu penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2014) di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Penelitian dengan desain *cross sectional* yang melibatkan 184 orang mahasiswa tersebut bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian tersebut adalah *Perceived Stress Scale (PSS-10)*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tahun pertama (71,7%) dan tahun kedua (77,2%) mengalami stres sedang. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan tingkat stres yang bermakna antara kedua kelompok tersebut.<sup>2</sup> Penelitian ini menggunakan subjek penelitian mahasiswa tahun pertama dan tahun terakhir, sementara penelitian Maulana menggunakan subjek penelitian mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua. Penelitian ini dengan penelitian Maulana juga memiliki perbedaan dalam instrumen penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan kuesioner MSSQ, sementara penelitian Maulana menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)*, sehingga hasil tingkat stres yang didapatkan juga akan berbeda.

Terjemahannya : “sesungguhnya telah ada dalam diri Rasulullah itu contoh tauladan yang baik bagimu, yaitu bagi orang-orang yang mengharap Rahmat Allah SWT.”<sup>43</sup> Dalam Al-Qur’an dinyatakan dalam surah Al Baqarah ayat 110 :

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Terjemahannya: “Dan dirikanlah shalat dan tunaikanlah zakat. Dan kebaikan apa saja yang kamu usahakan bagi dirimu, tentu kamu akan mendapat pahalanya pada sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Melihat apa-apa yang kamu kerjakan.”

Keseluruhan surat di atas menunjukkan bagaimana Islam mengajarkan umatnya dalam menghadapi stres. Secara garis besar ada tiga hal yang penting diperhatikan dalam menghadapi stres, yaitu hubungan dengan Allah, pengaturan perilaku, dan dukungan sosial. Ajaran Islam memandang bahwa tidak ada yang paling penting, selain Allah. Segala sesuatu juga bersumber dari Allah. Allah Maha besar, Maha kuasa dan Maha penyayang memiliki sumber daya yang tidak terbatas untuk mengatasi segala masalah manusia. Manusia wajib berusaha dan bersabar dengan malakukan manajemen waktu yang baik, namun segalanya dilakukan dengan pengharapan terhadap Allah. Allahlah yang akan menentukan hasilnya, sesuai dengan apa yang diupayakan manusia. Manusia menyadari dan berusaha memperbaiki kesalahannya, dengan memohon ampunan dan pertolongan Allah. Selain itu, hubungan antar sesama manusia juga penting sebagai dukungan sosial dalam mengatasi segala masalah, terutama

berzikir kepada Allah, melainkan mereka dinaungi oleh para malaikat, diliputi oleh rahmat, turun kepada mereka ketenangan dan Allah SWT menyebut-nyebut mereka di hadapan para malaikat (di langit).” (HR. Muslim) <sup>44</sup>

Rasulullah SAW., selalu membaca doa yang penuh dengan makna dan mencakupi tiga hal yaitu: meminta kenikmatan duniawi dan akhirat, dan meminta agar dibebaskan dari panasnya api neraka. Doa sapu jagat ini merupakan potongan ayat pada QS. Al-baqarah ayat 201 sebagai berikut:

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Terjemahannya: “Tuhan kami, berikan kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat. Lindungilah kami dari siksa neraka.”

Doa diatas merupakan doa untun meminta kebaikan duniawi, sebagaimana yang dimaksud yaitu nikmat yang sehat, diberikan rezeki yang luas, pujian yang baik serta kebaikan-kebaikan lainnya. Kemudian meminta kebaikan akhirat sebagaimana yang dimaksud yaitu di bebaskan dari rasa takut, gelisah, khawatir, di bebaskan dari siksa api neraka, dan dimudahkan dalam perhitungan amalan di akhirat nanti. <sup>45,46</sup>

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama adalah tingkat stres sedang (16,4%), dan stres berat (14,1%).
2. Tingkat stres pada mahasiswa tahun terakhir adalah tingkat stres sedang (27,3%), dan stres berat (10,2%).
3. Pada mahasiswa tahun pertama faktor yang sangat banyak menimbulkan stres yaitu mendapat nilai jelek dan dituntut menjadi yang terbaik (12,5%).
4. Pada mahasiswa tahun terakhir faktor yang sangat banyak menimbulkan stres yaitu mendapat nilai jelek (17,5%).
5. Tingkat stres mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar yang terbanyak adalah stres sedang dengan total 43,8%.
6. Faktor stres terbanyak pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir termasuk dalam faktor stres akademik.
7. Terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun terakhir di Fakultas Universitas Muhammadiyah Makassar.

## **B. Saran**

1. Bagi peneliti selanjutnya agar menggunakan desain penelitian lain yang lebih tepat untuk mengetahui hubungan sebab-akibat antar variabel.
2. Bagi institusi terkait, melakukan bimbingan konseling sebagai tempat bimbingan bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah sehingga dapat mengurangi tingkat stres yang terjadi pada mahasiswa.
3. Bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar agar memperbaiki kemampuan manajemen stres yang dimilikinya.

## **C. Keterbatasan Peneliti**

Peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini. Keterbatasan penelitian tersebut antara lain adalah sebagai berikut :

1. Variabel yang diteliti terbatas karena adanya pandemic COVID19, sehingga jumlah sampel kurang.
2. Adanya keterbatasan waktu dikarenakan jadwal penelitian bersamaan dengan jadwal kuliah, sehingga peneliti mengalami kesulitan untuk mengatur jadwal.
3. Adanya keterbatasan komunikasi antara sampel dan peneliti yang mengakibatkan kuesioner terlambat dikembalikan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Musradinur. Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *J Edukasi J Bimbing Konseling*. 2016;2(2):183.
2. Maulana Zf. Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama Dan Tahun Kedua Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*. 2014;3(4):154–62.
3. Rahmayani Rd, Liza Rg, Syah Na. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *J Kesehat Andalas*. 2019;8(1):103.
4. Wahyudi R, Bebasari E, Nazriati E. Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Jik*. 2015;9(2):107–13.
5. Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O, Nisa K. Differences In Stress Level Between First Year And Last Year Medical Students In Medical Faculty Of Lampung. *J Major*. 2015;4:50–6.
6. Agung G Bm. Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Penelit Psikol*. 2013;1(2):1–5.
7. Hastuti R Aa. Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Stikes Muhammadiyah Klaten. *Media Meneliti*. 2015;10:25–35.
8. Pramudhita A. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Menghadapi

Skripsi Di Stikes ' Aisyiyah. Ilmu Keperawatan Sekol Tinggi Ilmu Kesehat  
'Aisyiyah Yogyakarta 2013. 2013;1-10.

9. Agusmar Ay, Vani At, Wahyuni S. Perbandingan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Heal Med J*. 2019;1(2):34-8.
10. Rena S. Mekanisme Respon Stres: Konseptualisasi Integrasi Islam Dan Barat. *Psikis J Psikol Islam*. 2019;5(1):48-61.
11. Islam P. Kompensasi Beban Dalam Perspektif Psikologi Islam. *Tadrib J Pendidik Agama Islam*. 2017;2(1):96-122.
12. Lumban Gaol Nt. Teori Stres: Stimulus, Respons, Dan Transaksional. *Bul Psikol*. 2016;24(1):1.
13. Amiruddin. Analisis Faktor - Faktor Penyebab Tingkat Kejadian Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2015. Skripsi. 2017;1-114.
14. Lukaningsih ZI, Bandiyah, Siti KI. Psikologi Kesehatan. *J Public Health (Bangkok)*. Yogyakarta. 2017;2(2):1-7.
15. Kawuryan F. Identifikasi Stresor Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Semin Nas Educ Wellbeing*. 2015;173-89.
16. Eunike R. Rustiana Whc. Stres Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping. *Kesmas - J Kesehatan Masyarakat*. 2012;7(2):149-55.
17. Atziza R. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stres Dalam Pendidikan Kedokteran *Factors Influence Stress Incidence In Medical School*. *J Agromed Unila*. 2015;2(3):1-4.

18. Musabiq S, Karimah I. Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight J Ilmu Psikologi*. 2018;20(2):74.
19. Shanty Wardana M, Krisna Dinata I. Tingkat Stres Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester Di Sman 4 Denpasar. *E-Jurnal Med Udayana*. 2016;5(9):5–8.
20. Puspitha Fc. Hubungan Stres Terhadap Minotivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. 2017;1–14.
21. Wahyudi R, Nazriati, E, Bebasari E, Pathmanathan, Vilaseeni V, Dr. Mhsk, Marbun, Agnes Putri, Et Al. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Program Transfer Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi. 2017;1(1):446–59.
22. Rinawati F, Sucipto S. Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa. *J Keperawatan Jiwa*. 2019;7(1):95.
23. Nuzulawati Mt. Hubungan Antara Kepribadian Tipe A Dengan Stres Kerja Pada Guru Smk Abstrak. *J Proyeksi*. 2016;11(1):15–23.
24. Megawanti D, Sukarlan A, Turnip S. Sifat Kepribadian Dan Stres Psikologis Pada Mahasiswa Universitas Indonesia. *J Ilm Psikol Gunadarma*. 2011;5(2):9.
25. Sukadiyanto. Stress Dan Cara Mengatasinya. *Cakrawala Pendidik*. 2013;29(1):55–66.
26. Luthfi M & Maliki. Bimbingan Konseling Berbasis Qur'ani Dalam Mengentaskan. 2017;6(2):111–29.
27. Labola Ya, Kristen U, Wacana S. Dampak Stres Terhadap Individu Dan

Organisasi Serta Pengelolaannya. 2018; (February).

28. Dika Christyanti, Dewi Mustami'ah Sw. Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *Penyesuaian Diri*. 2012;12(03):153–9.
29. Sutjiato M, Tueunan Gdk, Maulina B, Sari Dr. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jikmu*. 2015;4(1):1.
30. Dyrbye Ln, Thomas Mr, Shanafelt Td. Medical Student Distress: Causes, Consequences, And Proposed Solutions. *Mayo Clin Proc*. 2011;80(12):1613–22.
31. Barseli M, Ifdil I. Konsep Stres Akademik Siswa. *J Konseling Dan Pendidik*. 2017;5(3):143.
32. Package Cs, Tool Ca, Saiful M, Yusoff B, Sains U. *Dream Instrument*. 2016;67(3).
33. Saiful M, Yusoff B, Sains U. *Medical Student Stressor Questionnaire*. 2016;(August).
34. Gan Gg, Hue Yl. Anxiety, Depression And Quality Of Life Of Medical Students In Malaysia. *Med J Malaysia*. 2019;74(1):57–61.
35. Al-Khani Am, Sarhandi Mi, Zaghoul Ms, Ewid M, Saquib N. A Cross-Sectional Survey On Sleep Quality, Mental Health, And Academic Performance Among Medical Students In Saudi Arabia. *Bmc Res Notes* [Internet]. 2019 Oct 21;12(1):665.

36. Sarafino Ep. Health Psychology: Biopsychosocial Interactions 6th Edition. 6th Ed. Usa: Hoboken N.J: John Wiley And Son, 2012; 2008.
37. Andriyani J. Coping Stress Pada Wanita Karier Yang Berkeluarga. Al-Bayan. 2014;21:1–10.
38. Hanifah N, Psikologi Ps, Kedokteran F, Andalas U, Lutfia H, Psikologi Ps, Et Al. Strategi Coping Stress Saat Kuliah Daring Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas. J Psikol Tabularasa. 2020;15(1):29–43.
39. Adryana Nc, Apriliana E, Oktaria D, Kedokteran F, Lampung U, Dokter Bp, Et Al. Perbandingan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat I, Ii Dan Iii Fakultas Kedokteran Universitas Lampung A Comparative Study Of Stress Level In The First, Second, And Third Year Students Of Medical Faculty Of University Of Lampung. Majority. 2020;9:142–9.
40. Agieska Amallia. Perbedaan Skor Stres Tahun Pertama Dan Tahun Kedua Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Skripsi. 2018;
41. Ariyani M. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Pada Tahun Pertama Dan Tahun Ketiga Di Universitas Muhammadiyah Malang. Malang; 2011 Nov.
42. Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O. Differences In Stress Level Between First Year And Last Year Medical Students In Medical Faculty Of Lampung University. Med J Lampung Univ. 2015 Jan;4(4):50.
43. Abidin Z. Ketika Stress Beraksi Islam Punya Solusi. Komunika J Dakwah Dan Komun. 2012;3(1):148–66.

44. Islam U, Raden N, Palembang F. Stres Menghadapi Musibah Perspektif Islam Ditinjau Dari Adversity Quotient Di Panti Asuhan Di Kecamatan Plaju Palembang. *Intizar*. 2016;20(2):285–302.
45. Yunus A, Noor M, Safe Sn. Pengurusan Stress Menurut Al-Qur'an Dan Hadith. *J Al-Hikmah*. 2016;8(1):3–18.
46. Yakin H. Manajemen Pendidikan Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Edukasi J Penelit Pendidik Agama Dan Keagamaan*. 2017;1(1).



Lampiran 1. *Informed Consent*

***Informed Consent***

Saya yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama :

Umur :

Jenis kelamin : Laki-laki / Perempuan \*coret yang tidak perlu

No. Telp

Angkatan :

Setelah mendengar penjelasan tentang penelitian ini, saya bersedia mengikuti prosedur penelitian ini dengan mengisi kuesioner secara lengkap, setuju memberikan data untuk dipergunakan dalam penelitian ini, serta setuju akan publikasi hasil penelitian ini dengan tanpa menyebutkan identitas saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dipergunakan dengan semestinya.

Makassar, ..... 2020

Responden

Peneliti

(Responden)

(Aulia Sabrina Ramadhanty)

Lampiran 2. Kuesioner MSSQ (*Medical Student Stressor Questionnaire*)

Pertanyaan di dalam kuesioner ini menanyakan keadaan mana yang dapat menyebabkan stres pada Anda. Bacalah dengan cermat, kemudian berikan centang (✓) pada salah satu angka yang menurut anda sesuai dengan keadaan/situasi tersebut. Untuk pertanyaan yang ditandai (\*), jika anda belum pada tahap klinik (koas) bayangkan keadaan/situasi tersebut. Terdapat 0-4 jawaban untuk setiap pertanyaan, yaitu:

- 0 : Tidak menimbulkan stres
- 1 : Sedikit menimbulkan stres
- 2 : Cukup menimbulkan stres
- 3 : Sangat menimbulkan stres
- 4 : Sangat banyak menimbulkan stres

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Tes-tes ujian.					
2	Sulit memahami materi perkuliahan					
3	Terlalu banyak materi yang harus dipelajari.					
4	Mendapatkan nilai yang jelek.					
5	Persaingan dalam pembelajaran.					
6	Masalah dengan mahasiswa lain.					
7	Tidak mampu menjawab pertanyaan dari dosen.					
8	Kurangnya motivasi belajar.					
9	Mendapat perlakuan yang tidak baik dari dosen secara verbal dan fisik.					

10	Hasil kerja yang tidak dihargai.						
11	Kurang waktu dengan keluarga dan teman-teman						
12	Merasa kurang kompeten						
13	Tugas yang tidak sesuai						
14	Materi perkuliahan kurang tersedia						
15	Kurangnya bimbingan dari dosen						
16	Konflik dengan dosen						
17	Menjadi beban tanggung jawab keluarga						
18	Jarang mengulang kembali materi yang sudah diberikan.						
19	Ketinggalan materi						
20	Dituntut untuk menjadi yang terbaik						
21	Pekerjaan yang sering diganggu						
22	Beban yang terlalu berat.						
23	Tidak berminat belajar ilmu kedokteran						
24	Tidak mendapatkan feedback dari dosen						
25	Kemauan orang tua agar masuk Kedokteran						
26	Partisipasi dalam presentasi tugas.						
27	Kurangnya latihan keterampilan klinik						
28	Gangguan fisik atau verbal dari teman kelas						
29	Merasa tidak puas dengan hasil studi.						
30	Kurangnya waktu untuk revisi.						
31	Kurangnya waktu pribadi untuk diri sendiri.						
32	Konflik dengan para karyawan.						

33	Merasa kurang mampu dalam berdiskusi.					
34	Harus mengerjakan sesuatu dengan sempurna (dipaksa orang lain).					
35	Gangguan fisik atau verbal dari karyawan.					
36	Pekerjaan yang menggunakan komputer.					
37	Tidak dapat menjawab pertanyaan dari pasien. (*)					
38	Mengambil bagian dalam diskusi kelas.					
39	Menghadapi sakit atau kematian pasien. (*)					
40	Sistem kuota ujian.					

Keterangan :

**Secara Verbal** : Berbicara kasar, menghina, dan secara tidak adil

**Secara Fisik** : Perlakuan yang merugikan, melukai, memukul atau menyakitkan



Lampiran 3. Hasil Penelitian.

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Angkatan * Tingkat Stres	12	94.1%	8	5.9%	136	100.0%

**Angkatan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tahun Pertama	64	50.0	50.0	50.0
Valid Tahun Terakhir	64	50.0	50.0	100.0
Total	128	100.0	100.0	

**Gender**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	32	25.0	25.0	25.0
Valid Perempuan	96	75.0	75.0	100.0
Total	128	100.0	100.0	

**Angkatan \* Stres Crosstabulation**

			Stres				Total
			Stres ringan	Stres sedang	Stres berat	Stres sangat berat	
Angkatan	Tahun Pertama	Count	5	21	18	20	64
		% of Total	3.9%	16.4%	14.1%	15.6%	50.0%
	Tahun Terakhir	Count	10	35	13	6	64
		% of Total	7.8%	27.3%	10.2%	4.7%	50.0%
Total		Count	15	71	39	2	128
		% of Total	11.7%	55.5%	30.5%	1.6%	100.0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.512 <sup>a</sup>	3	.004
Likelihood Ratio	13.999	3	.003
N of Valid Cases	128		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.50.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.950	40



Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEDOKTERAN & ILMU KESEHATAN

Alamat: Jl. Sultan Alauddin No. 29 Dp. (M1) - 40119, Km. 022 Aca, (M2) - 40121, Makassar, Sulawesi Selatan

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Nomor: 265/05/A 6-III/IX/42/2020 Makassar, 05 Safar 1442 H  
Lamp: - 22 September 2020 M  
Hal: Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth:  
Ketua LP3M Unismuh Makassar  
di -  
Makassar

Assalamu Alaikum Dr. Wk.

Semoga segala aktivitas kesehatan kita bernilai ibadah di sisi Allah SWT. Atas  
Sehubungan dengan pelaksanaan pelaksanaan penelitian dalam rangka penyelesaian  
studi Pendidikan Dokter mahasiswa atas

Nama: Aulia Sabina Ramadhanty  
Tempat/Tanggal Lahir: Ambon, 21 Desember 1998  
Stambuk: 105421111317  
Program Studi: Pendidikan Kedokteran  
Tempat Penelbait: Fakultas Kedokteran Unismuh  
Judul: Perbedaan Tingkat Stres antara mahasiswa tahun pertama  
Dan mahasiswa tahun ketiga

Menindaklanjuti hal tersebut di atas, maka kami memohon kepada bapak ketua LP3M  
Unismuh Makassar lainnya berkenan memberikan surat izin dalam rangka pelaksanaan  
kegiatan tersebut

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan  
*insyaallah*

Dekan

Dr. H. Mahmud Ghaznawie, Ph.D., Sp.PA (K)  
NBM : 1283439

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
Jl. Nurul Ummah No. 29, Tj. P. 40172, Telp. (0411) 2019833, Fax. (0411) 2019834, E-mail: [ipk@umh.ac.id](mailto:ipk@umh.ac.id)



Nomor: 1587/05-A.6-II/IX/1442/2020  
Lamp: 1 (satu) rangkap Proposal  
Hal: Izin Penelitian

06 Safar 1442 H  
22 September 2020 M

Kepada Yth.  
Saudara  
No. Stratikub  
Fakultas Prodi  
di  
Kedokteran

**TULIS SABBIS RAMADHAN**  
105201111317

Berikut ini surat Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Nomor: 255/05-A.6-II/IX/1442/2020, tanggal 22 September 2020, memerintahkan bahwa mahasiswa tersebut di atas diberi izin untuk melakukan Penelitian di Universitas Muhammadiyah Makassar dan diizinkan untuk mengajukan permohonan izin penelitian yang berjudul "Perbedaan Tingkat Stress antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Mahasiswa Tahun Ketiga" yang akan dilaksanakan dari tanggal 26 September s.d. 26 November 2020.

Sehubungan dengan hal tersebut, yang bersangkutan akan melaksanakan penelitian. Pengabdian dan pengabdian sesuai ketentuan yang berlaku.

Berikan atas perhatian dan kerعاamannya diucapkan Jazakomillahu Ahsanul Kairam.

Ketua LPP3M,

Dr. Ir. Abubakar Ibrahim, MP  
NBM 1 017 716

Tembusan yth.  
1. Rektor, Unismuh Makassar  
2. Arsip

Lampiran 6. Hasil Uji Plagiarisme.

aulia sabrina ramadhanty - 10542111317

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

Rank	Source	Similarity
1	www.scribd.com Internet Source	3%
2	digilib.unila.ac.id Internet Source	3%
3	text-id.123dok.com Internet Source	3%
4	digilib.admin.unismuh.ac.id Internet Source	3%
5	jurnal.unbrah.ac.id Internet Source	1%
6	jurnal.radenfatah.ac.id Internet Source	1%
7	repository.unissula.ac.id Internet Source	1%
8	adoc.pub Internet Source	1%
9	123dok.com Internet Source	1%

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEDOKTERAN & ILMU KESEHATAN

Jalan: Jl. Sultan Hassanudin No. 259 Telp. (0411) 880193, 880194 Fax. (0411) 880212 Makassar, Sulawesi Selatan

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Nomor : 265/05/A 6-III/X/10/2020 Makassar, 05 Safar 1442 H  
Lamp : - 22 September 2020 M  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth:  
Ketua LP3M Unismuh Makassar  
di -  
Makassar

Assalamu Alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh  
Semoga segala aktivitas keahliannya kita bernilai ibadah sesuai Asah SWT. Amin  
Sehubungan dengan pelaksanaan pelaksanaan penelitian dalam rangka penyelesaian  
studi Pendidikan Dokter mahasiswa atas

Nama : Aulia Sabina Ramadhanty  
Tempat/Tanggal Lahir : Ambon, 21 Desember 1998  
Stambuk : 105421113317  
Program Studi : Pendidikan Kedokteran  
Tempat Penelitian : Fakultas Kedokteran Unismuh  
Judul : Perbedaan Tingkat Stress antara mahasiswa tahun pertama  
Dan mahasiswa tahun ketiga

Merindungkan hal tersebut di atas, maka kami memohon kepada bapak ketua LP3M  
Unismuh Makassar untuk berkenan memberikan surat izin dalam rangka pelaksanaan  
kegiatan tersebut.

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan  
terimakasih. Wassalamu walaillah.

Dekan,

Dr. H. Mahmud Ghaznawie, Ph.D., Sp.PA (K)  
NBM : 1263439

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.

 <b>MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR</b> <small>LEMBAGA PENELITIAN, PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT Jl. Sultan Hassanudin No. 104-104772-10411201044 Makassar 90231 t. 0411-37000000 f. 0411-37000000</small>		
Nomor Lamp Hal	1587/05-A.6-ITX/1442/2020 1 (satu) rangkap Proposal Izin Penelitian	06. Sept 2020 22 September 2020 M.
Kepada Yth. Saudara No. Stambuk Alamat, Prodi dan Tempat	<b>AI LIA SARRINA RAMADHAN</b> : 195 42 11113 17 : kedokteran : Tempe	
<p>22 September 2020</p> <p>Berdasarkan surat 1587/05-A.6-ITX/1442/2020 Universitas Muhammadiyah Makassar Nomor 265/05-A.6-ITX/17/2020 Tanggal 17 September 2020 membolehkan bahwa mahasiswa tersebut di atas diberi izin untuk melakukan penelitian di Universitas Muhammadiyah Makassar dan melakukan penelitian di lingkungan Institut Teknologi dan Industri (ITI) Perbukuan Tingkat Atas untuk Mahasiswa dalam Program dan Mulusnya Tahun kelima.</p> <p>Surat ini dibubuhkan dan tanggal 20 September 2020 September 2020.</p> <p>Surat ini dengan ini dibuat, yang berkekuatan sejak tanggal penandatanganan pengabdiannya. Maksud dari surat ini adalah sebagai berikut:</p> <p>Demikianlah perhatian dan kerjasamanya diucapkan. Jazakallahu khairan khorran khorran.</p> <p>Atas Nama UPT</p>		
		 <b>Dr. Ir. Abubakar Idris, M.P.</b> SHM 1017 715
Terbilang: 1587/05-A.6-ITX/1442/2020		
1. Rektor Universitas Makassar		
2. Arsip		

Lampiran 6. Hasil Uji Plagiarisme.

aulia sabrina ramadhanty - 105421111317

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

www.scribd.com

Internet Source

3%

2

digilib.unma.ac.id

Internet Source

3%

3

text-id.123dok.com

Internet Source

3%

4

digilibadmin.unismuh.ac.id

Internet Source

3%

5

jurnal.unbrah.ac.id

Internet Source

1%

6

jurnal.radenfatah.ac.id

Internet Source

1%

7

repository.unissula.ac.id

Internet Source

1%

8

adoc.pub

Internet Source

1%

9

123dok.com

Internet Source

1%

