

**GAMBARAN TINGKAT STRES  
BERDASARKAN STRESOR MAHASISWA PSPD  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:  
ACH. GUNTUR HERMAWAN SURYO AJI  
NIM. 16910032**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG  
2020**

**GAMBARAN TINGKAT STRES BERDASARKAN STRESOR  
MAHASISWA PSPD  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada:  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Islam Negeri  
Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked)**

**Oleh:  
ACH. GUNTUR HERMAWAN SURYO AJI  
NIM. 16910032**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG  
2020**

GAMBARAN TINGKAT STRES  
BERDASARKAN STRESOR MAHASISWA PSPD  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

ACH. GUNTUR HERMAWAN SURYO AJI

NIM. 16910032

Telah Diperiksa dan Disetujui untuk Diuji:

Tanggal: 13-06-2020

Pembimbing I,

Pembimbing II

dr. Iwal Reza Ahdi, Sp. PD  
NIP.19860720 201801 1 002

dr. Doby Indrawan, MMRS  
NIP.19781001 20170101 1 113

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Dokter



dr. Nurul Susanti, M. Biomed  
NIP. 19831024 201101 2 007

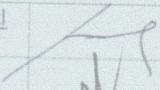
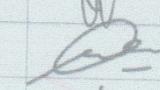
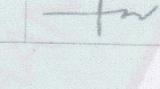
GAMBARAN TINGKAT STRES  
BERDASARKAN STRESOR MAHASISWA PSPD  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:  
ACH. GUNTUR HERMAWAN SURYO AJI  
NIM 16910032

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked.)

Tanggal: 25 - 06 - 2020

Penguji Utama	<u>Yossi Indra Kusuma, S. Ked., M. Med.Ed</u> NIP. 1981010 20170101 1 120	
Ketua Penguji	<u>dr. Doby Indrawan, MMRS</u> NIP. 19781001 20170101 1 13	
Sekretaris Penguji	<u>dr. Iwal Reza Ahdi, Sp. PD</u> NIP.19860720 201801 1 002	
Anggota Penguji	<u>dr. Ana Rahmawati, M. Biomed</u> NIP. 19741203 200912 2 001	

Mengesahkan:  
Ketua Program Studi Pendidikan Dokter,

  
dr. Nurul H. Susanti, M. Biomed.  
NIP. 198310242011012007

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji

NIM : 16910032

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan data, tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri, kecuali dengan mencantumkan sumber cuplikan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pasuruan, 14 Juni 2020

Yang membuat pernyataan,



Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji

NIM. 16910032

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis selama proses menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang mengantarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Alhamdulillah skripsi dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” ini dapat diselesaikan guna memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada jurusan Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena menyadari keterbatasan yang ada. Untuk itu demi sempurnanya skripsi ini, penulis sangat membutuhkan dukungan dan sumbangsih pikiran yang berupa kritik dan saran yang membangun.

Selama penulisan skripsi ini tentunya penulis tidak lepas dari berbagai pihak yang telah mendukung dan membimbing penulis selama proses penyelesaian skripsi ini. Kasih sayang yang tulus serta penghargaan yang setinggi-tingginya penulis berikan kepada:

1. Ibunda Saodah Niswatin, Ayahanda dr. Suryo Wibowo dan seluruh keluarga penulis yang telah memberikan dorongan doa, nasihat, motivasi, serta pengorbanan materiilnya selama penulis menempuh studi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. DR. H. Abd. Haris, M. Ag, selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Prof. Dr. dr. Bambang Pardjianto, Sp.B, Sp.BP-RE (K) dan dilanjutkan oleh Prof. Dr. dr. Yuyun Yueniwati Prabowowati Wadjib, M.Kes, Sp.Rad (K), selaku Dekan FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. dr. Nurlaili Susanti, M. Biomed, selaku ketua Program Studi Pendidikan FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

5. dr. Iwal Reza Ahdi, Sp.PD., dan dr. Doby Indrawan, MMRS., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan pengarahan dan pengalaman berharga sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
6. dr. Riskiyana, MMR selaku dosen pembimbing akademik yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. drg. Risma Aprinda Kristanti, M. Si selaku dosen yang senantiasa memberikan tantangan dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi penulis.
8. Bapak Yossi Indra Kusuma, S.Ked., M.Med.Ed selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun.
9. dr. Ana Rahmawati, M.Biomed selaku penguji integrasi Islam yang selalu memberikan masukan dan dukungan dalam keIslaman.
10. Basyar Adnani, Rislana Faiz Muhammad, Firnanda Salza Asmara dan Nike Aprilia yang senantiasa memberikan masukan dan kritik serta dorongan kepada penulis untuk mengerjakan skripsi penulis.
11. Fahrurrozi Hari Purnomo dan Rithio Chandraca Islamy selaku teman kontrakan yang baik.
12. Segenap teman-teman Neonatus 2016 yang selalu memberikan dukungan secara moral kepada penulis.
13. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan proposal skripsi ini masih terdapat kekurangan. Penulis berharap semoga hasil skripsi ini bisa memberikan manfaat kepada para pembaca khususnya bagi penulis pribadi. *Amin Ya Rabbal Alamin.*  
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pasuruan, 14 Juni 2020

Penulis

Ach. Guntur Hermawan S. A

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Stres.....	8
2.1.1 Pengertian Stres.....	8
2.1.2 Epidemiologi Stres .....	9
2.1.3 Etiologi Stres .....	9
2.1.4 Jenis Stres .....	10
2.1.5 Tingkatan Stres .....	11
2.1.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres .....	13
2.1.7 Dampak Stres Terhadap Tubuh .....	14
2.1.8 Manajemen Stres .....	15
2.1.9 Patomekanisme Stres .....	16
2.1.10 Stres pada Mahasiswa Kedokteran .....	17
2.2 Sistem Pendidikan FKIK di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang .....	19

2.2.1 Sistem Pendidikan di PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang .....	19
2.2.2 Peta Kurikulum .....	22
2.2.3 Mahad .....	23
2.2.3.1 Kegiatan Mahad .....	24
<b>BAB III KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>25</b>
3.1 Kerangka Konsep .....	25
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
4.1 Desain Penelitian.....	27
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
4.3 Populasi dan Sampel .....	27
4.3.1 Populasi .....	27
4.3.2 Sampel.....	28
4.3.3 Kriteria Sampel .....	30
4.4 Instrumen Penelitian .....	30
4.4.1 Kuisoner Penelitian .....	30
4.4.2 Uji Validitas dan Reabilitas Kuisoner MSSQ .....	32
4.5 Definisi Operasional .....	33
4.6 Prosedur Penelitian .....	36
4.6.1 Langkah- Langkah Penelitian .....	36
4.6.1.1 Metode Pengumpulan Data.....	36
4.6.2 Jenis Data .....	36
4.7 Alur Penelitian .....	37
4.8 Cara Pengolahan Data dan Analisis Data .....	37
4.8.1 Cara Pengolahan Data .....	37
4.8.2 Analisis Univariat .....	38
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	40
5.1.1 Karakteristik Responden .....	41
5.1.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	41

5.1.2.A Distribusi Frekuensi Kejadian Tingkat Stres .....	41
5.1.2.B Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres .....	42
5.1.2.C Distribusi Frekuensi Tinggal di Mahad dengan Kejadian Tingkat Stres ..	43
5.1.2.D Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	44
5.1.2. E Distribusi Frekuensi Skor masing-masing Pernyataan Kuisoner .....	45
5.1.2.1 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2016	46
5.1.2.1.A Distribusi Frekuensi Kejadian Stres .....	46
5.1.2.1.B Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor .....	47
5.1.2.1.C Distribusi Frekuensi Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner .....	48
5.1.2.1. D Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	49
5.1.2.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2017	53
5.1.2.2.A Distribusi Frekuensi Kejadian Stres .....	53
5.1.1.2.B Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	53
5.1.1.2.C Distribusi Frekuensi Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner .....	55
5.1.1.2.D Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	56
5.1.2.3 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2018	60
5.1.2.3.A Distribusi Frekuensi Kejadian Stres .....	60
5.1.2.3.B Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	60
5.1.2.3.C Distribusi Frekuensi rata-rata Skor Masing-Masing Pernyataan .....	61
5.1.2.3.D Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	62
5.1.2.4 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2019	66
5.1.2.4.A Distribusi Kejadian Stres Mahasiswa.....	66
5.1.2.4.B Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	66
5.1.2.4.C Distribusi Frekuensi Rata-rata Skor Masing-Masing Pernyataan .....	68
5.1.2.4.D Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	69
5.2 Pembahasan.....	73
5.2.1 Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang .....	73
5.2.1.1 Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres.....	74
5.2.1.2 Tinggal di Mahad Dengan Kejadian Stres .....	74

5.2.1.3	Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor .....	75
5.2.2	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Berdasarkan Perbedaan Angkatan.....	81
5.2.2.1	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2016	81
5.2.2.1.A	Tingkat Stres Mahasiswa .....	81
5.2.2.1.B	Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	82
5.2.2.2	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2017	88
5.2.2.2.A	Tingkat Stres Mahasiswa .....	88
5.2.2.2.B	Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	89
5.2.2.3	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2018.....	95
5.2.2.3.A	Tingkat Stres Mahasiswa .....	95
5.2.2.3.B	Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	96
5.2.3.4	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2019.....	102
5.2.3.4.A	Tingkat Stres Mahasiswa .....	102
5.2.3.4.B	Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor.....	103
5.3	Integrasi Islam.....	110
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>116</b>
6.1	Kesimpulan .....	116
6.2	Saran.....	116
6.3	Kelemahan Penelitian.....	117
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>119</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>132</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1: Peta Kurikulum Tahap Sarjana Kedokteran .....	22
Tabel 4.1: Jumlah Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang .....	27
Tabel 4.2: Cetak biru MSSQ .....	31
Tabel 4.3: Total butir pernyataan MSSQ per dimensi .....	32
Tabel 4.4: Interpretasi skor MSSQ .....	32
Tabel 4.5: Nilai koefisien <i>Cronbach alpha</i> tiap domain stresor .....	33
Tabel 5.1: Karakteristik Responden .....	41
Tabel 5.2: Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang .....	42
Tabel 5.3: Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres .....	42
Tabel 5.4: Tinggal di Mahad dengan Kejadian Tingkat Stres .....	43
Tabel 5.5: Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor .....	44
Tabel 5.6: Skor masing-masing Pernyataan Kuisoner .....	45
Tabel 5.7: Tingkat Stres Mahasiswa PSPD Angkatan 2016 .....	46
Tabel 5.8: Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2016 .....	47
Tabel 5.9 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2016 .....	48
Tabel 5.10 Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	49
Tabel 5.11 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2017 .....	53
Tabel 5.12 Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2017 .....	54
Tabel 5.13 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2017 .....	55
Tabel 5.14 Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	56
Tabel 5.15 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2018 .....	60
Tabel 5.16 Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2018 .....	60
Tabel 5.17 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2018 .....	61
Tabel 5.18 Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	63
Tabel 5.19 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2019 .....	66
Tabel 5.20 Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2019 .....	67
Tabel 5.21 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2019 .....	68
Tabel 5.22 Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Persetujuan Untuk Mengikuti Penelitian.....	132
Lampiran 2. <i>Inform Consent</i> .....	133
Lampiran 3. Biodata Responden .....	134
Lampiran 4. Kuisoner MSSQ.....	135
Lampiran 5. Bukti Wajib Mahad .....	142
Lampiran 6. Hasil Kajian Uji Etik .....	147
Lampiran 7. Ethical Clearance.....	148
Lampiran 8. Perhitungan Tingkat Stres Mahasiswa .....	149
Lampiran 9. Surat Edaran UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Terkait Kondisi Corona Virus.....	152
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	153

## ABSTRAK

**Aji, Ach. Guntur H.S.A. 2020. STUDI DESKRIPSI : GAMBARAN TINGKAT STRES BERDASARKAN STRESOR MAHASISWA PSPD UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG. Skripsi. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing: (I) dr. Iwal Reza Ahdi, Sp.PD (II) dr. Doby Indrawan, MMRS (III) dan Yossi Indra Kusuma, S.Ked.Med.Ed**

---

**Kata Kunci:** Tingkat Stres, PSPD UIN Malang, Mahad

Stres dapat diartikan sebagai suatu tekanan atau sesuatu yang membuat individu merasa tertekan. Penelitian tentang stres di dunia menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres, dengan persentase tertinggi adalah pada mahasiswa kedokteran. Sistem pembelajaran pada mahasiswa kedokteran di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, adalah sistem pembelajaran yang berbasis islami, sehingga pada mahasiswa baru untuk jenjang S-1 diwajibkan untuk tinggal di mahad untuk mendapatkan bekal ilmu agama. Sehingga dapat digambarkan bahwa kegiatan yang dijalani oleh mahasiswa kedokteran di PSPD FKIK UIN Malang sangat padat. Berdasarkan hal tersebut, maka perlunya untuk menilai gambaran tingkat stres berdasarkan stresor mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti tertarik untuk menentukan gambaran karakteristik mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan menentukan gambaran tingkat stres mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknis *Proportional Stratified Random Sampling* dengan jumlah responden 40 orang. Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner biodata dan kuesioner *Medical Stres Stressor Quisionare* secara online yang kemudian dilakukan analisis secara univariat. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada mahasiswa wanita memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibanding mahasiswa laki-laki dan pada mahasiswa yang tinggal di mahad memiliki tingkat stres lebih tinggi dibanding mahasiswa yang tidak tinggal di mahad. Selain itu Gambaran tingkat stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada angkatan 2016 sebagian besar responden mengalami stres sedang, angkatan 2017 stres berat, angkatan 2018 stres sedang, dan angkatan 2019 stres berat.

## ABSTRACT

**Aji, Ach. Guntur H.S.A. 2020. DESCRIPTIVE STUDY: ABOUT STUDENTS STRESS LEVEL BASED STRESSOR AMONG MEDICAL STUDENTS IN FACULTY MEDICAL HEALTH AND SCIENCE UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG. Medical and Health Science Faculty, The Islamic State University Maulana Malik Ibrahim Malang. Advisor : (I) dr. Iwal Reza Ahdi, Sp.PD (II) dr. Doby Indrawan, MMRS (III) and Yossi Indra Kusuma, S.Ked. Med.Ed**

---

**Keywords : Stress Level, PSPD UIN Malang, Dormitory**

Stress can be interpreted as a pressure or something that makes the individual feel depressed. Research on stress in the world shows that the majority of students experience stress, with the highest percentage being on medical students. Systems The study in medical students at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, is an Islamic-based learning system, so that new students for the S-1 level are required to stay in the Mahad to obtain religious sciences. So it can be described that the activities undertaken by medical students Medical Health and Science UIN Malang are very dense. Based on this, it is necessary to assess the description of stress levels based on student environmental stressors of Medical Health and Science UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Researchers interested to determine the description of students characteristics Medical Health and Science UIN Maulana Malik Ibrahim Malang and determine the degree of stress level student Medical Health and Science UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. The study used quantitative descriptive methods with technical *Proportional Stratified Random Sampling* with a total of 40 respondents. This research uses a profil questionnaire and a *Medical Student stressor Quisionare* by Online which is then conducted by univariat analysis. The results of this study showed that female students have higher levels of stress than male students and students who live in dormitory have higher stress levels than students who do not live in the Mahad. In addition, the overview of stress levels of 4th years respondents experienced moderate stress, 3rd years heavy Stress, 2nd Years moderate stress, and 1st years heavy stress.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Stres dapat diartikan sebagai suatu tekanan atau sesuatu yang membuat individu merasa tertekan. Sesuatu tersebut dapat terjadi ketika tidak diperoleh keseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diharapkan individu, baik keinginan yang bersifat jasmani maupun rohani (Kaplan, 2007). Stres merupakan kondisi akibat adanya interaksi individu dengan lingkungan, memunculkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi yang dapat bersumber dari sistem biologis, psikologis dan sosial individu (Sarafino, 2008). Sedangkan menurut Handoyo (2001), stres merupakan tuntutan eksternal yang mengenai seseorang, misalnya objek dalam lingkungan atau stimulus yang bersifat objektif berbahaya bagi individu. Ardani (2007) menyimpulkan bahwa stres merupakan kondisi dimana individu merasa tertekan baik secara fisik maupun psikologis. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan suatu keadaan atau pengalaman yang negatif sebagai sesuatu yang mengancam, atau bersifat membahayakan individu yang berasal dari situasi yang dapat bersumber dari sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang.

Menurut American Psychological Association (2013) di Amerika, sekitar 75% orang dewasa mengalami stres berat dan jumlahnya cenderung meningkat dalam satu tahun terakhir. Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk mengalami stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3% (Hidayat, 2012). Periode Prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional di Indonesia pada tahun

2013 sampai tahun 2018 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2013 sebesar 6% dan pada tahun 2018 sebesar 9,8% (Riskesmas, 2018). Sementara di Provinsi Jawa Timur, periode prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional dari tahun 2013 sampai tahun 2018 mengalami sedikit penurunan yaitu pada tahun 2013 sebesar 7,5% menjadi 6,82% di tahun 2018. Berbanding terbalik dengan periode prevalensi penduduk Kota Batu yang mengalami gangguan mental emosional dari tahun 2013 sampai tahun 2018 mengalami peningkatan sekitar 4% (Riskesmas Jawa Timur, 2018). Salah satu penyebab munculnya stres bisa berasal dari pendidikan, terutama mengenai mahasiswa (McKean & Misra, 2000).

Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa telah dilakukan di beberapa universitas di dunia. Prevalensi mahasiswa di dunia yang terkena stres selama masa perkuliahan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia menunjukkan angka sebesar 39,6-61,3% (Koochaki et al., 2009). Pada penelitian lain di Pakistan menemukan bahwa tingkat stres mahasiswa pada tahun pertama sebesar 73%, tahun kedua sebesar 66%, tahun ketiga sebesar 49%, dan tahun keempat sebesar 47% (Shah et al., 2010). Sementara itu, prevalensi stres yang diderita oleh mahasiswa di Indonesia sendiri adalah 36,7-71,6% (Fitasari, 2011).

Menurut Santrock (2003), penyebab stres dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu berasal dari faktor personal dan faktor akademik. Contoh dari faktor personal adalah jauhnya mahasiswa dengan orangtua, masalah ekonomi (pengelolaan uang saku), interaksi dengan teman baru, dan lingkungan baru. Sedangkan penyebab stres bersumber dari faktor akademik yaitu tentang perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, banyaknya tugas kuliah, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan masalah akademik lainnya. Sedangkan menurut

Heiman & Kariv (2005) pemicu stres antara satu mahasiswa dengan mahasiswa lain berbeda. Faktor penyebab stres dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal bersumber dari dalam diri individu seperti tipe kepribadian, motivasi, dan keadaan fisik. Faktor eksternal bisa bersumber dari luar individu seperti keluarga dan kerabat terdekat, lingkungan pekerjaan, fasilitas yang tidak lengkap, lingkungan baru, dosen dan lain-lain.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran lebih banyak mengalami stres yang tinggi dibanding dengan mahasiswa program studi di sektor non medis (Legiran, Zalili & Bellinawati, 2015). Menurut penelitian oleh Jafri et al (2017) terhadap 50 mahasiswa dari 12 universitas berbeda memberikan hasil bahwa 54,6% mahasiswa kedokteran terkategori sebagai stres tinggi dibanding jurusan lain seperti jurusan mesin hanya 20,6%, jurusan seni 20,6%, dan jurusan bisnis 32%.

Penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara di asia seperti Thailand dan Malaysia menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran di Malaysia adalah 41,9% dan di Thailand sebesar 61,4% (Saipanish, 2003). Penelitian di Iran menyatakan bahwa prevalensi stres berkurang seiring bertambahnya masa studi. Penelitian menunjukkan mahasiswa yang stres pada tahun pertama adalah 33%, pada tingkat kedua 26%, dan tingkat ketiga 16% (Koochaki et al., 2009). Penelitian khusus tentang prevalensi mahasiswa yang stres pada jurusan kedokteran di Indonesia menunjukkan angka 45,8% - 71,6% (Carolin, 2010). Selain itu penelitian tentang kondisi stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Indonesia pernah dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan menunjukkan prevalensi stres sebesar 71% (Augesti,

2015). Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh virginia (1999) dalam Farida (2008) menyebutkan bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran mengalami stres disebabkan oleh stres akademik sebesar 26%. Penyebab lainnya secara berturut turut adalah konflik dengan orangtua sebesar 17%, masalah keuangan 10%, dan lingkungan baru 5%.

Pembelajaran mahasiswa kedokteran di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki sistem yang berbeda dibandingkan dengan sistem pembelajaran di fakultas kedokteran lain. Sistem pembelajaran pada mahasiswa kedokteran di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, adalah sistem pembelajaran yang berbasis islami, sehingga pada mahasiswa baru untuk jenjang S-1 diwajibkan untuk tinggal di mahad untuk mendapatkan bekal ilmu agama. Untuk mahasiswa program studi pendidikan dokter, diwajibkan untuk tinggal di mahad selama 4 semester. Sedangkan pada jurusan lain di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang hanya tinggal di mahad selama 2 semester (UIN Malang, 2019).

Kegiatan mahad pada mahasiswa baru kedokteran di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dimulai pada pukul 04.00 WIB sampai pukul 22.00 WIB. Pada pukul 04.00 WIB mahasiswa diwajibkan untuk bangun melaksanakan sholat subuh berjamaah di masjid. Pada pukul 05.00 - 06.00 WIB, mahasiswa diwajibkan mengikuti Sobahul Luggoh (Arab atau Inggris). Pada pukul 06.00 – 07.00 WIB, mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti taklim (Afkar atau Qur'an). Setelah itu, pada pukul 08.00 - 14.00 WIB mahasiswa melakukan perkuliahan reguler di kampus sesuai jurusan masing-masing. Pada pukul 14.00 - 17.30 WIB mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti perkuliahan bahasa (PPBA/PPBI). Pada pukul 17.00-17.30 WIB mahasiswa diwajibkan untuk sholat maghrib berjamaah di masjid. Pada

pukul 17.30-19.00 WIB biasanya terdapat kegiatan kesantrian seperti tahlilan, solawatan, dan muhadoroh (Faiz, 2019).

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Lely (2015) kepada 50 mahasiswa baru yang tinggal di mahad Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015. Penelitian tersebut menyebutkan sebanyak 8 mahasiswa menyatakan hal terberat selama menjadi mahasiswa adalah jauh dari orang tua, tidak memiliki banyak uang, dan tidak memiliki teman. Sedangkan 42 mahasiswa lainnya mengatakan bahwa hal terberat selama menjadi mahasiswa adalah terkait tugas kuliah yang banyak, jadwal mahad, dan jadwal PPBA yang padat (stres akademik).

Allah SWT telah menganjurkan kita untuk selalu sabar dalam menjalani ujian yang ada di dunia. Dalam Alquran surat An-Nahl ayat 96, Allah SWT berfirman:

مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَنَجْزِيَنَ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ  
٩٦

“Dan, sesungguhnya Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang sabar dengan pahala yang lebih baik dari apa yang mereka kerjakan” (Alquran Terjemahan, 2015).

Selain itu dalam Hadis Riwayat Abu Yahya Suhaib bin Sinan Radhiyallahuanhu ia berkata: Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda: “Sungguh menakjubkan urusan seorang Mukmin. Sungguh semua urusannya adalah baik, dan yang demikian itu tidak dimiliki oleh siapapun kecuali oleh orang mukmin, yaitu jika ia mendapatkan kegembiraan ia bersyukur dan itu suatu kebaikan baginya dan jika ia mendapat kesusahan, ia bersabar dan itu pun suatu kebaikan baginya”.

Berdasarkan penjelasan tentang bagaimana perbedaan sistem pembelajaran yang dialami mahasiswa PSPD UIN Malang terhadap kejadian stres maka penulis tertarik untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran karakteristik mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana gambaran tingkat stres berdasarkan stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?

## **1.3 Tujuan**

1. Untuk mengetahui gambaran karakteristik mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa berdasarkan stresor PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat akademis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi kedepannya berkaitan dengan data gambaran karakteristik mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan gambaran tingkat stres mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi institusi pendidikan  
Untuk memberikan data ilmiah tentang perbedaan tingkat kejadian stres mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan landasan bagi pengembangan penelitian selanjutnya sehingga akan menumbuhkan data-data yang empiris serta strategi baru terkait penelitian ini.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi bagi masyarakat terkait dengan tingkat stres pada mahasiswa PSPD di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

4. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi bagi mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran terkait faktor penyebab stres pada saat menjadi mahasiswa kedokteran dan sebagai inisiasi menanggulangi stres kedepannya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Stres**

##### **2.1.1 Pengertian Stres**

Stres merupakan keadaan dimana terdapat ketegangan fisiologis maupun psikologis akibat adanya stimulus (internal ataupun eksternal) yang bersifat merugikan, baik stimulus fisik, mental, ataupun emosional, yang cenderung mengganggu fungsi organisme, dan sebenarnya ingin dihindari oleh organisme tersebut (Dorland, 2008).

Stres dapat diibaratkan sebagai suatu keadaan yang mengganggu, atau kemungkinan akan mengganggu, baik mengganggu fungsi fisiologis atau psikologis normal seseorang (Kaplan & sadcock, 2007). Stres bisa digambarkan sebagai situasi dimana tuntutan lingkungan melebihi kapasitas untuk menghasilkan respons efektif oleh individu dan dapat berpotensi memiliki konsekuensi baik fisik dan psikologis (Bamuhair, 2015).

Richards (dalam Chlarasinta, 2015) berpendapat bahwa stres merupakan sebuah kondisi seseorang dengan tuntutan emosi berlebihan dan atau waktu yang membuatnya susah mengendalikan secara efektif kehidupannya. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya banyak gejala, seperti depresi, kelelahan, mudah marah, gelisah, impotensi, dan kualitas kerja yang rendah.

Berdasarkan penjelasan diatas maka stres dapat disimpulkan sebagai suatu kejadian atau pengalaman yang mengancam, ataupun dapat membahayakan

individu yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang.

### **2.1.2 Epidemiologi Stres**

Menurut data American Psychological Association (2013) menuturkan bahwa sekitar 75% orang dewasa yang berada di amerika mengalami stres berat dan memiliki kecenderungan untuk mengalami peningkatan dalam satu tahun terakhir. Sedangkan di Indonesia, sekitar 1,33 juta orang atau sekitar 14% dari jumlah penduduk Indonesia menderita gangguan stres.

### **2.1.3 Etiologi Stres**

Stressor merupakan suatu pemicu yang dapat menimbulkan stres yang biasanya didapat dari kejadian yang terjadi di lingkungan yang dapat diidentifikasi dengan jelas (Looker & Gregson, 2005). Menurut penyebabnya stressor dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu penyebab eksternal dan penyebab internal (Potter, 2005):

#### **1. Eksternal**

Stresor yang berasal dari luar tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab eksternal. Contoh dari penyebab eksternal yaitu stressor yang berasal dari lingkungan, stressor terkait hubungan sosial, stressor pekerjaan, dan stressor terkait keadaan finansial.

#### **2. Internal**

Stresor yang berasal dari dalam tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab internal. Contoh dari penyebab internal yaitu stressor terkait kesehatan manusia, misal: batuk, trauma, kekurangan zat gizi, kelelahan, dan obesitas. Selain itu juga bisa berasal dari pemikirin dan perasaan

manusia itu sendiri seperti perasaan rendah diri (self devoluation) akibat adanya konflik, dan depresi yang berkepanjangan. Selain itu kondisi cacat tubuh, usia, jenis kelamin juga digolongkan kedalam penyebab internal.

#### **2.1.4 Jenis Stres**

Hans Selye dalam Girdano (2005) menjelaskan bahwa terdapat dua jenis stres, yaitu eustres dan distres. Distres (stres negatif) adalah jenis stres yang bersifat merusak atau bersifat tidak baik bagi individu. Gejala dari distress adalah individu merasa mudah cemas, mengalami ketakutan, khawatir ataupun gelisah. Sehingga menyebabkan individu cenderung mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan dan timbul keinginan untuk menghindarinya. Sedangkan eustress (stres positif) bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan. Eustress dapat meningkatkan motivasi individu untuk dapat menciptakan sesuatu, misalnya menciptakan karya seni. Menurut Rice (1999), berdasarkan etiologi, stres dapat dikategorikan sebagai berikut:

1. Stres Kepribadian (Personality Stress)

Stres kepribadian bersumber dari masalah dalam pribadi masing-masing seseorang. Stres kepribadian berhubungan dengan cara pandang individu terhadap masalah dan kepercayaan terhadap diri sendiri. Umumnya, orang yang selalu berpikir positif akan memiliki risiko kecil mengalami stres kepribadian.

2. Stres Psikososial (Psychosocial Stress)

Stres Psikososial berhubungan dengan interaksi sosial dengan orang lain yang berada disekitarnya ataupun akibat situasi sosialnya. Contoh dari stres

ini adalah stres terhadap lingkungan baru, masalah dengan keluarga, stres karena terjebak macet dan lain-lain.

### 3. Stres Bio-ekologi ( Bio-Ecological Stress)

Stres bio-ekologi dipicu oleh dua hal yaitu yang berhubungan dengan ekologi atau lingkungan seperti polusi dan cuaca dan yang berhubungan dengan kondisi biologis seseorang seperti sakit, menstruasi, dan lain-lain.

### 4. Stres Pekerjaan (Job Stress)

Stres pekerjaan dipicu oleh segala sesuatu yang berhubungan dengan pekerjaan seseorang. Adanya persaingan dalam kantor, tekanan dan tuntutan pekerjaan, target kantor yang terlalu tinggi, usaha yang gagal, banyaknya saingan bisnis adalah beberapa hal yang dapat mengakibatkan stres pekerjaan.

### 5. Stres Mahasiswa (College Student Stress)

Stres mahasiswa dipicu oleh kondisi mahasiswa selama masa perkuliahan. Secara umum, stresor pada waktu perkuliahan dapat dibagi menjadi tiga kelompok stresor yaitu dari segi personal dan sosial, gaya hidup dan budaya, serta stresor dari segi akademik.

## 2.1.5 Tingkatan stres

### 1. Stres Normal

Stres normal merupakan sesuatu yang normal dalam kehidupan. Gejala dari stres normal yaitu merasakan detak jantung berdegup dengan lebih kencang setelah beraktivitas, sedang mengikuti ujian, atau kelelahan mengerjakan tugas akademik (Crowford & Henry, 2003).

## 2. Stres ringan

Stres ringan berasal dari stresor yang hanya berlangsung hitungan menit atau jam. Misalnya terjebak macet, dan dimarahi oleh dosen. Contoh dari gejala stres ringan adalah sulit bernafas, bibir menjadi kering, lemas, sering berkeringat, takut tidak beralasan, merasa lega jika kondisi penyebab stres telah berakhir (Psychology Foundation of Australia, 2010).

## 3. Stres sedang

Stres sedang adalah stres yang berlangsung selama beberapa jam hingga beberapa hari. Contoh penyebab dari stres sedang adalah kejadian perkuliahan dengan seseorang yang tidak dapat diselesaikan. Contoh gejala dari stres ini adalah mudah merasa capek, mudah emosi, sulit bersitirahat, dan menjadi gelisah (Psychology Foundation of Australia, 2010).

## 4. Stres berat

Keadaan stres yang dapat berlangsung hingga beberapa minggu. Misalnya terdapat perselisihan dengan dosen atau teman seara terus menerus, penyakit fisik jangka panjang dan kesulitan ekonomi. Gejala dari stres ini adalah merasa tidak kuat untuk melakukan segala aktivitas, putus asa, hilang minat, merasa tidak dihargai, merasa tidak ada hal yang diharapkan di masa depan (Psychology Foundation of Australia, 2010).

## 5. Stres sangat berat

Keadaan stres yang dapat berlangsung hingga beberapa minggu. Contoh penyebab dari stres berat adalah adanya pertikaian dengan dosen atau teman secara terus menerus, terkena penyakit fisik dalam jangka panjang dan kesulitan ekonomi. Contoh gejala dari stres ini adalah merasa tidak kuat

untuk melakukan aktivitas, menjadi putus asa dan hilang minat, merasa tidak dihargai, merasa tidak ada hal yang diinginkan dimasa depan (Psychology Foundation of Australia, 2010).

### **2.1.6 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Tingkat Stres**

Antar individu mempunyai efek berbeda ketika terkena stres tergantung dari beberapa faktor (Rasmun, 2004):

1. Persepsi stresor

Jika individu menganggap bahwa stresor bersifat negatif dan dapat berakibat buruk bagi dirinya maka tingkat stres menjadi lebih berat. Begitu juga ketika individu menganggap bahwa stresor bersifat kecil dan dapat diatasi maka tingkat stres menjadi berkurang.

2. Intensitas

Semakin sering stresor yang dihadapi individu, maka menyebabkan fisik dan mental individu semakin berat untuk mengatasinya.

3. Jumlah stresor pada waktu yang sama

Jika pada saat yang bersamaan muncul banyak stresor pada individu, maka stresor kecil bisa jadi dipersepsikan secara berlebihan oleh individu.

4. Lama paparan stresor

Semakin lama individu terpajan stresor mengakibatkan kemampuan individu mengatasi stres menjadi menurun.

5. Pengalaman

Adanya pengalaman pada masa lampau dengan stresor yang sama menyebabkan kemampuan individu dalam mengatasi stres menjadi semakin berpengalaman

## 6. Tingkat perkembangan

Kehidupan manusia dari masa balita sampai tua mempunyai beberapa tahapan. Tentu dalam setiap tahapan tersebut mempunyai masalah dan jumlah stresor yang berbeda pula sehingga risiko kejadian stres pada tiap tingkat akan berbeda

### 2.1.7 Dampak Stres terhadap Tubuh

Dampak stres secara umum dapat dibagi menjadi dua, yaitu yang pertama stres secara langsung dapat memengaruhi tubuh sehingga dapat memengaruhi kesehatan. Yang kedua, stres secara tidak langsung memengaruhi perilaku individu sehingga juga berdampak secara tidak langsung memunculkan penyakit dan juga bisa memperburuk kondisi tubuh (Sarafino, 2008). Kondisi stres dapat memengaruhi tubuh baik dari segi fisik/biologis (melibatkan materi atau fisik) dan psikologis (cara pandang individu terhadap situasi dalam kehidupan mereka) (Sarafino, 2008).

#### 1. Aspek Biologis

Ketika seseorang mengalami stres, dapat menyebabkan berbagai gejala tubuh seperti sakit kepala berlebihan, tidur kurang nyenyak, gangguan pada pencernaan, nafsu makan menurun, gangguan pada kulit, dan produksi keringat berlebihan (Sarafino, 2008).

#### 2. Aspek Psikologis

Secara umum gejala psikologis orang yang menderita stres dapat dibagi menjadi 3 jenis yaitu gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku (Sarafino, 2008) :

#### A. Gejala kognisi

Gangguan daya ingat meliputi mudah lupa terhadap sesuatu hal, perhatian serta konsentrasi yang menurun sehingga menjadi tidak fokus dalam melakukan berbagai hal, dan menurunnya daya ingat tiba-tiba.

#### B. Gejala emosi

Timbul perasaan yang naik turun dan dapat menyebabkan seseorang menjadi mudah marah, mudah cemas, dan mudah merasa sedih dan depresi.

#### C. Gejala tingkah laku

Umumnya orang dengan kondisi stres menjadi mudah untuk menyalahkan orang lain dan lebih mudah melanggar norma yang berlaku dikarenakan dia sukar untuk bisa mengontrol perbuatannya serta lebih memilih bersikap acuh tak acuh pada lingkungan.

Kaplan & Sadock (2007) berpendapat bahwa stres meningkatkan gangguan psikosomatik. Orang yang menghadapi stres dengan optimis cenderung menderita gejala psikosomatik lebih kecil dibanding dengan orang yang menghadapinya dengan pesimis.

### 2.1.8 Manajemen Stres

Menurut Smert (1994) mekanisme koping adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk memperbaiki jarak antara tuntutan (baik tuntutan yang bersumber dari individu maupun dari lingkungan) dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stresfull.

Menurut Bell (1977) dalam Rasmus (2004), ada dua metode koping yang digunakan oleh individu yaitu:

### 1. Metode koping jangka panjang

Merupakan metode yang konstruktif dan efektif dalam mengatasi stres psikologis dalam jangka waktu yang lama. Contoh dari metode ini adalah: berbicara dengan orang terdekat seperti teman dan keluarga, mencoba mendapatkan informasi yang banyak berkaitan dengan masalah yang dihadapi, rekreasi, membuat alternatif, dan mengambil pelajaran dari setiap masalah yang dihadapi.

### 2. Metode koping jangka pendek

Merupakan metode yang paling efektif menangani stresor yang bersifat sementara dan kurang cocok menangani stresor yang bersifat panjang. Contoh dari metode ini adalah: menonton tv, melihat film, merokok, banyak tidur, konsumsi alkohol, dan melamun.

#### **2.1.9 Patomekanisme Stres**

Stres adalah respons nonspesifik generalisata tubuh terhadap setiap faktor yang mengalahkan, atau mengancam untuk mengalahkan kemampuan kompensasi tubuh untuk mempertahankan homeostatis. Stresor yang ada mengaktifkan sistem hipotalamus, selanjutnya hipotalamus akan mengaktifkan sistem saraf simpatis dan sistem korteks adrenal. Aktifnya sistem saraf simpatis menyebabkan berbagai respon dalam organ dan otot polos pada tubuh sebagai contoh terjadi peningkatan aliran darah ke jantung dan ventilasi serta terjadi pengalihan aliran darah dari bagian yang aktivitasnya ditekan dan terjadi vasokonstriksi, contohnya adalah saluran cerna dan kemih, dan munculnya respon fight or flight. Saraf simpatis juga menyebabkan produksi hormon epinefrin dari medula adrenal menjadi naik. Epinefrin berfungsi untuk memperkuat respon simpatis dan bisa mencapai tempat lain yang tidak

disarafi oleh sistem saraf simpatis untuk melakukan fungsinya, contohnya adalah mobilisasi lemak dan karbohidrat (Sherwood, 2012).

Selain epinefrin, respon hormon utama dalam tubuh juga aktif seperti pengaktifan sistem CRH-ACTH-kortisol. Kortisol berperan dalam membantu tubuh menghadapi stres melalui efek metabolisme. Kortisol berperan menguraikan simpanan lemak dan protein. Selain itu juga memperbanyak simpanan karbohidrat dan meningkatkan ketersediaan glukosa dalam darah. Peningkatan cadangan glukosa, asam amino, dan asam lemak nantinya dapat digunakan sesuai kebutuhan, seperti mempertahankan nutrisi ke otak dan menyediakan bahan baku untuk dapat memperbaiki sel dan jaringan yang rusak (Sherwood, 2012).

#### **2.1.10 Stres Pada Mahasiswa Kedokteran**

Stres yang terjadi pada mahasiswa kedokteran adalah sebuah fenomena yang bisa ditemui di berbagai negara di dunia (Nandi et al., 2012). Penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara di Asia seperti Thailand dan Malaysia menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran di Malaysia adalah 41,9% dan di Thailand sebesar 61,4% (Saipanish, 2003). Penelitian di Iran menyatakan bahwa tingkat stres berkurang seiring bertambahnya masa studi. Penelitian menunjukkan mahasiswa yang stres pada tahun pertama adalah 33%, pada tingkat kedua 26%, dan tingkat ketiga 16% (Koochaki et al., 2009). Menurut penelitian yang oleh Virginia (1999) dalam Farida (2008) menyebutkan bahwa penyebab stres pada mahasiswa kedokteran dipersentasikan sebagai berikut: stres akademik 26%, konflik dengan orang tua 17%, masalah finansial 10%, pindah rumah dan sekolah 5%. Faktor lain yang dapat mencetuskan stres adalah kebiasaan belajar yang berubah, proses pembelajaran, lingkungan belajar yang baru,

hubungan dengan tenaga pengajar, dan hubungan dengan teman sebaya dalam satu angkatan atau teman lain di lingkungan kampus yang tidak dalam satu angkatan (Moffat et al., 2004). Umumnya terdapat 3 sumber yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa yaitu prestasi akademik, masalah sosial dan masalah keuangan.

Menurut Santrock (2003), beberapa penyebab stres pada mahasiswa kedokteran dapat disebabkan oleh adanya faktor personal seperti:

1. Berada jauh dari orangtua dan kerabat
2. Kondisi finansial
3. Interaksi sosial
4. Perubahan lingkungan

Selain faktor diatas, terdapat juga faktor akademik yang memicu terjadinya stres seperti:

1. Perubahan model belajar
2. Tugas kuliah
3. Target pencapaian hasil belajar, prestasi dalam bidang akademik.

Mahasiswa universitas rentan mengalami stres dan penyebab stres antara satu mahasiswa dengan mahasiswa lain berbeda. Untuk mahasiswa baru akan dihadapkan pada norma dan budaya yang baru, teman kelompok baru, tugas perkuliahan yang banyak, dan perubahan gaya hidup menuntut proses untuk beradaptasi (Gleitman, Reisberg & Gross, 2007). Menurut Payne & Hahn (2002) Stres pada mahasiswa disebabkan oleh beragam faktor seperti tuntutan institusi, masalah finansial, interaksi sosial, tuntutan yang bersifat internal, tuntutan keluarga, manajemen waktu, budaya, masalah agama, dan tuntutan dari fakultas tempat mahasiswa.

## **2.2 Sistem Pendidikan FKIK di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

### **2.2.1 Sistem Pendidikan di PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Kegiatan pembelajaran utama pada Program Studi Pendidikan Dokter menggunakan sistem blok dimana tiap blok diselenggarakan dalam kurun waktu 5-6 minggu dengan beban pembelajaran 4-6 SKS. Kegiatan pembelajaran dalam blok terdiri dari tutorial, kuliah penunjang, dan praktikum. Kegiatan pembelajaran lain yang tidak masuk ke dalam blok meliputi Clinical Skill Lab (CSL), dan kuliah non blok (FKIK UIN Malang, 2019).

#### **1. Blok**

Terdiri dari tiga jenis kegiatan pembelajaran yaitu:

##### **A. Tutorial**

Tutorial adalah kegiatan akademik terstruktur yang dilaksanakan oleh mahasiswa dalam bentuk diskusi kelompok untuk mencapai tujuan pembelajaran melalui pencetus skenario. Setiap kelompok terdiri 10-15 mahasiswa yang dituntut untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Diskusi tutorial difasilitasi oleh seorang tutor dan dipimpin oleh ketua dan sekretaris yang dipilih dari mahasiswa anggota kelompok. Diskusi kelompok dalam tutorial dilaksanakan dengan metode tujuh langkah (seven jumps), dengan urutan langkah sebagai berikut:

1. membaca skenario dan mengklarifikasi kata sulit,
2. merumuskan permasalahan,
3. melakukan curah pendapat (brainstorming) dan membuat pernyataan sementara mengenai permasalahan,
4. menyusun hipotesis dalam suatu kerangka konsep,

5. merumuskan tujuan pembelajaran,
6. mengumpulkan informasi baru dengan belajar mandiri,
7. melaporkan dan membahas informasi yang diperoleh.

Kegiatan tutorial untuk setiap skenario dilaksanakan dalam 2 (dua) kali diskusi kelompok, pada hari yang berbeda dan disebut tutorial I dan II. Langkah ke-1 sampai ke-5 dilaksanakan saat tutorial I selama 2 kali 50 menit, langkah ke-6 dilaksanakan saat belajar mandiri, dan langkah ke-7 dilaksanakan saat tutorial II selama 2 kali 50 menit. Tutorial harus dilaksanakan pada hari, jam dan tempat yang telah ditetapkan. Setiap akhir skenario tutorial dilaksanakan kuliah pleno dengan tujuan untuk mengklarifikasi materi yang sulit, menyamakan persepsi dan tingkat pengetahuan antar mahasiswa mengenai hasil diskusi tutorial.

#### B. Kuliah Penunjang Blok

Kuliah penunjang adalah kegiatan akademik terstruktur dalam bentuk kuliah dalam blok dengan narasumber sesuai bidang ilmu terkait untuk mencapai learning objective yang tidak dapat dicapai dalam tutorial dan praktikum.

#### C. Praktikum

Praktikum adalah kegiatan akademik terstruktur untuk meningkatkan pemahaman maupun keterampilan mahasiswa mengenai suatu teori. Praktikum kedokteran dasar dilaksanakan di Laboratorium Kedokteran Dasar di bawah bimbingan instruktur praktikum. Praktikum kedokteran dasar meliputi Anatomi, Histologi, Mikrobiologi, Parasitologi, Fisiologi, Farmakologi, Patologi Anatomi, Patologi Klinik, Biomedik dan Biokimia.

Praktikum lapangan dilaksanakan diluar gedung pendidikan dokter baik di masyarakat ataupun instansi yang telah ditentukan.

#### D. Seminar Ilmiah

Seminar ilmiah merupakan kegiatan pembelajaran yang diberikan secara terstruktur oleh Koordinator Blok dalam bentuk presentasi ilmiah oleh mahasiswa secara berkelompok. Seminar ilmiah dapat berupa makalah, jurnal reading, critical appraisal dan lain-lain.

#### 2. Clinical Skill Lab. (CSL)

CSL merupakan metode pembelajaran untuk melatih keterampilan klinik secara sistematis, mulai dari keterampilan yang sederhana ke arah keterampilan yang lebih kompleks dan makin terintegrasi pada tahun-tahun akhir pendidikan. Kegiatan ini bertujuan untuk menunjang pencapaian kompetensi klinis yang mengacu pada Daftar Keterampilan Klinis dalam SKDI 2012. Keterampilan klinis terdiri dari tiga pokok ketrampilan, yaitu Keterampilan Komunikasi, Keterampilan Pemeriksaan Fisik dan Keterampilan Prosedural. Keterampilan Komunikasi meliputi kemampuan membina sambung rasa dengan pasien, bagaimana membuka sesi maupun menutup sesi, bagaimana memberikan empati, proses negosiasi dengan pasien, termasuk pendidikan dan konseling. Keterampilan pemeriksaan fisik meliputi keterampilan melakukan inspeksi, auskultasi, palpasi dan perkusi bagian tubuh pasien untuk dapat mengetahui abnormalitas organ. Keterampilan Prosedural meliputi urutan langkah dalam melakukan tindakan medis. CSL dilaksanakan di Laboratorium Keterampilan Klinik dalam suatu kelompok kecil yang dipandu oleh seorang instruktur.

Pembelajaran CSL terdiri dari kuliah pengantar, bimbingan, responsi dan kegiatan mandiri.

### 3. Kuliah Non-blok

Kuliah non-blok merupakan kegiatan terstruktur berupa pemberian materi dari mata kuliah non-blok yang dilaksanakan satu kali per minggu selama satu semester.

#### 2.2.2 Peta Kurikulum

Peta Kurikulum tahap Sarjana Kedokteran dijabarkan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 2.1 Peta Kurikulum Tahap Sarjana Kedokteran

Semester	Minggu																SKS
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
I	Budaya Ilmiah dan Konsep Dokter Muslim (4)					Biomedik I (4)					Biomedik II (6)						18
	CSL I (2), B. Arab I (2)																
II	Bioetika dan Humaniora (4)					Mekanisme dasar Penyakit (4)					Hematoimunologi (6)						20
	CSL II (2), B. Arab II (2), Pancasila dan Kewarganegaraan (2)																
III	Endokrin (5)					Muskuloskeletal (5)					Neuropsikiatri (6)						22
	CSL III (3), Bahasa Inggris (2), Studi Keislaman I (1)																
IV	Kardiovaskuler (5)					Respirasi (5)					Digestif (6)						20
	CSL IV (3), Studi Keislaman II (1)																
V	Integumen (5)					Urogenetalia (5)					Reproduksi (6)						20
	CSL V (3), Studi Keislaman III (1)																
VI	Penginderaan (5)					Pediatri (4)					Traumatologi dan Kegawatdaruratan Medik (6)						21
	CSL VI (3), Metodologi Penelitian Kesehatan (2), Studi Keislaman IV (1)																
VII	Geriatric (4)					Elektif: TABM (2), Tradmed (2)					Kedokteran Komunitas (6)						21
	CSL VII (3), SKRIPSI (3), KKN (2), Studi Keislaman V (1)																
VIII	Manajemen Kesehatan Haji (5)					Kedokteran Haji (5)											16
	CSL VIII (2), SKRIPSI (3 SKS), Studi Keislaman VI (1)																
																158	

Peta kurikulum pada tahap Pendidikan Sarjana Kedokteran terdiri dari 24 Blok, 8 CSL dan 11 mata kuliah non-blok. Blok meliputi Blok Budaya Ilmiah dan Konsep Dokter Muslim, Blok Biomedik I, Blok Biomedik II, Blok Bioetika dan Humaniora, Blok Mekanisme Dasar Penyakit, Blok

Hematoimunologi, Blok Endokrin, Blok Muskuloskeletal, Blok Neuropsikiatri, Blok Kardiovaskuler, Blok Respirasi, Blok Digestif, Blok Integumen, Blok Urogenetalia, Blok Reproduksi, Blok Penginderaan, Blok Pediatri, Blok Traumatologi dan Kegawatdaruratan Medik, Blok Geriatri, Blok Elektif, Blok Kedokteran Komunitas, Blok Manajemen Kesehatan Haji, dan Blok Kedokteran Haji. Blok elektif meliputi Teknik Analisis Biologi Molekuler (TABM) dan Traditional Medicine. Mata kuliah non-blok meliputi Bahasa Arab I dan Bahasa Arab II, Pancasila dan Kewarganegaraan, Bahasa Inggris, Studi Keislaman I, Studi Keislaman II, Studi Keislaman III, Studi Keislaman IV, Studi Keislaman V dan Studi Keislaman VI, Metodologi Penelitian Kesehatan (FKIK UIN Malang, 2019).

### **2.2.3 Mahad**

Sistem pembelajaran pada mahasiswa di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, adalah sistem pembelajaran yang berbasis islami, sehingga pada mahasiswa baru untuk jenjang S-1 diwajibkan untuk tinggal di mahad untuk mendapatkan bekal ilmu agama (MSAA, 2017). Program mahad pada umumnya dapat mengantarkan lulusan FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kedalaman spiritual dan keagungan akhlak. Selain itu dengan adanya program mahad memberikan wadah bagi sesama mahasiswa untuk meningkatkan komunikasi dengan bahasa arab dan inggris sehingga meningkatkan efektifitas program pengembangan bahasa asing (FKIK UIN Malang, 2018).

Program mahad juga bisa mempermudah mahasiswa untuk dapat memperdalam kajian agama islam, dikarenakan dapat berdiskusi dan menimba ilmu

secara rutin dengan kakak pembina maupun pengasuh mahad (FKIK UIN Malang, 2018).

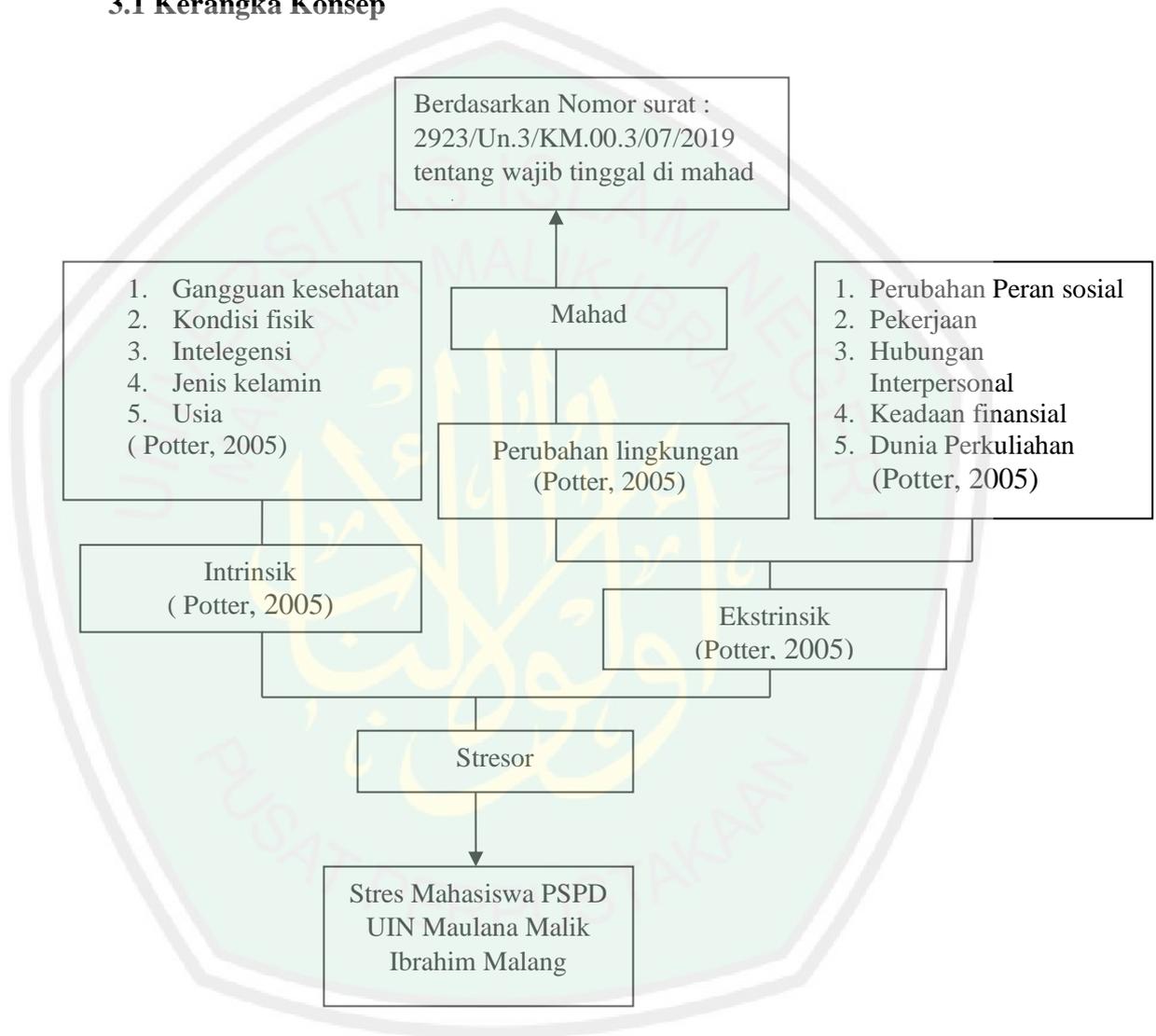
### **2.2.3.1 Kegiatan Mahad**

Kegiatan santri Mahad Sunan Ampel Aly dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu kegiatan harian, kegiatan bulanan, dan kegiatan tahunan. Kegiatan harian santri dimulai dari pukul 04.00 WIB sampai pukul 22.00 WIB. Pada pukul 04.00 santri diwajibkan untuk bangun melaksanakan sholat shubuh. Pada pukul 05.00-06.00 WIB, mahasiswa diwajibkan mengikuti Sobahul Luggoh (Arab atau Inggris). Pada pukul 06.00 – 07.00 WIB, mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti taklim (Afkar atau Qur'an). Setelah itu, pada pukul 08.00-14.00 mahasiswa melakukan perkuliahan reguler di kampus sesuai jurusan masing-masing. Pada pukul 14.00-17.30 WIB mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti perkuliahan bahasa (PPBA/PPBI). Pada pukul 17.00-17.30 WIB mahasiswa diwajibkan untuk sholat maghrib berjamaah di masjid. Pada pukul 17.30-20.00 WIB mahasiswa diwajibkan untuk kembali ke perkuliahan bahasa (PPBA/PPBI) dan pada pukul 20.00-22.00 WIB biasanya terdapat kegiatan kesantrian seperti tahlilan, solawatan, dan muhadoroh.

Selain itu, untuk kegiatan bulanan biasanya pada setiap jumat akhir bulan dilaksanakan Khotmil Quran berjamaah seluruh mahasiswa di gedung sport center kampus 1 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan juga ada kegiatan irsyadat yang dilakukan oleh pengasuh mahad setiap akhir bulan. Untuk kegiatan tahunan santri biasanya dilaksanakan Manasik haji, Muwaddaah Mabna, Demonstrasi bahasa, pentas seni, dan juga Usbuk luggoh (Faiz, 2019).

**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**3.1 Kerangka Konsep**



Stres pada mahasiswa kedokteran dapat disebabkan oleh bergama faktor. Bisa berasal dari faktor intrinsik dan juga faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik dapat bersumber dari dalam individu seperti gangguan kesehatan misalnya demam,

penyakit infeksi, trauma fisik, malnutrisi dan kelelahan. Selain itu, kondisi gangguan fisik seperti cacat, jenis kelamin, usia dan intelegensi juga merupakan hal yang dapat menyebabkan timbulnya stres pada seseorang dari segi intrinsik. Sedangkan penyebab stres yang lain yaitu faktor eksternal. Faktor eksternal dapat bersumber dari luar diri pada suatu individu misalnya dari perubahan lingkungan, perubahan peran sosial, pekerjaan, hubungan interpersonal, proses pembelajaran, dan juga keadaan finansial. Pada mahasiswa kedokteran yang berada di UIN Maulana Malik Ibrahim, mempunyai ke khasan tersendiri, yaitu adanya lingkungan mahad sebagai salah satu faktor ekstrinsik dari indikator perubahan lingkungan. Berdasarkan penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa mahad dapat menyebabkan stres akademik dikarenakan jadwal mahad dan jadwal PPBA yang padat. Program mahad sendiri diperuntukan bagi mahasiswa kedokteran UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tingkat 1 dan tingkat 2.

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **4.1 Desain Penelitian**

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif kuantitatif dengan metode rancangan cross sectional (Studi potong lintang) yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas. Penelitian deskriptif dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran mengenai karakteristik mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan gambaran tingkat stres mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melalui kuisioner yang diisi oleh subjek.

#### **4.2 Waktu dan tempat Penelitian**

Waktu Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2020 mencakup kegiatan pengambilan data, analisis data, dan penulisan laporan. Tempat penelitian dilakukan secara online.

#### **4.3 Populasi dan Sampel**

##### **4.3.1 Populasi**

Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa kedokteran PSPD UIN Malang yang berjumlah 193 Mahasiswa.

Tabel 4.1 Jumlah Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

No	Angkatan	Jumlah
1	2016	47

2	2017	47
3	2018	49
4	2019	50
5	Jumlah keseluruhan	193

#### 4.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik populasi yang akan diteliti (Priyono, 2008; Sugiyono, 2013). Sampling (pengambilan sampel) merupakan proses pemilihan elemen populasi yang secukupnya sehingga penelitian terhadap sampel dan pemahaman mengenai karakteristiknya akan membuat penulis dapat menggambarkan karakteristik tersebut pada elemen populasi (Sekaran, 2006).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan Proportional stratified random sampling yaitu dengan cara mengambil sampel dari populasi yang bersifat heterogen dan berstrata dengan mengambil sampel dari masing-masing sub populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota dari masing sub populasi secara acak.

Teknik pengambilan sampel secara proportional stratified random sampling bertujuan untuk memperoleh sampel yang representatif dengan memperhatikan populasi mahasiswa kedokteran PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada tingkat 1, tingkat 2, tingkat 3, dan tingkat 4 dan dari masing-masing angkatan diambil wakilnya sebagai sampel.

Menurut Roscoe (1982: 253) dalam Sugiyono (2006:91) Sampel menjadi layak untuk diteliti jika berjumlah 30 sampai dengan 500. Bila sampel terbagi dalam kategori (Misal : pria-wanita, pegawai negeri-swasta, dan lain-lain) maka jumlah

sampel minimal untuk diteliti adalah 30. Menurut Ruseffendi & Achmad Sanusi (1994:95) dalam menentukan besarnya sampel tergantung jenis penelitian dan teknik pengambilan sampelnya. Jika berdasarkan jenis penelitiannya:

1. Penelitian Deskriptif, sampel 10-20% dari populasi
2. Penelitian korelasional, minimal sampel 30 subjek tiap kelompok
3. Penelitian Percobaan, minimal sampel 30 subjek tiap kelompok
4. Penelitian percobaan terkontrol ketat, 15 subjek tiap kelompok

Berdasarkan data disamping dapat dihitung jumlah sampel minimal dalam penelitian ini. Karena penelitian ini bersifat deskriptif, maka diambil sampel sebesar 20% populasi.

$$\begin{aligned} N &= n \times 20\% \\ &= 193 \times 20\% \\ &= 40 \end{aligned}$$

Keterangan:

N= Jumlah total sampel

n= Jumlah populasi

dengan demikian didapatkan sampel sejumlah 40 mahasiswa, dengan masing-masing sampel untuk tingkatan kelas harus proporsional sesuai dengan populasi:

Angkatan 2016	= $47/194 \times 39$	= 9,44 = 10
Angkatan 2017	= $47/194 \times 39$	= 9,44 = 10
Angkatan 2018	= $49/194 \times 39$	= 9,8 = 10
Angkatan 2019	= $50/194 \times 39$	= 10

Sampel kemudian dipilih secara acak menggunakan aplikasi “the hat” dengan cara mengundi pada masing-masing jenis kelamin. Responden yang terpilih kemudian dihubungi secara online, dan jika bersedia diberikan instrumen penelitian yaitu kuisioner MSSQ (Medical Stressor Questionnaire) dan kuisioner biodata responden secara online melalui google form.

#### **4.3.3 Kriteria Sampel**

1. Kriteria inklusi :
  - a. Mahasiswa kedokteran PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
  - b. Mahasiswa kedokteran yang bersedia menjadi responden
  - c. Mahasiswa kedokteran yang mengisi kuisioner dengan lengkap.
2. Kriteria eksklusi :
  - a. Mahasiswa kedokteran yang tidak mau mengisi kuisioner saat pengambilan data penelitian
  - b. Mahasiswa kedokteran yang tidak mengisi kuisioner dengan lengkap.

#### **4.4 Instrumen Penelitian**

##### **4.4.1 Kuisioner Penelitian**

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Kuisioner biodata dan Kuisioner Medical School Stress Questionnaire

1. Kuisioner Biodata

Kuisioner yang berisi identitas subjek dalam penelitian ini yang meliputi nama, angkatan, umur, dan jenis kelamin.

2. Medical Student Stress Questionnaire

Salah satu alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat stres pada mahasiswa kedokteran adalah Medical Student Stressor Questionnaire

(MSSQ). MSSQ merupakan self report questionnaire terdiri dari 40 pertanyaan yang merupakan penyebab stres pada mahasiswa kedokteran. MSSQ diukur dalam bentuk skala sebagai berikut:

0 = tidak menyebabkan stres

1 = menyebabkan stres

2 = menyebabkan stres sedang

3 = menyebabkan stres berat

4 = menyebabkan stres sangat berat

MSSQ terdiri dari 6 dimensi berdasarkan penyebab stres pada mahasiswa kedokteran, 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) (Yusoff & Rahim, 2010). Berikut ini tabel cetak biru dari masing-masing pertanyaan pada kuesioner berdasarkan jenis dimensinya :

Tabel 4.2 Cetak biru MSSQ

	Dimensi Stres	Butir Soal
I	ARS	1, 4, 7, 10, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 30, 33, 36
II	IRS	3, 5, 9, 26, 28, 31, 39
III	TLRS	8, 14, 16, 20, 22, 35, 37
IV	SRS	2, 18, 21, 24, 29, 38
V	DRS	6, 32, 40
VI	GARS	11, 13, 15, 34

Berikut ini tabel mengenai cara penilaian MSSQ per dimensi :

Tabel 4.3: Total butir pernyataan MSSQ per dimensi

Bagian	I	II	III	IV	V	VI
Soal						
Total	13	7	7	6	3	4
Butir soal						

Perhitungan stres secara umum dapat dilakukan dengan cara menjumlahkan total nilai dari masing-masing dimensi dan dibagi dengan total 40 pertanyaan. Selanjutnya, hasil skor dari penilaian stres yang telah diketahui diinterpretasikan sesuai dengan tabel dibawah ini :

Tabel 4.4. Interpretasi skor MSSQ

Skor	Interpretasi
0-1	Stres ringan
1,01-2	Stres sedang
2,01-3	Stres berat
3,01-4	Stres sangat berat

#### 4.4.2 Uji Validitas dan reabilitas Kuisoner MSSQ

Medical Student Stressor Questionairre (MSSQ) telah dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,95 (Yusoff, 2010).

Nilai koefisien Cronbach's Alpha tiap domain stresor adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Nilai koefisien Cronbach's alpha tiap domain stresor

No	Dimensi stres	Cronbach's alpha value
1	<i>Academic Related Stres (ARS)</i>	0,921

2	<i>Intrapersonal &amp; Interpersonal Related Stressor ( IRS)</i>	0,895
3	<i>Teaching &amp; Learning Related Stressor ( TLRS)</i>	0,858
4	<i>Special Related Stressor ( SRS)</i>	0,710
5	<i>Drive &amp; Desire Related Stressor</i>	0,646
6	<i>Group Activities Related Stressor</i>	0,728

#### 4.5 DEFINISI OPERASIONAL

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menempuh jenjang pendidikan dokter tingkat 1, tingkat 2, tingkat 3, dan tingkat 4	Angket	Kuisoner	1. Memenuhi jika subjek merupakan Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menempuh jenjang pendidikan	Ordinal

				dokter	
				tingkat 1,	
				tingkat 2,	
				tingkat 3,	
				dan tingkat	
				4	
				2. Tidak	
				Memenuhi	
				jika subjek	
				bukan	
				merupakan	
				Mahasiswa	
				PSPD UIN	
				Maulana	
				Malik	
				Ibrahim	
				Malang	
				yang	
				menempuh	
				jenjang	
				pendidikan	
				dokter	
				tingkat 1,	
				tingkat 2,	

				tingkat 3, dan tingkat 4	
Kejadian Stres	Jenis dan tingkat stres yang dihadapi mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang selama proses akademik berlangsung pada semester genap 2, 4, 6, dan 8.	Angket	MSSQ	1. Stres ringan: 0-1 2. Stres sedang : 1,01-2 3. Stres berat : 2,01-3 4. Stres sangat berat : 3,01-4	Ordinal

## **4.6 PROSEDUR PENELITIAN**

### **4.6.1 Langkah-Langkah Penelitian**

#### **4.6.1.1 Metode Pengumpulan Data**

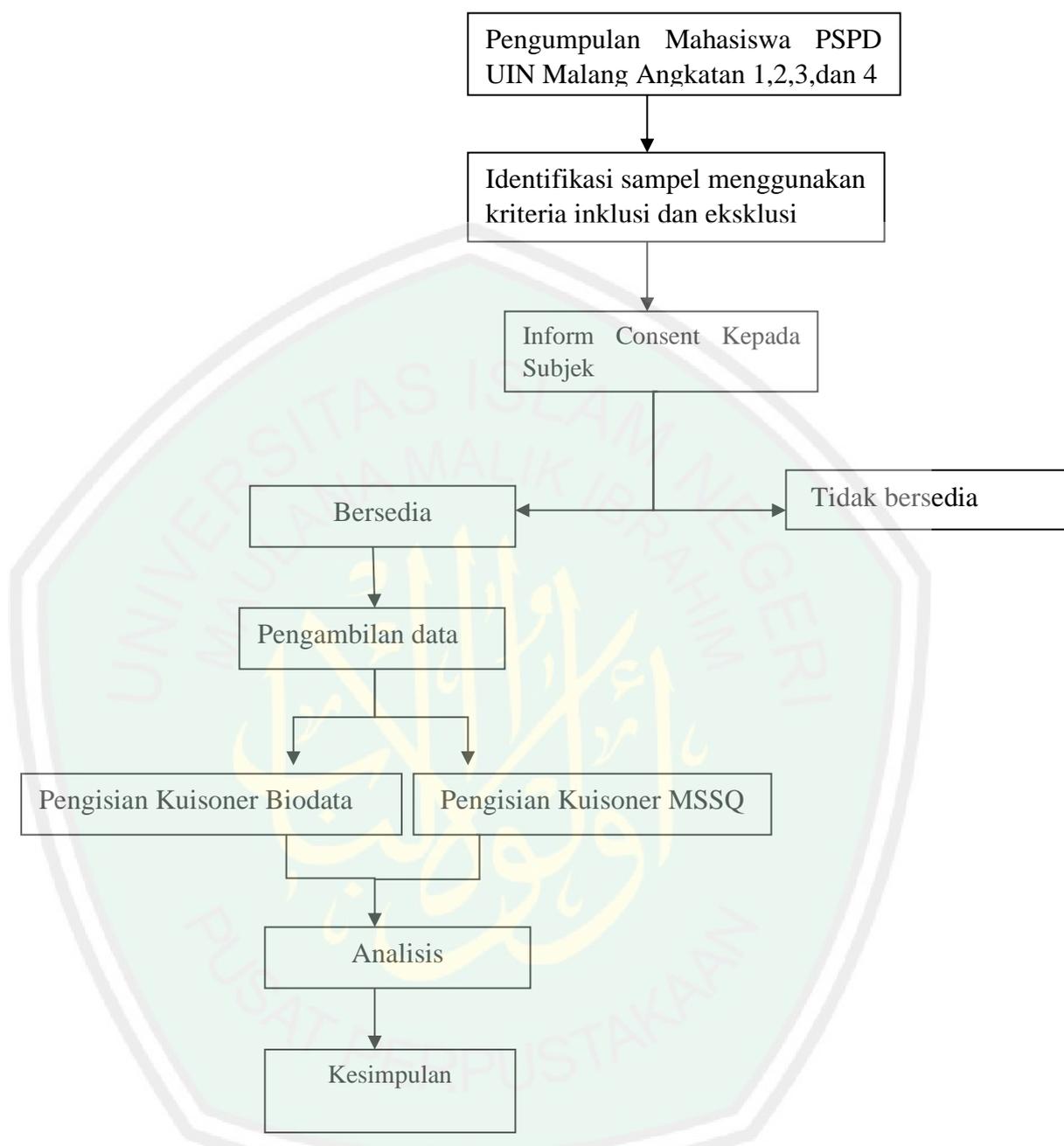
Cara pengumpulan data penelitian yaitu dengan melihat data primer secara langsung dengan menggunakan kuesioner pada mahasiswa tingkat 1, 2, 3, dan 4 PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Kuesioner terdiri dari 2 bagian yaitu :

1. Biodata responden: nama, angkatan, jenis kelamin dan usia
2. Medical Student Stress Questionnaire (MSSQ) : terdiri dari 40 butir pertanyaan, setiap pertanyaan mewakili stresor yang menyebabkan stres pada mahasiswa.

#### **4.6.2 Jenis Data**

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Jenis data ini dapat diukur maupun dihitung secara langsung, berupa informasi atau uraian yang dinyatakan dengan bilangan atau angka (Sugiyono, 2010). Dalam penelitian ini, data kuantitatif yang diperlukan adalah skor stres pada masing-masing dimensi Kuisoner Medical Student Stress Questionare.

#### 4.7 Alur Penelitian



#### 4.8 Cara pengolahan Data dan Analisis data

##### 4.8.1 Cara Pengolahan Data

Langkah-langkah dari pengolahan data untuk penelitian ini adalah pertama peneliti akan melakukan proses editing, dimana setiap lembar kuisoner diperiksa untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan yang terdapat dalam daftar kuisoner

telah terisi semua. Kemudian langkah selanjutnya peneliti melakukan Coding, yaitu dengan memberikan kode pada masing-masing kelompok uji berdasarkan tiap angkatan PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memudahkan proses pengolahan data. Selanjutnya masuk kedalam proses Processing yaitu dengan memindahkan atau memasukan data dari kuisioner ke dalam komputer untuk kemudian diproses menggunakan program komputerisasi. Selanjutnya masuk kedalam tahap analisis, dimana data dianalisis secara statistik berdasarkan variabel yang dinilai menggunakan program komputerisasi yaitu analisis univariat. Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi tingkat stres secara umum maupun berdasarkan stresor baik secara keseluruhan dan pada tiap angkatan. Pada analisis ini juga akan diperoleh gambaran tingkat stres berdasarkan data saat ini tinggal di mahad atau tidak dan jenis kelamin. Selain itu peneliti juga memberikan penjelasan faktor risiko yang menyebabkan stres pada semua angkatan dan pada tiap angkatan berdasarkan skor tertinggi pernyataan pada tiap dimensi.

#### **4.8.2 Analisis Univariat**

Pada analisa univariat seluruh variabel disusun dalam bentuk distribusi frekuensi. Pada analisa ini akan diperoleh gambaran tingkat stres terkait akademik, tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar, tingkat stres terkait hubungan sosial, tingkat stres terkait pengendalian, dan tingkat stres terkait aktivitas kelompok. Selain itu juga bisa didapatkan frekuensi faktor stres berkaitan dengan faktor internal seperti jenis kelamin dan tempat tinggal: di mahad atau tidak. Selain itu peneliti juga memberikan penjelasan faktor risiko yang menyebabkan stres berdasarkan semua

angkatan dan pada tiap angkatan. Peneliti juga menyajikan data distribusi rata-rata skor masing-masing pernyataan kuisioner.



## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **5.1 Hasil**

Penelitian ini dilakukan secara online dikarenakan mengikuti protokol peraturan dari kampus UIN Maulana Malik Ibrahim berdasarkan surat edaran nomor 1286 tahun 2020 tentang “ Perpanjangan Masa Sterilisasi Kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Dalam Rangka Tindakan Antisipasi Pencegahan Penyebaran Corona virus di Lingkungan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” yang mewajibkan seluruh kegiatan akademik mahasiswa dilakukan secara online. Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada bulan Mei 2020. Responden penelitian ini adalah sebanyak 40 mahasiswa yang terdiri dari mahasiswa angkatan 2016 sebanyak 10 orang, angkatan 2017 sebanyak 10 orang, angkatan 2018 sebanyak 10 orang, dan angkatan 2019 sebanyak 10 orang. Untuk memilih nama-nama yang akan dijadikan responden, peneliti menggunakan aplikasi acak “the hat” untuk memilih responden dan terpilih 5 laki-laki dan 5 perempuan untuk masing-masing angkatan dengan cara mengundi pada masing-masing jenis kelamin. Penelitian ini dilakukan dengan cara membagikan kuisioner Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) dan kuisioner biodata responden kepada setiap responden secara online melalui aplikasi google form dengan memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada responden yang terpilih melalui aplikasi Whats App atau line tentang tata cara pengisian kuesioner dan juga apabila terdapat hal yang tidak dimengerti oleh responden bisa

segera menghubungi peneliti melalui kontak yang tersedia. Peneliti menyebar kuisioner dengan one by one dan memberi jeda 30 menit untuk bertanya apabila terdapat pernyataan yang susah dipahami. Dari penelitian pendahuluan didapatkan data 5 responden menghubungi peneliti berkaitan dengan pernyataan kuisioner yang kurang dipahami yaitu pernyataan nomer 1,4,9,10, dan 22.

### 5.1.1 Karakteristik Responden

Distribusi karakteristik responden yang terdiri dari tempat tinggal dan jenis kelamin dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.1 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Responden	
	N=40	%
Tinggal:		
Mahad	20	50%
Tidak Mahad	20	50%
Jenis kelamin:		
Laki-laki	20	50%
Perempuan	20	50%

Sumber : Data Primer, 2020

Pada tabel 5.1 diketahui bahwa mahasiswa yang tinggal di mahad yaitu sebanyak 20 mahasiswa (50%) sedangkan mahasiswa yang tidak tinggal di mahad sebanyak 20 mahasiswa (50%). Berdasarkan jenis kelamin mahasiswa yaitu sebanyak 20 mahasiswa (50%) berjenis kelamin laki-laki sedangkan sebanyak 20 mahasiswa (50%) berjenis kelamin perempuan.

### 5.1.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang

#### A. Distribusi Frekuensi Kejadian Tingkat Stres

Distribusi frekuensi kejadian stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.2 Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang

Kejadian Stres	N	%
Stres Ringan	4	10%
Stres Sedang	19	47,5%
Stres Berat	15	37,5%
Stres Sangat Berat	2	5%

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.2 di atas, didapatkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang paling banyak mengalami tingkat stres sedang yaitu sebanyak 19 responden (47,5%). Sedangkan yang paling sedikit, mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami tingkat stres sangat berat yaitu sebanyak 2 responden (5%).

#### B. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.3 Jenis Kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres

Karakteristik Responden : Jenis Kelamin	Tingkat Stres								Total
	Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		Stres Sangat berat		
Laki-laki	2	5%	12	30%	5	12,5%	1	2,5%	50%
Perempuan	2	5%	7	17,5%	10	25%	1	2,5%	50%
Total									100%

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 5.3 diatas menunjukkan data distribusi tingkat stres responden berdasarkan jenis kelamin. Dari data diatas diperoleh tingkat stres ringan sama banyak pada masing-masing jenis kelamin yaitu 2 responden (5%). Tingkat stres sedang paling banyak pada responden berjenis kelamin laki-laki dengan 12

responden (30%). Tingkat stres berat paling banyak pada responden berjenis kelamin perempuan dengan 10 responden (25%). Sedangkan stres sangat berat masing-masing jenis kelamin baik laki-laki dan perempuan dengan 1 responden (2,5%).

### C. Distribusi Frekuensi Tinggal di Mahad dengan Kejadian Tingkat Stres

Distribusi Frekuensi Tinggal di mahad dengan kejadian tingkat stres dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.4 : Tinggal di Mahad dengan Kejadian Tingkat Stres

Karakteristik Responden : Tinggal di Mahad	Tingkat Stres								Total
	Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		Stres Sangat berat		
Mahad	1	2,5%	9	22,5%	8	20%	2	5%	50%
Tidak	3	7,5%	10	25%	7	17,5%	-	0%	50%
Total									100%

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 5.4 diatas menunjukkan data distribusi tingkat stres responden berdasarkan tinggal di mahad. Dari data diatas diperoleh tingkat stres ringan paling banyak pada responden yang tidak tinggal di mahad sejumlah 3 responden (7,5%). Tingkat stres sedang paling banyak pada responden yang tidak tinggal di mahad sejumlah 10 responden (25%). Tingkat stres berat paling banyak pada responden yang tinggal di mahad sejumlah 8 responden (20%). Sedangkan stres sangat berat hanya diderita pada responden yang tinggal di mahad sejumlah 2 responden (5%).

#### D. Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor

Distribusi frekuensi gambaran tingkat stres berdasarkan stresor dapat disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 5.5 Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor**

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	r	%	r	%	r	%	r	%
ARS	2	5%	16	40%	17	42,5%	5	12,5%
IRS	8	20%	17	42,5%	15	37,5%	-	0%
TLRS	4	10%	20	50%	11	27,5%	5	12,5%
SRS	7	17,5%	18	45%	15	37,5%	-	0%
DRS	19	47,5%	15	37,5%	5	12,5%	1	2,5%
GARS	7	17,5%	23	57,5%	9	22,5%	1	2,5%

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.5 didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 17 responden (42,5%), sedangkan tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling sedikit yaitu tingkat stres ringan hanya 2 responden (5%). Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal (IRS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres sedang yaitu 17 responden (42,5%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 20 responden (50%), sedangkan tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres ringan hanya 4 responden (10%). Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 18 responden (45%), sedangkan tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) paling banyak dialami responden adalah stres ringan yaitu 19 responden (47,5%), sedangkan untuk tingkat

stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 1 responden (2,5%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 23 responden (57,5%), sedangkan untuk tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling sedikit dialami mahasiswa adalah tingkat stres sangat berat yaitu 1 responden (2,5%).

#### E. Distribusi Frekuensi Skor masing-masing Pernyataan Kuisioner

Distribusi frekuensi skor masing-masing pernyataan kuisioner dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.6 Skor masing-masing Pernyataan Kuisioner

Pernyataan	Rata-rata	Pernyataan	Rata-rata
1	<b>2,45</b>	21	2,425
2	1,075	22	<b>2,225</b>
3	1,75	23	2,25
4	1,775	24	<b>2,225</b>
5	1,525	25	2,4
6	1,175	26	<b>2,4</b>
7	1,525	27	2,4
8	1,95	28	1,625
9	1,775	29	1,85
10	<b>2,45</b>	30	1,825
11	1,225	31	1,95
12	2,425	32	1,225
13	1,225	33	2,375
14	1,7	34	2,175
15	2,4	35	1,8
16	<b>2,225</b>	36	2,15
17	2,4	37	1,9
18	1,75	38	1,075
19	1,85	39	1,4
20	1,9	40	<b>1,725</b>

Sumber: Data Primer, 2020

Pada tabel 5.6 diatas diperoleh data bahwa skor rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan nomer 1 yaitu ujian atau test dan pernyataan nomer 10 yaitu beban belajar yang berlebihan. Sementara itu, pernyataan yang memiliki rata-rata skor

terendah adalah pernyataan nomer 2 yaitu membayangkan berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi pasien dan juga pernyataan nomer 38 yaitu bekerja dengan komputer. Untuk kategori stres akademik, pernyataan dengan skor rata-rata tertinggi adalah pernyataan nomer 1 yaitu “Ujian atau test” dan pernyataan nomer 10 yaitu “Beban belajar yang berlebihan”. Sementara untuk kategori stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal pernyataan dengan skor rata-rata tertinggi adalah pernyataan nomer 26 yaitu kurangnya motivasi belajar. Untuk kategori stres terkait hubungan belajar mengajar, pernyataan 16 “Ketidakpastian dalam diri (mampukah aku menjadi dokter?)” dan pernyataan nomer 22 yaitu “tugas yang tidak menyenangkan”. Untuk kategori stres terkait hubungan sosial, pernyataan nomer 24 yaitu “menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien”. Untuk kategori stres terkait keinginan dan pengendalian, pernyataan nomer 40 yaitu “tanggung jawab dalam keluarga”.

#### 5.1.2.1 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan

2016

##### A. Distribusi Frekuensi Kejadian Stres

Distribusi Frekuensi Kejadian Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang

Angkatan 2016 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.7 Tingkat Stres Mahasiswa PSPD Angkatan 2016

Kejadian Stres	N	%
Stres ringan	2	20%
Stres sedang	7	70%
Stres berat	1	10%
Stres sangat berat	-	

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.7 diatas, didapatkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2016 paling banyak mengalami stres sedang yaitu sebanyak 7 responden (70%). Sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

#### B. Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor

Distribusi Frekuensi Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor mahasiswa PSPD UIN Malang tahun 2016 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.8 Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Angkatan 2016

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	r	%	r	%	r	%	R	%
ARS	2	20%	3	30%	5	50%	-	0%
IRS	2	20%	6	60%	2	20%	-	0%
TLRS	3	30%	5	50%	2	20%	-	0%
SRS	4	40%	5	50%	1	10%	-	0%
DRS	6	60%	2	20%	2	20%	-	0%
GARS	4	40%	6	60%	-	0%	-	0%

Sumber : Data Primer, 2020

Dari tabel 5.8 didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 5 responden (50%), sedangkan tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal (IRS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan tingkat stres

sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) paling banyak dialami responden adalah stres ringan yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres berat dan sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

### C. Distribusi Frekuensi Skor masing-masing Pernyataan Kuisoner

Distribusi frekuensi skor masing-masing pernyataan kuisoner dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.9 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2016

Pernyataan	Rata-rata	Pernyataan	Rata-rata
1	2,2	21	1,8
2	0,9	22	<b>2,1</b>
3	1,6	23	2
4	1,6	24	<b>2,4</b>
5	1	25	<b>2,3</b>
6	1,2	26	<b>2,1</b>
7	1,6	27	2,1
8	1,5	28	1,1
9	1,9	29	1,1
10	2,1	30	1,4
11	0,8	31	1,9
12	1,9	32	1,1
13	1,2	33	2,1
14	1	34	1,4
15	<b>2,4</b>	35	1,3
16	2	36	1,7
17	2	37	1,3
18	1,2	38	0,5
19	1,4	39	1
20	1,4	40	<b>1,4</b>

Pada tabel 5.9 diatas diperoleh data bahwa skor tertinggi terdapat pada pernyataan nomer 15 yaitu merasa tidak mampu dalam suatu hal dan juga

pernyataan nomer 24 yaitu membayangkan menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien. Sementara itu, pernyataan yang memiliki skor rata-rata terendah adalah pernyataan nomer 38 yaitu mengerjakan sesuatu menggunakan komputer. Untuk kategori stres terkait akademik, pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi adalah pernyataan nomer 25 yaitu “mendapat nilai jelek”. Untuk kategori stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, pernyataan nomer 26 yaitu “kurangnya motivasi belajar. Untuk kategori stres terkait hubungan belajar mengajar, pernyataan nomer 22 yaitu “tugas yang tidak menyenangkan”. Untuk kategori stres terkait hubungan sosial, pernyataan nomer 24 yaitu “menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien”. Untuk kategori stres terkait keinginan dan pengendalian, pernyataan nomer 40 yaitu “tanggung jawab dalam keluarga”. Dan untuk kategori stres aktivitas kelompok, pernyataan nomer 15 “merasa tidak kompeten”.

#### D. Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang susah dipahami

Distribusi jawaban responden berkaitan dengan pernyataan yang susah dipahami dapat disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 5.10 Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami

Nama responden	No.Pernyataan	Pernyataan	Jawaban
Responden 1	1	Menghadapi Ujian atau test	Skripsi
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	TTD dosbing yang ada minimalnya untuk maju sempro/semhas
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Diri sendiri
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi
Responden 2	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB

	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Kuota seminar
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi dan ujian kompre
Responden 3	1	Menghadapi Ujian atau test	Skripsi,Osce,kompre
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL dan Tutorial
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	-
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi dan ukom
Responden 4	1	Menghadapi Ujian atau test	Osce/Skripsi/kompre
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	TTD dosen pembimbing
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Ujian kompre dan semhas
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi dan kompe
Responden 5	1	Menghadapi Ujian atau test	Skripsi
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Bukan dengan teman kuliah

Responden 6	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS yang berlebihan
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Penelitian Skripsi
	1	Menghadapi Ujian atau test	OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Pelajaran Kedokteran
Responden 7	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Segala bentuk laporan
	1	Menghadapi Ujian atau test	Kompre
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Jadwal Seminar
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar yang berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi
Responden 8	1	Menghadapi Ujian atau test	Osce
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Semhas dan wisuda
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi dan osce
	Responden 9	1	Menghadapi Ujian atau test

	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	-
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar yang banyak dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi
Responden 10	1	Menghadapi Ujian atau test	Sidang Skripsi
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	TTD Dosbing untuk skripsi
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar yang banyak dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi

Dari tabel 5.10 diatas didapatkan data bahwa untuk pernyataan 1 mengenai “ujian atau test” didapatkan hasil bahwa 8 responden menyebut sidang skripsi, 4 responden menyebut ujian komprehensif, dan 5 responden menyebut UAB atau OSCE. Untuk pernyataan nomer 4 mengenai “Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian” didapatkan hasil 3 orang menyebutkan tanda tangan dosen pembimbing, 3 orang menyebutkan absensi CSL/Tutorial, 3 orang menyebutkan seminar, dan 1 orang tidak menyebutkan alasan. Dari pernyataan nomer 9 tentang “konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman” didapatkan hasil bahwa 7 responden dengan teman angkatan, 2 responden dengan diri sendiri, dan 1 responden dengan selain teman kuliah. Dari pernyataan nomer

10 tentang “beban belajar yang berlebihan” didapatkan hasil bahwa 8 responden dengan beban belajar dalam satu semester, 1 responden dengan skripsi dan ujian komprehensif, 1 responden dengan pelajaran kedokteran. Dari pernyataan nomer 22 tentang “Tugas yang tidak menyenangkan” didapatkan hasil bahwa 9 responden dengan skripsi, 1 responden dengan segala bentuk laporan.

### 5.1.2.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan

2017

#### A. Distribusi Frekuensi Kejadian Stres

Distribusi Frekuensi Kejadian Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang 2017 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.11 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2017

Kejadian Stres	N	%
Stres ringan	1	10%
Stres sedang	3	30%
Stres berat	6	60%
Stres sangat berat	-	

Sumber : Data Primer, 2020

Dari tabel 5.11 diatas, didapatkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2017 paling banyak mengalami stres berat yaitu sebanyak 6 responden (60%). Sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

#### B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor

Distribusi Frekuensi Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor mahasiswa PSPD UIN Malang tahun 2017 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.12 Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2017

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	R	%	R	%	R	%	R	%
ARS	-	0%	5	50%	3	30%	2	20%
IRS	2	20%	2	20%	6	60%	-	0%
TLRS	1	10%	3	30%	5	50%	1	10%
SRS	1	10%	4	40%	5	50%	-	0%
DRS	4	40%	5	50%	1	10%	-	0%
GARS	1	10%	6	60%	3	30%	-	0%

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.12 didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal (IRS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling banyak dialami responden adalah stres berat yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres ringan dan stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) paling banyak dialami responden adalah stres berat yaitu 5 responden (50%), sedangkan tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

### C. Distribusi Frekuensi Skor masing-masing Pernyataan Kuisoner

Distribusi frekuensi skor masing-masing pernyataan kuisoner dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.13 Skor masing-masing Pernyataan Kuisoner Angkatan 2017

Pernyataan	Rata-rata	Pernyataan	Rata-rata
1	2,1	21	<b>2,9</b>
2	1,1	22	2
3	1,8	23	2,2
4	2,1	24	2
5	2	25	2,4
6	1	26	<b>2,3</b>
7	1,5	27	2,2
8	2,4	28	1,9
9	2,1	29	1,9
10	2,2	30	2,1
11	1,1	31	2,1
12	<b>2,7</b>	32	1,1
13	1,1	33	2,4
14	1,9	34	2,2
15	<b>2,4</b>	35	1,7
16	<b>2,5</b>	36	2,6
17	2,7	37	2,2
18	2,4	38	1,6
19	1,9	39	1,7
20	1,9	40	<b>2,4</b>

Sumber: Data Primer, 2020

Pada tabel 5.13 diatas diperoleh data bahwa skor rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan nomer 21 yaitu Membayangkan tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien. Sementara itu, pernyataan yang memiliki rata-rata skor terendah adalah pernyataan nomer 6 yaitu keinginan orangtua supaya belajar di fakultas kedokteran. Untuk kategori stres terkait akademik, pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi adalah pernyataan nomer 12 “tertinggal materi pelajaran dari teman-teman yang lain” dan pernyataan nomer 17 “kurangnya latihan keterampilan klinik”. Untuk kategori stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, pernyataan nomer 26 “ kurangnya motivasi belajar”. Untuk kategori stres terkait hubungan

belajar-mengajar, pernyataan nomer 16 “ketidakpastian dalam diri(mampukah aku menjadi dokter?)”. Untuk kategori stres terkait hubungan sosial , pernyataan nomer 21 “Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien”. Untuk kategori stres terkait keinginan dan pengendalian, pernyataan nomer 40 “tanggung jawab dalam keluarga”. Untuk kategori stres terkait aktivitas kelompok, pernyataan nomer 15 “merasa tidak kompeten”.

#### D. Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang susah dipahami

Distribusi jawaban responden berkaitan dengan pernyataan yang susah dipahami dapat disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 5.14 Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami

Nama responden	No.Pernyataan	Pernyataan	Jawaban
Responden 1	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB,OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Tutorial CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman Angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Kuliah online
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Semua jenis tugas mendadak
Responden 2	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi perkuliahan blok dan non blok
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Skripsi
Responden 3	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB-OSCE

	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Tidak ada
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Membaca jurnal bahasa asing
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas yang tidak bermanfaat
Responden 4	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Tutorial
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS yang berlebih
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas non blok (metpenkes)
Responden 5	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB,OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban kuliah dan tugas
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah, metpenkes, beban ujian UAB dan OSCE
Responden 6	1	Menghadapi Ujian atau test	Ujian UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL atau tutorial
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban kuliah/tugas

	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas tanpa petunjuk cara pengerjaan
Responden 7	1	Menghadapi Ujian atau test	OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musrif
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar(SKS) yang berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas laporan praktikum dan tugas terstruktur
Responden 8	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Presensi
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Belajar materi non blok
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Proposal penelitian, skripsi, ukom
Responden 9	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Tutorial dan CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS yang banyak dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Beban membuat bab 1 metpen dan memikirkan tema skripsi
Responden 10	1	Menghadapi Ujian atau test	Osce

4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL dan tutor
9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman angkatan
10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS dalam satu semester
22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas mendadak, Memikirkan judul skripsi dan penyusunan bab 1

Dari tabel 5.14 diatas didapatkan data bahwa untuk pernyataan 1 mengenai “ujian atau test” didapatkan 10 responden dengan UAB atau OSCE. Untuk pernyataan nomer 4 mengenai “ Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian” didapatkan hasil 8 orang dengan absensi CSL/Tutorial, 1 orang menyebutkan absensi perkuliahan blok/nonblok, dan 1 orang tidak menyebutkan alasan. Dari pernyataan nomer 9 tentang “konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman” didapatkan hasil bahwa 9 responden dengan teman angkatan, 1 responden dengan musrif. Dari pernyataan nomer 10 tentang “ beban belajar yang berlebihan” didapatkan hasil bahwa 5 responden dengan beban belajar dalam satu semester, 2 responden dengan beban kuliah/tugas, 1 responden dengan materi non blok, 1 responden membaca jurnal asing, dan 1 responden kuliah online. Dari pernyataan nomer 22 tentang “ Tugas yang tidak menyenangkan” didapatkan hasil bahwa 6 responden dengan penyusunan bab 1 skripsi, 6 responden dengan segala sesuatu yang berhubungan dengan tugas.

### 5.1.2.3 Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa PSPD UIN Malang 2018

#### A. Distribusi Frekuensi Kejadian Stres

Distribusi Frekuensi Kejadian Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang 2018 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.15 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2018

Kejadian Stres	N	%
Stres ringan	1	10%
Stres sedang	5	50%
Stres berat	3	30%
Stres sangat berat	1	10%

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.15 diatas, didapatkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2018 paling banyak mengalami stres sedang yaitu sebanyak 5 responden (50%).

#### B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor

Distribusi Frekuensi Gambaran tingkat stres berdasarkan stresor mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2018 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.16 Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Angkatan 2018

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	R	%	R	%	R	%	R	%
ARS	-	0%	3	30%	5	50%	2	20%
IRS	2	20%	3	30%	5	50%	-	0%
TLRS	-	0%	6	60%	2	20%	2	20%
SRS	3	30%	3	30%	4	40%	-	0%
DRS	6	60%	3	30%	1	10%	-	0%
GARS	1	10%	5	50%	3	30%	1	10%

Sumber : Data Primer, 2020

Dari tabel 5.16 didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 5 responden (50%),

sedangkan tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal (IRS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 4 responden (40%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) paling banyak dialami responden adalah stres berat yaitu 4 responden (40%), sedangkan tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres ringan dan tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

### C. Distribusi Frekuensi Rata-rata Skor masing-masing Pernyataan

Distribusi frekuensi skor masing-masing pernyataan kuisioner dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.17 Skor masing-masing Pernyataan Kuisioner Angkatan 2018

Pernyataan	Rata-rata	Pernyataan	Rata-rata
1	2,6	21	<b>2,4</b>
2	1,6	22	<b>2,4</b>
3	<b>2,3</b>	23	2,2
4	1,8	24	2,2
5	1,7	25	2,5
6	1	26	2,3
7	2	27	2,3
8	2,1	28	1,7

9	1,9	29	1,7
10	2,5	30	1,8
11	1,7	31	1,9
12	2,4	32	1,1
13	1,6	33	<b>2,7</b>
14	1,8	34	<b>2,4</b>
15	2,2	35	2
16	2,2	36	2,3
17	2,3	37	2,1
18	1,4	38	1,3
19	2,2	39	1,6
20	1,9	40	<b>1,5</b>

Sumber: Data Primer, 2020

Pada tabel 5.17 di atas diperoleh data bahwa skor rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan nomer 33 yaitu merasa banyak hal yang harus dikerjakan. Sementara itu, pernyataan yang memiliki rata-rata skor terendah adalah pernyataan nomer 6 yaitu keinginan orangtua supaya belajar di fakultas kedokteran. Untuk kategori stres terkait akademik, pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi adalah pernyataan nomer 33 yaitu “merasa banyak hal yang harus dipelajari”. Untuk kategori stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, pernyataan nomer 3 “konflik dengan mahasiswa lain” dan pernyataan nomer 26 “kurangnya motivasi belajar”. Untuk kategori stres terkait hubungan belajar-mengajar, pernyataan nomer 22 yaitu “tugas yang tidak menyenangkan”. Untuk kategori stres terkait hubungan sosial, pernyataan nomer 21 “tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien”. Untuk kategori stres terkait keinginan dan pengendalian, pernyataan nomer 40 yaitu “tanggung jawab dalam keluarga”. Dan untuk kategori stres terkait aktivitas kelompok, pernyataan nomer 34 “harus melakukan sesuatu dengan baik”.

#### **D. Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang susah dipahami**

Distribusi jawaban responden berkaitan dengan pernyataan yang susah dipahami dapat disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 5.18 Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami

Nama responden	No.Pernyataan	Pernyataan	Jawaban
Responden 1	1	Menghadapi Ujian atau test	OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musrif
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas mahad
Responden 2	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi taklim
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Menyeimbangkan kegiatan mahad dan kuliah
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas iqob mahad
Responden 3	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Taklim
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Tugas mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas mahad
Responden 4	1	Menghadapi Ujian atau test	Osce, dan Ujian mahad
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Taklim
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS yang berlebih
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas iqab mahad dan tugas non blok

Responden 5	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB,OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Tugas mahad yang padat dengan beban kuliah
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah
Responden 6	1	Menghadapi Ujian atau test	Ujian UAB dan Responsi
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Mahad
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Diri sendiri
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban SKS yang banyak dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah
Responden 7	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Mahad
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Teman angkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar yang berlebihan
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas organisasi
Responden 8	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Mahad
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Beban tugas dengan

			deadline yang singkat
Responden 9	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi taklim
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Kakak tingkat
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah
Responden 10	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi mahad dan absensi kampus
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musrif
	10	Beban belajar yang berlebihan	Tugas mahad dan kampus dilakukan bersamaan
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas mahad dan kampus

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.18 diatas didapatkan data bahwa untuk pernyataan 1 mengenai “ujian atau test” didapatkan 10 responden dengan UAB atau OSCE dan 1 responden menjawab ujian mahad. Untuk pernyataan nomer 4 mengenai “Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian” didapatkan hasil 8 responden dengan absensi mahad, 2 responden menyebutkan absensi CSL. Dari pernyataan nomer 9 tentang “konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman” didapatkan hasil bahwa 6 responden dengan teman angkatan, 2 responden dengan musrif, 1 responden dengan diri sendiri, dan 1 responden dengan kakak tingkat. Dari pernyataan nomer 10 tentang “beban belajar yang berlebihan” didapatkan hasil bahwa 4 responden dengan materi mahad, 3 responden menjawab menyeimbangkan tugas mahad dan kuliah, dan 3 responden dengan beban SKS

dalam satu semester. Dari pernyataan nomer 22 tentang “Tugas yang tidak menyenangkan” didapatkan hasil bahwa 3 responden dengan tugas mahad, 2 responden dengan tugas mahad dan kampus, 3 responden dengan tugas kuliah, 1 responden dengan tugas dengan deadline sempit, dan 1 responden dengan tugas organisasi

#### 5.1.2.4 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan

2019

##### A. Distribusi Kejadian Stres Mahasiswa

Distribusi Frekuensi Kejadian Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang 2019 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.19 Tingkat Stres Mahasiswa Angkatan 2019

Kejadian Stres	N	%
Stres ringan	-	
Stres sedang	4	40%
Stres berat	5	50%
Stres sangat berat	1	10%

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.19 diatas, didapatkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim angkatan 2019 paling banyak mengalami stres berat yaitu sebanyak 5 responden (50%). Sedangkan untuk tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya.

##### B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor

Distribusi Frekuensi Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2019 dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.20 Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Angkatan 2019

Stressor	Tingkat stres							
	Stres ringan		Stres sedang		Stres berat		Stres sangat berat	
	R	%	R	%	R	%	R	%
ARS	-	0%	3	30%	6	60%	1	10%
IRS	2	20%	5	50%	3	30%	-	0%
TLRS	-	0%	6	60%	2	20%	2	20%
SRS	-	0%	6	60%	4	40%	-	0%
DRS	3	30%	5	50%	1	10%	1	10%
GARS	1	10%	6	60%	3	30%	-	0%

Sumber : Data Primer, 2020

Dari tabel 5.20 didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik (ARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres berat yaitu 6 responden (60%), sedangkan tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal (IRS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) yang paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan tingkat stres ringan dan sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya. Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) paling banyak dialami responden adalah stres sedang yaitu 5 responden (50%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) yang paling banyak dialami oleh responden adalah tingkat stres sedang yaitu 6 responden (60%), sedangkan untuk tingkat stres sangat berat tidak ada responden yang mengalaminya.

### C. Distribusi Frekuensi Rata-rata Skor Masing-Masing Pernyataan

Distribusi frekuensi skor masing-masing pernyataan kuisioner dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5.21 Skor Masing-Masing Pernyataan Kuisioner Angkatan 2019

Pernyataan	Rata-rata	Pernyataan	Rata-rata
1	2,9	21	<b>2,7</b>
2	0,7	22	2,4
3	1,3	23	2,6
4	1,6	24	2,3
5	1,4	25	2,4
6	1,4	26	<b>2,9</b>
7	1	27	<b>3</b>
8	1,8	28	1,8
9	1,2	29	2,7
10	<b>3</b>	30	2
11	1,3	31	1,9
12	2,7	32	1,4
13	1	33	2,3
14	2,1	34	2,4
15	2,5	35	2,2
16	2,2	36	2
17	2,6	37	2
18	2	38	0,9
19	1,9	39	1,3
20	<b>2,4</b>	40	<b>1,5</b>

Sumber : Data Primer, 2020

Pada tabel 5.21 diatas diperoleh data bahwa skor rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan nomer 10 yaitu beban belajar yang berlebihan dan juga pernyataan nomer 27 yaitu kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari. Sementara itu, pernyataan dengan skor rata-rata terendah adalah pernyataan nomer 2 yaitu membayangkan berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi pasien. Untuk kategori stres terkait akademik, pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi adalah pernyataan nomer 10 yaitu ”beban belajar yang berlebih” dan pernyataan nomer 27 yaitu “ kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari. Untuk kategori stres terkait hubungan

intrapersonal dan interpersonal, pernyataan nomer 26 yaitu “kurangnya motivasi belajar”. Untuk kategori stres terkait hubungan belajar mengajar, pernyataan nomer 20 yaitu “dosen kurang piawai dalam mengajar materi kuliah” dan pernyataan nomer 22 yaitu “tugas yang tidak menyenangkan”. Untuk kategori stres terkait hubungan sosial, pernyataan nomer 21 yaitu “Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien” dan pernyataan nomer 29 yaitu “seringnya gangguan belajar/pekerjaan dari orang lain”. Untuk kategori stres terkait keinginan dan pengendalian, pernyataan nomer 40 yaitu “tanggung jawab dalam keluarga”. Untuk kategori stres terkait aktivitas kelompok, pernyataan nomer 15 “merasa tidak kompeten”.

#### D. Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami

Tabel 5.22 Distribusi Jawaban Mengenai Pernyataan yang Susah Dipahami

Nama responden	No.Pernyataan	Pernyataan	Jawaban
Responden 1	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Mahad
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	-
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar kuliah ditambah beban mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah
Responden 2	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	-
	9	Konflik dengan personel/rekan	Tidak ada

		kerja praktek atau teman	
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Ujian Blok
Responden 3	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi taklim, sholat, tutorial, kuliah, csl dan praktikum
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah
Responden 4	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB dan OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Tugas Iqab
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musrif
	10	Beban belajar yang berlebihan	Kegiatan mahad dibarengi tugas dan materi kuliah
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas iqab
	Responden 5	1	Menghadapi Ujian atau test
4		Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi Taklim
9		Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	-

	10	Beban belajar yang berlebihan	Bingung membagi waktu antara kegiatan mahad dan belajar
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Laporan praktikum
Responden 6	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi taklim/ubudiyah
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musryfah
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban sks yang banyak dan ujian mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Laporan tutorial
Responden 7	1	Menghadapi Ujian atau test	OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Presensi mahad
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Musrif
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban belajar(SKS) yang berlebih dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Semua tugas
Responden 8	1	Menghadapi Ujian atau test	Osce dan UAB
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	-
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan

	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Materi mahad
Responden 9	1	Menghadapi Ujian atau test	UAB, OSCE
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL dan tutorial
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Seangkatan
	10	Beban belajar yang berlebihan	Beban materi yang banyak dalam satu semester
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas individu
Responden 10	1	Menghadapi Ujian atau test	Ujian Blok
	4	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian	Absensi CSL
	9	Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman	Diri sendiri
	10	Beban belajar yang berlebihan	Materi mahad
	22	Tugas yang tidak menyenangkan	Tugas kuliah

Sumber: Data Primer, 2020

Dari tabel 5.22 diatas didapatkan data bahwa untuk pernyataan 1 mengenai “ujian atau test” didapatkan 10 responden dengan UAB atau OSCE. Untuk pernyataan nomer 4 mengenai “ Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian” didapatkan hasil 6 orang dengan absensi mahad, 2 orang dengan absensi perkuliahan, dan 2 orang tidak menyebutkan alasan. Dari pernyataan nomer 9 tentang “konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman” didapatkan

hasil bahwa 4 responden dengan teman angkatan, 3 responden dengan musrif/musrifah, dan 3 responden tidak menyebutkan alasan. Dari pernyataan nomer 10 tentang “ beban belajar yang berlebihan” didapatkan hasil bahwa 7 responden tentang mahad dalam satu semester, 3 tentang beban materi belajar. Dari pernyataan nomer 22 tentang “ Tugas yang tidak menyenangkan” didapatkan hasil bahwa 8 responden dengan tugas kuliah , dan 2 responden dengan tugas mahad.

## **5.2 Pembahasan:**

### **5.2.1 Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang:**

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 47,5%. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizkia, Rini, dan Nur (2017) pada 188 mahasiswa angkatan 2017 kedokteran Universitas Andalas menggunakan kuisioner yang sama dan didapatkan hasil bahwa sebanyak 91 mahasiswa (48,4%) mahasiswa mengalami stres sedang, 76 mahasiswa (40,4%) mengalami stres ringan, 21 mahasiswa (11,2%) mengalami stres ringan, dan tidak ada responden yang mengalami stres sangat berat. Hal ini berbeda dengan penelitian ini dimana terdapat 2 responden menderita stres sangat berat. Berdasarkan data penelitian, responden yang menderita stres merupakan responden yang tinggal di mahad. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lely (2015) dari 50 mahasiswa yang tinggal di mahad, sebanyak 42 mahasiswa mengalami stres akademik. Asumsi peneliti, mahad memiliki pengaruh dalam menimbulkan stres pada mahasiswa kedokteran UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

### **5.2.1.1 Jenis kelamin dengan Kejadian Tingkat Stres**

Distribusi tingkat stres berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden wanita memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada responden pria yaitu pada responden wanita ditemukan 10 responden memiliki tingkat stres berat dibanding responden laki-laki yang hanya 5 responden.

Data ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas pada tahun 2018 yang dilakukan terhadap mahasiswa angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dengan sampel sebanyak 188 didapatkan hasil bahwa responden wanita memiliki tingkat stres berat yang lebih tinggi yaitu sebanyak 58 responden dibanding responden pria yang hanya 18 responden (Rizkia, Rini, & Nur, 2017).

Perbedaan respon stres pada pria dan wanita berkaitan dengan aktivitas HPA Axis dan sistem saraf simpatis yang akan memberikan feedback negatif saat tubuh mengalami stres. HPA axis bekerja dengan mengatur produksi dari hormon kortisol, sedangkan sistem saraf simpatis bekerja dalam pengaturan denyut jantung dan tekanan darah. Respon HPA dan autonomik lebih tinggi pada pria sehingga mempengaruhi respon seseorang dalam mengatasi stressor. Selain itu, hormon seks pada wanita akan menurunkan respon HPA dan sympathoadrenal yang dapat menyebabkan penurunan feedback negatif hormon kortisol ke otak sehingga wanita cenderung mudah stres (Kudielka, B.M & Kirschbaum., 2005).

### **5.2.1.2 Tinggal di Mahad Dengan Kejadian Stres**

Distribusi tingkat stres berdasarkan tinggal di mahad menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang tinggal di mahad memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada responden yang tidak tinggal di mahad. Pada responden yang

tinggal di mahad ditemukan 2 responden memiliki tingkat stres sangat berat sedangkan responden yang tidak tinggal di mahad tidak ada responden yang mengalami. Hal ini dikarenakan program mahad memiliki pengaruh dalam menimbulkan stres. Menurut Lely (2015) dalam penelitiannya terhadap 50 mahasiswa baru yang tinggal di mahad pada jurusan Psikologi didapatkan hasil bahwa jadwal PPBA, tugas mahad, dan jadwal perkuliahan mengakibatkan stres akademik pada mahasiswa yang tinggal di mahad.

### **5.2.1.3 Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor**

Tingkat stres terkait akademik (ARS) pada responden penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat stres berat. Tingginya tingkat stres terkait akademik pada mahasiswa kedokteran Uin Malang disebabkan oleh faktor “Ujian atau test” dan “Beban belajar berlebih”. Pada pernyataan “Ujian atau test” dan “Beban belajar berlebih” memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 38 pernyataan lainnya. Hal ini juga menyimpulkan bahwa “Ujian atau test” dan “Beban belajar berlebih” juga merupakan stresor utama penyebab stres secara umum. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Victoria *et all* (2018) dengan mengamati publikasi data ilmiah (selama 5 tahun) terkait penyebab stres pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara mengatakan bahwa penyebab paling signifikan mengakibatkan stres adalah beban belajar dan ujian. Menurut Keliat (1999) stres yang dialami peserta didik pada tingkatan ringan justru membuat peserta didik bersemangat untuk belajar dalam menghadapi ujian, namun pada tahap selanjutnya stres dapat menimbulkan keluhan-keluhan dari peserta didik seperti sering merasa mengantuk di sekolah karena setiap hari harus pulang sore dan setelah itu harus mengerjakan tugas dari guru yang semakin hari semakin

banyak dan sulit. Hal ini dapat menyita seluruh tenaga peserta didik sehingga menyebabkan kelelahan dan kecapaian. Ketika hal ini terjadi, maka *overload* tersebut dapat menyebabkan stres

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (IRS) pada responden sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan pada 203 mahasiswa kedokteran di Terna India. Dari hasil penelitian, sebanyak 203 mahasiswa memiliki nilai rata-rata skor untuk pernyataan hubungan interpersonal dan intrapersonal berada dalam kategori stres ringan (Kakoli G dan Abhiram B, 2018).

Faktor paling berpengaruh menyebabkan stres terkait hubungan interpersonal dan interpersonal pada responden penelitian ini adalah “Kurangnya motivasi belajar” dikarenakan pernyataan ini memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di Universitas Terna, India menggunakan kuisioner yang sama terhadap 203 mahasiswa kedokteran yang menunjukkan bahwa pernyataan “kurangnya motivasi belajar” memiliki skor rata-rata tertinggi dibanding 6 pernyataan lainnya (Kakoli, 2016). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jangho *et al* (2012) terhadap 1060 mahasiswa kedokteran Universitas Ulsan, Korea menggunakan instrumen *Medical Stress Scale* (MSS) dan *Academic Motivation Scale* (AMS) menunjukkan bahwa kurangnya motivasi belajar berhubungan dengan stres akademik. Hasil penelitian Jangho *et al* (2012) menyimpulkan ketika mahasiswa mengalami stres akademik yang tinggi maka dapat menyebabkan kurangnya motivasi belajar untuk mendapatkan nilai yang memuaskan (Jang *et al.*, 2012). Berdasarkan data penelitian, mahasiswa kedokteran

UIN Malang memiliki tingkat stres terkait akademik yang berat, sehingga wajar menimbulkan kurangnya motivasi belajar untuk mendapatkan nilai yang memuaskan.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) pada responden sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama pada 250 mahasiswa kedokteran tahun kedua, ketiga, dan keempat yaitu didapatkan sebanyak 109 mahasiswa (43,6%) dari total responden mengalami stres sedang terkait hubungan belajar mengajar, sedangkan 90 responden (36%) mengalami stres ringan, 48 responden (19,2%) mengalami stres berat, dan 3 responden (1,2 %) mengalami stres berat (Rock *et al.*,2017). Kondisi ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran di Chennai India kurang mendapatkan program mentoring dengan dosen mereka sehingga dapat mengakibatkan stres. Menurut Rakhmat (2007) adanya komunikasi secara efektif menyebabkan individu yang tergabung dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka dan dapat saling memahami kekurangan antar komunikator sehingga dapat menurunkan beban mental. Komunikasi secara efektif tersebut salah satunya bisa dijalankan melalui program bimbingan belajar, dimana mahasiswa dapat bertatap khusus dengan pendidik menceritakan kesulitan belajarnya mengenai bahasan tertentu.

Stresor terbesar yang menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar pada mahasiswa PSPD UIN Malang adalah “Ketidakpastian dalam diri (mampukah aku menjadi dokter?)” dan “tugas yang tidak menyenangkan” karena memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 5 pernyataan lainnya. Hasil penelitian ini sesuai dengan

penelitian oleh Liselotte *et all* (2005) dengan mengamati publikasi data ilmiah pada jurnal MEDLINE dan PubMed berbahasa Inggris antara tahun 1966 dan 2004 dengan kata kunci “*Medical student and depression, suicide, stress, burnout, distress*” menunjukkan bahwa stres terkait hubungan belajar mengajar paling sering terjadi pada tugas yang tidak menyenangkan dan ketidakpastian dalam diri. Menurut penelitian Gabriel (2016) terhadap 40 mahasiswa kedokteran angkatan 2016-2018 Universitas Sebelas Maret yang menganut sistem pembelajaran blok mengatakan bahwa tugas yang beragam pada mahasiswa bersumber dari tugas kegiatan praktikum sebagai syarat mengikuti post test, tugas laporan *field lab*, dan *small group discussion* seperti tutorial.

Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) pada responden sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian terhadap mahasiswa kedokteran di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama pada 250 mahasiswa kedokteran tahun kedua, ketiga, dan keempat yaitu didapatkan sebanyak 119 mahasiswa (47,6%) dari total responden mengalami stres sedang terkait hubungan sosial, sedangkan 85 responden (34%) mengalami stres ringan, 43 responden (19,2%) mengalami stres berat, dan 3 responden (1,2 %) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017). Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran di Chennai India dari 250 responden, 40 mahasiswa (16%) mengalami masalah hubungan sosial dengan teman kampus, dan 32 mahasiswa (12,8%) mengalami masalah hubungan sosial dengan keluarga.

Dari 6 pernyataan stres terkait hubungan sosial yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien” merupakan

pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 5 pernyataan lainnya. Responden belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuesioner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut (Yussof & Rahim, 2010).

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) pada mahasiswa PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres ringan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian terhadap mahasiswa kedokteran di Chennai India menggunakan kuisoner yang sama pada 250 mahasiswa kedokteran tahun kedua, ketiga, dan keempat yaitu didapatkan sebanyak 128 mahasiswa (51,2%) dari total responden mengalami stres ringan terkait hubungan belajar mengajar, sedangkan 82 responden (36%) mengalami stres sedang, 33 responden (13,2%) mengalami stres berat, dan 7 responden (2,8 %) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017). Hal ini dikarenakan pada 16% mahasiswa kedokteran di Chennai India terpikir untuk menjadi dokter pertama didalam keluarganya (Rock *et al.*, 2017).

Dari 3 pernyataan stres terkait keinginan dan pengendalian yang ada dalam kuisoner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 2 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres yaitu “tanggung jawab dalam keluarga. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hill, *et al* (2018) pada 1137 mahasiswa kedokteran di Florida dan Othman, *et al* (2013) pada 84 mahasiswa kedokteran di Universitas Malaysia menggunakan kuisoner yang sama mengatakan bahwa *family demands* menjadi salah satu penyebab stressor tertinggi pada beberapa kelompok sampel.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) pada mahasiswa PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian pada mahasiswa Chennai India menggunakan kuisioner yang sama pada 250 mahasiswa kedokteran tahun kedua, ketiga, dan keempat yaitu didapatkan sebanyak 128 mahasiswa (51,2%) dari total responden mengalami stres ringan terkait hubungan belajar mengajar, sedangkan 82 responden (36%) mengalami stres sedang, 33 responden (13,2%) mengalami stres berat, dan 7 responden (2,8 %) mengalami stres berat (Rock *et al.*,2017).

Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres adalah “merasa tidak kompeten”. Dari penelitian ini, kita tahu bahwa penyebab stres tidak hanya dari dalam individu saja, tetapi aktivitas serta hubungan antar individu di dalam kelompok juga dapat menyebabkan stres (Nasir, 2011). Selain itu, Fares, *et al.* (2016) dalam penelitiannya dengan mengamati jurnal kedokteran di Google Scholar, Scopus, Embase, Medline dan Pubmed dari tahun 1988-2015 mengatakan bahwa respon dari sampel merupakan salah satu bentuk dari perasaan *incompetency* yang memang telah diketahui memiliki hubungan dengan morbiditas secara psikologi maupun fisik. Pada mahasiswa kedokteran, hal ini dapat menyebabkan menurunnya kepuasan hidup, perilaku tidak professional, peningkatan resiko ide bunuh diri, serta pemikiran untuk berhenti melanjutkan pendidikan (*burnout*).

## 5.2.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Berdasarkan Perbedaan Angkatan

### 5.2.2.1 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2016

#### A. Tingkat Stres Mahasiswa

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016 paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 70%. Namun pada mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang juga terdapat mahasiswa yang mengalami stres berat sebanyak 10% dan stres ringan sebanyak 20%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada 40 mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 37 mahasiswa (87,5%) dan hanya 1 mahasiswa (2,5%) yang mengalami stres berat, dan 4 mahasiswa (10%) mengalami stres ringan (Agusmar, Vani, & Wahyuni, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Patil terhadap 64 mahasiswa kedokteran tingkat akhir yang tinggal di asrama di India juga menyebutkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami stres ringan sebanyak 34,54%, stres sedang sebanyak 40% dan stres berat sebanyak 25,45% (Patil, Patkar.S, & Patkar.K, 2016). Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir di India disibukan dengan jadwal perkuliahan, silabus yang panjang, dan lama berpisah dengan orangtua selama di asrama (Patil, Patkar.S, & Patkar.K, 2016). Menurut Pines dan Aronson dalam Nursalam (2013) dimana pada mahasiswa akhir cenderung mengalami *burnout* atau masa kelelahan secara fisik, emosional, dan mental yang disebabkan keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh dengan tuntutan emosional. Pada

mahasiswa tingkat akhir situasi yang penuh tuntutan tersebut diakibatkan proses penyusunan skripsi dan KTI ( Putri.D.A, Sambodo. S. P, dan Retna. T.A, 2017). Hal ini juga sejalan dengan mahasiswa kedokteran akhir di UIN Malang dimana pada pada mahasiswa akhir PSPD UIN Malang dituntut untuk tidak mempunyai tanggungan perkuliahan seperti ujian skripsi, ujian komprehensif, dan minimal IPK kelulusan adalah 2,50. Hal ini juga bisa menjadi indikasi timbulnya stres berat pada mahasiswa akhir PSPD UIN Malang.

### **B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor**

Tingkat stres terkait akademik (ARS) pada responden penelitian angkatan 2016 PSPD UIN Malang sebagian besar memiliki tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 96 mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama, yang menyatakan bahwa 45 responden (46,5%) mengalami stres sedang, sedangkan 33 responden (34,75%) mengalami stres berat, 12 responden (12,5%) mengalami stres ringan, dan 6 responden (6,25%) (Rock *et al.*, 2017). Perbedaan hasil ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir di chennai India hanya memiliki 4 mata kuliah pada tahun terakhir perkuliahan (Rock *et al.*, 2017). Hal ini berbeda dengan pembelajaran di PSPD UIN Malang pada mahasiswa angkatan akhir yang memiliki beban 4 mata kuliah blok dan 7 mata kuliah non blok (Rizal N dan Abdul M.S, 2020). Asumsi peneliti, kondisi ini mengakibatkan tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan akhir lebih tinggi dibanding mahasiswa kedokteran di Chennai.

Dari 13 pernyataan stres terkait akademik yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Mendapat nilai

jelek” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 12 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa mendapat nilai jelek merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Othman *et all* (2013) pada 84 mahasiswa kedokteran akhir di Universitas Malaysia dengan menggunakan kuisioner yang sama dimana “mendapatkan nilai jelek” memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 39 pernyataan lainnya yaitu dengan rata-rata skor 2,96. Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran akhir di Universitas Malaysia memiliki persepsi yang tinggi untuk mendapatkan nilai bagus karena hasil yang baik akan memberi mereka kepercayaan lebih setelah lulus yang mengarah kepada kepuasan yang lebih besar dengan karir mereka di masa depan, oleh karena itu mereka benar-benar berupaya dan menghabiskan banyak waktu belajar agar dapat berprestasi dalam ujian (Othman *et al*, 2013).

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (IRS) pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 96 mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama, yang menyatakan bahwa 48 responden (50%) menderita stres sedang, 30 responden (31,25%) menderita stres ringan, 16 responden (16,66%) menderita stres berat, dan 2 responden (2,1%) mengalami stres sangat berat.

Hal ini membuktikan bahwa sosialisasi, komunikasi, dan lingkup manusia dari Mahasiswa Kedokteran UIN Malang menjadi salah satu faktor penyebab stress yang cukup signifikan. Sebagaimana dijelaskan pada penelitian oleh Othman, *et al* (2013) yang mengatakan bahwa hubungan intrapersonal dan interpersonal dapat

menyebabkan perubahan atau gangguan secara emosional yang akan berpengaruh ke kegiatan sehari-hari oleh mahasiswa kedokteran.

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Kurangnya motivasi belajar” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Menurut Twicardo (2015) dalam Deyisi P, Flora K dan Mario (2018) tingkat stres yang berat mempengaruhi minat belajar mahasiswa. Minat belajar merupakan alat untuk memicu motivasi belajar mahasiswa sehingga ada beberapa faktor yang dapat mengoptimalkan motivasi belajar yaitu cita-cita, kemampuan belajar, kondisi siswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar. Banyak kejadian tersebut menyebabkan diantara mereka untuk tidak melanjutkan kuliah, tidak semangat belajar dan lain lain.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang yaitu sebesar 5 responden (50%) dibanding stres berat 2 responden (20%), dan stres ringan 3 responden (30%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap 96 mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama, yang menyatakan bahwa 42 mahasiswa (43,75%) memiliki tingkat stres sedang, 32 mahasiswa (33,33%) memiliki tingkat stres ringan, 20 mahasiswa (20,8%) memiliki tingkat stres berat, dan 2 mahasiswa (2,2%) memiliki tingkat stres sangat berat.

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan belajar mengajar yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan

“tugas yang tidak menyenangkan” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “Tugas yang tidak menyenangkan” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang. Menurut penelitian oleh Dika C, Dewi M, dan Wiwik S (2010) terhadap 127 mahasiswa kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya angkatan 2009 dengan kurikulum yang sama pada mahasiswa kedokteran UIN Malang yaitu pembelajaran KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi) menyimpulkan bahwa apabila mahasiswa fakultas kedokteran memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik yang baik, maka kecenderungan stresnya rendah. Sebaliknya, apabila mahasiswa Fakultas kedokteran memiliki penyesuaian diri yang buruk terhadap tuntutan akademik maka kecenderungan stresnya tinggi. Tuntutan akademik yang dimaksud dapat berupa kuliah pakar, tutorial, praktikum laboratorium dasar, praktikum *skill lab*, *data searching*, kerja lapangan, konsultasi pakar, evaluasi dan penelitian akhir (Dika, Dewi M, dan Wiwik S, 2010). Dari penelitian pendukung, peneliti berpendapat bahwa pada mahasiswa kedokteran UIN Malang angkatan 2016 memiliki penyesuaian diri yang buruk terhadap tuntutan akademik yang diberikan oleh Fakultas Kedokteran UIN Malang.

Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 96 mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama, yang menyatakan bahwa paling banyak mengalami tingkat stres sedang dengan rincian: 48 mahasiswa (50%) memiliki tingkat stres sedang, 33 mahasiswa (34,375%) memiliki tingkat

stres ringan, 15 mahasiswa (15,625%) memiliki tingkat stres berat, dan tidak ada responden yang memiliki tingkat stres sangat berat.

Dari 6 pernyataan stres terkait hubungan sosial yang ada dalam kuisoner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 5 pernyataan lainnya. Menurut Dahlin *et al* (2007) menunjukkan baik mahasiswa kedokteran maupun dokter mengalami gejala yang lebih tinggi dari segi tekanan psikologis, depresi, anxietas, dan kelelahan karena mahasiswa kedokteran memiliki masa studi yang lebih panjang serta lebih beresiko terpapar dengan penyakit maupun kematian karena patogen yang ditularkan dari pasien sehingga berpotensi mengakibatkan stres. Padahal responden pada penelitian ini belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuisoner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut (Yussof dan Rahim, 2010).

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres ringan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India yang menunjukkan bahwa tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang paling banyak adalah tingkat stres ringan dengan rincian : 52 mahasiswa (54,16%) mengalami stres ringan, 31 mahasiswa (32,29%) mengalami stres sedang, 12 mahasiswa (12,5%) mengalami stres berat, dan 1 mahasiswa (1,05%) mengalami stres sangat berat. Pada mahasiswa Chennai

dikarenakan merasa terbebani dengan menjadi dokter pertama dalam keluarga (Rock *et al.*,2017).

Dari 3 pernyataan stres terkait keinginan dan pengendalian yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 2 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa “tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang paling menyebabkan stres terkait keinginan dan pengendalian pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) pada mahasiswa angkatan 2016 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres sedang yaitu sebanyak 6 responden (60%), dan 4 responden mengalami stres ringan (40%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada 96 mahasiswa kedokteran tingkat akhir di Chennai India yang menunjukkan bahwa tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang paling banyak adalah tingkat stres sedang dengan rincian : 42 mahasiswa (43,75%) mengalami stres sedang , 32 mahasiswa (33,33%) mengalami stres ringan, 20 mahasiswa (20,8%) mengalami stres berat, dan 2 mahasiswa (2,12%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*,2017).

Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres adalah “merasa tidak kompeten”. Fares, *et al.* (2016) dalam penelitiannya dengan mengamati jurnal kedokteran di Google Scholar, Scopus, Embase, Medline dan Pubmed dari tahun 1988-2015 mengatakan bahwa respon dari sampel merupakan salah satu bentuk dari perasaan *incompetency* yang memang telah diketahui memiliki hubungan dengan morbiditas secara psikologi maupun fisik. Pada

mahasiswa kedokteran, hal ini dapat menyebabkan menurunnya kepuasan hidup, perilaku tidak profesional, peningkatan resiko ide bunuh diri, serta pemikiran untuk berhenti melanjutkan pendidikan (*burnout*). Dari penelitian ini, kita tahu bahwa penyebab stres tidak hanya dari dalam individu saja, tetapi aktivitas serta hubungan antar individu di dalam kelompok juga dapat menyebabkan stres (Nasir, 2011).

#### **5.2.2.2 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2017**

##### **A. Tingkat Stres Mahasiswa**

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2017 paling banyak mengalami stres berat sebanyak 60%. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Patil *et al* (2016) menggunakan kuisioner berbeda yaitu *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) yang dilakukan pada 400 mahasiswa kedokteran MBBS di India dan diantaranya 82 mahasiswa tingkat ketiga. Pada Mahasiswa tingkat ketiga rata-rata mahasiswa kedokteran MBBS menderita stres ringan sebanyak 43.13%, dibandingkan tingkat stres lainnya yaitu stres sedang sebanyak 33.33% dan stres berat sebanyak 23.52%. Pada penelitian ini belum bisa dijelaskan mengapa hal ini bisa terjadi, tetapi faktor paling berpengaruh menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat ketiga adalah banyaknya beban materi perkuliahan (SKS) dan sibuknya jadwal perkuliahan. Penyebab lain adalah absensi perkuliahan yang ada minimalnya sehingga dapat menyebabkan stres pada mahasiswa (Patil *et al*,2016). Hal ini sesuai dengan mahasiswa kedokteran angkatan ke 3 semester genap di UIN Malang dimana pada tahun ketiga memiliki jumlah sks yang banyak yaitu sebesar 21 SKS(Rizal N dan

Abdul M.S. 2020). Selain itu pada Mahasiswa kedokteran di UIN Malang absensi kehadiran untuk kuliah dan praktikum juga ada minimalnya yaitu 80% dari jumlah total perkuliahan dalam satu blok (Rizal N dan Abdul M.S, 2020).

## **B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor**

Tingkat stres terkait akademik (ARS) pada responden penelitian angkatan 2017 PSPD UIN Malang sebagian besar memiliki tingkat stres sedang yaitu sebanyak 5 responden (50%), sedangkan 3 responden (30%) mengalami stres berat, dan 2 responden (20%) mengalami stres sangat berat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 44 responden (56,41%) mengalami stres sedang, 17 responden (21,79%) mengalami stres berat, 12 responden (15,58%) mengalami stres ringan, dan 5 responden mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017). Tingginya tingkat stres akademik pada mahasiswa kedokteran angkatan 2017 disebabkan oleh beban materi perkuliahan yang banyak dibandingkan dengan semester genap pada angkatan lainnya selama satu semester yaitu sebanyak 21 SKS (Rizal N dan Abdul M.S. 2020). Hal ini dijelaskan oleh Holmes dan Rahe (2006) dalam Idauli S (2015) yang mengatakan penyebab stres yang berhubungan langsung dengan perkuliahan adalah satunya adalah beban perkuliahan yang terlalu berat atau padat (*overload*). Asumsi peneliti, berdasarkan penelitian yang mendukung banyaknya beban SKS pada mahasiswa kedokteran PSPD UIN angkatan 2017 menyebabkan tingginya tingkat stres.

Dari 13 pernyataan stres terkait akademik yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Tertinggal

materi pelajaran dari teman-teman yang lain” dan “kurangnya keterampilan klinik” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 11 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa tertinggal materi pelajaran dari teman-teman yang lain dan kurangnya keterampilan klinik merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres akademik pada angkatan 2017 PSPD UIN Malang. Menurut Ridwan (2009) menyebutkan bahwa salah satu gejala mahasiswa mengalami kesulitan belajar adalah lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajarnya dan selalu tertinggal dari kawan-kawannya dari waktu yang disediakan. Oleh karena itu, Dosen perlu mendeteksi gejala yang ada untuk dapat memberikan solusi. Menurut Penelitian yang dilakukan Brien (2012) beberapa penyebab stres pada mahasiswa antara lain kurangnya pengetahuan dan keterampilan klinik, kekhawatiran merawat pasien dan takut membuat kesalahan sehingga stres tersebut diwujudkan melalui kecemasan dan kesulitan dalam membuat keputusan. Menurut penelitian Finn, Thorburn dan King (2000) keberhasilan mahasiswa dalam mempelajari keterampilan klinik sangat dipengaruhi oleh kesiapan pengetahuan, mental, emosi dan ketersediaan lingkungan pembelajaran yang kondusif.

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (IRS) pada mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres berat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 40 responden (51,28%) mengalami stres sedang, 23 responden (29,48%) mengalami stres ringan, 14 responden (17,94%) mengalami stres berat, dan 1 responden (0,012%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Kurang motivasi belajar” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “kurangnya motivasi belajar” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang. Menurut Hery (2017) semakin baik komunikasi interpersonal maka semakin tinggi motivasi belajar siswa, sebaliknya semakin kurang komunikasi interpersonal maka semakin rendah motivasi belajar siswa. Dengan arti lain bahwa tinggi rendahnya motivasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh baik kurangnya komunikasi interpersonal pada siswa. Semakin baik komunikasi interpersonal terjalin akan menimbulkan dampak semakin meningkatnya rasa percaya diri. Asumsi peneliti, adanya konflik dengan mahasiswa seangkatan pada penelitian ini mengakibatkan komunikasi interpersonal yang terjadi diantara mahasiswa menjadi buruk sehingga berdampak terhadap menurunnya motivasi belajar.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) pada mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 39 responden (50%) mengalami stres sedang, 27 responden (34,61%) mengalami stres ringan, 12 responden (15,58%) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan belajar mengajar yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Ketidakpastian dalam diri (mampukah aku menjadi dokter?)” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “Ketidakpastian dalam diri (mampukah aku menjadi dokter?)” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Schor, *et al.*, (2016) mengatakan bahwa *uncertainty* atau keraguan menjadi salah satu hal yang dapat mengakibatkan stress pada mahasiswa kedokteran. Walaupun demikian, Schor menambahkan keraguan ini akan hilang seiring berjalannya waktu terutama pada mahasiswa yang melanjutkan studinya, serta prevalensi keraguan pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi pada wanita dibandingkan pada pria. Asumsi peneliti, pada mahasiswa PSPD UIN angkatan 2017 belum mampu mengatasi keraguan dalam diri meskipun sudah berada pada semester 6, hal ini perlu dikaji lebih lanjut supaya dapat menekan tingginya tingkat stres pada kategori ini.

Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) pada mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 38 responden (48,71%) mengalami stres sedang, 26 responden (33,33%) mengalami stres ringan, 14 responden (17,94%) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017).

Tingkat stres dapat dipengaruhi oleh respon seseorang terhadap stres. Respon terhadap stres dikelompokkan menjadi 4 bagian yaitu respons fisiologis, respon kognitif, respon emosi, serta respons tingkah laku. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan perbedaan tingkat stres seseorang adalah mekanisme koping. Mekanisme koping yang buruk dapat memperparah stres seseorang, begitupun sebaliknya. Jika seseorang bisa melawan stres yang ia rasakan dengan melakukan mekanisme koping yang benar, maka stres tersebut bisa berkurang bahkan bisa menghilang (Nasir, 2011).

Dari 6 pernyataan stres terkait hubungan sosial yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “ Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 5 pernyataan lainnya. Responden belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuesioner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut (Yussof & Rahim, 2010).

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian pada mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 32 responden (56,41%) mengalami stres ringan, 35 responden (44,87%) mengalami stres sedang, 10 responden (12,82%) mengalami stres berat, dan 1 responden (0,0128%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 3 pernyataan stres terkait keinginan dan pengendalian yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 2 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang paling menyebabkan stres terkait keinginan dan pengendalian pada angkatan 2017 PSPD UIN Malang.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) pada mahasiswa angkatan 2017 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 78 mahasiswa kedokteran tahun ketiga di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 31 responden (39,74%) mengalami stres sedang, 28 responden (35,89%) mengalami stres ringan, 17 responden (21,79%) mengalami stres ringan, dan 2 responden (0,025%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Pernyataan dalam kelompok stres ini yang paling menyebabkan stres adalah “merasa tidak kompeten”. Dari penelitian ini, kita tahu bahwa penyebab stres tidak hanya dari dalam individu saja, tetapi aktivitas serta hubungan antar individu di dalam kelompok juga dapat menyebabkan stres (Nasir, 2011). Selain itu, Fares, *et al.* (2016) dalam penelitiannya dengan mengamati jurnal kedokteran di Google Scholar, Scopus, Embase, Medline dan Pubmed dari tahun 1988-2015 mengatakan bahwa respon dari sampel merupakan salah satu bentuk dari perasaan *incompetency* yang memang telah diketahui memiliki hubungan dengan morbiditas secara psikologi maupun fisik. Pada mahasiswa kedokteran, hal ini dapat menyebabkan

menurunnya kepuasan hidup, perilaku tidak professional, peningkatan resiko ide bunuh diri, serta pemikiran untuk berhenti melanjutkan pendidikan (*burnout*).

### **5.2.2.3 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2018**

#### **A. Tingkat Stres Mahasiswa**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2018 paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 50%. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Patil (2016) menggunakan kuisioner yang berbeda yaitu *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) terhadap 400 mahasiswa kedokteran MBBS di india dimana 114 mahasiswa merupakan tingkat kedua dimana didapatkan hasil bahwa 51.85% mahasiswa menderita stres ringan, sedangkan 35,18% mahasiswa menderita stres sedang, dan 12,28% menderita stres berat. Pada penelitian ini belum bisa dijelaskan mengapa hal ini bisa terjadi, tetapi berdasarkan hasil kuisioner wawancara menyebutkan bahwa faktor paling berpengaruh menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat kedua adalah sebanyak 74,5% responden dari total responden mengatakan banyaknya beban materi perkuliahan (SKS) dan 43,5% responden dari total responden mengatakan sibuknya jadwal perkuliahan. Penyebab lainnya adalah 30,70 % responden dari total responden mengatakan absensi perkuliahan yang ada minimalnya dan 29,82% responden dari total responden mengatakan tinggal di asrama dapat menyebabkan stres pada mahasiswa (Patil *et al.*,2016). Hal ini sesuai dengan data mahasiswa kedokteran angkatan ke 2 semester genap di UIN Malang dimana pada tahun kedua memiliki jumlah sks yang banyak yaitu sebesar 20 SKS (Rizal N dan Abdul M.S. 2020). Selain itu pada Mahasiswa kedokteran di UIN

Malang absensi kehadiran untuk kuliah juga ada minimalnya yaitu 80% dari jumlah total perkuliahan dalam satu blok (Rizal N dan Abdul M.S. 2020). Dan pada mahasiswa kedokteran angkatan 2018 di UIN Malang juga tinggal di mahad dimana mahad mempunyai pengaruh dalam menimbulkan stres. Menurut penelitian oleh Lely (2015) pada 50 mahasiswa baru yang tinggal di mahad UIN Maulana Malik Ibrahim Malang juga menyebutkan bahwa mahad memiliki pengaruh menyebabkan stres pada 42 mahasiswa.

#### **B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor**

Tingkat stres terkait akademik (ARS) pada responden penelitian angkatan 2018 PSPD UIN Malang sebagian besar memiliki tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 31 responden (40,78%) mengalami stres sedang, 23 responden (30,26%) mengalami stres berat, 19 responden (25%) mengalami stres ringan, dan 3 responden (0,039%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Stresor yang paling menyebabkan stres terkait akademik pada mahasiswa kedokteran angkatan 2018 adalah pernyataan “ Merasa banyak hal yang harus dipelajari” dikarenakan memiliki skor rata-rata tertinggi. Hal itu berarti bahwa merasa banyak hal yang harus dipelajari merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres akademik pada angkatan 2018 PSPD UIN Malang. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Othman, *et al.*, (2013) terhadap 84 mahasiswa kedokteran di Universitas Malaysia yang mengatakan bahwa “Merasa banyak hal yang harus dipelajari” menjadi salah satu penyebab stressor

tertinggi pada kelompok stres terkait akademik. Menurut Kanters M.A, David G.B, dan Aram A (2002) fenomena stres belajar sering dijumpai pada jurusan favorit seperti kedokteran. Hal itu disebabkan mereka merasa dibebani materi pelajaran dan beban tugas yang banyak serta harus mengikuti sejumlah ulangan/tes yang menuntut mereka harus memiliki nilai yang memuaskan. Asumsi peneliti, pada mahasiswa angkatan 2018 memiliki beban sks pembelajaran yang banyak dalam satu semester, dan ditambah pada angkatan 2018 juga masih tinggal di mahad dimana jadwal dan tugas dari mahad terhitung padat jika digabung dengan tugas perkuliahan, hal ini yang mengakibatkan mahasiswa angkatan 2018 memiliki beban mental akademik untuk mencapai nilai yang memuaskan.

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal pada mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 30 responden (39,47%) mengalami stres ringan, 25 responden (32,89%) mengalami stres sedang, 17 responden (22,36%) mengalami stres berat, dan 4 responden (0,052%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Konflik dengan mahasiswa lain” dan “Kurang motivasi untuk belajar” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 5 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “Konflik dengan mahasiswa lain” dan “kurangnya motivasi belajar” merupakan *stressor* yang paling

menyebabkan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bergmann C, Thomas M, dan Aram A (2019) yang mengatakan bahwa komunikasi dan hubungan sosial yang dilakukan kepada sesama mahasiswa kedokteran akan menjadi hal yang efektif dalam menanggulangi stress. Hal ini dikarenakan sesama mahasiswa kedokteran akan lebih memahami tekanan yang dialami dan dapat menunjukkan empati dalam situasi akademik yang menantang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa apabila terdapat konflik antar mahasiswa kedokteran, maka dapat menjadi salah satu pencetus munculnya stresor yang dipicu oleh stresor sebelumnya. Menurut Hery (2017) semakin baik komunikasi interpersonal maka semakin tinggi motivasi belajar siswa, sebaliknya semakin kurang komunikasi interpersonal maka semakin rendah motivasi belajar siswa. Dengan arti lain bahwa tinggi rendahnya motivasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh baik kurangnya komunikasi interpersonal pada siswa. Semakin baik komunikasi interpersonal terjalin akan menimbulkan dampak semakin meningkatnya rasa percaya diri. Asumsi peneliti, adanya konflik dengan mahasiswa lain mengakibatkan komunikasi interpersonal yang terjadi diantara mahasiswa menjadi buruk sehingga berdampak terhadap menurunnya motivasi belajar.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) pada mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 31 responden (40,78%) mengalami

stres ringan, 28 responden (36,84%) mengalami stres sedang, 16 responden (21,05%) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan belajar mengajar yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Tugas yang tidak menyenangkan” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “Tugas yang tidak menyenangkan” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saravanan dan Wilks (2014) yang mengatakan bahwa mahasiswa kedokteran yang menderita depresi telah mengalami frustrasi disebabkan karena terlalu banyak tugas yang diberikan dan ketidakmampuan berkonsentrasi di bawah tekanan yang diterima. Banyaknya tugas yang diberikan kepada mahasiswa kedokteran akan menyebabkan meningkatnya tekanan mental terhadap mahasiswa sehingga dapat meningkatkan tingkat stress.

Tingkat stres terkait hubungan sosial (SRS) pada mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres berat. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 33 responden (43,42%) mengalami stres sedang, 26 responden (34,21%) mengalami stres ringan, 14 responden (18,42%) mengalami stres berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 6 pernyataan stres terkait hubungan sosial yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “ Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien” merupakan pernyataan yang memiliki rata-

rata skor tertinggi dibanding 5 pernyataan lainnya. Responden belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuesioner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut (Yussof & Rahim, 2010). Sesuai dengan penelitian kualitatif yang telah dilakukan oleh Patel (2015) terhadap dua mahasiswa kedokteran, mengatakan bahwa salah satu subjek penelitian mengalami *anxiety* (kecemasan) karena ketakutan akan “terlihat bodoh” terhadap sekitarnya. Hal ini dapat menjadi alasan mengapa rasa ketakutan tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien menjadi penyebab munculnya stressor pada mahasiswa kedokteran.

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian (DRS) pada mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres ringan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisoner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 44 responden (57,89%) mengalami stres ringan, 16 responden (21,05%) mengalami stres sedang, 10 responden (13,15%) mengalami stres berat, dan 5 responden (6,57%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 3 pernyataan stres terkait keinginan dan pengendalian yang ada dalam kuisoner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 2 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang paling menyebabkan stres terkait keinginan dan pengendalian pada angkatan 2018 PSPD UIN Malang. Hal yang sama juga diperoleh dari penelitian yang dilakukan Shafira

(2015) bahwa sekitar 56,6% mahasiswa merasa sedih, kesepian dan ketakutan ketika tinggal jauh dari orangtua. Saat itu, mahasiswa yang tinggal jauh dari orangtua dituntut untuk mulai mampu mengatur hidupnya sendiri, menyesuaikan diri dengan teman dan kegiatan baru serta menghadapi perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal baru.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok (GARS) pada mahasiswa angkatan 2018 PSPD UIN Malang yang paling banyak adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan terhadap 76 mahasiswa kedokteran tahun kedua di Chennai India menggunakan kuisioner yang sama dengan metode *total sampling*, yang menyatakan bahwa 31 responden (40,78%) mengalami stres sedang, 25 responden (32,89%) mengalami stres ringan, 15 responden (19,73%) mengalami stres berat, dan 5 responden (6,57%) mengalami stres sangat berat (Rock *et al.*, 2017).

Dari 4 pernyataan stres terkait aktivitas kelompok yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “ Harus melakukan sesuatu dengan baik” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 3 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan “ Harus melakukan sesuatu dengan baik” merupakan pernyataan yang paling menyebabkan stres terkait aktivitas kelompok pada angkatan 2018 PSPD UIN Malang. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hill (2018) yang mengatakan bahwa dari 306 mahasiswa kedokteran yang menjadi sample, diketahui bahwa para siswa mengiyakan bahwa tekanan dari internal yang mereka berikan pada diri sendiri (“Saya stress karena takut akan gagal”) serta tekanan dari eksternal untuk dapat berkuat dalam dunia akademis (“Ada

*performance pressure* dari diriku, orangtuaku, professor”) dapat menyebabkan frustrasi pada mahasiswa kedokteran. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa performa yang dipaksakan untuk dilakukan sebaik-baiknya akan dapat memberikan stres kepada mahasiswa kedokteran.

#### **5.2.2.4 Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2019**

##### **A. Tingkat Stres Mahasiswa**

Mayoritas tingkat stres responden berada pada tingkat stres berat. Sedangkan untuk tingkat stres ringan tidak ada responden yang mengalaminya. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan Wahyudi (2015) terhadap 166 mahasiswa baru kedokteran Universitas Riau tahun 2015 menggunakan kuisioner yang sama didapatkan hasil 95 mahasiswa (57,23%) menderita stres sedang, 38 mahasiswa (22,89%) menderita stres ringan, 29 mahasiswa (17,47%) menderita stres berat, dan 4 mahasiswa (2,41%) menderita stres berat. Penelitian lain yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran Universitas Lampung tingkat pertama dengan kuisioner yang sama, menyatakan bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang (Puspitha, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara tahun pertama juga demikian, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang (Suganda, 2013). Asumsi peneliti, adanya perbedaan hasil ini bisa disebabkan karena sistem pembelajaran kedokteran UIN berbeda dengan sistem pembelajaran kedokteran pada umumnya. Pada mahasiswa kedokteran di UIN mahasiswa diwajibkan untuk tinggal di mahad disamping menempuh perkuliahan (UIN Malang, 2019). Menurut penelitian Lely (2015), mahad memiliki pengaruh dalam menimbulkan stres

khususnya stres akademik. Sebanyak 42 mahasiswa dari 50 responden mengatakan kesulitan dalam mengatur jadwal mahad, Jadwal PPBA, dan jadwal kuliah (Stres akademik).

Selain itu perbedaan tingkat stres dapat dipengaruhi oleh respons seseorang terhadap stres. Respons terhadap stres dikelompokkan menjadi 4 bagian yaitu respons fisiologis, respons kognitif, respons emosi, serta respons tingkah laku. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan perbedaan tingkat stres seseorang adalah mekanisme koping. Mekanisme koping yang buruk dapat memperparah stres seseorang. Begitupun sebaliknya. Jika seseorang bisa melawan stres yang ia rasakan dengan melakukan mekanisme koping yang benar, maka stres tersebut bisa berkurang bahkan bisa hilang (Nasir, 2011).

#### **B. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor**

Tingkat stres terkait akademik pada responden penelitian angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar memiliki tingkat stres berat yaitu sebanyak 6 mahasiswa (60%), dibandingkan pada tingkat stres lainnya seperti pada tingkat stres sangat berat 1 responden (10%), dan stres sedang 3 responden (30%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 188 mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2017 menggunakan kuisioner yang sama didapatkan 97 mahasiswa (51,6%) mengalami stres berat, 82 mahasiswa (43,6%) mengalami stres sedang, 9 mahasiswa (4,8%) mengalami stres ringan. Sistem perkuliahan pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas menganut sistem perkuliahan blok dengan satu semester terdiri dari 3 blok dan 1 keterampilan klinik (Rizkia, Rini dan Nur, 2018). Hal ini sama dengan sistem perkuliahan pada mahasiswa kedokteran di UIN Malang. Namun

yang menjadi pembeda disini, pada mahasiswa kedokteran UIN Malang ada responden yang mengalami stres sangat berat, sedangkan pada mahasiswa kedokteran UNAND tidak ada responden yang mengalaminya. Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran tingkat pertama di UIN Malang harus menjalani program mahad selama dua tahun, sementara pada mahasiswa kedokteran UNAND tidak ada program mahad. Diduga mahad memiliki peran untuk meningkatkan tingkat stres akademik pada mahasiswa. Hal ini telah dijelaskan didalam penelitian Lely (2015) yang dilakukan pada 50 mahasiswa baru yang tinggal di mahad pada fakultas psikologis UIN Malang, dimana 42 mahasiswa mengalami stres akademik terkait jadwal kuliah yang padat, jadwal PPBA, dan jadwal mahad lainnya.

Dari 13 pernyataan stres terkait akademik yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Beban belajar yang berlebihan” dan “kurangnya waktu meninjau kembali apa yang sudah dipelajari”. Pernyataan ini merupakan pernyataan dengan skor rata-rata tertinggi diantara 38 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa beban belajar yang berlebihan dan kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari merupakan stressor yang paling menyebabkan stres pada angkatan 2019 PSPD UIN Malang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Victoria *et all* (2018) dengan mengamati publikasi data ilmiah (selama 5 tahun) terkait penyebab stres akademik mahasiswa kedokteran di berbagai negara mengatakan bahwa penyebab paling signifikan mengakibatkan stres akademik adalah beban belajar dan ujian. Menurut Kanters M.A, David G.B, dan Aram A (2002) fenomena stres belajar sering dijumpai pada jurusan-jurusan favorit, misalnya kedokteran. Hal itu disebabkan mereka merasa dibebani materi pelajaran dan beban tugas yang

banyak serta harus mengikuti sejumlah ulangan/tes yang menuntut mereka harus memiliki nilai yang memuaskan. Pada mahasiswa kedokteran tingkat pertama di UIN Malang diwajibkan untuk tinggal di mahad, dimana terdapat kegiatan akademik yang berhubungan dengan mahad yang dimulai dari pukul 04.00 WIB sampai pukul 22.00 WIB (Faiz, 2019). Asumsi peneliti, jika kegiatan mahad digabung dengan jadwal perkuliahan maka terhitung padat, sehingga mengakibatkan mahasiswa kekurangan waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari. Selain itu beban belajar pada mahad seperti taklim afkar dan taklim quran yang jika digabung dengan beban materi perkuliahan membuat beban belajar semakin berlebih pada mahasiswa kedokteran tingkat pertama di UIN Malang.

Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal pada mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2017 yang menunjukkan bahwa 84 mahasiswa (44,7%) mengalami stres berat, 80 mahasiswa (42,5%) mengalami stres sangat berat, 24 mahasiswa (12,8%) mengalami stres sedang. Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran di UNAND memiliki konflik dengan dosen. Konflik yang dimaksud adalah perasaan tidak senang hati terhadap dosen, yang dapat terjadi terhadap dosen tutorial, dosen *skills lab*, dosen pemberi kuliah pengantar, maupun dosen lainnya yang ada di kampus (Rizkia, Rini, dan Nur, 2017). Sedangkan pada mahasiswa kedokteran di UIN Malang didapatkan data bahwa 4 responden memiliki masalah dengan teman

angkatan dan 3 responden menyebutkan dengan musrif/musrifah. Hal inilah yang diduga mengakibatkan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal.

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini, didapatkan bahwa pernyataan “Kurangya motivasi untuk belajar” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 6 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “kurangnya motivasi belajar” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang. Hal ini dikarenakan pada mahasiswa kedokteran angkatan 2019 memiliki tingkat stres akademik yang tinggi. Hasil penelitian Jangho *et al* (2012) menyimpulkan ketika mahasiswa mengalami stres akademik yang tinggi maka dapat menyebabkan kurangnya motivasi belajar untuk mendapatkan nilai yang memuaskan. Berdasarkan data penelitian, mahasiswa kedokteran UIN Malang angkatan 2019 memiliki tingkat stres terkait akademik yang berat, sehingga wajar menimbulkan kurangnya motivasi belajar untuk mendapatkan nilai yang memuaskan.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar pada mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan pada 188 mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2017 menggunakan kuisioner yang sama yang menunjukkan bahwa 79 mahasiswa (42%) mengalami stres sedang, 77 mahasiswa (41%) mengalami stres berat, 31 mahasiswa (16,5%) mengalami stres ringan, dan 1 mahasiswa (0,5%) mengalami stres sangat berat (Rizkia, Nur, dan Rini, 2017).

Dari 7 pernyataan stres terkait hubungan belajar mengajar yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Dosen kurang piawai dalam mengajar materi kuliah” dan pernyataan “Tugas yang tidak menyenangkan” merupakan pernyataan yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara 5 pernyataan lainnya. Hal itu berarti bahwa “Dosen kurang piawai dalam mengajar materi kuliah” dan “Tugas yang tidak menyenangkan” merupakan *stressor* yang paling menyebabkan stres terkait hubungan belajar mengajar mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang. Menurut Hamalik (2008) proses belajar dan hasil belajar para siswa bukan saja ditentukan oleh sekolah, pola, struktur, dan isi kurikulumnya, akan tetapi sebagian besar ditentukan oleh kompetensi guru yang mengajar dan membimbing mereka. Guru yang kompeten akan lebih mampu menciptakan lingkungan belajar yang efektif, menyenangkan, dan akan lebih mampu mengelola kelasnya, sehingga belajar para siswa berada pada tingkat optimal. Artinya, ketika semua itu tidak tercapai maka bisa dikatakan guru tersebut belum kompeten dalam mengajar sehingga sulit bagi siswanya untuk menangkap pelajaran yang diberikan oleh guru.

Tingkat stres terkait hubungan sosial pada mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan pada 188 mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2017 menggunakan kuisioner yang sama yang menunjukkan bahwa 100 mahasiswa (53,2%) mengalami stres sedang, 53 mahasiswa (28,2%) mengalami stres berat, 30 mahasiswa (16%) mengalami stres ringan, dan 5 mahasiswa (2,7%) mengalami stres sangat berat (Rizkia, Nur, dan Rini, 2017).

Dari 6 pernyataan stres terkait hubungan sosial yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “ Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien” dan “Seringnya gangguan belajar/pekerjaan dari orang lain” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 4 pernyataan lainnya.. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Patil (2016) terhadap 78 mahasiswa kedokteran MBBS di India yang tinggal di asrama mengatakan bahwa 14,10% mahasiswa memiliki masalah dengan teman angkatan, dan 10,25% memiliki masalah dengan teman sekamar. Asumsi peneliti dikarenakan pada mahasiswa kedokteran UIN angkatan pertama diwajibkan untuk tinggal dimahad, dimana dalam satu kamar terdapat 2 mahasiswa, ada kemungkinan ketidakcocokan dengan teman kamar sehingga dapat menimbulkan gangguan dalam proses belajar. Pernyataan “ Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien” juga merupakan pernyataan pada tahapan klinis. Responden belum memasuki tahap pendidikan klinis, namun pada kuesioner ini telah ditetapkan bahwa jawaban tersebut berdasarkan perasaan responden jika seandainya berada pada situasi tersebut (Yussof & Rahim, 2010).

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian pada mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan pada 188 mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2017 menggunakan kuisioner yang sama yang menunjukkan bahwa 75 mahasiswa (39,9%) mengalami stres sedang, 72 mahasiswa (38,3%) mengalami stres berat, 23 mahasiswa (12,2%) mengalami stres ringan, dan 18 mahasiswa (9,6%) mengalami stres sangat berat (Rizkia, Nur, dan Rini, 2017).

Dari 3 pernyataan stres terkait keinginan dan pengendalian yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 2 pernyataan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pernyataan “Tanggung jawab dalam keluarga” merupakan pernyataan yang paling menyebabkan stres terkait keinginan dan pengendalian pada angkatan 2019 PSPD UIN Malang.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok pada mahasiswa angkatan 2019 PSPD UIN Malang sebagian besar adalah tingkat stres sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan dengan penelitian yang dilakukan pada 188 mahasiswa kedokteran tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2017 menggunakan kuisioner yang sama yang menunjukkan bahwa 85 mahasiswa (45,2%) mengalami stres sedang, 72 mahasiswa (38,3%) mengalami stres berat, 26 mahasiswa (13,8%) mengalami stres ringan, dan 5 mahasiswa (2,7%) mengalami stres sangat berat (Rizkia, Nur, dan Rini, 2017).

Dari 4 pernyataan stres terkait aktivitas kelompok yang ada dalam kuisioner MSSQ yang digunakan pada penelitian ini didapatkan bahwa pernyataan “Merasa tidak kompeten” merupakan pernyataan yang memiliki rata-rata skor tertinggi dibanding 3 pernyataan lainnya. Menurut Penelitian Nur (2015) di Universitas Padjajaran (UNPAD) menunjukkan bahwa 60% mahasiswa baru merasa belum dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dengan baik. Hal ini dikarenakan kesulitan mereka dalam menyelesaikan tugas akademik, merasa tidak bisa mengerjakan tugas kuliah, kesulitan menjalani hubungan dengan teman baru, dan masih sangat bergantung dengan orangtua. Kegagalan individu dalam

melakukan penyesuaian diri dalam bidang pendidikan dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis, salah satunya merasa stres (Handono dan Bashori, 2013).

### 5.3 Integrasi Islam:

Stres diartikan oleh seorang psikolog perkembangan JW Santrock (2000) sebagai respon individu terhadap situasi dan peristiwa yang dianggap mengancam. Ahli lain, Magill (1996) juga menyatakan bahwa stres merupakan reaksi adaptif individu terhadap situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman. Situasi mengancam ini menjadi situasi yang sulit diatasi oleh individu yang bersangkutan. Seringkali membutuhkan waktu lama dan bahkan tidak jarang gagal mengatasinya, sehingga pada tahap berikutnya ia mengalami kesulitan dalam bekerja ataupun melakukan aktivitas keseharian lainnya. Islam mengenalkan stres di dalam kehidupan ini sebagai cobaan. Allah SWT berfirman di dalam Q.S Al-Baqarah ayat 155 sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ  
وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ - ١٥٥

Artinya “Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar.”

(Q.S Al-Baqarah (2):155) (Kemenag, 2020).

Datangnya cobaan kepada manusia inilah yang akan dirasakan sebagai suatu tekanan (stres) dalam diri, atau disebut juga sebagai beban. Banyak contoh dalam keseharian manusia bentuk cobaan ini, misalnya kematian, sakit, dan

kehilangan. Bukan hanya kondisi yang buruk menjadi cobaan, namun kekayaan, anak, kepandaian dan jabatan juga menjadi cobaan bagi manusia (Susatyo, 2010).

Situasi atau peristiwa yang memunculkan stres disebut sebagai stressor atau sumber stres. Segala sesuatu yang ada di lingkungan manusia dapat menjadi stressor, baik berupa lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah, tempat kerja, dan tempat umum. Manusia yang berada disekitar kita juga dapat menjadi stressor, sebagaimana benda fisik seperti ruangan, angkutan umum, kemacetan, cuaca, dan sebagainya (Susatyo, 2010). Dalam Surat Al-Baqarah ayat 155 diatas juga telah dijelaskan salah satu bentuk stressor yang dapat menjadi cobaan bagi manusia. Secara tersurat dinyatakan oleh Allah SWT bahwa rasa takut, kekurangan makan, kemiskinan, dan kehilangan harta dapat menjadi cobaan yang berat.

Hal yang sama dikemukakan oleh Yusuf (2004) faktor pemicu stres dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa kelompok berikut:

- a. Stressor fisik-biologik, seperti : penyakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, wajah yang tidak cantik atau ganteng, dan postur tubuh yang dipersepsi tidak ideal (seperti : terlalu kecil, kurus, pendek, atau gemuk).
- b. Stressor psikologik, seperti : *negative thinking* atau berburuk sangka, frustrasi (kekecewaan karena gagal memperoleh sesuatu yang diinginkan), hasud (iri hati atau dendam), sikap permusuhan, perasaan cemburu, konflik pribadi, dan keinginan yang di luar kemampuan.
- c. Stressor Sosial, seperti iklim kehidupan keluarga : hubungan antar anggota keluarga yang tidak harmonis (*broken home*), perceraian, suami atau istri selingkuh, suami atau istri meninggal, anak yang nakal (suka melawan

kepada orang tua, sering membolos dari sekolah) sikap dan perlakuan orang tua yang keras, salah seorang anggota mengidap gangguan jiwa dan tingkat ekonomi keluarga yang rendah

Stres yang terjadi akan menimbulkan berbagai komplikasi gangguan, baik fisik, sosial maupun psikologis. Louis Kaplan (1996) menyebutkan bahwa stres dapat menyebabkan gangguan proses berpikir, konsentrasi berkurang, dan pengambilan keputusan terhambat. Selain itu, disebutkan oleh Cardwell (1996) bahwa akibat stres berupa efek subyektif (kelelahan, harga diri menurun), efek perilaku (nafsu makan berkurang, tidak tenang), efek fisiologis (tensi darah naik, sulit bernafas), efek kognitif (sulit konsentrasi).

Kemampuan berpikir individu pada kondisi stres mengalami perubahan, terutama dalam konsentrasi, kemampuan memahami situasi, pengambilan keputusan dan menemukan solusi. Hal ini muncul karena emosi yang lebih dominan dan menutup peran pikiran dalam menghadapi permasalahan. Kontrol emosi yang lemah ini juga dapat menjadi pintu bagi perasaan kurang percaya diri, yang kemudian bermuara pada lemahnya upaya untuk segera mengatasi situasi. Individu yang sudah memiliki indikasi seperti ini seringkali kemudian melakukan upaya menyakiti diri sendiri dan orang lain, bahkan bunuh diri (Susatyo, 2010).

Menilik akibat yang sangat besar pada stres, maka dibutuhkan kemampuan untuk mengelola stres. Stres tidak mungkin selamanya dihindari, karena ujian dan cobaan dari Allah SWT tidak dapat diatur oleh manusia. Langkah terbaik adalah menyiapkan sikap dan perilaku mengelola stres sehingga mampu menangkal akibat stres (Susatyo, 2010).

Anjuran Allah SWT tentang menghindari dan mengelola stres sangat jelas, sebagaimana yang terdapat dalam Q.S Al-Imron ayat 139 yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ - ١٣٩

Artinya : *“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.”* (Q.S. Al-Imron (3):139) (Kemenag, 2020).

Secara rinci, beberapa cara mengelola stres yang telah diajarkan oleh islam adalah sebagai berikut (Athar, 2008; Heru, 2006):

- A. Sabar dan Shalat. Sabar dalam Islam adalah mampu berpegang teguh dan mengikuti ajaran agama untuk menghadapi atau menentang dorongan hawa nafsu. Orang yang sabar akan mampu mengambil keputusan dalam menghadapi stressor yang ada. Sebagaimana dalam ayat 155 surat Al Baqarah di depan yang menekankan kepada kesabaran akan mampu menghadapi cobaan yang diberikan. Di dalam ayat 153 surat yang sama Allah SWT juga menyatakan bahwa :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ - ١٥٣

Artinya: *“Wahai orang-orang yang beriman! Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sungguh, Allah beserta orang-orang yang sabar.”*(Q.S Al-Baqarah (2):153) (Kemenag, 2020).

Melalui shalat maka individu akan mampu merasakan betul kehadiran Allah SWT. Segala kepenatan fisik, masalah, beban pikiran, dan emosi yang tinggi kita tanggalkan ketika shalat secara khusyuk. Dengan demikian, shalat itu sendiri sudah menjadi obat bagi ketakutan yang muncul dari

stressor yang dihadapi. Selain itu, shalat secara teratur dan khusyuk akan mendekatkan individu kepada penciptanya.

- B. Bersyukur dan Berserah diri (Tawakkal). Salah satu kunci dalam menghadapi stressor adalah dengan selalu bersyukur dan menerima segala pemberian Allah SWT. Allah SWT sudah mengajarkan di dalam Q.S Al Baqarah ayat 156 yaitu:

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ - ١٥٦

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un” (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali).” (Q.S. Al-Baqarah (2):156) (Kemenag, 2020).

Cara berpikir negatif yang menekankan kepada persepsi stressor sebagai sesuatu yang mengancam dan merugikan, perlu diubah menjadi berpikir positif yang menekankan kepada pengertian stressor sebagai sesuatu yang tidak perlu dicemaskan. Bahkan individu perlu melihat adanya peluang-peluang untuk mengatasi stressor dan harapan-harapan positif lainnya. Saat stressor musibah datang menghampiri, biasanya akan mudah timbul rasa kehilangan sesuatu dari dalam diri. Hal ini membutuhkan rasa percaya (keimanan) bahwa diri kita ini bukan siapa-siapa, diri ini adalah milik Allah SWT, dan apa pun yang ada pada sekeliling kita adalah milik Allah SWT. Mensyukuri apa yang sudah diberikan dan selalu berserah diri akan menghindarkan kita dari perasaan serakah dan beban pikiran lainnya.

- C. Doa dan Dzikir. Sebagai insan beriman, doa dan dzikir menjadi sumber kekuatan bagi kita dalam berusaha. Adanya harapan yang tinggi

disandarkan kepada Allah SWT, demikianpun apabila ada kekhawatiran terhadap suatu ancaman, maka sandaran kepada Allah SWT senantiasa melalui doa dan dzikir. Melalui dzikir, perasaan menjadi lebih tenang dan khusyuk, yang pada akhirnya akan mampu meningkatkan konsentrasi, kemampuan berpikir secara jernih, dan emosi menjadi lebih terkendali. Hentakan kemarahan dan kesedihan, ataupun kegembiraan yang berlebihan senantiasa dapat dikendalikan dengan baik. Sebagaimana dalam surat Ar-Ra'd ayat 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ - ٢٨

Artinya : *“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.”* (Q.S. Ar-Ra'd (13):28) (Kemenag, 2020).

Pada penelitian ini diperoleh gambaran tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang sebagian besar responden termasuk dalam kategori stres sedang, dengan rincian untuk angkatan 2016 stres sedang, 2017 stres berat, 2018 stres sedang, dan 2019 stres berat. Karena masih tingginya tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang, maka harapan kedepannya dibutuhkan solusi untuk mengatasi masalah tersebut sehingga mahasiswa menjadi tidak mudah untuk stres. Salah satu bentuk solusi bisa bersumber dari anjuran Islam sesuai yang tersirat dalam ayat-ayat diatas. Ketika mahasiswa tidak mudah stres, maka proses pembelajaran menjadi efektif dan dalam menjalankan tugas belajar menjadi ringan dilaksanakan (Hamalik, 2008). Dengan begitu kesuksesan akan mudah dicapai, dan membantu mewujudkan kejayaan islam lewat dokter yang tangguh di masa depan.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan Gambaran tingkat stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2020 sebagian besar mengalami stres sedang pada semua angkatan. Pada mahasiswa PSPD UIN Malang untuk responden wanita cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibanding responden laki-laki. Sedangkan responden yang tinggal di mahad juga memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibanding yang tidak tinggal di mahad. Sedangkan tingkat stres untuk tiap angkataannya, untuk angkatan 2016 sebagian besar responden mengalami stres sedang, untuk angkatan 2017 sebagian besar responden mengalami stres berat, untuk angkatan 2018 sebagian besar responden mengalami stres sedang, dan untuk angkatan 2019 sebagian besar responden mengalami stres sedang.

#### **6.2 Saran**

1. Bagi Peneliti Selanjutnya:
  - A. Perlu dilakukan penelitian lanjutan menemukan penyebab pasti pada setiap stresor tiap-tiap angkatan yang menyebabkan tingginya tingkat stres
  - B. Perlu dilakukan penelitian pembandingan setiap tahun, agar diperoleh data mengenai perkembangan tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan dapat dijadikan bahan evaluasi.

C. Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai kondisi mahasiswa berkaitan dengan stres yang jatuh dalam kondisi patologis pada mahasiswa PSPD UIN Malang.

D. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk dapat menemukan mekanisme penanganan (Koping Stres) yang tepat sesuai dengan kondisi mahasiswa PSPD UIN Malang per tiap angkatan agar dapat menekan tingkat stres mahasiswa PSPD UIN Malang.

2. Bagi Mahasiswa:

Dapat dijadikan sumber refleksi diri berkaitan dengan tingkat stres, sehingga kedepannya dapat menginisiasi diri untuk dapat mencegah terjadinya stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang.

3. Bagi Institusi

Dapat dijadikan bahan evaluasi dan dapat menentukan beberapa strategi kedepannya sehingga dapat menekan tingginya tingkat stres pada mahasiswa PSPD UIN Malang sebelumnya.

### **6.3 Kelemahan Penelitian:**

1. Penelitian ini dilakukan secara online ditengah kondisi pandemi virus corona, meskipun stresor yang diukur tetap berhubungan dengan stres pada mahasiswa kedokteran, namun dikhawatirkan terdapat pengaruh psikologis pandemi virus corona terhadap timbulnya stres sehingga mempengaruhi pengisian kuisioner peneliti.

2. Kontrol peneliti terhadap responden kurang maksimal, dikarenakan peneliti tidak bisa bertemu langsung dengan responden. Dikhawatirkan responden

kurang memahami isi pernyataan kuisioner tetapi responden malu untuk bertanya dengan via online, sehingga dapat memengaruhi hasil kuisioner.

3. Kurangnya literatur penelitian terkait kondisi mahasiswa PSPD UIN Malang sebelumnya, sehingga peneliti hanya dapat mengukur tingkat stres dan faktor penyebab stres dari kuisioner saja.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H.M., 2008. *Stress and Depression Among Medical Students: A Cross Section Study at Medical College in Saudi Arabia*. Pak Journal Medical Science, 24(1):12-27
- Agusmar.AY, Vani.AT, Wahyuni. 2018. *Perbandingan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah*. Fakultas Kedokteran: Universitas Baiturrahmah: Padang.
- American Psychological Association. 2013. *Stress in America : Missing the Health Care Connection*.  
<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2012/full-report.txif>
- Ardani, T.A, Rahayu, Iin Tri, Sholichatun, dan Yulia. 2007. *Psikologi Klinis*. Graha Ilmu: Yogyakarta
- Athar, S. 2008. *Health Concerns For Believers Contemporary Issues*.  
<http://www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/Health%20Concerns%20For%20BELIEVERS%20Contemporary%20Issues.pdf>. Accessed at 29 Juni 2008
- Augesti G. 2015. *Perbedaan tingkat stres antar mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Tugas Akhir. Universitas Lampung, Lampung
- Bamuhair, S.S., Al Farhan, A.I., Althubaiti, A., Agha, S., Rahma, S., Ibrahim, N.O. 2015. *Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in a Problem-Based Learning*

*Curriculum*. Jurnal Penelitian Kesehatan, 2015, 1-7. doi: 10.1155/2015/575139

Bergman Christin, Thomas Muth, Adrian Loerbroks. 2019. *Medical Student Perceptions of Stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: a qualitative study*. Manheim Medical Faculty:Germany

Blank, C., Gatterer, K., Leichtfried, V., Polhammer, D., Raggautz, M.M., Duschek, S., Humpeler, E., Schobersberger, W. 2018. *Short Short Vacation Improves Stress-Level and Well-Being in German-Speaking Middle-Managers A Randomized Controlled Trial*. Jurnal Penelitian Kesehatan, 2018, 3.

Brien, L. 2012. Level of Stress and Common Coping Strategies Among Physician Assistant Student. *The Journal of Physician Assist Edr*. Vol. 43. No.4, 25-29

Brigitte M Kudielka, Clemens Kirschbaum. 2005. *Sex Difference in HPA Axis Responses to Stress: A review*. National Library of Medicine: Poland

Cardwell, M. 1996. *The Complete A-Z Psychology Handbook*. London : Hodder & Stoughton

Carolin. 2010. *Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. [Skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara: Medan

Chlarasinta. 2015. *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Tugas Akhir. Universitas Muhammadiyah: Surakarta

- Crawford, JR & Henry, JD. 2003. *The Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample*. Jurnal Penelitian Kesehatan, 2003, 42 :111-113.
- Dahlin M, Runeson B. *Burnout and psychiatric morbidity among medical students entering clinical training: a three year prospective questionnaire and interview-based study*. BMC Med Educ. 2007; 7(6):1-8
- Deyisi P.A, Flora K, dan Mario K. 2018. *Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*. E-journal Keperawatan Volume 6 Nomer 1. Universitas Sam Ratulangi
- Departemen Agama RI. 2015. *Al-Quran Terjemahan*. CV Darus Sunnah. Bandung
- Dika C, Dewi M, dan Wiwik S. 2010. *Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya*. Insan Media Psikologi : Fakultas Psikologi Universitas Hangtuah
- Dorland, W. A. N. 2008. *Kamus Kedokteran Dorland*. Terjemahan Huriawati Hartanto Ed 1. EGC: Jakarta
- Faiz,M. 2019. *Manajemen Pendidikan Karakter Disiplin Mahasantri Ma'had Sunan Ampel Ali*. Tugas Akhir. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang: Malang
- Fares Jawad, Hayat Al Tabosh, Zein Saadeddin, Christopher El Mouhayyar, Hussam Aridi. 2016. *Stress, Burnout and Coping Strategies in Preclinical Medical Student*. Ejournal Medicine

- Farida, Aryani. 2008. *Efektivitas Pendekatan "CBM" (Cognitive Behavior Modification) Untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa SMU*. Psikovidya. 11:1
- Fink, Arleine. 2009. *How to Conduct Surveys A Step-by-Step Guide*. University of California at Los Angeles The Langley Research Institute. SAGE Publication :USA
- Finn, T., Thorburn, J. & King, J. (2000). The educational needs of part time clinical facilitator. *Contemporary Nurse*, 9(2): 132-139.
- Fitasari, I.N. 2011. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*. Tugas Akhir. Universitas Airlangga: Surabaya Fitzroy Dearborn Publishers
- FKIK UIN Malang. 2019. *Pedoman Akademik Tahap Sarjana Kedokteran*. PSPD UIN Malang
- Gabriel Anindhita P. 2016. *Analisis Faktor-Faktor Pemicu Level Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*. PSPD FK UNS:Surakarta,Indonesia
- Girdano, L A. 2005. *Controlling Stress and Tension 9th edition*. Benjamin Cummings, San Fransisco.
- Gleitman, H., Reisberg, D. an Gross, J. 2007. *Psychology 7th edition*. Norton, New York, USA.
- Hamalik, Oemar. 2008. *Pendidikan Guru Berdasarkan Pendekatan Kompetensi*. Jakarta: PT.Bumi Aksara

- Handono, O.T;Bashori, K. 2013. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru*. Universitas Ahmad Dahlan, hal:3
- Handoyo, S. 2001. *Stres Pada Masyarakat Surabaya*. Jurnal Insan Media Psikologi Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Vol. 3, No.12, Hal 61-74
- Heiman., Kariv. 2005. *Task-Oriented Versus Emotion-Oriented Coping Strategies: The Case of College Students*. Jurnal Kesehatan, 39(1): 72-89.
- Heru, SS. 2006. *Life Mapping*. Bandung : Progressio
- Hery, M. 2017. *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dengan Motivasi Belajar Siswa*. Bimbingan dan Konseling :FKIP Universitas PGRI Yogyakarta
- Hidayat, B.A. 2012. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro*. Tugas Akhir. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro : Semarang
- Hill,Monica, Shelby Goicochea, Lisa J Merlo. 2018. *In their own words:stressors facing medical student in the millennial generation*. University of Florida College of Medicine
- Idauli S. 2015. *Gejala Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Blok Belajar di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung*. Jurnal Skolastik Keperawatan: Vol.1, No.1. ISSN:2443-0935
- Ismanda. 2013. *Analisis Aktivitas Rekreasi Terhadap Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia*. UPI: Bandung

Jafri, S.A.M., Zaidi,E., Aamir, I.M., Aziz, H.W., Din, I-U., Shah, M.A.H. 2017. *Stres Level Comparison of Medical and Non-medical Student : A Cross Sectional Study Done at Various Professional Colleges in Karachi, Pakistan.* iMedPub Journals, 2017,2-3

Jangho Park, Seockhoon Chung, Hoyoung An, Seungjin Park, Chul Lee, Seong Yoon Kim,Jae-Dam Lee, Ki-Soo Kim. 2012. *A structural model of stress, motivation, and academic performance in medical students.* Ulsan College of Medicine:Korea

Kakoli G, Abhiram Behera. 2018. *Study on Prevalence of Stress in Medical Students.* Journal of Research in Medical and Dental Science 2018, Volume 6, Issue 5, Page No:182-186. Department of Community Medicine, Terna Medical College Navi Mumbai, India

Kanters M.A, David G.B, Aram A. 2002. *The Effects of Outdoor Experiential Training on Perceptionns of College Stres.* The Journal of Experiential Education: Fall 2002, Volume 25,No.2 pp: 257-367

Kemenag. 2020. *Alqur'an Online.* quran.kemenag.go.id. [diakses pada 19 Mei 2020]

Keliat, B.A. 1999. *Seri Keperawatan: Penatalaksanaan Stres.* Jakarta: EGC

Koochaki, G., Charkazi, A., Hasanzadeh, A., Saedani, M., Marjani, A. 2009. *Prevalence of Stress among Iranian Medical Students: A Questionnaire Survey.* Jurnal Kesehatan, 2009, 17(7): 593-94.

Lee Epstein, Andrew D.Martin. *An Introduction to Empirical Legal Research.* 2014. Oxford University.

- Legiran, A.; M. Zalili.; Bellinawati, Nedy. 2015. *Faktor Resiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, Volume 2, No 2, April 2015: 197-202.
- Lely N. 2015. *Hubungan Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UIN Malang Angkatan 2015*. Tugas Akhir. UIN Maulana Malik Ibrahim: Malang
- Lisa, H. 2010. *The Impact of perceived teachers "nonverbal immediacy on students" motivation for learning english*. Asian EFL Journal. Vol 12, 1-17
- Liselotte N.Dyrbye, Mathew R.Thomas, Tait D. Shanafelt. 2005. *Medical Student Distress: Causes, Consequences, and Proposed Solution*. Mayo Clinical Proceeding :Rusia
- Looker, T. & Gregson, O. 2005. *Managing Stress: Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Terjemahan Oleh: Maris Setiawati. BACA, Yogyakarta, Indonesia.
- Magill, FN. 1996. *International encyclopedia of Psychology*. V-2. London
- Maramis, W.F. & Maramis A.A. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Edisi ke-2*. Airlangga Univesity Press, Surabaya, Indonesia.
- Marjani, A., Gharavi, A.M., Jahanshahi,M., Vahidirad, A., & Alizadeh, F., 2008. *Stress Among Medical Students of Gourgan (South East of Caspian Sea), Iran*. Kathmadu University. Medical Journal,6 (3):421-425

- Maulana, Z.F., Soleha, T. U., Saftarina, F., & Siagian, JMC. 2014. *Perbedaan Tingkat Stres antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Kedua di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. 3(4)
- McKean, M., Misra, R. 2000. *College Students' Academic Stress and its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction*. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 16(1): 2-14.
- Mujiman H. 2009. *Manajemen Pelatihan Berbasis Belajar Mandiri*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- 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.
- Nasir A, Muhith A. *Dasar-dasar keperawatan jiwa: pengantar dan teori*. Edisi ke-1. Jakarta: Salemba Medika; 2011.hlm.75-95.
- Nur, A.R. 2015. *Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Dalam Lingkungan Kampus Pada Mahasiswa, Universitas Padjajaran*, hal:3
- Nursalam. 2013. *Konsep Penerapan Metode Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
- Othman Che. Maryan Farooqui. Muhammad Saiful Bahri Yusoff. Rabiatul Adawiyah. 2013. *Nature Of stress among Health Science Students in a Malaysian University*. Univercity Sains Malaysia:Malaysia.
- Pandang, A. 2010. *Strategi belajar efektif: Bahan pelatihan pengembangan karakter mahasiswa*. Makassar: UNM

- Patil S K, Patkar U S, & Patkar K U. 2016. *Comparision ofLevel Of Stress in Different Years of M.B.B.S. Students in A Medical College-An Observational Study*.India
- Payne, W.A. & Hahn, D.B. 2002. *Understanding Your Health*. McGraw-Hill Companies Inc, Boston.
- Patel R.S, Tarrant C, Bonas S, dan Shaw R.L. 2015. *Medical Students Personal Experience of High-Stakes Failure: Case Studies Using Interpretative Phenomenological Analysis*. BMC Medical Education
- Puspitha FC. 2017. *Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Tugas Akhir. Bandar Lampung: Universitas Lampung
- Putri D.A, Sambodo S.P, Retna T.A. 2017. *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa*. Jurnal Keperawatan Volume 5 No 1, Hal: 40-47. FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang
- 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.
- Psychology Foundation Of Australia. 2010. *Depression Anxiety Stress Scale*. <http://www2.psy.unsw.edu.au/group/dass> .
- Rakhmat,J. 2007. *Psikologi Komunikasi*.Bandung: Remaja Rosdakarya
- Rasmun, 2004. *Pengertian Stres,Sumber Stres, dan Sifat Stresor. Dalam: Stres,Koping, dan Adaptasi Edisi ke -1*. Jakarta:Sagung Seto. 9-26.
- Rasmun. 2004. *Stres, Koping, dan Adaptasi: Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Sagung Seto, Jakarta, Indonesia

- Rice, L.P. 1999. *Stress and Health*. Cole Publishing, California.
- Ridwan. 2009. *Mengatasi Kesulitan Belajar dengan Pendekatan Psikologi Kognitif*. Lentera Pendidikan, VOL. 12 :152-172
- Riskesdas Jawa Timur. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*.  
Kementerian Kesehatan RI
- Riskesdas. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI
- Rizkia Dwiana R, Rini Gusya L, Nur Afrainin S. 2017. *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017*. Tugas Akhir. PSPD Universitas Andalas
- Rock B, Ronald R, Elamparithi T, Zakeena S, Susin M, Sundri R, Vivek J, Naveen K. 2017. *Prevalence of stress and its risk factors among medical students. Department of Psychiatry, Chennai Medical College Hospital and Research Centre*. Trichy: Tamil Nadu, India
- Ruseffendi, H.E.T, & Ahmad Sanusi. 1998. *Dasar-dasar Penelitian Pendidikan dan Bidang Non-Eksata Lainnya*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Rizal N dan Abdul M.S. 2020. *Modul Pembelajaran Blok Kedokteran Haji*. FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
- Sadock BJ, Kaplan HI, Sadock VA. 2007. *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry. Behavior Sciences/Clinical Psychiatry*. 10th ed. Lippincott Williams & Wilkins
- Saipanish, R. 2003. *Stress among medical students in a Thai medical school*. Medical Teach.

- Sani M, Mahfouz MS, Bani I, Alsomily AH, Alagi D, Alsomily NY, *et al.* 2012. *Prevalence of stress among medical students in Jizan University*. Kingdom of Saudi Arabia. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 2012;1(1):19–25.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E.P. 2008. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition*. John Willey and Sons, Inc, Canada.
- Saravann Courmaravelon, Ray Wilks. 2013. *Medical Student Experience of and Reaction to Stress: The Role of Depression and Anxiety*. Kuala Lumpur: Malaysia
- Schor R, Dina P, dan Jochanan B. 2016. *Tolerance of Uncertainty of Medical Students and Practicing Physicians*. *Medical Care*: Volume 38. Number 3, pp: 272-280
- Sekaran. 2006. *Metodologi Penelitian untuk Bisnis*. Edisi 4, Buku 1. Jakarta: Salemba Empat.
- Shafira F. 2015. Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau, Universitas Muhamadiyah Surakarta, hal:4
- Shah, M., Hasan, S., Malik, S., Sreeramareddy C. T. 2010. *Perceived Stress, Sources and Severity of Stress among Medical Undergraduates in a Pakistani Medical School*. *BMC Medical Education*, 10(2).
- Sherwood, L. 2012. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. EGC : Jakarta
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta,

- Suganda. 2013. *Tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara tahun*. Tugas Akhir. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara;
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif* . R & D Alfabeta : Bandung
- Susatyo Y. 2010. *Mengenal Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. Jurnal: PSYCHO IDEA. ISSN:1693-1076
- Twincado, I. (2015). *Hubungan coping stress dan motivasi belajar pada mahasiswa yang mengalami stres*. Jurnal Psikologi Universitas Bina Nusantara Semarang.
- UIN Malang. 2019. *Syarat Penerimaan, Ketentuan, Prosedur, dan Registrasi Mahasiswa Baru Jalur SBMPTN UIN Maulana Malik Ibrahim 2019* Nomer: 2923/Un.3/KM.00.3/07/2019. UIN Malang.
- Universitas Andalas Fakultas Kedokteran. 2018. *Peraturan Akademik Programm Studi Kedokteran dan Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas*. S.K Dekan FK Universitas Andalas: Nomor: 3323/UN16.02 D/PP/2018. Pasal:7
- Victoria V. Ruzhenkova, Victor A. Ruzhenkov, Inna S. Lukyantseva, Natalia A. Anisimova. 2018. *Academic Stres and Its Effect on Medical Students Mental Health Status*. Departmen of Psychiatry, Narcology, and Clinical Psychology, Belgorod State University: Rusia
- Wahyudi R, Bebasari E, Nazriati E. *Gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama [skripsi]*. Pekanbaru: Universitas Riau; 2015.

Westman & Etzion. 2007. *The Impact of Vacation and Job Stress on Burnout and Absenteeism*

Yusoff MSB, Rahim AFA. The medical student stressor questionnaire (MSSQ) manual. Kota Bharu: KKMED Publication; 2010.hlm.1-21.

Yusoff, M. 2010. *A Multicenter Study on Validity of the Medical Student Stressor*. International Medical Journal Vol. 18, No. 1, pp.14-18



## Lampiran 1. PSP

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN UNTUK MENGIKUTI  
PENELITIAN (PSP)

1. Saya Ach.Guntur Hermawan Suryo Aji dari program studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang meminta anda untuk dapat berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “ Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”
2. Tujuan dari penelitian ini adalah memperoleh data berkaitan dengan gambaran tingkat stres mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dapat memberikan manfaat berupa data berkaitan gambaran tingkat stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penelitian ini akan berlangsung selama 1 minggu yaitu pada minggu ke 4 bulan Mei 2020 dan anda adalah orang yang memenuhi persyaratan untuk terlibat dalam penelitian ini
3. Prosedur pengambilan data/bahan penelitian dilakukan dengan cara mengisi kuisioner yang membutuhkan waktu sekitar 30 menit, cara ini mungkin menyebabkan sedikit ketidaknyamanan yaitu dengan sedikit menyita waktu anda dalam menjawab 40 butir pertanyaan, tetapi anda tidak perlu khawatir karena privasi anda akan saya jaga sepenuhnya. Saya berharap anda bersedia menjadi partisipan pada penelitian ini dan dapat menjawab dengan jujur semua pertanyaan dan mengikuti dengan ikhlas setiap aktivitas yang akan kita lakukan.
4. Keuntungan yang akan anda peroleh pada penelitian ini adalah dapat sebagai sarana menyalurkan pendapat anda dan sebagai tanda terimakasih saya pada akhir penelitian akan menerima hadiah.
5. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenakan sanksi apapun
6. Bagi anda yang tinggal di mahad, pikirkan juga semua kemungkinan yang dapat mengakibatkan anda stres
7. Nama dan jati diri serta seluruh data yang terkumpul akan dijaga kerahasiaannya
8. Apabila saudara memerlukan informasi/bantuan yang terkait dengan penelitian ini, silahkan menghubungi Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji, 082335814245 sebagai peneliti utama atau dr. Iwal Reza Ahdi,Sp.PD, sebagai penanggungjawab medik.

PENELITI

Ach. Guntur Hermawan

Lampiran 2 *Inform Consent*

Assalamualaikum Wr. Wb

Pertama-tama saya ucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi surat persetujuan ini,

Saya, Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji adalah mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan penelitian sebagai salah satu kewajiban untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Kedokteran.

Adapun judul penelitian saya adalah **Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui tingkat kejadian stres pada mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Untuk itu saya memohon kesediaan teman-teman untuk berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden.

Demikianlah pemberitahuan ini, atas kesediaan teman-teman saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Peneliti

---

SURAT PERSETUJUAN  
( *INFORMED CONSENT* )

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Dengan ini bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini, tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Saya akan menjawab seluruh pertanyaan yang diberikan oleh peneliti dengan jujur dan apa adanya.

Batu,.....2020

Saksi

Yang memberikan persetujuan

(.....)

(.....)

Lampiran 3 : Biodata Responden

1. Nama :
2. NIM :
3. Usia :
4. Jenis Kelamin :
5. Alamat (Asal) :
6. Pendidikan Terakhir (MA/SMA) :
7. Angkatan :
8. Beban SKS Semester ini :
9. Kegiatan :  Mahad  Tidak
10. Kegiatan Ekstrakurikuler :
11. Uang Saku (Selama 1 bulan) :
12. Pekerjaan Orangtua :
  1. Ayah :
  2. Ibu :

Lampiran 4 : Kuisoner MSSQ

Kuisoner MSSQ ( *Medical Student Stressor Questionnaire*)

Pertanyaan di dalam kuesioner ini menanyakan keadaan mana yang dapat menyebabkan stres pada Anda. Terdapat 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

Untuk pertanyaan yang ditandai (\*), artinya jika belum masuk tahap preklinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu.

Pertanyaan	0	1	2	3	4
1. Ujian atau tes					
Ujian atau test yang sering menyebabkan anda stres ( contoh: jika anda masih tinggal di mahad, ujian mahad juga bisa berpengaruh menyebabkan stres. Contoh ujian lain : UAB/OSCE/SkripsiKomprehensif/dll)					
2. Berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi pasien (*)					
3. Konflik dengan mahasiswa lain					
4. Sistem kuota/pembatasan					

jumlah orang yang boleh mengikuti ujian					
Yang sering menyebabkan batasan kuota contohnya : jika anda berada di mahad, pikirkan presensi/absensi taklim. Contoh lain : absensi tutorial dan CSL/dll)					
5. Gangguan secara fisik atau secara verbal dari mahasiswa lain					
6. Keinginan orang tua Anda supaya Anda belajar di fakultas kedokteran					
7. Keinginan untuk melakukan sesuatu dengan baik (aku pasti bisa!)					
8. Materi perkuliahan kurang tersedia dengan baik (buku terbatas, slide dosen sulit didapat, dll.)					
9. Konflik dengan personel/rekan kerja praktek atau teman					

Yang sering konflik dengan anda siapa, contohnya : teman seangkatan/kating/adik tingkat/musrif/dll					
10. Beban belajar yang berlebihan					
Beban belajar yang menurut anda berlebihan dan membuat anda stres apa. Contoh: jika anda berada di mahad, pertimbangkan materi/beban pelajaran mahad. Contoh lain : jika anda merasa memiliki beban kuliah berlebih/ dll)					
11. Partisipasi dalam diskusi di dalam kelas					
12. Tertinggal materi pelajaran dari teman teman yang lain					
13. Partisipasi dalam presentasi di dalam kelas (presentasi tugas dll.)					
14. Kurangnya bimbingan dari dosen					
15. Merasa tidak mampu dalam suatu hal					
16. Ketidakpastian dalam diri					

(mampukah aku menjadi dokter?)					
17. Kurangnya latihan keterampilan klinik					
18. Kurangnya waktu untuk bersama keluarga dan teman					
19. Persaingan ketat dalam pelajaran dengan mahasiswa lain					
20. Dosen kurang piawai dalam mengajar materi kuliah (cara mengajar yang membosankan)					
21. Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien (*)					
22. Tugas yang tidak menyenangkan					
Tugas yang tidak anda sukai selama ini dan sering menjadikan anda stres ( contoh: jika anda tinggal di mahad, pertimbangkan tugas mahad. Contoh lain : tugas kuliah/skripsi/ dll)					

23. Kesulitan memahami materi kuliah					
24. Menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien(*)					
25. Mendapat nilai jelek					
26. Kurangnya motivasi untuk belajar					
27. Kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari					
28. Gangguan fisik atau verbal dari dosen					
29. Seringnya gangguan pekerjaan/belajar dari orang lain					
30. Tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen					
31. Konflik dengan dosen					

32. Tidak berkeinginan untuk kuliah di fakultas kedokteran					
33. Merasa banyak hal yang harus dipelajari					
34. Harus melakukan sesuatu dengan baik (misalnya kerja kelompok tetapi orang lain tidak pernah bekerja dan hanya Anda yang bekerja dan Anda merasa harus menyelesaikan hal itu dengan baik)					
35. Dosen tidak memberikan masukan (feedback) yang cukup selama kuliah					
36. Pemberian nilai ujian yang tidak adil (misalnya					

teman yang biasa-biasa saja mendapat nilai bagus)					
37. Kurangnya apresiasi/tidak dihargai atas pekerjaan yang telah Anda selesaikan dengan baik					
38. Mengerjakan sesuatu menggunakan komputer					
39. Gangguan fisik atau verbal dari rekan kerja					
40. Beban tanggung jawab dalam keluarga					

Lampiran 5 : Bukti wajib mahad ( Point J nomer 1) dan surat pernyataan tinggal di mahad



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**  
 Jalan Gajayana 50 Malang 65144 Telepon (0341) 551354, Faksimile (0341) 572533  
 Website: <http://www.uin-malang.ac.id> Email: [info@uin-malang.ac.id](mailto:info@uin-malang.ac.id)

## **PENGUMUMAN**

Nomor: 2923/Un.3/KM.00.3/07/2019

Tentang

### **SYARAT PENERIMAAN, KETENTUAN, PROSEDUR, DAN REGISTRASI MAHASISWA BARU JALUR SBMPTN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG TAHUN 2019**

Berdasarkan hasil rapat para Rektor PTN mengenai Penetapan hasil seleksi jalur SBMPTN yang diselenggarakan tanggal 5 s.d 7 Juli 2019 tentang Penetapan Hasil Seleksi Mahasiswa Baru melalui Jalur SBMPTN dan Keputusan Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Nomor: 2920/Un.03/PP.00.9/7/2019 tanggal 9 Juli 2019 tentang Penetapan Peserta Lulus SBMPTN Tahun 2019, diberitahukan sebagai berikut:

1. Peserta yang dinyatakan diterima sebagaimana tercantum dalam lampiran Keputusan Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Nomor: 2920/Un.03/PP.00.9/7/2019 tanggal 9 Juli 2019 tentang Penetapan Peserta Lulus SBMPTN Tahun 2019 memperhatikan ketentuan sebagai berikut:

a. Mengisi biodata secara online pada tanggal 9 s.d 16 Juli 2019 pukul 24.00 WIB melalui laman resmi: [www.uin-malang.ac.id/daftarulang](http://www.uin-malang.ac.id/daftarulang) untuk mendapatkan kode akses untuk mengunggah:

- 1) Slip gaji pokok dan tambahan orang tua/wali (ayah dan/atau ibu). Bagi orang tua/wali yang tidak bekerja melampirkan surat keterangan penghasilan dari kelurahan atau desa;
- 2) Pas Foto 3x4 background merah dengan ketentuan:

a) Untuk Calon Mahasiswa Baru Laki-laki:

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Foto Memakai Kemeja Putih Polos Berkerah dan Berdasi Warna Hitam/Gelap</li> <li>✓ Foto Tidak Memakai Penutup Kepala</li> <li>✓ Foto Tidak Berkacamata</li> <li>✓ Rambut Harus Rapi</li> <li>✓ Daun Telinga Harus Terlihat</li> </ul>	<p>Contoh Foto Ukuran 3x4, (<b>File Foto Maksimal 100 KB</b>):</p> 
---	--

b) Untuk Calon Mahasiswa Baru Perempuan:

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Foto Memakai Kemeja Putih Polos</li> <li>✓ Foto Memakai Jilbab Warna Putih Polos</li> <li>✓ Tidak Bercadar</li> <li>✓ Tidak Berkacamata</li> <li>✓ Tidak Bermake up</li> <li>✓ Tidak Memakai Aksesoris</li> <li>✓ Tidak Bersanggul</li> </ul>	<p>Contoh Foto Ukuran 3x4, (<b>File Foto Maksimal 100 KB</b>):</p> 
--	--

- 3) Kartu Keluarga;
- 4) Foto Keluarga;
- 5) PBB (Pajak Bumi dan Bangunan), Rekening listrik, air (PDAM) bulan terakhir;

- 6) Foto Rumah tampak depan, dapur dan Kamar Mandi;  
 7) Surat Pernyataan kebenaran data yang diunggah bermateri Rp. 6.000,00 (contoh terlampir).  
 b. Calon mahasiswa baru Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan wajib mengikuti pemeriksaan kesehatan, dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Tes kesehatan yang diselenggarakan oleh UIN Maulana Malik Ibrahim Malang **WAJIB** diikuti oleh seluruh calon mahasiswa baru **Program Studi Pendidikan Dokter dan Program Studi Farmasi**, yang lolos seleksi jalur SBMPTN tahun 2019. Lulus tes kesehatan tersebut merupakan prasyarat diterima sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter dan Program Studi Farmasi.
- 2) Pada saat pelaksanaan tes, calon mahasiswa harus berpakaian sopan dan rapi, tidak menggunakan kaos, sandal, celana ketat dan berbahan jeans.
- 3) Jadwal Pelaksanaan Tes Kesehatan adalah sebagai berikut:

Jalur Masuk	Tes Kesehatan	Waktu	Pengumuman	Tempat
SBMPTN	Pend. Kedokteran dan Farmasi	11 – 12 Juli 2019*	12 Juli 2019	Poliklinik UIN Maliki Malang, Jl. Gajayana No. 50 Malang

\*) Waktu tes kesehatan dilaksanakan mulai jam 08.00 s.d 15.00 WIB;

\*) Pengumuman secara online melalui website, keputusan Panitia **TIDAK BISA** diganggu-gugat;

\*) Tes Kesehatan meliputi:

- a) Pemeriksaan Fisik
- b) Pemeriksaan Mata
- c) Pemeriksaan THT
- d) Pemeriksaan laboratorium (*tidak perlu puasa*)

- 4) Persyaratan yang harus dibawa pada saat pelaksanaan Tes Kesehatan antara lain:

- a) Kartu Tanda Peserta SBMPTN Asli dan Fotokopi
- b) Kartu Identitas (KTP/SIM/Kartu Pelajar)
- c) Alat Tulis
- d) Membayar biaya tes kesehatan Rp. 264.500,00 pada saat pendaftaran.

- 5) Apabila ada calon mahasiswa baru yang:

- a) Tidak mengikuti tes kesehatan sesuai jadwal yang ditetapkan dan/atau
- b) Tidak lulus tes kesehatan

maka, dinyatakan **GUGUR** sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan dan diperbolehkan pindah ke Program Studi lain di lingkungan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sesuai peraturan yang berlaku.

- 6) Informasi lebih lanjut dapat menghubungi:

Prodi Pendidikan Dokter	:	dr. Abdul Malik Setiawan (HP. 081233123419)
Prodi Studi Farmasi	:	Abdul Hakim, Apt., M.Farm (HP. 085931110750)

- c. Biaya Pendidikan UKT berdasarkan keputusan Menteri Agama;
- d. Besaran biaya Pengembangan Kelembagaan dan Pendidikan Ma'had serta UKT ditetapkan melalui keputusan Rektor setelah verifikasi data, dan diumumkan pada tanggal **19 Juli 2019**;
- e. Peserta yang dinyatakan lulus dan tidak memenuhi ketentuan diatas dianggap **mengundurkan diri**;
- f. Pembayaran Biaya Pengembangan Kelembagaan dan Pendidikan Ma'had serta UKT dilakukan pada tanggal **19 s.d 26 Juli 2019**;
- g. Pembayaran biaya pengembangan kelembagaan dan pendidikan Ma'had serta biaya UKT dilaksanakan melalui bank BRI, BTN, BNI, Bank Mandiri, Bank Syari'ah Mandiri, BTN Syari'ah, dan Mandiri Bondowoso di seluruh Indonesia dengan cara menuliskan: **NOMOR TES, NAMA, REGISTRASI UIN MALIKI MALANG**. Contoh: 41800xxxxx Abu Dzar Registrasi UIN Maliki Malang; dan
- h. Mencetak Kartu Masuk Ma'had.

2. Peserta yang dinyatakan diterima wajib menyerahkan kelengkapan/dokumen pendaftaran ulang/validasi oleh yang bersangkutan (tidak boleh diwakilkan kepada orang lain) di Gedung Perkuliahan "A" UIN Maliki Malang pada tanggal 6 s.d 9 Agustus 2019 pukul 08.00 s.d 15.00 WIB dengan menyerahkan dokumen sebagai berikut:
  - a. Menyerahkan fotocopy bukti pembayaran dari bank;
  - b. Menyerahkan fotokopi Surat Tanda Tamat Belajar/Ijazah dari sekolah yang dilegalisir, sebanyak 2 lembar atau Surat Keterangan Lulus yang ditandatangani Kepala Sekolah;
  - c. Menyerahkan pas foto terbaru berwarna ukuran 3 x 4 cm (dengan latar belakang merah), sebanyak 3 lembar;
  - d. Menyerahkan Surat Keterangan Kelakuan Baik dari Kepala Sekolah/Madrasah yang bersangkutan, sebanyak 1 lembar;
  - e. Menyerahkan Surat Keterangan Sehat dari dokter pemerintah;
  - f. Menyerahkan Surat Keterangan Tidak Buta Warna dari Dokter untuk mahasiswa yang memilih Program Studi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan sebanyak 1 lembar;
  - g. Selain calon mahasiswa FKIK menyerahkan Surat Keterangan bebas Narkoba (Narkotika, Psicotropika, dan Zat Adiktif lainnya) dari lembaga pemerintah yang berwenang (BNN atau Rumah Sakit);
  - h. Menyerahkan Kartu peserta SBMPTN Tahun 2019;
  - i. Membuka rekening baru di BRI (di lokasi registrasi) untuk cetak KTM dengan membawa foto copy KTP dan KK;
  - j. Mengisi dan menyerahkan Surat Pernyataan bermaterai yang telah ditandatangani oleh orang tua/wali, meliputi:
    - 1) Kesediaan tinggal di ma'had Sunan Ampel al-'Ali selama satu tahun pertama (semester I dan II);
    - 2) Kesediaan mentaati peraturan yang berlaku di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang;
    - 3) Kesediaan untuk tidak membawa kendaraan di kampus selama tinggal di ma'had Sunan Ampel al-'Ali selama satu tahun pertama;
    - 4) Kesediaan membiayai Pengembangan Kelembagaan dan Pendidikan Ma'had dan UKT sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
  - k. Bagi calon mahasiswa yang tidak mengikuti pendaftaran ulang/validasi pada tanggal 6 s.d 9 Agustus 2019 dianggap mengundurkan diri;
    1. Seluruh mahasiswa baru wajib mengikuti kegiatan sebagai berikut:
      - 1) Masuk Ma'had tanggal 5 s.d 9 Agustus 2019;
      - 2) Temu Wali tanggal 10 Agustus 2019;
      - 3) Orientasi Ma'had tanggal 19 s.d 20 Agustus 2019;
      - 4) Pengenalan Budaya Akademik dan Kemahasiswaan tanggal 13 s.d. 16 Agustus 2019;
      - 5) Upacara Bendera diikuti semua Mahasiswa Baru tanggal 17 Agustus 2019;
      - 6) Placement Test Bahasa Arab (PKPBA) tanggal 19 Agustus 2019;
      - 7) Perkuliahan PKPBA dimulai tanggal 21 Agustus 2019;
      - 8) Perkuliahan Semester Ganjil Tahun Akademik 2019/2020 dimulai tanggal 21 Agustus s.d 6 Desember 2019.
3. Berkaitan dengan kegiatan temu wali mahasiswa pada tanggal 10 Agustus 2019 pukul 08.00 WIB di Kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, pengumuman ini sekaligus merupakan undangan. Mohon dengan hormat semua orang tua/wali mahasiswa baru hadir pada acara tersebut.
4. Calon mahasiswa yang tidak memenuhi ketentuan sebagaimana tertuang dalam pengumuman ini dianggap mengundurkan diri dan gugur haknya untuk menjadi mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun Akademik 2019/2020.
5. Lain-lain:
  - a. Pengumuman ini dapat diakses lewat laman resmi: <http://pmb.uin-malang.ac.id>;

- b. Pembayaran yang telah dilakukan melalui Bank yang telah ditunjuk sebagaimana diatas di seluruh Indonesia tidak dapat ditarik kembali dengan alasan apapun sesuai dengan pernyataan yang telah ditandatangani oleh calon mahasiswa dan orang tua wali (termasuk jika diterima di Perguruan Tinggi lain, mengundurkan diri, dan lain-lain);
- c. Hal-hal yang belum jelas dapat ditanyakan langsung ke Panitia Penerimaan Mahasiswa Baru UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; Simpati: 0813 5816 8882, IM3: 0858 5660 5888, dan XL: 0859 5440 5888



Judul : Malang  
Tanggal : 9 Juli 2019

Haris

Tembusan:

1. Para Wakil Rektor;
2. Para Kepala Biro;
3. Para Dekan;
4. Mudir Ma'had Al 'Ali;
5. Para Kepala Bagian.

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : .....

Nomor Induk Mhs. : .....

Fakultas / Jurusan: ..... / .....

Asal Sekolah : .....

Alamat Asal : .....

Dengan ini menyatakan bahwa apabila saya diterima sebagai Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, saya bersedia :

1. Mentaati semua peraturan atau ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang baik tertulis maupun tidak tertulis.
2. Mengikuti semua kegiatan yang diprogramkan oleh Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, baik yang bersifat intelektual, spiritual maupun ketrampilan.
3. Bertempat tinggal di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly selama satu tahun (khusus Jurusan Pendidikan Dokter menyesuaikan) dengan mentaati semua peraturan dan mengikuti kegiatan yang diprogramkan oleh Ma'had dan tidak membawa sepeda motor selama di Ma'had.
4. Menjunjung tinggi nama baik Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang baik dalam ucapan, sikap maupun perilaku sehari-hari baik didalam maupun diluar kampus.
5. Mendaftar ulang sesuai dengan pilihan Jurusan yang diterima pada pengumuman dan tidak akan pindah ke Jurusan lain.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, tanpa paksaan dari siapapun. Apabila saya mengingkari Pernyataan ini, saya bersedia dikeluarkan / mendapatkan sangsi dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mengetahui,  
Orang tua/Wali mahasiswa

Yang Membuat Pernyataan

Meterai  
Terbaru  
6.000,-

.....  
Nama & Tanda tangan

.....  
Nama & Tanda tangan

Lampiran 6 : Hasil Kaji Uji Etik:

	<p style="text-align: center;"><b>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN</b> <b>FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU-ILMU KESEHATAN</b> <b>UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG</b> Gedung Klinik UMMI It 2 Jalan Gajayana No. 50, Dinoyo, Kec Lowokwaru, Kota Malang E-mail: kepk.fkik@uin-malang.ac.id Website : http://www.kepk.fkik.uin-malang.ac.id</p>
Form: 007	<p style="text-align: center;"><b>PEMBERITAHUAN HASIL KAJI ETIK</b> Nomor: B01/SK/KEPK-FKIK/V/2020</p>

**PEMBERITAHUAN HASIL KAJI ETIK**

**NOTIFICATION ON RESEARCH PROTOCOL**

Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang telah menyelenggarakan diskusi mendalam terhadap penelitian :

Judul : Gambaran tingkat Stres Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Peneliti : Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji  
Unit / Lembaga : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Tempat Penelitian : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dan direkomendasikan hal-hal sebagai berikut:

**V Layak Etik**

- Ditolak/*Rejected*  
 Perlu diperbaiki/*Require revision*  
 Seminar

Saat ini KEPK FKIK UIN Malang masih belum bisa mencetak Surat Keterangan Layak Etik Penelitian Kesehatan. Namun surat keterangan ini, bisa dijadikan syarat bahwa penelitian Saudara sudah layak etik dan dapat dilaksanakan.

Malang, 15 Mei 2020

Ketua

ttd

dr. Avin Ainur . MBiomed

Lampiran 7 Ethical Clearence:

	<b>FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN</b> <b>UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG</b> <b>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN</b> Gedung Klinik UMMI It 2 Jalan Gajayana No. 50, Dinoyo, Kec Lowokwaru, Kota Malang E-mail: <a href="mailto:kepk.fkik@uin-malang.ac.id">kepk.fkik@uin-malang.ac.id</a> - Website : <a href="http://www.kepk.fkik.uin-malang.ac.id">http://www.kepk.fkik.uin-malang.ac.id</a>
	<b>KETERANGAN KELAIKAN ETIK</b> <b>(ETHICAL CLEARANCE)</b> <b>No. 025/EC/KEPK-FKIK/2020</b>

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN(KEPK) FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG TELAH MEMPELAJARI DENGAN SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN :

Judul	Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Sub Judul	Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Peneliti	Ach. Guntur Hermawan Suryo Aji
Unit / Lembaga	Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Tempat Penelitian	FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN TERSEBUT TELAH MEMENUHI SYARAT ATAU LAIK ETIK.

Malang, 03 Juni 2020  
Ketua



dr. Avin Ainur F, MBIomed  
NIP. 19800203200912 2 002

**Keterangan :**

- Keterangan Laik Etik Ini berlaku 1 (satu) tahun sejak tanggal dikeluarkan.
- Pada akhir penelitian, laporan Pelaksanaan Penelitian harus diserahkan kepada KEPK-FKIK dalam bentuk *soft copy*.
- Apabila ada perubahan protokol dan/atau Perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan Kajian Etik Penelitian (Amandemen Protokol).

## Lampiran 8 Perhitungan Tingkat Stres Mahasiswa:

Responden 1-5: Laki-laki      Responden 6-10: Perempuan

## A. Angkatan 2016

Nome r	Nama	ARS	IRS	TLR S	SRS	DRS	GAR S	Umu m	Interpretas i
1	Responde n 1	1,92	1,4 3	1,43	2	2,1	2	1,725	Stres sedang
2	Responde n 2	1,07	1,2 8	0,71	1	0,83 3	2	1,125	Stres Sedang
3	Responde n 3	2,07	1,7 1	1,71	1,2	0,98	0,33	1,65	Stres Sedang
4	Responde n 4	2,46	0,7 1	2,71	1	1	1,89	1,95	Stres Sedang
5	Responde n 5	1,69	1,2 8	1,86	1,6 6	0,87	1	1,525	Stres Sedang
6	Responde n 6	2,53	2,1 4	1,43	1,6 6	1,66	1,33	1,975	Stres Sedang
7	Responde n 7	2,07	1,7 1	1,4	1,8 3	1,5	2	1,75	Stres Sedang
8	Responde n 8	0,92 3	0,1 4	0,57	0,6 6	0,66 6	0,33	0,55	Stres Ringan
9	Responde n 9	2,92	2,4 3	2,71	2,3 3	2,33	1,97	2,65	Stres Berat
10	Responde n 10	0,76	1,2 8	0,57	0,5	0,5	0,33	0,75	Stres Ringan

## B. Angkatan 2017

Nome r	Nama	ARS	IRS	TLR S	SRS	DRS	GAR S	Umu m	Interpreta si
1	Responde n 1	3,2 3	2,57	3,14	2,66 6	2	2,75	2,875	Stres berat
2	Responde n 2	2	2,71 4	1,85	2	2	2	2,1	Stres Berat
3	Responde n 3	1,0 7	0,14 2	0,71	0,66 6	1	0,25	0,7	Stres ringan
4	Responde n 4	1,6 1	0,85	2	1,66 6	0,33 3	1,75	1,475	Stres sedang
5	Responde n 5	2,6 9	2,71	3	2,5	3	2,75	2,75	Stres berat
6	Responde n 6	1,9 2	1,14	2,1	1,83	1,66	1,25	1,725	Stres sedang

7	Responden 7	3,30	3	2,5	2,33	2	2,75	2,825	Stres Berat
8	Responden 8	2,23	3	2,14	2,33	0,666	1,25	2,15	Stres berat
9	Responden 9	2,53	2,42	2,57	2,66	0,666	1,75	2,325	Stres berat
10	Responden 10	1,76	1,14	1,28	1,166	1	1,5	1,4	Stres sedang

## C. Angkatan 2018:

No	Nama	ARS	IRS	TLRS	SRS	DRS	GARS	Umum	Interpretasi
1	Responden 1	2,38	2,28	2,14	2,16	2	2,25	2,25	Stres Berat
2	Responden 2	1,23	1,142	1,14	0,83	0,33	0,5	0,975	Stres Ringan
3	Responden 3	2	2,28	1,85	1,66	1	1,75	1,875	Stres Sedang
4	Responden 4	1,92	1,71	1,28	1,83	1,66	1,5	1,75	Stres Sedang
5	Responden 5	1,53	1	1,14	0,66	0,66	2	1,225	Stres Sedang
6	Responden 6	1,69	1,71	1,85	1,5	0,66	1,25	1,575	Stres Sedang
7	Responden 7	3,15	3	3	3	3	3	3,05	Stres Sangat Berat
8	Responden 8	2,076	0,714	1,42	1	0,33	1,25	1,35	Stres Sedang
9	Responden 9	3	2,14	3,28	2,5	1	3,25	2,7	Stres Berat
10	Responden 10	3,15	3	3,28	2,5	1,66	3	2,7	Stres Berat

## D. Angkatan 2019:

No	Nama	ARS	IRS	TLRS	SRS	DRS	GARS	Umum	Interpretasi
1	Responden 1	2,38	0,71	2	1,83	1,33	2,5	1,875	Stres sedang
2	Responden 2	1,53	1,85	1,28	1,5	0,66	1	1,425	Stres sedang
3	Responden 3	3,53	3	3,42	2,83	4	3	3,53	Stres Sangat berat

4	Responden 4	2,61	2,28	2,85	2,5	2,66	2,5	2,61	Stres berat
5	Responden 5	1,15	2	1,14	1,16	1,66	1,5	1,15	Stres sedang
6	Responden 6	2,76	2,14	3,14	2,16	0,33	1,25	2,76	Stres berat
7	Responden 7	2,61	1,71	1,85	2,16	0,33	2	2,61	Stres Berat
8	Responden 8	2,69	1,28	2,42	1,833	1,33	1,75	2,69	Stres berat
9	Responden 9	1,69	0,71	1,57	1,5	1,66	1,5	1,69	Stres sedang
10	Responden 10	2,38	1,14	1,85	1,333	2	1,75	2,38	Stres Berat



Lampiran 9. Surat Edaran UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terkait kondisi Corona Virus



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
Jalan Gajayana 50 Malang 65145, Telepon (0341) 551354, Faksimile (0341) 572533  
Website: [www.uin-malang.ac.id](http://www.uin-malang.ac.id) E-mail: [info@uin-malang.ac.id](mailto:info@uin-malang.ac.id)

SURAT EDARAN  
NOMOR 1286 TAHUN 2020

Tentang  
PERPANJANGAN MASA STERILISASI KAMPUS UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
DALAM RANGKA TINDAKAN ANTISIPASI PENCEGAHAN PENYEBARAN  
CORONA VIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)  
DI LINGKUNGAN UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Kepada Yth.  
Warga Kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Memperhatikan:

Penyebaran *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) yang akhir-akhir ini semakin meluas dan sejalan dengan upaya memprioritaskan kesehatan serta keselamatan warga kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mempertimbangkan:

1. Surat Edaran Menteri Agama Republik Indonesia Nomor: SE. 4 Tahun 2020 tentang Perubahan Atas Surat Edaran Menteri Agama Nomor: SE. 3 Tahun 2020 tentang Penyesuaian Sistem Kerja Pegawai Dalam Upaya Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) pada Kementerian Agama;
2. Surat Edaran Plt. Direktur Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama Republik Indonesia Nomor: 697/03/2020 tentang Perubahan Atas Surat Edaran Direktur Jenderal Pendidikan Islam Nomor: 657/03/2020 tentang Upaya Pencegahan Penyebaran COVID-19 di Lingkungan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam;
3. Surat Keputusan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Republik Indonesia Nomor 13.A Tahun 2020 tentang Perpanjangan Status Keadaan Tertentu Darurat Bencana Wabah Penyakit Akibat Virus Corona di Indonesia;
4. Rapat Pimpinan Universitas dalam rangka pengambilan kebijakan pada Hari Jum'at, 27 Maret 2020.

Menetapkan:

1. Proses perkuliahan hingga akhir semester genap tahun akademik 2019-2020 sepenuhnya dilakukan dalam jaringan (*online*);
2. Para Dekan dan Direktur Pascasarjana mengambil inisiatif untuk menerapkan model pembelajaran kampus merdeka sesuai karakter masing-masing;

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian:

