

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Nabila Rezqi Alkausari Bahar¹, Irwan Ashari², Dara Ugi Aras³, Dahlan Lamabawa⁴

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, Angkatan 2022/Email: nabilrezqi12@med.unismuh.ac.id, ²Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

"HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA AKADEMIK DENGAN KESEHATAN MENTAL MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR ANGKATAN 2023"

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran dikenal sebagai kelompok yang menghadapi beban kerja akademik sangat tinggi, meliputi jadwal kuliah yang padat, tugas praktikum, dan tuntutan penguasaan materi yang luas. Beban akademik yang berat ini berpotensi menyebabkan gangguan kesehatan mental, seperti peningkatan tingkat stres, kecemasan, hingga depresi. Memahami hubungan antara keduanya sangat penting bagi institusi pendidikan untuk mengembangkan intervensi dukungan kesehatan mental yang tepat bagi mahasiswa. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja akademik dengan kesehatan mental (stres, kecemasan, dan depresi) pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif observasional analitik dengan desain *cross-sectional study*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling* dengan jumlah responden sebanyak 73 mahasiswa. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) untuk mengukur beban akademik dan *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS-21) untuk menilai kesehatan mental. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Likelihood Ratio Chi-Square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami beban akademik kategori sedang (41,1%). Terdapat hubungan yang bermakna secara signifikan antara beban akademik dengan kecemasan ($p = 0,021$), beban akademik dengan stres ($p = 0,014$), serta beban akademik dengan depresi ($p = 0,021$). Semakin berat tingkat beban akademik yang dialami, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan, stres, dan depresi yang dirasakan oleh mahasiswa. **Kesimpulan:** Beban kerja akademik berhubungan signifikan dengan kesehatan mental mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023. Hasil ini menegaskan pentingnya strategi koping yang efektif dan dukungan dari institusi untuk membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik guna menjaga kesejahteraan psikologis mereka.

Kata Kunci: Beban Kerja Akademik, Kesehatan Mental, Mahasiswa Kedokteran, Stres, Kecemasan, Depresi.

FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR

Nabila Rezqi Alqausari Bahar¹, Irwan Ashari², Dara Ugi Aras³, Dahlan Lamabawa⁴

¹Student of Faculty of Medicine and Health Sciences Muhammadiyah University of Makassar, Class of 2022/Email: nabilrezqi12@med.unismuh.ac.id ²Lecturer of Faculty of Medicine and Health Sciences Muhammadiyah University of Makassar, ³Lecturer of Departement of Al-Islam Kemuhammadiyah Faculty of Medicine and Health Sciences Muhammadiyah University of Makassar.

***” THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC WORKLOAD AND MENTAL HEALTH OF
MEDICAL STUDENTS OF MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR, CLASS OF
2023”***

ABSTRAK

Background: Medical students are recognized as a group facing extremely high academic workloads, including demanding lecture schedules, laboratory assignments, and extensive material mastery. This heavy academic burden has the potential to cause mental health disorders, such as increased levels of stress, anxiety, and depression. Understanding the relationship between these factors is crucial for educational institutions to develop appropriate mental health support interventions for students. **Objective:** This study aims to determine the relationship between academic workload and mental health (stress, anxiety, and depression) among medical students at Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2023. **Methods:** This research is a quantitative analytical observational study with a cross-sectional design. The sampling technique used was simple random sampling, with a total of 73 student respondents. Data were collected using the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) to measure academic workload and the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21) to assess mental health. Data analysis was performed using the Likelihood Ratio Chi-Square test. **Results:** The results showed that the majority of respondents experienced a moderate level of academic workload (41.1%). There were significant correlations between academic workload and anxiety ($p = 0.021$), academic workload and stress ($p = 0.014$), and academic workload and depression ($p = 0.021$). The heavier the academic workload, the higher the levels of anxiety, stress, and depression felt by students. **Conclusion:** Academic workload is significantly related to the mental health of medical students at Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2023. These results emphasize the importance of effective coping strategies and institutional support to help students manage academic pressure and maintain their psychological well-being.

Keywords: Academic Workload, Mental Health, Medical Students, Stress, Anxiety, Depression.