

Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Legiran¹, M. Zalili Azis², Nedy Bellinawati³

1. Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Palembang

2. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah, Palembang

3. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah, Palembang

Abstrak

Stres adalah suatu respon tubuh seseorang yang timbul sebagai reaksi terhadap adanya tuntutan eksternal yang dianggap berbahaya atau mengancam dirinya. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa stres pada mahasiswa kedokteran sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non-medis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan faktor risiko dengan kejadian stres pada mahasiswa semester I, III, dan V, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa angkatan 2012, 2013, dan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Semua mahasiswa sebanyak 240 orang diikutkan dalam penelitian. Data diambil melalui kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* kemudian data dianalisa dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 122 orang mahasiswa (50,8%) mengalami stres dan 118 orang (49,2%) tidak mengalami stres. Tidak didapatkan perbedaan faktor risiko dengan kejadian stres pada mahasiswa.

Kata kunci : mahasiswa kedokteran, stres, domisili mahasiswa, status ekonomi, prestasi akademik

Abstract

Stress is a response of human body as a reaction for an external pressure which is perceived as dangerous or threatening one. Various researches have shown that stress level on medical students is very high compared to other especially non medical students. The purpose of this study was to determine the differences between the risk factors and the stress occurrence on medical students of year 1, 2, and 3 at the University of Muhammadiyah Palembang. The study was analytic survey with cross-sectional study design. The population was all medical students batch of 2012, 2013, and 2014 of the University of Muhammadiyah Palembang. All students amount 240 followed by filling out Medical Student Stressor Questionnaire. Then all data were analyzed by Chi-Square test. The results showed that 122 students (50.8%) experienced stress and 118 students (49.2%) did not stress. This research also showed that there were no differences between the risk factor and the stress occurrence on the students.

Keywords: medical students, stress, student domicile, economic status, academic achievement

1. Pendahuluan

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang¹. Stres juga biasa

diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Prevalensi stres di dunia cukup tinggi. Di Amerika, sekitar 75% orang dewasa mengalami stres berat dan jumlahnya cenderung meningkat dalam satu tahun terakhir². Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk

diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3%³.

Stres dapat terjadi pada berbagai tingkat usia dan pekerjaan, termasuk mahasiswa. Sumber stres atau yang disebut stresor adalah suatu keadaan, situasi objek atau individu yang dapat menimbulkan stres⁴. Stresor pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri⁵. Stresor atau faktor pencetus stres yang dihadapi oleh para mahasiswa dapat berhubungan dengan faktor personal seperti jauhnya para mahasiswa dari orang tua dan sanak saudara, ekonomi/finansial (pengelolaan keuangan, uang saku), problem interaksi dengan teman dan lingkungan baru, serta problem-problem personal lainnya. Faktor akademik di sisi lain juga menyumbangkan potensi stres misalnya tentang perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik dan problem-problem akademik lainnya⁶.

. Stres yang terjadi pada mahasiswa juga bisa terjadi pada mahasiswa FK UMP. Domisili mahasiswa (tempat tinggal yang jauh dari orangtua/keluarga), masalah ekonomi seperti uang saku per bulan, prestasi akademik, beban tugas perkuliahan, hubungan interpersonal mungkin menjadi penyebab stres pada mahasiswa FK UMP. Stres dapat dianggap sebagai ancaman yang dapat menyebabkan kecemasan, depresi, disfungsi sosial bahkan niat untuk mengakhiri hidup⁷. Mahasiswa yang mengalami kondisi stres yang ekstrem atau depresi membutuhkan perhatian serius karena dapat membawa dampak yang kurang baik terhadap proses pembelajaran dan prestasi mahasiswa. Oleh karena itu peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan faktor risiko dengan kejadian stres pada mahasiswa angkatan 2012, 2013, dan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

2. Metode

Jenis penelitian ini bersifat survei analitik dengan pendekatan studi *cross sectional*. Semua mahasiswa angkatan 2012, 2013, dan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang yang diikuti dalam penelitian yang berjumlah 240 mahasiswa terdiri atas angkatan 2012 adalah 66 orang, angkatan 2013 sebanyak 86 orang, dan angkatan 2014 sebanyak 88 orang.

Responden diminta mengisi lembar biodata responden dan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)* yang telah dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,95⁸. Metode analisis data pada penelitian ini berupa analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik yaitu uji *Chi-Square*.

3. Hasil dan Pembahasan

Analisis data dari hasil penelitian dipaparkan dalam lima tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Responden	
	n=240	%
Domisili :		
Tidak tinggal bersama orangtua	116	48,3
Tinggal bersama orangtua	124	51,7
Uang saku per bulan:		
Di bawah UMR	159	66,2
Di atas UMR	81	33,8
Prestasi akademik:		
Berprestasi	187	77,9
Kurang berprestasi	53	22,1

Pada Tabel 1 diketahui bahwa mahasiswa yang tidak tinggal bersama orangtua yaitu sebanyak 116 orang (48,3%) sedangkan mahasiswa yang tinggal bersama

orangtua sebanyak 124 orang (51,7%). Berdasarkan uang saku per bulan diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki uang saku per bulan di bawah UMR yaitu sebanyak 159 orang (66,2%) sedangkan mahasiswa yang memiliki uang saku per bulan di atas UMR sebanyak 81 orang (33,8%). Berdasarkan prestasi akademik diketahui bahwa mahasiswa yang berprestasi sebanyak 187 orang (77,9 %) sedangkan yang kurang berprestasi sebanyak 53 orang (22,1 %).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Stres

Kejadian Stres	n		%	
	Stres	Tidak Stres	Stres	Tidak Stres
Stres	122	118	50,8%	49,2%
Tidak Stres	118	122	49,2%	50,8%
Total	240	240	100%	100%

Dari Tabel 2 di atas, didapatkan bahwa mahasiswa FK UMP Angkatan 2012, 2013, dan 2014 yang mengalami stres sebanyak 122 orang atau sekitar 50,8%. Sementara mahasiswa yang tidak mengalami stres sebanyak 118 orang atau sekitar 49,2%.

Tabel 3. Domisili Mahasiswa dengan Kejadian Stres

Karakteristik Responden	Kejadian Stres			
	Stres		Tidak Stres	
	n	%	n	%
Domisili mahasiswa:				
Tidak tinggal bersama orangtua	59	24,6	57	23,8
Tinggal bersama orangtua	63	22,6	61	25,4
Total	122	50,8	118	49,2

p value : 0,993

Dari Tabel 3 didapatkan bahwa mahasiswa yang tidak tinggal bersama orangtua yang mengalami stres sebanyak 59 orang (24,6%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 57 orang (23,8%). Sementara mahasiswa yang tinggal bersama orangtua yang mengalami stres sebanyak 63 orang

(26,2%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 61 orang (25,4%). Berdasarkan uji chi-square, didapatkan nilai $p = 0,993$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stres antara mahasiswa yang tidak tinggal bersama orangtua dengan mahasiswa yang tinggal bersama orangtua.

Tabel 4. Status Ekonomi dengan Kejadian Stres

Karakteristik Responden	Kejadian Stres			
	Stres		Tidak Stres	
	n	%	n	%
Status ekonomi:				
Uang saku di bawah UMR	80	33,3	79	32,9
Uang saku di atas UMR	42	17,5	39	16,2
Total	122	50,8	118	49,2

p value : 0,822

Dari Tabel 4 didapatkan bahwa mahasiswa yang memiliki uang saku per bulan di bawah UMR yang mengalami stres sebanyak 80 orang (33,3%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 79 orang (32,9%). Sementara mahasiswa yang memiliki uang saku per bulan di atas UMR yang mengalami stres sebanyak 42 orang (17,5%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 39 orang (16,2%). Berdasarkan uji chi-square, didapatkan nilai $p = 0,822$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stres antara mahasiswa yang memiliki uang saku di bawah UMR dengan mahasiswa yang memiliki uang saku di atas UMR.

Tabel 5. Prestasi Akademik dengan Kejadian Stres

Karakteristik Responden	Kejadian Stres			
	Stres		Tidak Stres	
	n	%	n	%
Prestasi akademik:				
Berprestasi	98	40,8	89	37,1
Kurang berprestasi	24	10,0	29	12,1
Total	122	50,8	118	49,2

p value : 0,360

Dari Tabel 5 didapatkan bahwa mahasiswa yang berprestasi yang mengalami

stres sebanyak 98 orang (40,8%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 89 orang (37,1%). Sementara mahasiswa yang kurang berprestasi yang mengalami stres sebanyak 24 orang (10,0%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 29 orang (12,1%). Berdasarkan uji chi-square, didapatkan nilai $p = 0,360$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stres antara mahasiswa yang berprestasi dengan mahasiswa yang kurang berprestasi.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa sekitar 50,8% mahasiswa FK UMP mengalami stres dan 49,2% tidak mengalami stres. Mahasiswa kedokteran cenderung mengalami stres yang sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non-medis⁹. Tingkat stres pada mahasiswa kedokteran cenderung berkisar dari 25% sampai 75%¹⁰.

Penyebab stres pada mahasiswa kedokteran bermacam-macam, antara lain tempat tinggal yang jauh dari orangtua/keluarga, finansial, tugas-tugas perkuliahan, prestasi akademik, dan lain-lain. Domisili mahasiswa FK UMP tidak menunjukkan perbedaan terhadap kejadian stres dengan nilai p sebesar 0,993 ($p > 0,05$). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Papadopoulus (2013) bahwa domisili mahasiswa memberikan pengaruh pada kejadian stres¹¹. Mahasiswa yang tidak tinggal bersama orangtua cenderung mengalami stres lebih berat daripada mahasiswa yang tinggal bersama orangtua. Mahasiswa yang tinggal jauh dari orangtua/keluarga sebenarnya cenderung mengalami stres disebabkan oleh karena mereka diharuskan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang belum mereka kenal sebelumnya. Perubahan tempat tinggal yang sebelumnya bersama orangtua menjadi jauh dari orangtua/keluarga dapat menjadi stresor bagi mahasiswa kedokteran dalam menempuh pendidikan mereka¹². Meskipun demikian, penelitian

yang dilakukan oleh Nandi (2012) mengatakan bahwa tidak terdapat perbedaan stres yang signifikan pada mahasiswa yang tinggal bersama orangtua dengan mahasiswa yang tidak tinggal bersama orangtua¹³. Hal ini disebabkan oleh kemampuan masing-masing mahasiswa yang berbeda-beda dalam mempersepsikan stresor sebagai penyebab stres. Mahasiswa yang mempersepsikan stresor sebagai sesuatu yang akan berakibat buruk bagi mahasiswa tersebut, maka tingkat stres yang dirasakan akan semakin berat. Sebaliknya, jika stresor dipersepsikan tidak mengancam dan mahasiswa tersebut mampu mengatasinya, maka tingkat stres yang dirasakan akan lebih ringan¹⁴. Mahasiswa yang menganggap bahwa tempat tinggal yang jauh dari orangtua dan keluarga bukanlah suatu hal yang mengancam dirinya, maka tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tersebut akan jauh lebih ringan.

Status ekonomi yang dinilai dari jumlah uang saku yang diterima mahasiswa per bulan juga tidak menunjukkan perbedaan terhadap kejadian stres dengan nilai p sebesar 0,822 ($p > 0,05$). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa salah satu sumber yang menyebabkan stres berat pada mahasiswa kedokteran adalah masalah keuangan seperti pengelolaan keuangan atau kurangnya uang saku yang diterima oleh mahasiswa¹⁵. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nuallaong (2011) juga mengatakan bahwa berbagai masalah finansial dapat berpengaruh terhadap konsentrasi mahasiswa saat belajar yang pada akhirnya menyebabkan stres berat pada mahasiswa¹⁶. Faktor jumlah uang saku per bulan yang diterima oleh mahasiswa FK UMP mungkin tidak memberikan perbedaan yang bermakna terhadap kejadian stres dikarenakan kemampuan mahasiswa dalam mempersepsikan stresor cukup baik. Uang saku yang diterima per bulan tidak menjadi stresor yang dianggap mengancam diri mahasiswa sehingga tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa menjadi lebih ringan.

Untuk prestasi akademik, hasil penelitian ini tidak menunjukkan perbedaan dengan nilai p sebesar 0,360 ($p > 0,05$). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Virginia (1999) dalam Farida (2008) bahwa masalah akademik merupakan faktor penyebab stres terbesar pada mahasiswa kedokteran¹⁷. Selain itu, target pencapaian nilai dan prestasi akademik juga menyumbangkan potensi penyebab stres pada mahasiswa kedokteran. Penelitian yang dilakukan oleh Yee (2013) juga menunjukkan bahwa prestasi akademik sangat berpengaruh terhadap kejadian stres pada mahasiswa kedokteran¹⁸. Mahasiswa yang berprestasi cenderung mengalami stres dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak berprestasi. Mahasiswa yang berprestasi cenderung lebih berisiko mengalami stres dikarenakan mereka merasa terbebani dan dituntut untuk terus menerus belajar, lulus dalam setiap ujian dan mengejar nilai mereka sehingga mereka dapat mempertahankan atau meraih prestasi akademik yang baik. Meskipun demikian, penelitian yang dilakukan oleh Abdulghani (2008) mengatakan bahwa prestasi akademik tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian stres¹⁹. Hal ini dikarenakan mahasiswa mampu beradaptasi terhadap stresor akademik yang diterima. Mahasiswa yang kurang berprestasi maupun yang berprestasi dapat beradaptasi terhadap tuntutan-tuntutan akademik seperti beban tugas dan ujian sehingga tingkat stres yang dirasakan menjadi lebih ringan. Hal ini juga yang mungkin terjadi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang sehingga hasil penelitian didapatkan tidak terdapat perbedaan stres yang signifikan.

5. Kesimpulan

Tidak ada perbedaan faktor risiko dengan kejadian stres pada mahasiswa angkatan 2012, 2013, dan 2014 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Daftar Acuan

1. Sarafino, E.P. 2008. Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition. John Willey and Sons, Inc, Canada.
2. American Psychological Association. 2013. Stress in America : Missing the Health Care Connection. (<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2012/full-report.pdf>, Diakses pada 20 Agustus 2014).
3. Hidayat, B.A. 2012. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
4. Potter, P.A, & Perry, A.G. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4. Terjemahan Oleh: Komalasari,dkk.. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, Indonesia.
5. Heiman, T. & Kariv, D. 2005. Task-Oriented versus Emotion-Oriented Coping Strategies: The Case of College Students. *College Student Journal*, 39 (1): 72-89.
6. Santrock, J.W. 2003. Adolescence: Perkembangan Remaja Edisi Keenam. Terjemahan Oleh: Shinto, B.A. & Saragih, S. Erlangga, Jakarta, Indonesia
7. Nandamuri, P.P. & Ch, G. 2011. Sources of Academic Stress – A Study on Management Students. *J.Management and Science*, 1: 31-42.
8. Yusoff, M. 2010. A Multicenter Study on Validity of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). *International Medical Journal*, 18(1):14-18.
9. Navas, S. 2012. Stress among Medical Students. *Kerala Medical Journal*, 2 (2).
10. Mosley, TH, Perrin SG, Neral SM, Dubbert PM, Carol AG, and Pinto BM. 1994. Stress, coping and Well-being among Third year Medical Students. *Academic Medicine*, 69:765-7.

11. Papadopoulus, C & Ali, N. 2013. Stress levels and their risk/protective factors among MSc Public Health students. *Journal of Pedagogic Development*, 3(2).
12. Ross, S,E., B, Niebling, and T, Heckert. 1999. Sources Of Stress Among College Students. (<http://www.montana.edu/craigs/Stress%20in%20College.htm>, Diakses pada 20 Agustus 2014).
13. Nandi, M., Hazra, A., Sarkar, S., & Mondal, R. 2012. Stress and its risk factors in medical students: An observational study from a medical college in India. *Indian Journal of Medical Sciences*, 66(1) : 1-12.
14. Rasmun. 2004. Stres, Koping, dan Adaptasi: Teori dan Pohon Masalah Keperawatan. Sagung Seto, Jakarta, Indonesia.
15. Habeeb, K.A. 2010. Prevalence of Stressors among Female Medical students in Thaibah University. *Thaibah University of Medical Science*. 5(2) : 110- 119.
16. Nuallaong, W. 2011. Correlation between stressors and academic performance in second year medical students. *J Med Assoc Thai*, 7(5).
17. Farida, Aryani. 2008. Efektivitas Pendekatan “CBM” (Cognitive Behavior Modification) Untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa SMU. *Psikovidya*. 11:1
18. Yee, L.Y. 2013. Prevalence and sources of stress among medical students in Universiti Sains Malaysia and Universiteit Maastricht. *Education in Medicine Journal*, 5(4).
19. Abdulghani, H.M. 2008. Stress and depression among medical students: A cross sectional study at a medical college in Saudi Arabia. *Pakistan Journal of Medicine*, 24(1) : 12-17.