



Teaching and Learning Related Stressor merupakan Stressor yang Paling Dominan Terhadap Tingkat Stress dan Distress pada Mahasiswa Kedokteran

Teaching and Learning Related Stressor is The Most Dominant Stressor on Stress and Distress Level in Medical Students

Romadhoni^{1*}, Wazna Rosyidatu Ahsanti², Ratih Widayati³

¹Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

²Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

³Staff Pengajar Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Romadhoni. Email: dr.romadhoni@unimus.ac.id

Article Info

Article History:

Received : 20 Mei 2022

Accepted : 30 Juni 2022

Abstrak

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran tingkat akhir mengalami *stress* dengan persentase sebesar 87,5%. Hal yang menyebabkan *stress* adalah mahasiswa merasa keberatan dengan tugas yang diberikan pada kuliah daring di era *Covid-19*. Tekanan negatif yang seperti ini dapat digolongkan dalam *Academic Related Stressor* (ARS). Mahasiswa kedokteran erat dengan *stressor* lainnya seperti: *Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor* (IRS), *Teaching and Learning Related Stressor* (TLRS), *Social Related Stressor* (SRS), *Drive and Desire Related Stressor* (DRS), *Group Activity Related Stressor* (GARS). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *stressor* dengan skor *distress* pada mahasiswa kedokteran selama pandemi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah mahasiswa kedokteran tahun keempat di salah satu Universitas Swasta di Jawa Tengah. Sampel dipilih dengan metode *consecutive sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* untuk *stressor* dan *Kessler Psychological Distress Scale* untuk tingkat *distress*. Analisis bivariat menggunakan uji *chi square* dan multivariat menggunakan regresi logistik ordinal.

Hasil: Jumlah subjek penelitian adalah sebanyak 85 orang. 75% responden menghadapi ARS sebagai pemicu *stress* sedang. Hampir 75% responden menghadapi variabel IRS, TLRS, SRS, DRS, dan GARS sebagai pemicu *stress* ringan. Hampir 75% mahasiswa tidak mengalami *distress*. Hasil analisis dengan uji *chi square* diperoleh *p value* < 0,05. Analisis multivariat dengan regresi logistik ordinal dengan *p value* terkecil (0,017) yang ada pada variabel TLRS.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara *stress* dengan skor *distress* pada mahasiswa kedokteran selama pandemi. *Stressor* yang paling berpengaruh adalah TLRS.

Kata Kunci:

mahasiswa kedokteran, *stressor*, pandemi

Keywords:

medical student, stressor, pandemic

Abstract

Background: *Final year medical students experience stress with a percentage of 87.5%. The thing that causes stress is that students object to the assignments given in online lectures in the Covid-19 era. Negative pressure like this can be classified as an Academic Related Stressor (ARS). Medical students are closely related to other stressors such as: Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor (IRS), Teaching and Learning Related Stressor (TLRS), Social Related Stressor (SRS), Drive and Desire Related Stressor (DRS), Group Activity Related Stressor (GARS). The purpose of this study was to determine the relationship between stressors and distress scores in medical students during the pandemic.*

Method: This study used a cross-sectional design. Population is fourth year medical students. Sample was selected by consecutive sampling method. Data were collected using the Medical Student Stressor Questionnaire for stressors and the Kessler Psychological Distress Scale for the level of distress. Bivariate analysis using chi square test and multivariate using ordinal logistic regression.

Result: The number of research subjects was 85 people. 75% of respondents faced ARS as a trigger for moderate stress. Almost 75% of respondents faced IRS, TLRS, SRS, DRS, and GARS variables as triggers for mild stress. Almost 75% of students do not experience distress. The results of the analysis with the chi square test obtained p value <0.05 . Multivariate analysis with ordinal logistic regression with the smallest p value (0.017) in the TLRS variable.

Conclusion: There is a correlation between stress and distress scores in medical students during the pandemic. The most influential stressor is TLRS.

PENDAHULUAN

Sekitar 87,5% mahasiswa kedokteran tingkat akhir mengalami *stress*. Tingkat *stress* yang lebih tinggi daripada mahasiswa kedokteran tingkat pertama.¹ Tingkat *distress* pada mahasiswa kedokteran mencapai 41,9% hingga 46,2% yang menunjukkan bahwa hampir separuh mahasiswa kedokteran menghadapi *stress*.² Penyebab terjadinya karena stres yang berkaitan dengan akademik, misalnya seperti mulai berkomunikasi dengan pasien, *medical training*, serta evaluasi dan penilaian yang terus menerus.³ Sementara berdasarkan penelitian di Universitas Telkom dan Sunan Gunung Djati Bandung, didapatkan data bahwa sekitar 59,5% mahasiswa merasa keberatan dengan tugas yang diberikan pada kuliah daring di era covid-19. Hal tersebut berdampak dalam peningkatan *stress* mahasiswa dengan persentase yang cukup besar yaitu 60%.⁴

Stress adalah respon dari suatu ancaman dari luar individu yang menyebabkan efek merugikan baik terhadap psikologis dan atau fisik.⁵ *Stressor* atau pemicu stress secara umum adalah suatu kondisi atau keadaan, individu, dan situasi objek yang dapat memicu stress.⁶

Dilihat dari kondisi saat ini, pandemi covid-19 berdampak besar salah satunya pada sektor kesehatan mental dan pendidikan. Misalnya seperti keharusan menutup institusi pendidikan yang saat ini banyak terjadi di lebih dari puluhan negara yang bertujuan untuk mencegah penularan penyakit. Berdasarkan data yang

disampaikan oleh Organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan PBB (UNESCO), terdapat sekitar 290,5 juta pelajar di seluruh dunia yang mengalami permasalahan dalam belajar akibat penutupan tersebut. Upaya untuk menanggulangnya institusi pendidikan mengadakan kegiatan belajar mengajar jarak jauh atau biasa disebut dengan kuliah daring. Namun kebijakan ini tidak sepenuhnya efektif. Salah satu alasannya adalah karena pengajar dan pelajar khususnya di Indonesia masih belum terbiasa dengan sistem pembelajaran daring.⁷

Dampak *distress* berhubungan dengan buruknya kesehatan fisik. Beberapa penyakit yang berhubungan dengan sistem endokrin dipengaruhi oleh *distress*. Laporan lain juga menyebutkan bahwa pasien kanker mengalami *distress* psikologis.⁸ Tujuan penelitian adalah menganalisis *stressor* berdasarkan tingkat stress pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring dan menganalisis *stressor* yang paling dominan.

METODE

Jenis penelitian adalah analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian adalah mahasiswa kedokteran tahun keempat di salah satu Universitas Swasta di Jawa Tengah. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*.

Kriteria inklusinya adalah Mahasiswa kedokteran aktif tahun keempat, bersedia menjadi responden penelitian, sehat mental

saat wawancara yang dapat dibuktikan berdasarkan buku Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa. Kriteria eksklusi adalah sudah menikah, pernah didiagnosis oleh dokter/psikiater memiliki gangguan jiwa, dan sedang dalam pengobatan gangguan jiwa.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah stressor. Variabel terikatnya adalah skor distress. Data stressor diperoleh dari kuisisioner MSSQ yang terdiri 40 pertanyaan yang terbagi menjadi 6 kategori *stressor* yaitu ARS, IRS, TLRs, SRS, DRS, GARS. Interpretasi hasilnya adalah 0.00–1.00 = *stressor* memicu stress ringan, 1.01–2.00 = *stressor* memicu stress sedang, 2.01–3.00 = *stressor* memicu stress berat, 3.01–4.00 = *stressor* memicu stress sangat berat.

Skor *distress* diukur menggunakan kuisisioner *Kessler Psychological Distress Scale* (K10). Jumlah pertanyaannya adalah 10. Interpretasi hasilnya adalah >20 = tidak mengalami *distress*, 20–24 = *distress*

ringan, 25–29 = *distress* sedang, ≥ 30 = *distress* berat.

Kuisisioner diberikan secara daring yang diisi dengan sebelumnya sudah memperoleh *informed consent* dari responden. Skala data dalam penelitian ini adalah rasio.

Uji hipotesis bivariat menggunakan uji chi square untuk dan multivariat menggunakan uji regresi logistik ordinal. *p-value* dianggap bermakna apabila bernilai < 0,05 dan *p-value* terkecil adalah yang dianggap paling berpengaruh. Data diolah menggunakan perangkat lunak komputer. Data distribusi frekuensi ditampilkan dalam bentuk tabel.

Ethical clearance diperoleh dari Komisi Etik Fakultas Kedokteran dengan No.070/EC/FK/2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	18	21.2
Perempuan	67	78.8
Umur		
<20 tahun	2	2.4
20-21 tahun	54	63.5
>21 tahun	29	34.1
Tempat tinggal		
Bersama orang tua	59	69.4
Indekos	22	25.9
Bersama saudara	4	4.7

Penelitian ini didapatkan hasil bahwa persentase perempuan lebih besar yaitu 78.8%. Usia paling banyak adalah 20-21

tahun dengan jumlah 63.5%. Sebagian besar responden tinggal bersama dengan orang tuanya yaitu 69.4%.

Tabel 2. Proporsi Data Stressor berdasarkan Tingkat Stress dan Distress

Stresor	n	(%)
<i>Skor Distress</i>		
Tidak Mengalami <i>Distress</i>	63	74.1
<i>Distress</i> Ringan	12	14.1
<i>Distress</i> Sedang	4	4.7
<i>Distress</i> Berat	6	7.1
<i>Academic Related Stressor (ARS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	31	36.5
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	37	43.5
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	14	16.5
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	3	3.5
<i>Interpersonal & Intrapersonal Related Stressor (IRS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	62	72.9
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	19	22.4
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	2	2.4
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2	2.4
<i>Teaching & Learning Related Stressor (TLRS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	52	61.2
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	21	24.7
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	10	11.8
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2	2.4
<i>Social Related Stressor (SRS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	52	61.2
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	22	25.9
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	10	11.8
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	1	1.2
<i>Drive & Desire Related Stressor (DRS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	45	52.9
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	23	27.1
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	15	17.6
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2	2.4
<i>Group Activity Related Stressor (GARS)</i>		
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	55	64.7
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	21	24.7
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	7	8.2
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2	2.4

Table 3. Hubungan *Stressor* berdasarkan Tingkat *Stress* dengan *Distress*

<i>Stressor</i>	Kejadian <i>Distress</i>		Bivariat		Multivariat	
	n (%)	<i>p</i>	PR (CI 95%)	<i>p</i>	PR (CI 95%)	
<i>Teaching & Learning Related Stressor (TLRS)</i>		0,000	5,13 (1,26-12,56)	0,017	5,68 (1,15-11,84)	
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	52 (61.)					
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	21 (24.7)					
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	10 (11.8)					
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2 (2.4)					

Table 3. Hubungan *Stressor* berdasarkan Tingkat *Stress* dengan *Distress*

<i>Stressor</i>	Kejadian Distress	Bivariat		Multivariat	
	n (%)	<i>p</i>	PR (CI 95%)	<i>p</i>	PR (CI 95%)
<i>Social Related Stressor</i> (SRS)		0,000	3,50 (0,89-10,07)	0,018	5,61 (-12,34-(-1,16))
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	52 (61.2)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	22 (25.9)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	10 (11.8)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	1 (1.2)				
<i>Group Activity Related Stressor</i> (GARS)		0,000	0,84 (0,22-2,64)	0,026	4,95 (-8,42-(-0,53))
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	55(64.7)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	21(24.7)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	7(8.2)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2(2.4)				
<i>Academic Related Stressor</i> (ARS)		0,000	0,14 (0,12-1,13)	0,997	(-11142,89- (11102,24))
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	31(36.5)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	37(43.5)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	14(16.5)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	3(3.5)				
<i>Interpersonal & Intrapersonal Related Stressor</i> (IRS)		0,033			
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	62(72.9)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	19(22.4)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	2(2.4)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2(2.4)				
<i>Drive & Desire Related Stressor</i> (DRS)		0,014			
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Ringan	45(52.9)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sedang	23(27.1)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Berat	15(17.6)				
<i>Stressor</i> Memicu <i>Stress</i> Sangat Berat	2(2.4)				

Pada tabel 2, diketahui pada skor *distress* bahwa persentase terbesar yaitu 74.1% yang berarti sebagian besar responden “Tidak Mengalami *Distress*”. Sementara 25.9% mahasiswa atau 22 orang mengalami *distress* baik ringan hingga berat.

Academic Related Stressor menunjukkan *stressor* memicu *stress* ringan dan sedang tidak jauh berbeda yaitu sebesar 36.5% dan 43.5%. Untuk IRS menunjukkan sebagian besar *stressor* memicu *stress* ringan, yakni dengan persentase sebesar 72.9%.

Teaching & Learning Related Stressor dan SRS menunjukkan sebagian besar *stressor* memicu *stress* ringan, yakni dengan persentase sebesar 61.2%. Untuk DRS dan GARS menunjukkan sebagian besar *stressor* memicu *stress* ringan, yakni dengan masing-masing persentase sebesar 52.9% dan 64.7%.

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil analisis dengan nilai $P < 0,05$; maka dapat disimpulkan bahwa seluruh *stressor* meliputi ARS, IRS, TLRS, SRS, DRS, GARS berhubungan dengan skor *distress*.

Analisis tersebut menunjukkan bahwa variabel yang paling berpengaruh terhadap *distress* adalah TLRS ($p= 0,017$; $PR=5,68$; $CI\ 95\%=1,15-11,84$).

PEMBAHASAN

Dalam penelitian diperoleh hasil bahwa baik laki-laki maupun perempuan, sebagian besar tidak mengalami *distress*. Meskipun tidak mencakup sebagian besar, namun apabila dibandingkan besar persentase *distress* mahasiswa berdasarkan jenis kelamin, maka jenis kelamin perempuan adalah yang paling banyak mengalami *distress* dibanding dengan laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Besham (2019) yang menyatakan bahwa *stress* paling banyak dialami oleh perempuan dibanding laki-laki pada fakultas kedokteran tahun terakhir.⁹ Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa *Hypothalamic-Pituitary-Adrenal axis* terhadap kortisol dan simpatoadrenalin mengalami penurunan respon akibat hormon seks pada perempuan. Kondisi tersebut menyebabkan *feedback* negatif hormon kortisol juga menurun. Hal itulah yang menjadi alasan perempuan rentan tertekan secara psikologis.⁶

Karakteristik umur, secara umum mahasiswa kedokteran tidak mengalami *distress*, tetapi apabila dibandingkan besar persentase *distress* mahasiswa berdasarkan ketiga kriteria umur, maka umur 20-21 tahun adalah umur yang paling tinggi dalam mengalami *distress* dibandingkan dua kriteria yang lain. Hal ini sesuai dengan penelitian menyatakan bahwa yang paling banyak adalah usia kurang dari 21 tahun.¹⁰ Usia tersebut masuk dalam klasifikasi transisi dari remaja akhir menuju ke dewasa awal. Usia ini digambarkan sebagai kondisi "*strang and drang*" atau masa topan dan badai karena individu di rentang usia ini susah dalam mengendalikan emosinya.⁶ Pada penelitian ini jenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada laki-laki.

Pada karakteristik tempat tinggal, dapat diperoleh kesimpulan bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran tidak mengalami *distress*. Tetapi apabila dibandingkan besar persentase *distress* mahasiswa berdasarkan ketiga kriteria tempat tinggal, maka mahasiswa yang tinggal bersama orang tua adalah mahasiswa yang paling tinggi dalam mengalami *distress* dibandingkan dua kriteria yang lain. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Henry (2014) yang menyatakan bahwa gejala depresi yang dialami oleh mahasiswa kedokteran sebagian besar adalah mereka yang tinggal di rusunawa atau asrama kedokteran.¹¹ Perbedaan ini bisa saja terjadi karena pada penelitian yang penulis lakukan, sebagian besar subjek penelitian tinggal bersama dengan orang tua karena kondisi pandemi yang tidak mengharuskan mahasiswa untuk tinggal di perantauan. Berdasarkan penelitian sebelumnya didapatkan hasil bahwa perbedaan tempat tinggal bukanlah suatu hal yang signifikan dalam memicu *stress*. Semua tempat tinggal berpotensi menjadikan mahasiswa *stress* apabila hal itu dipersepsikan sebagai beban oleh mahasiswa itu sendiri.¹²

Pada variabel *stressor* yang terkait akademik (ARS), sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Umesh (2014) yang menyatakan bahwa hal yang terkait akademik menyebabkan *stress* sedang pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir.¹³ Hal ini bisa saja terjadi tergantung dari bagaimana respon mental dan perilaku dari masing-masing individu terhadap tuntutan yang terkait dengan akademik maupun berat ringannya tugas yang diberikan.¹⁴

Pada variabel *stressor* yang terkait dengan interpersonal dan intrapersonal atau IRS, sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* ringan. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian Umesh (2014) yang menyimpulkan bahwa IRS menyebabkan *stress* sedang pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir. *Interpersonal and Intrapersonal Related Stressor* merupakan *stressor* internal

pada masing-masing individu.¹³ sehingga hasilnya akan berbeda-beda karena sangat dipengaruhi oleh bagaimana seorang mahasiswa kedokteran menilai kondisinya saat sekarang. Kondisi ini dinilai sebagai kondisi yang membuat mereka tertantang atau lebih terbebani di luar kemampuan penyesuaian yang ada.¹⁴

Pada variabel *stressor* terkait belajar mengajar atau TLRS, sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* ringan. Hal ini berbeda dengan penelitian oleh Umesh (2014) yang menyimpulkan bahwa TLRS menyebabkan *stress* sedang pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir, *stressor* ini berkaitan dengan proses belajar mengajar pada mahasiswa kedokteran.¹³ Pada kesiapan institusi, hal ini bergantung dari seberapa besar tanggungjawab sebagai mahasiswa terhadap partisipasinya dalam proses belajar mengajar dalam berbagai macam jenis pembelajaran yang diikuti.¹⁴

Pada variabel *stressor* terkait sosial atau SRS, sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* ringan. Hal ini berbeda dengan penelitian oleh Umesh (2014) yang menyimpulkan bahwa SRS menyebabkan *stress* sedang pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir, SRS ini terkait berbagai jenis kelompok atau komunitas atau aktivitas sosial yang dapat memicu *stress* pada mahasiswa kedokteran.¹³

Pada variabel *stressor* terkait dengan keinginan dan pengendalian atau DRS, sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* ringan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Umesh (2014) yang menyimpulkan bahwa DRS menyebabkan *stress* ringan pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir, DRS merupakan segala bentuk kekuatan internal atau eksternal yang mempengaruhi sikap, emosi, pikiran dan perilaku seseorang yang menyebabkan *stress*.¹³

Pada variabel *stressor* terkait aktivitas kelompok atau GARS, sebagian besar mahasiswa mengalami *stress* ringan. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Umesh (2014) yang menyimpulkan

bahwa GARS menyebabkan *stress* sedang pada mahasiswa kedokteran tahun terakhir, GARS adalah segala aktivitas maupun interaksi dalam kelompok yang menyebabkan *stress*.¹³ Penyebab *stress* adalah apabila individu tidak mampu berinteraksi dengan baik dalam suatu lingkungan.¹⁴ Apabila hal ini bisa dijalani dengan baik, maka *stress* pun dapat terhindar.

Pada keseluruhan variabel *stressor* berdasarkan tingkat *stress* yang ada dalam penelitian ini, lebih dari 70% mahasiswa kedokteran tahun terakhir tidak mengalami *distress*. Berarti dapat diperoleh juga kesimpulan bahwa hanya sekitar seperempat mahasiswa kedokteran tahun terakhir saja yang mengalami *distress*. Hal ini berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Liyanage (2017) yang menyimpulkan bahwa separuh lebih mahasiswa kedokteran mengalami *distress*. Perbedaan ini bisa terjadi karena perbedaan kurikulum dan metode pengajaran, instrumen yang berbeda yang digunakan untuk menilai stres dan perbedaan masa pembelajaran.³

Dalam penelitian ini, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *stressor* terkait akademik atau ARS dengan *distress* pada mahasiswa tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azra (2017) dengan hasil adalah terdapat korelasi signifikan antara *stressor* yang terkait akademik dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran Universitas Mataram.¹⁵ Pada *stressor* terkait akademik, ujian merupakan sumber *stress* utama dan merupakan sumber *stress* yang umum bagi mahasiswa kedokteran. Disisi lain, ujian merupakan standar evaluasi yang penting. Bagi sebagian mahasiswa yang menganggap ujian adalah beban mungkin akan mengalami situasi *stress*. Sementara bagi mereka yang menganggap ujian adalah hal yang bermanfaat maka hal tersebut akan sangat berdampak baik untuk pembelajaran.

Untuk variabel *stressor* terkait intra-personal dan interpersonal atau IRS, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat

hubungan antara variabel ini dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Azra (2017) yang menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan *stressor* terkait intrapersonal dan interpersonal atau IRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran.¹⁵ studi sebelumnya menyebutkan bahwa intrapersonal dan interpersonal merupakan penyebab mayor pada *stress*.¹⁶ Hal ini menguatkan kondisi kekerasan secara verbal/fisik, konflik dengan teman dan dosen, serta masalah kesehatan yang tidak baik menjadi penyebab *stress* pada mahasiswa kedokteran.

Pada variabel *stressor* terkait belajar dan mengajar atau TLRS didapat kesimpulan bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel TLRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini sejalan dengan kesimpulan dalam penelitian Azra (2017) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara TLRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran. Hal ini terjadi bisa terjadi karena terlalu banyaknya materi pembelajaran yang menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam mengatur jadwal harian mereka.¹⁵ Penjelasan lain terjadinya hal ini dapat dikaitkan dengan bahan belajar yang tidak adekuat, minimnya panduan referensi, bahkan kurangnya kemampuan mengajar dari dosen, dan kurangnya *feedback* dari dosen.¹⁶

Dalam variabel *stressor* terkait aktivitas sosial atau SRS diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel SRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini tidak sesuai dengan kesimpulan dalam penelitian Azra (2017) yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara SRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran.¹⁵ Temuan ini sejalan dengan penelitian lain bahwa terdapat hubungan level *stress* pada mahasiswa kedokteran dengan kehidupan sosial.¹⁰ Perbedaan tersebut terjadi dapat terjadi dikarenakan

perbedaan kemampuan penyesuaian diri masing-masing individu terhadap lingkungan sosialnya.¹⁴

Di dalam variabel yang terkait dengan dorongan dan pengendalian (DRS), diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan bermakna antara DRS dengan *distress* pada mahasiswa tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Azra (2017) yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara DRS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran. Penelitian lain menyebutkan bahwa ekspektasi orang tua dan keluarga memiliki korelasi dengan *stress* pada mahasiswa kedokteran.¹⁷

Dalam variabel *stressor* terkait aktivitas kelompok atau GARS, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara GARS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Azra (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara GARS dengan *distress* pada mahasiswa kedokteran.¹⁵ Faktor terjadinya *stress* salah satunya dipengaruhi oleh bagaimana individu berinteraksi dalam suatu lingkungan. Jadi apabila seseorang kesulitan dalam bekerjasama dalam sebuah kelompok, maka ada potensi untuk mengalami *stress*.¹⁴

Dalam penelitian ini, didapatkan kesimpulan bahwa *stressor* berdasarkan tingkat *stress* yang paling berpengaruh dalam memicu terjadinya *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring adalah TLRS atau variabel *stressor* yang terkait dengan belajar mengajar. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Azra (2017) yang menyimpulkan bahwa *stressor* yang paling berpengaruh dalam memicu *distress* pada mahasiswa kedokteran adalah ARS atau *stressor* terkait akademik.¹⁵ Dalam kondisi pandemi saat ini, adanya perubahan sistem pembelajaran, semula luring menjadi daring bisa saja menjadi alasan mengapa TLRS menjadi faktor yang paling berpengaruh. Hal ini

sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa apabila terdapat perubahan cepat yang menuntut penyesuaian diri dengan segera pula dapat memunculkan kondisi tertekan.¹⁸

Sebagian besar mahasiswa kedokteran memiliki persepsi positif tentang E-learning pada pembelajaran daring di masa pandemi. Namun, ada banyak tantangan yang dianggap sebagai faktor penghambat untuk memanfaatkan teknologi elektronik untuk pendidikan kedokteran.^{19,20} E-learning yang masih belum optimal harus dievaluasi secara sistematis dan terdapat strategi yang efektif harus dikembangkan untuk mengatasi efek penghambatnya.¹⁹ Upaya ini merupakan tantangan untuk institusi agar mampu mengurangi hambatan dalam pembelajaran daring di masa pandemi, serta tetap mengedepankan *outcome* yang bermutu baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu:

1. Sebagian besar *stressor* memicu *stress* ringan pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring.
2. Terdapat hubungan antara keenam *stressor* (ARS, IRS, TLRS, SRS, DRS, GARS) dengan skor *distress* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring.
3. *Stressor* yang paling berpengaruh pada mahasiswa kedokteran tahun keempat selama perkuliahan daring adalah TLRS.

Saran

1. Fakultas Kedokteran hendaknya membuka sesi konseling terhadap mahasiswa yang mengalami *stress* sedang hingga sangat berat ataupun yang mengalami *distress* dengan metode daring maupun luring.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk menganalisis hubungan tiap variabel *stressor* berdasarkan tingkat *stress* dengan skor *distress* pada mahasiswa dengan

jumlah sampel yang lebih banyak dan/atau pada beberapa Fakultas Kedokteran.

DAFTAR PUSTAKA

1. Agusmar AY, Vani AT, Wahyuni S. Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2018 dengan angkatan 2015 fakultas kedokteran universitas baiturrahmah. *Health & Medical Journal*.2019;1(2):34-38.
2. Yusoff MSB, Yee LY, Wei LH, Meng LH. A study on stress, stressors and coping strategies among malaysian medical students. *International Journal of Students' Research*.2011;1(2):45-50.
3. Liyanage G. Psychological distress among final year medical undergraduates in a sri lankan university. *International Journal of Community Medicine and Public Healh*.2017;4(11):3952-55.
4. Watnaya AK, Muiz MH, Sumarni N, Mansyur AS, Zaqiah QY. Pengaruh teknologi pembelajaran kuliah online di era covid-19 dan dampaknya. *EduTeach*. 2020;1(2):153-65.
5. Besral, Widiyanti W. Determinan stres pada pegawai kementerian kesehatan indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2015;9(3):222-8.
6. 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. *Jurnal Kesehatan Andalas*.2019;8(1):103-11.
7. Purwanto A, Pramono R, Asbari M, Hyun CC, Wijayanti LM, Putri RS, et al. Studi eksploratif dampak pandemi covid-19 terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*.2020;2(1):1-12.
8. Barry V, Stout ME, Lynch ME, Mattis S, Tran DQ, Antun A, et al. The effect of psychological distress on health outcomes: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Journal of*

- Health Psychology*. 2020;25(2):227-239. doi:10.1177/1359105319842931
9. Kumar B, Shah MAA, Kumari R, Kumar A, Kumar J, Tahir A. Depression, anxiety, and stress among final-year medical students. *Cureus*. 2019;11(3):1-8.
 10. Borjalilu S, Mohammadi A, Mojta-hedzadeh R. Sources and severity of perceived stress among iranian medical students. *Iran Red Crescent Med J*.2015; 17(10):1-6.
 11. Hadianto H, Tarigan J, Andriani R. Prevalensi dan faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan tingkat gejala depresi pada mahasiwa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas tanjungpura. *Jurnal Maha-siswa PSPD UNTAN*.2014;1(1).
 12. Legiran, Azis MZ, Bellinawati B. Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran universitas mu-hammadiyah palembang. *Jurnal Ke-dokteran dan Kesehatan* 2015; 2(2): 197–202.
 13. Shelke US, Kukulol RR, Narwane S. Level of stress in final year mbbs students at rural medical college: a cross-sectional study. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*.2014;3(4): 886-91.
 14. Fuad MD, Al-Zurfi BMN, Qader MA, Bakar MFA, Elnajeh M, Abdullah MR. Prevalence and risk factors of stress, anxiety and depression among medical students of a private medical University in Malaysia. *Educ Med J*. 2015;7(2):52-9.
 15. Azra AAZ, Widiastuti IAE, Cenderadewi M. Hubungan faktor pencetus stres dengan skor distress pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas mataram. *Jurnal Kedokteran*. 2014;3(1).
 16. Manjunath SM, Raju N, Singh J, Kumar R. A cross-sectional study on the sources and levels of stress among second year undergraduate medical students. *National Journal of medical research*.2014;4 (4):314-7.
 17. Sutjiato, M, Kandou GD, Tucunan AAT. Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas sam ratulangi manado. *JIKMU*.2015;5(1): 30-42.
 18. Gaol NTL. Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*. 2016;24(1):1-11.
 19. Gismalla, MDA, Mohamed MS, Ibrahim OS, Elhassan MMA, Mohamed MN. Medical students' perception towards e-learning during covid 19 pandemic in a high burden developing country. *BMC Med Educ*.2021;21 (377):1-7.
 20. Ibrahim NK, Raddadi RA, AlDarmasi M, Ghamdi AA, Gaddoury M, AlBar HM, et al. Medical students' acceptance and perceptions of e-learning during the covid-19 closure time in king abdulaziz university, jeddah. *Journal of infection and public health*.2021;14(1):17-23.