

**HUBUNGAN STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK
MAHASISWA TINGKAT PERTAMA PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN DOKTER UIN MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

PUTIH INDAH LESTARI

NIM. 19910036



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

2022

**HUBUNGAN STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK
MAHASISWA TINGKAT PERTAMA PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN DOKTER 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:

PUTIH INDAH LESTARI

NIM. 19910036

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

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA
TINGKAT PERTAMA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UIN
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

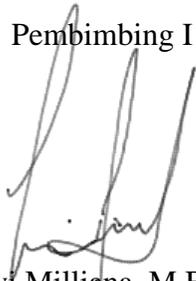
Oleh:

PUTIH INDAH LESTARI

NIM. 19910036

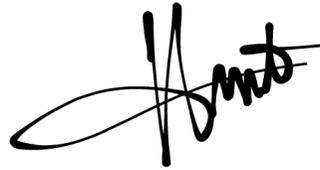
Telah Diperiksa dan Disetujui untuk Diuji
Tanggal: 1 Desember 2022

Pembimbing I



dr. Alvi Milliana, M.Biomed
NIP: 198204042011012011

Pembimbing II



dr. M. Rizal Novianto, MHPE
NIP: 198511022019031006

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Dokter



dr. Fira Pramesti Griana, M.Biomed
NIP: 198105182011012000

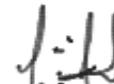
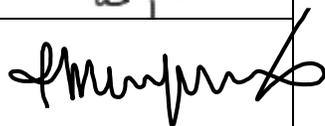
**HUBUNGAN STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA
TINGKAT PERTAMA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UIN
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:
PUTIH INDAH LESTARI
NIM. 19910036

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

Tanggal: 1 Desember 2022

| | | |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Penguji Utama | <u>Yossi Indra Kusuma S.Ked., M.Med., Ed</u> NIDT: 19810102201701011120 |  |
| Ketua Penguji | <u>dr. M. Rizal Novianto, MHPE</u> NIP: 198511022019031006 |  |
| Sekretaris Penguji | <u>dr. Alvi Milliana, M.Biomed</u> NIP: 198204042011012011 |  |
| Penguji Integrasi Islam | <u>dr. Ermin Rachmawati, M.Biomed</u> NIP: 198209242008012010 |  |

Mengesahkan,
Ketua Program Studi Pendidikan Dokter


Tias D. Gristi Griana, M.Biomed
NIP. 198105182011012000

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putih Indah Lestari

NIM : 19910036

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan data, 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.

Malang, 2022

Yang membuat pernyataan,

A 10,000 Indonesian Rupiah postage stamp is shown with a handwritten signature in black ink over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METER', and 'POSTAL'. The serial number 'CE9AKX162392458' is visible at the bottom.

Putih Indah Lestari
NIM. 19910036

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji beserta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana Jurusan Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penulis sangat berterima kasih kepada diri sendiri karena telah berjuang sejauh ini dan berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa selama penyusunan skripsi ini banyak pihak yang memberikan dukungan, bantuan, bimbingan dan nasihat. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Prof. Dr. dr. Yuyun Yueniwati, Sp.Rad (K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. dr. Tias Pramesti Griana, M.Biomed., selaku ketua Program Studi Pendidikan FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

4. dr. Yuliono Trika Nur Hasan, Sp.M., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan, masukan dan saran selama penulis menempuh pendidikan dokter
5. dr. Alvi Milliana, M.Biomed., dan dr. M. Rizal Novianto, MHPE., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan pengarahan sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini dengan baik
6. Bapak Yossi Indra Kusuma S.Ked., M. Med. Ed., selaku penguji utama skripsi yang telah memberikan kritikan dan masukan selama penyusunan skripsi
7. dr. Ermin Rachmawati, M. Biomed selaku penguji integrasi Islam yang telah memberikan saran yang membangun dalam penyusunan Skripsi ini.
8. Segenap sivitas akademika Program Studi Pendidikan Dokter, terutama seluruh dosen, terima kasih atas segenap ilmu dan bimbingannya
9. Kedua orang tua tercinta, Bapak Nurjaman dan Ibu Yayah Sobariah beserta kakak-kakak saya, Alm. Eris Jainuddin, Abdan Syakuro, Puji Imam Muttaqien dan Putri Intan Muslimah, yang tidak henti memberikan doa, dukungan, semangat dan nasihat kepada penulis selama menuntut ilmu
10. Teman-teman Genomous 2019 yang selalu mendukung, saling menyemangati dan memberikan banyak kenangan selama perkuliahan penulis dari awal hingga saat ini
11. Teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, akan tetapi tidak mengurangi rasa syukur dan terima kasih saya kepada kalian.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca khususnya bagi penulis pribadi. *Aamiin Ya Rabbal Alamin.*

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Malang, 2022

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|----------------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | iv |
| KATA PENGANTAR | v |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiii |
| DAFTAR SINGKATAN | xiv |
| Abstrak | xv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 5 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti | 5 |
| 1.4.2 Manfaat Bagi Institusi..... | 6 |
| 1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Lain | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 7 |
| 2.1 Stres | 7 |
| 2.1.1 Definisi Stres..... | 7 |
| 2.1.2 Klasifikasi Stres | 8 |
| 2.1.3 Epidemiologi..... | 10 |
| 2.1.4 Etiologi..... | 11 |
| 2.1.5 Tingkatan Stres | 13 |

| | |
|--------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.1.6 Respon Fisiologis Tubuh Terhadap Stres | 15 |
| 2.1.7 Dampak Stres | 16 |
| 2.1.8 Manajemen Stres..... | 18 |
| 2.2 Prestasi Akademik..... | 20 |
| 2.2.1 Definisi Prestasi Akademik | 20 |
| 2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik..... | 20 |
| 2.3 Kegiatan Pembelajaran Mahasiswa PSPD UIN Malang..... | 23 |
| 2.3.1 Mata Kuliah Blok..... | 23 |
| 2.3.2 Mata Kuliah Non Blok..... | 25 |
| 2.3.3 <i>Clinical Skills Learning</i> | 26 |
| 2.3.4 Pembelajaran Wajib di Luar Kurikulum..... | 26 |
| 2.4 Kerangka Teori..... | 29 |
| BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS | 28 |
| 3.1 Kerangka Konsep Penelitian | 28 |
| 3.2 Hipotesis | 30 |
| BAB IV METODE PENELITIAN | 30 |
| 4.1 Rancangan Penelitian | 30 |
| 4.2 Waktu dan Tempat Penelitian | 30 |
| 4.2.1 Waktu Penelitian..... | 30 |
| 4.2.2 Tempat Penelitian | 30 |
| 4.3 Populasi Penelitian | 31 |
| 4.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi..... | 31 |
| 4.4.1 Kriteria Inklusi | 31 |
| 4.4.2 Kriteria Eksklusi | 31 |
| 4.5 Sampel Penelitian | 31 |
| 4.6 Instrumen Penelitian..... | 32 |
| 4.6.1 Kuisisioner MSSQ..... | 32 |
| 4.6.2 Uji Validitas dan Reabilitas MSSQ | 33 |
| 4.7 Definisi Operasional..... | 34 |
| 4.8 Prosedur Penelitian..... | 35 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.9 Alur Penelitian..... | 36 |
| 4.10 Analisis Data | 36 |
| 4.10.1 Analisis Univariat | 37 |
| 4.10.2 Analisis Bivariat | 37 |
| BAB V HASIL..... | 38 |
| 5. 1 Karakteristik Responden | 38 |
| 5.1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis | 38 |
| 5.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres | 39 |
| 5.1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor ... | 39 |
| 5.1.4 Distribusi Responden Berdasarkan Nilai Akhir Blok..... | 42 |
| 5.1.5 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres .. | 43 |
| 5.1.6 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik..... | 43 |
| 5.2 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik..... | 44 |
| BAB VI PEMBAHASAN..... | 46 |
| 6. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres | 46 |
| 6. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor | 48 |
| 6. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres | 51 |
| 6. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik ... | 53 |
| | |
| 6. 5 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik..... | 54 |
| 6. 6 Integrasi Islam | 57 |
| BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN..... | 62 |
| 7.1 Kesimpulan..... | 62 |
| 7.2 Saran | 62 |
| DAFTAR PUSTAKA | 64 |
| LAMPIRAN..... | 69 |

DAFTAR TABEL

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1 Aktivitas Mahasiswa Tingkat Pertama PSPD UIN Malang..... | 28 |
| Tabel 4. 1 Cetak Biru <i>MSSQ</i> | 33 |
| Tabel 4. 2 Interpretasi Skor <i>MSSQ</i> | 33 |
| Tabel 4. 3 Nilai Koefisien Cronbach's Alpha..... | 34 |
| Tabel 4. 4 Definisi Operasional | 34 |
| Tabel 5. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis..... | 38 |
| Tabel 5. 2 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Stres | 39 |
| Tabel 5. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor . | 39 |
| Tabel 5. 4 Skor Tiap Pernyataan Kuisisioner | 40 |
| Tabel 5. 5 Distribusi Responden Berdasarkan Nilai Akhir Blok | 42 |
| Tabel 5. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres. | 43 |
| Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik | 43 |
| Tabel 5. 8 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik | 44 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... | 22 |
| Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian..... | 25 |
| Gambar 4. 1 Alur Penelitian..... | 35 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Kuisisioner | 69 |
| Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Persetujuan | 73 |
| Lampiran 3. Informed Consent | 74 |
| Lampiran 4. Keterangan Kelaikan Etik..... | 75 |
| Lampiran 5. Rekapitulasi Data..... | 76 |

DAFTAR SINGKATAN

- ACTH : *Adenocorticotropic Hormone*
- ARS : *Academic Related Stressors*
- CRH : *Corticotropin-releasing Hormone*
- DRS : *Drive and Desire Related Stressors*
- GARS : *Group Activities Related Stressors*
- HPA : *Hypothalamic-Pituitary-Adrenal*
- IRS : *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors*
- PPBA : Program Pengembangan Bahasa Arab
- PPBI : Program Pengembangan Bahasa Inggris
- PSPD : Program Studi Pendidikan Dokter
- SPSS : *Statistical Package for The Social Sciences*
- SRS : *Social Related Stressors*
- SWT : *Subhanahu wa ta'ala*
- TLRS : *Teaching and Learning Related Stressors*
- UIN : Universitas Islam Negeri

Abstrak

HUBUNGAN STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT PERTAMA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Lestari, Putih Indah. 2022. Hubungan Stres Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama Program Studi Pendidikan Dokter 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. Alvi Milliana, M.Biomed, (II) dr. M.Rizal Novianto, MHPE.

Tingkat kejadian stres pada mahasiswa kedokteran umumnya cukup tinggi. Mahasiswa kedokteran menempuh 2 tahap pendidikan yaitu preklinik dan klinik. Proses pembelajaran yang panjang, tugas yang beragam, biaya perkuliahan yang tinggi, dan tuntutan akan keberhasilan merupakan beberapa pemicu stres yang kerap ditemukan pada mahasiswa kedokteran. Beberapa negara maju telah melakukan penelitian dan menemukan bahwa stres yang dibebankan kepada mahasiswa dapat berdampak pada prestasi akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional* dengan teknik *total sampling* yang melibatkan seluruh mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 sebagai responden. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuisioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ). Penelitian diikuti oleh seluruh mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang sebanyak 49 mahasiswa. Hasil analisis bivariat antara stres dengan prestasi akademik menggunakan uji korelasi *spearman rank* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,381 ($p > 0,05$) yang bermakna tidak ada hubungan signifikan antara stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang. Terdapat faktor-faktor lain yang berkontribusi langsung terhadap pencapaian prestasi akademik yaitu kepribadian individu, *lifestyle*, rutinitas belajar, dorongan untuk belajar dan kondisi sosial ekonomi.

Kata kunci: Mahasiswa Kedokteran, Stres, MSSQ, Prestasi Akademik

Abstract

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND ACADEMIC ACHIEVEMENT OF FIRST STATE STUDENTS OF MEDICAL STUDY PROGRAM UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Lestari, Putih Indah. 2022. The Relationship between Stress and Academic Achievement of First Level Students of the Medical Education Study Program at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Thesis. Medical Education Study Program, Faculty of Medicine and Health Sciences, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Advisor (I) dr. Alvi Milliana, M.Biomed, (II) dr. M.Rizal Novianto, MHPE.

The level of stress events in medical students is generally quite high. Medical students take 2 stages of education, namely preclinical and clinical. The long learning process, various assignments, high tuition fees, and demands for success are some of the stressors that are often found in medical students. Several developed countries have conducted research and found that the stress imposed on students can have an impact on academic achievement. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and academic achievement of first year students of the Medical Education Study Program, UIN Malang. This study used a cross-sectional approach with a total sampling technique involving all first year students of the UIN Malang Medical Education Study Program for the 2022/2023 academic year as respondents. This study used a measuring tool in the form of a questionnaire namely the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). The research was attended by all 49 students of the First Grade Medical Education Study Program at UIN Malang. The results of the bivariate analysis between stress and academic achievement using the Spearman rank correlation test obtained a significance value of 0.381 ($p > 0.05$) which means there is no significant relationship between stress and academic achievement in first year students of the Medical Education Study Program, UIN Malang. There are other factors that contribute directly to the demand for academic achievement, namely individual personality, lifestyle, study routines, encouragement to study and socioeconomic conditions.

Keywords: Medical Students, Stress, MSSQ, Academic Achievement

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres diartikan sebagai kondisi tubuh dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang terus berubah (Eva *et al.*, 2015). Sedangkan menurut Selye (1976) stres merupakan reaksi tidak spesifik ketika tubuh menghadapi berbagai tuntutan yang diberikan kepadanya. Selye juga mengatakan bahwa setiap makhluk hidup akan selalu menemui tekanan dalam bentuk apa pun, entah itu menyenangkan maupun tidak menyenangkan.

Tingkat kejadian stres pada mahasiswa kedokteran umumnya cukup tinggi, terutama pada mahasiswa tingkat pertama. Hal ini dikarenakan pada semester pertama banyak sekali perubahan yang dialami oleh mahasiswa, seperti merantau, hidup sendirian untuk pertama kalinya, membangun hubungan baru dengan orang lain dan membiasakan diri dengan proses pembelajaran di kedokteran (Heinen *et al.*, 2017).

Kejadian stres pada mahasiswa di dunia dapat mencapai 38-71%, sedangkan di Asia terdapat sedikit perbedaan yaitu sebanyak 39,6-61,3%. Kejadian stres mahasiswa di Indonesia pun berada di kisaran yang sama yaitu sebesar 36,7-71,6% (Ambarwati *et al.*, 2019).

Penelitian Aji (2020) terhadap 40 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (PSPD UIN Malang), sebanyak 19 responden (47,5%) mengalami tingkat stres sedang dan

disusul stres berat berjumlah 15 responden (37,5%) dengan 5 responden yang mengalami stres berat di antaranya merupakan mahasiswa tingkat pertama. Penelitian lain oleh Wahyudi *et al.* (2017) menemukan 57,23% atau 95 mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau mengalami stres sedang, sedangkan 2,41% atau 4 mahasiswa mengalami stres sangat berat. Sementara itu, penelitian terhadap mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah menunjukkan hasil 60% termasuk stres kategori sedang dan 30% lainnya stres kategori ringan (Agusmar *et al.*, 2019).

Pendidikan kedokteran ditempuh dalam 2 tahap pendidikan yaitu tahap akademik (Preklinik) dan tahap profesi (Klinik). PSPD UIN Malang mewajibkan kepada mahasiswa untuk menyelesaikan tahap akademik selama 3,5 tahun dengan beban sebanyak 151 SKS (Susanti *et al.*, 2020). Sedangkan tahap profesi ditempuh selama 2 tahun atau 4 semester, sehingga dapat disimpulkan untuk menjadi seorang dokter dibutuhkan waktu selama 5,5 tahun atau 11 semester (Konsil Kedokteran Indonesia, 2013).

Mahasiswa PSPD UIN Malang di tahun pertama memiliki beban SKS sebanyak 20 SKS tiap semester yang terdiri dari mata kuliah blok maupun non blok serta *Clinical Skills Learning* (Susanti *et al.*, 2020). UIN Malang mewajibkan program mahad kepada mahasiswa semester 1 hingga 2 yang dilaksanakan pada pagi dan malam hari, diluar kegiatan perkuliahan reguler (Faiz, 2019). Kegiatan mahad yang dilakukan setiap harinya yaitu melaksanakan salat berjamaah, taklim Al-Quran, taklim Afkar, taklim Bahasa Arab dan Inggris (*Shabah al Lughah*) serta tahsin Al-Quran. Sedangkan kegiatan yang dilakukan

setiap bulan meliputi *Khotmil Qur'an* dan *Irsyadat* atau bimbingan dari pengasuh Mahad. Beberapa acara juga dilakukan sekali selama program mahad yaitu Manasik Haji, *Muwadaah*, pentas seni dan *Usbuk Luggoh* (Susanti et al., 2020).

Menurut Hadianto (2014) proses pembelajaran yang panjang, tugas yang beragam, biaya perkuliahan yang tinggi, dan tuntutan akan keberhasilan merupakan beberapa stresor yang akan ditemui mahasiswa selama menempuh pendidikan. Pemicu yang paling menyebabkan stres berat pada mahasiswa tingkat pertama adalah yang berkaitan dengan akademik, diantaranya beban belajar yang terlalu banyak dan sedikitnya waktu luang untuk mempelajari kembali materi sebelumnya (Aji, 2020).

Stresor jangka panjang dan terus menerus akan berujung pada kondisi stres jika tidak ditangani dengan benar, sehingga dapat berdampak negatif terhadap kinerja akademik, kemampuan, profesionalisme dan kesehatan. Stres juga dapat menyebabkan ketakutan, ketidakmampuan, ketidakberdayaan, kemarahan, rasa bersalah, dan berhubungan dengan penyakit mental dan fisik (Eva *et.al*, 2015).

Penelitian di beberapa negara maju menemukan bahwa stres yang dibebankan kepada mahasiswa dapat berdampak pada prestasi akademik. Prestasi akademik didefinisikan sebagai kemampuan kognitif maupun sikap dari peserta didik. Prestasi akademik merupakan hal yang penting dalam dunia pendidikan dan dijadikan indikator keberhasilan pemahaman individu mengenai pembelajaran (Catur *et al.*, 2018).

Al Quran menyebutkan mengenai penciptaan manusia yang terkadang merasa gelisah dan tertekan atas tuntutan yang diberikan. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S Al-Maarij [70]: 19-20.

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠)

Terjemah:

“Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh (19) Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah (20).”

Bersumber dari kedua ayat tersebut, dapat dipahami bahwa Allah SWT menciptakan manusia dengan diberikan kegelisahan dan berkeluh kesah sebagai reaksi alami terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan baginya. Islam memahami bahwa stres adalah naluri alamiah yang dimiliki oleh manusia dalam kehidupan di dunia. Dampak yang akan dirasakan bergantung kepada bagaimana manusia tersebut memberikan respon terhadap stres yang menyimpannya (Rena, 2019).

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat kita ketahui bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa memiliki dampak negatif terhadap fisik maupun psikis. Apabila tingkat stres yang dialami cukup tinggi dan berkepanjangan maka akan berdampak negatif terhadap kemampuan akademik. Oleh karena itu, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti hubungan stres dengan prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Mengetahui pemicu stres yang paling menyebabkan stres mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui capaian prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Meningkatkan kapabilitas di ranah penelitian dan menambah pengetahuan mengenai hubungan antara stres dengan prestasi akademik

mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

1. Sebagai gambaran mengenai tingkat stres pada mahasiswa tingkat pertama PSPD Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Sebagai bahan pertimbangan dalam mencegah dan menangani stres pada mahasiswa
3. Sebagai bahan pertimbangan dalam mengupayakan peningkatan prestasi akademik mahasiswa

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Lain

Sebagai literatur dalam penelitian mengenai hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres

2.1.1 Definisi Stres

American Institute of Stress menyatakan stres sebagai keadaan atau perasaan ketika tubuh diberikan tuntutan melampaui kemampuan yang dapat dimobilisasi oleh individu tersebut. Hal serupa disampaikan oleh Cox and McGrath (dalam Houston, 1987) yang menyatakan stres sebagai ketidakseimbangan antara tuntutan yang diterima dengan keahlian yang dimiliki dalam menangani tuntutan tersebut.

Lazarus dan Folkman (dalam Granger & Johnson, 2013) mendefinisikan stres sebagai proses transaksional yang terjadi ketika suatu peristiwa dianggap berkaitan dengan kesejahteraan individu, berpotensi membahayakan atau merugikan, dan membutuhkan upaya psikologis, fisiologis, dan/atau perilaku untuk mengelola peristiwa dan dampaknya.

Stres dalam definisi yang komprehensif dan sederhana merupakan pengaruh lingkungan internal dan/atau eksternal pada makhluk hidup yang mengganggu homeostasisnya (Shahsavarani *et al.*, 2014). Stres merupakan keadaan mengancam yang mengganggu kemampuan tubuh untuk mempertahankan homeostatis sehingga menciptakan respon non spesifik generalisata pada tubuh (Sherwood, 2013).

2.1.2 Klasifikasi Stres

Stres dapat diklasifikasikan berdasarkan sifat stresor, dampaknya pada individu, dan lamanya paparan stresor (Shahsavarani *et al.*, 2014).

Stres berdasarkan sifat stresor dibagi menjadi:

1. Stres Fisiologis

Secara fisiologis, stres dapat dilihat sebagai kondisi yang mengarah kepada kegagalan struktur tubuh dan hanya dapat diukur apabila didapatkan efek bermakna terhadap tubuh. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa stres fisiologis memiliki arti sebagai ukuran kecenderungan kekuatan stres dalam menyebabkan kerusakan atau perubahan kondisi pada struktur tubuh (Keil, 2004).

2. Stres Psikologis

Stres secara psikologis dapat dikenali melalui gejala yang sering dikeluhkan, seperti merasa tertekan berlarut-larut, tidak bahagia, sulit berkonsentrasi, tidak dapat menikmati aktivitas seperti biasanya, kehilangan kepercayaan diri, tidak dapat menghadapi masalah, tidak mampu mengambil keputusan, tidak dapat memainkan sesuatu yang berguna dalam hidup, menganggap diri sendiri tidak berharga dan tidak dapat mengatasi kesulitan (Sherina *et al.*, 2004).

Stres berdasarkan jangka waktu paparan stresor yaitu:

1. Stres Kronis

Stres kronis didefinisikan sebagai kondisi spesifik lingkungan yang sedang berlangsung atau sebagai stresor yang memberikan dampak berkepanjangan selama lebih dari 12 bulan (McGonagle & Kessler, 1990). Pada beberapa orang, kehidupan sehari-hari merupakan lingkungan yang negatif (stres kronik) seperti kondisi pekerjaan yang buruk, kesulitan ekonomi, hubungan yang penuh konflik dengan pasangan, orangtua, anak maupun teman, masalah kesehatan, dan beban berkelanjutan lainnya (Hammen *et al.*, 2009).

Jika stres berlangsung untuk waktu yang lama maka upaya penanganan hampir tidak akan berhasil. Hal ini akan mengarah kepada stres yang mengancam dan tidak terkendali yang akan meningkatkan terjadinya depresi terkait dengan stres (McGonagle & Kessler, 1990).

2. Stres Akut

Stres akut merupakan stres yang terjadi dalam waktu 12 bulan. Peristiwa yang terkait dengan stres akut misalnya, kematian orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan dan perceraian. Berdasarkan penelitian, wanita lebih banyak mengalami stres akut daripada pria (McGonagle & Kessler, 1990).

Stres berdasarkan dampaknya terhadap individu:

1. *Eustress*

Selye berpendapat bahwa *eustress* merupakan dampak yang sehat, positif, konstruktif dari peristiwa stres yang dialami (Selye dalam Li *et al.*, 2016). Sedangkan Lazarus mengatakan bahwa *eustress* adalah respons kognitif yang positif terhadap pemicu stres, yang dikaitkan dengan emosi positif dan kondisi fisik yang sehat (Lazarus dalam Li *et al.*, 2016).

2. *Distress*

Distress terjadi ketika tuntutan yang ditempatkan pada tubuh (mencakup aspek fisiologis dan psikologis) melebihi kapasitasnya untuk mempertahankan homeostasis. Stresor yang ditanggapi dengan emosi negatif (misalnya kebencian, keputusasaan, kemarahan, dan dorongan untuk membalas dendam) dianggap bertanggung jawab terhadap keadaan *distress* (Le Fevre *et al.*, 2003).

2.1.3 Epidemiologi

American Psychological Association menyatakan bahwa kejadian stres yang ditemukan di Amerika mencapai 65% pada tahun 2015. Sedangkan kejadian stres yang terjadi di Indonesia masih belum diketahui secara pasti. Peristiwa stres sering dikaitkan dengan kasus kesehatan mental lainnya seperti depresi dan gangguan mental-emosional. Berdasarkan hasil penelitian kesehatan dasar, ditemukan penduduk yang mengalami depresi sebesar 6,1%, sedangkan

penduduk dengan gangguan mental-emosional ditemukan sebesar 9,8%. Penelitian terhadap 230 pegawai Kementerian Kesehatan RI menunjukkan prevalensi stres sebesar 79%. Selain itu berdasarkan penelitian terhadap 329 responden mahasiswa kedokteran, ditemukan bahwa prevalensi stres sebesar 52,4% (Mahardani *et al.*, 2021).

2.1.4 Etiologi

Stresor merupakan segala sesuatu yang memicu atau menginduksi respon terhadap stres. Jenis-jenis rangsangan yang dapat memicu respon stres yaitu (Sherwood, 2013):

- a. Fisik, termasuk luka, tindakan bedah dan paparan suhu yang tidak normal
- b. Kimia, seperti menurunnya suplai oksigen dan terjadinya kondisi asam-basa tubuh yang tidak seimbang
- c. Infeksi, seperti masuknya bakteri ke dalam tubuh
- d. Fisiologik, yaitu olahraga intensitas berat, syok hemoragik dan nyeri
- e. Psikologis, seperti perasaan cemas, takut dan sedih yang berkepanjangan
- f. Sosial, termasuk permasalahan antar individu dan gaya hidup yang berubah

Yusoff *et al.* (2010) membagi pemicu stres pada mahasiswa kedokteran ke dalam 6 kelompok yaitu:

1. *Academic Related Stressors (ARS)*

Berdasarkan penelitian stresor yang paling banyak ditemukan adalah ujian, tekanan waktu dan ketertinggalan dalam mengerjakan tugas, menyelesaikan tugas tidak tepat pada waktu yang direncanakan, dan beban studi yang banyak. Selain itu disebutkan pula bahwa seseorang yang perfeksionis lebih rentan mengalami *distress*, hal ini dikarenakan mereka memiliki ekspektasi yang tinggi untuk mengerjakan ujian dengan baik.

2. *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS)*

Konflik intrapersonal maupun interpersonal merupakan stresor yang cukup sering dijumpai, contohnya seperti konflik dengan mahasiswa maupun dengan guru.

3. *Teaching and Learning Related Stressors (TLRS)*

Rasa tidak puas terhadap mutu pendidikan, perkuliahan, dan bimbingan maupun *feedback* dari dosen juga dianggap sebagai stresor.

4. *Social Related Stressors (SRS)*

Sebuah studi melaporkan bahwa stresor sosial yang sering dijumpai adalah menghadapi kematian atau kesakitan dari pasien dan ketidakmampuan dalam menjawab pertanyaan dari pasien maupun keluarganya.

5. *Drive and Desire Related Stressors (DRS)*

Tekanan yang berasal dari keluarga, takut salah dalam memilih karir dan hilang minat untuk belajar di kedokteran dianggap sebagai stresor pada mahasiswa kedokteran.

6. *Group Activities Related Stressors (GARS)*

Pembelajaran yang berbasis kelompok seperti tutorial, interaksi teman sebaya dan pasien dapat memicu terjadinya stres. Selain itu, perasaan terpaksa ketika bekerja bersama orang lain dalam suatu kelompok dapat menyebabkan stres pada individu.

2.1.5 Tingkatan Stres

Tingkat stres merupakan hasil pengukuran keparahan stres yang dialami individu dengan melihat aspek fisik, psikologis, dan perilaku. Setiap orang bereaksi berbeda terhadap stres tergantung pada kepercayaan dan norma, pengalaman, faktor lingkungan, faktor keluarga, gaya hidup, pengalaman stres terdahulu dan mekanisme coping stres (Paramita, 2021).

Yusoff *et al.* (2010) membagi stres ke dalam beberapa tingkatan, yaitu:

1. Stres Ringan

Stres ringan tidak mengganggu kondisi fisiologis individu dan seringkali dialami oleh setiap orang, misalnya menerima kritik, terjebak macet, lupa dan tertidur tanpa sengaja. Stres ringan umumnya dapat berakhir dalam hitungan

menit atau jam. Dampaknya akan terasa apabila terjadi secara terus-menerus (Mahmud & Ayun, 2021).

2. Stres Sedang

Stres sedang dapat terjadi dalam rentang waktu jam hingga hari. Contohnya beban kerja yang terlalu banyak dan kepergian anggota keluarga untuk waktu yang cukup lama. Pada beberapa orang dengan faktor predisposisi suatu penyakit koroner, hal tersebut dapat menjadi sangat bermakna (Mawarda Hatmanti, 2018).

3. Stres Berat

Stres berat dapat terjadi pada waktu yang cukup lama, contohnya permasalahan ekonomi dan kelainan fisik yang diderita cukup lama. Berbagai gangguan tubuh dapat ditemui pada stres berat seperti gangguan pencernaan berat, peningkatan denyut jantung, sesak napas, tremor, kecemasan, mudah bingung dan panik (Widayani *et al.*, 2021).

4. Stres Sangat Berat

Stres sangat berat termasuk ke dalam keadaan kronis yang terjadi dalam beberapa bulan hingga waktu yang tidak dapat diperkirakan. Keluhan yang timbul biasanya hilang hasrat untuk hidup dan berserah akan sesuatu. Individu dengan tingkat stres ini biasanya teridentifikasi dengan keadaan depresi yang berat (Arfian dalam Paramita, 2021).

2.1.6 Respon Fisiologis Tubuh Terhadap Stres

Tubuh akan mengaktifkan sistem saraf simpatis generalisata ketika diberikan rangsangan stres. Tubuh mempersiapkan diri untuk respon *fight or flight* dengan meningkatkan curah jantung, meningkatkan ventilasi dan mengalirkan darah dari bagian yang vasokonstriksi menuju otot rangka atau jantung yang lebih aktif vasodilatasi. Sistem simpatis mengaktifkan pengeluaran hormon epinefrin dari medula adrenal yang berperan dalam menambah kekuatan respon simpatis dan memobilisasi persediaan karbohidrat serta lemak, selain itu juga berefek pada pelepasan insulin dan glukagon oleh pankreas (Sherwood, 2013).

Hipotalamus menerima rangsang berupa stresor fisik dan psikis dari reseptor-reseptor di seluruh tubuh dan hampir seluruh bagian dari otak. Hipotalamus memberikan respon secara langsung dengan membangkitkan sistem saraf simpatis, melepaskan CRH untuk mencetuskan *release* ACTH dan kortisol, dan menyebabkan pelepasan vasopresin. Kortisol akan memecah deposit lemak dan protein sekaligus melipatgandakan cadangan karbohidrat dan persediaan glukosa darah. Persediaan glukosa, asam amino dan asam lemak akan digunakan untuk menjaga asupan nutrisi ke otak dan memperbaiki jaringan yang rusak. Sedangkan ACTH berperan pada proses belajar dan tingkah laku. Kenaikan kadar ACTH semasa stres psikologis akan menunjang kinerja tubuh dalam menghadapi pemicu stres yang sama di kemudian hari dengan melakukan respons perilaku yang selaras. Selain ACTH, vasopresin

juga diyakini mampu memudahkan proses belajar sehingga individu dapat melakukan penyesuaian terhadap stres yang sama di waktu yang akan datang (Sherwood, 2013).

Stresor yang kerap dijumpai dalam kehidupan sehari-hari biasanya bersifat psikososial, namun pada dasarnya mengakibatkan respon yang sama dengan stresor yang bersifat fisik (Sherwood, 2013).

2.1.7 Dampak Stres

Stres memiliki dampak positif dan negatif bergantung kepada kemampuan individu dalam menangani stres tersebut. Dampak positif terjadi jika tuntutan yang diterima tidak melebihi kapasitas individu untuk menanganinya, diantaranya menjadikan stres sebagai tantangan untuk mengembangkan potensi diri dan menumbuhkan tingkat kreativitas. Sedangkan dampak negatif dari stres misalnya sulit berkonsentrasi saat kuliah berlangsung, berkurangnya minat terhadap hal yang biasa dikerjakan, kehilangan motivasi hingga kurang adaptif terhadap sekitar (Gamayanti *et al.*, 2018).

Penelitian Musabiq *et al.* (2018) membagi dampak stres menjadi dampak terhadap fisik, dampak emosi, dampak perilaku dan dampak kognitif.

1. Dampak Fisik

Kelelahan dan lemas merupakan dampak fisik yang sering dirasakan oleh mahasiswa. Selain itu mahasiswa sering merasakan sakit kepala hingga

migrain, gangguan pencernaan, nyeri, pegal dan otot menjadi tegang, mudah terserang penyakit atau terjadi penurunan kekebalan tubuh, dan gangguan tidur.

2. Dampak Emosi

Ketika dalam kondisi stres, mahasiswa cenderung lebih mudah marah daripada biasanya. Selain itu pada beberapa mahasiswa dilaporkan menjadi lebih mudah menangis, lebih sensitif sehingga mudah tersinggung, suasana hati menjadi buruk, serta perasaan sedih, khawatir, dan bahkan frustrasi.

3. Dampak Perilaku

Banyak mahasiswa merasa hubungan dengan teman, keluarga dan orang lain memburuk ketika sedang stres. Perilaku lain yang dirasakan yaitu lebih senang menyendiri, malas untuk bicara, bertemu dan berinteraksi dengan orang lain, malas mengerjakan suatu hal seperti tugas, mengerjakan tugas asal-asalan, menjadi acuh terhadap lingkungan sekitar dan kehilangan kepercayaan diri.

4. Dampak Kognitif

Dampak yang berkaitan dengan kognitif diantaranya adalah sulit berkonsentrasi maupun fokus ketika menggarap tugas atau ketika berinteraksi dengan orang lain, pikiran menjadi tidak tenang, panik, sering melamun dan memikirkan hal yang buruk, mudah lupa dan kurang teliti.

2.1.8 Manajemen Stres

Lazarus (dalam Rohim, 2016) mendefinisikan manajemen stres sebagai upaya individu untuk lepas dari persoalan yang sedang dihadapi dengan mencari solusi dari permasalahan tersebut. Sedangkan Robbins (dalam Rohim, 2016) menganggap manajemen stres sebagai pilihan lain individu dalam menangani stres yang terjadi.

Menurut Robbins (Rohim, 2016) terdapat 4 indikator dalam manajemen stres yaitu:

1. Identifikasi gejala stres, yaitu langkah untuk mengetahui stresor yang menetap, misalnya perasaan cemas, kehilangan kendali diri dan emosi yang labil
2. Analisa gejala stres. Hal ini dilakukan untuk menemukan keterangan seperti petunjuk dari perilaku dan perasaan yang dapat ditafsirkan
3. Strategi menghindari stres, yaitu strategi kognitif serta sikap yang dinamis berupa tindakan untuk memecahkan masalah, misalnya melalui pendekatan baik individu maupun organisasi
4. *Coping* Stres, yaitu tindakan yang tampak maupun tidak tampak oleh individu untuk mengurangi ketegangan psikologi ketika mengalami stres. Misalnya meningkatkan pengawasan diri, beribadah kepada Tuhan, melatih jasmani, serta melatih berpikir positif

Lazarus dan Folkman mengklasifikasikan *coping* stres menjadi *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* (Gaol, 2016).

1. *Problem-focused Coping*

Problem-focused coping merupakan cara menanggulangi stres yang berfokus kepada masalah yang sedang dialami. Cara ini dilakukan ketika masih memungkinkan untuk melakukan sesuatu dalam menghadapi stres dan dilakukan dengan menghadapi langsung permasalahan yang menjadi pemicu stres (Gaol, 2016).

Bentuk dari mekanisme ini yaitu *countiousness* di mana individu memikirkan dan mempertimbangkan cara memecahkan masalah, *instrumental action* yaitu usaha atau langkah yang dilakukan dalam menemukan solusi dan bentuk terakhir yaitu negosiasi (Ahsyari, 2014).

2. *Emotion-focused Coping*

Emotion-focused coping merupakan mekanisme coping yang berfokus pada emosi. Individu yang melakukan mekanisme ini akan cenderung melibatkan emosi atau perasaannya ketika menghadapi situasi stres dan biasanya mekanisme ini dilakukan ketika tidak ada lagi yang bisa dilakukan terhadap stresor (Gaol, 2016).

Bentuk dari strategi ini diantaranya adalah cenderung menghindari masalah, merasa bersalah dan menyesal atas masalah yang terjadi, menyangkal adanya masalah dan melakukan refleksi diri (Ahsyari, 2014).

2.2 Prestasi Akademik

2.2.1 Definisi Prestasi Akademik

Prestasi akademik merupakan hasil dari proses pembelajaran bidang akademik yang menggambarkan kemampuan dan kinerja mahasiswa dalam menerima materi termasuk di dalamnya aspek kognitif, psikomotor dan afektif. Prestasi akademik diserahkan oleh seorang pendidik kepada peserta didik dan dibuktikan dengan nilai (Fasikhah & Fatimah, 2013).

Prestasi akademik dianggap sebagai hasil dari kegiatan belajar yang bertujuan untuk meninjau pemahaman individu mengenai materi yang telah diajarkan sebelumnya dan mengetahui tingkat keberhasilan yang mampu diraih oleh individu tersebut (Maslihah, 2011).

Mardjohan (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) mengatakan bahwa prestasi akademik merupakan parameter penting yang dapat memperlihatkan penguasaan individu mengenai materi pengetahuan maupun keterampilan yang telah diterangkan dengan baik.

2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik

Wahyuni (dalam Maslihah, 2011) menyatakan bahwa faktor yang berperan dalam prestasi akademik terbagi menjadi faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor dari dalam misalnya tingkat intelegensi atau intelektual, minat, bakat tertentu, dorongan untuk berprestasi, keadaan fisik dan psikis, kemandirian, sikap dan harga diri akademik. Sedangkan faktor dari

luar yaitu lingkungan sekitar individu seperti sekolah, keluarga, dan faktor situasional.

Prestasi akademik mahasiswa kedokteran preklinik dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu:

a. Karakteristik mahasiswa

Penelitian menyebutkan bahwa karakteristik seseorang dapat mempengaruhi prestasi akademik. Berdasarkan karakteristik yang dinilai, ditemukan skor tertinggi pada ketelitian dan kesadaran sedangkan skor rendah pada neurotisme. Hal ini menunjukkan bahwa ketelitian dan kesadaran memiliki hubungan dengan prestasi akademik (Catur *et al.*, 2018).

b. Gaya hidup

Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara prestasi akademik yang baik dengan durasi tidur 6-9 jam. Selain itu ditemukan bahwa peserta didik yang memiliki waktu tidur sebanyak 6-7 jam per malam rata-rata memiliki IPK tertinggi daripada peserta didik yang tidur lebih lama atau lebih singkat dari 6-7 jam per malam. Hal ini berkaitan dengan efek memori yang lebih menguntungkan dari tidur dan efek memori yang kuat dari kekurangan tidur untuk memori jangka panjang (Catur *et al.*, 2018).

c. Rutinitas belajar

Beberapa penelitian mengungkapkan hubungan antara rutinitas belajar dengan prestasi akademik mahasiswa kedokteran. Ditemukan keterkaitan antara manajemen waktu yang buruk dengan prestasi akademik yang menurun. Hal ini bersangkutan dengan banyaknya mahasiswa yang lebih mengandalkan menit-menit terakhir ketika menghadapi ujian (Catur *et al.*, 2018).

d. Dorongan belajar mahasiswa untuk berprestasi

Dorongan untuk berprestasi merupakan kecenderungan mahasiswa bertingkah laku dengan cara tertentu dan menilai kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan prestasi mereka. Tingkah laku yang mencerminkan motivasi tinggi yaitu mengerjakan tugas yang sulit dan bekerja keras dalam belajar. Beberapa hal telah teridentifikasi dapat meningkatkan motivasi peserta didik diantaranya kurikulum yang berbasis masalah, pembelajaran campuran, hubungan dan tanggung jawab kepada pasien, penilaian berbasis standar dan kesempatan mengambil mata kuliah yang diinginkan (Catur *et al.*, 2018).

e. Sosial ekonomi

Penelitian menyebutkan bahwa sosial ekonomi keluarga memiliki pengaruh yang kuat terhadap prestasi akademik. Ditemukan adanya hubungan positif yang kuat antara jenis sekolah menengah atas siswa sebelumnya dengan nilai masuk perguruan tinggi dan IPK. Hal ini didukung oleh fakta bahwa siswa-siswa dengan prestasi akademik yang

tinggi banyak ditemukan di beberapa jenis sekolah menengah atas (Catur *et al.*, 2018).

2.3 Kegiatan Pembelajaran Mahasiswa PSPD UIN Malang

2.3.1 Mata Kuliah Blok

1. Kuliah Penunjang Blok

Kuliah penunjang blok merupakan salah satu kegiatan akademik dengan mendatangkan pemateri sesuai bidang keahlian tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang sudah disepakati. Perkuliahan dilaksanakan selama 2 jam pelajaran (2x50 menit) oleh pemateri termasuk di dalamnya pemaparan materi dan tanya jawab. Selain itu, mahasiswa dapat mempelajari sumber-sumber pembelajaran lainnya seperti *textbook*, diktat maupun buku ajar (Susanti *et al.*, 2020).

2. Praktikum

Praktikum bertujuan untuk menambah pengetahuan dan keterampilan mahasiswa mengenai materi kuliah. Praktikum dilaksanakan di Laboratorium dengan kegiatan berupa *pre-test* dan *post-test*, penjelasan teori dan pelaksanaan praktikum. Setelah praktikum, mahasiswa diminta membuat laporan sebagai salah satu penilaian dari praktikum (Susanti *et al.*, 2020).

3. Tugas Terstruktur

Tugas terstruktur merupakan tugas yang diberikan untuk meningkatkan kecakapan mahasiswa dalam menggapai beberapa

kompetensi seperti literasi teknologi dan sains. Tugas terstruktur dapat berupa *journal reading*, *literature review*, poster publik atau karya ilmiah lainnya (Susanti *et al.*, 2020).

4. Tutorial

Tutorial merupakan salah satu metode *problem based learning*, yaitu pembelajaran yang berdasarkan suatu masalah atau kasus. Mahasiswa berdiskusi mengenai skenario atau kasus yang telah diberikan dan akan dibimbing oleh seorang tutor. Sebelumnya, mahasiswa membentuk ketua untuk mengatur jalannya diskusi dan sekretaris untuk membuat rangkuman mengenai diskusi (Susanti *et al.*, 2020).

Tutorial dilakukan dengan metode 7 langkah (*seven jumps*), langkah 1-5 dilakukan dalam tutorial I sedangkan langkah 7 dilakukan dalam tutorial II (Susanti *et al.*, 2020).

- Langkah 1: pembacaan skenario dan merumuskan kata sulit
- Langkah 2: membuat beberapa rumusan masalah
- Langkah 3: melakukan diskusi (*brainstorming*) mengenai rumusan masalah
- Langkah 4: menyusun peta masalah
- Langkah 5: merumuskan *Learning Objective*
- Langkah 6: belajar mandiri dan mencari informasi mengenai topik sebelumnya

- Langkah 7: mendiskusikan informasi yang diperoleh dari belajar mandiri dan menyusun peta konsep

5. Pleno

Pleno merupakan pembahasan materi mengenai skenario tutorial untuk memastikan semua kelompok tutorial telah mencapai tujuan pembelajaran minimal dengan pemahaman yang sama. Setiap kelompok wajib mengirimkan laporan tutorial dari tiap skenario untuk ditanggapi oleh tim blok (Susanti *et al.*, 2020).

6. *Team Based Learning*

Team Based Learning (TBL) merupakan kegiatan belajar yang dilakukan dalam kelompok kecil beranggotakan 4-5 mahasiswa untuk melakukan diskusi, bekerja sama dalam menganalisis suatu kasus yang dipandu oleh seorang tenaga pengajar ahli (Susanti *et al.*, 2020).

7. *Field Lab*

Field lab merupakan kegiatan luar kampus yang dilakukan oleh mahasiswa meliputi observasi dan intervensi yang berhubungan dengan tujuan pembelajaran (Susanti *et al.*, 2020).

2.3.2 Mata Kuliah Non Blok

Metode kegiatan pembelajaran non blok beriringan dengan mata kuliah lainnya dalam satu semester. Keegiatannya berupa kuliah dan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa. Ujian pada mata kuliah non blok dilaksanakan

pada pertengahan semester dan penghujung semester sesuai jadwal yang telah ditentukan (Susanti *et al.*, 2020).

2.3.3 Clinical Skills Learning

Clinical Skills Learning (CSL) merupakan salah satu kegiatan pembelajaran pada tahap akademik yang bertujuan untuk mengasah keterampilan klinik sesuai kompetensi yang harus dicapai. Kegiatan CSL dilaksanakan di Laboratorium Keterampilan Klinik dengan mahasiswa yang terbagi ke dalam beberapa kelompok dan seorang instruktur dalam setiap kelompok. Kegiatan CSL meliputi kuliah pengantar, CSL terbimbing, Responsi dan CSL yang dilakukan secara mandiri sebagai bentuk latihan individu (Susanti *et al.*, 2020).

2.3.4 Pembelajaran Wajib di Luar Kurikulum

1. *Course*

Course merupakan kegiatan pembelajaran yang bertujuan agar mahasiswa dapat menguasai bahasa asing yaitu Bahasa Arab dan Bahasa Inggris (Susanti *et al.*, 2020).

2. Mahad

Mahad merupakan asrama yang ditempati oleh mahasiswa dan dapat berfungsi sebagai tempat pendidikan ekstrakurikuler dengan tujuan agar mahasiswa memiliki akidah yang kuat dan spiritual yang kukuh, keagungan akhlak, keilmuan yang luas dan kematangan profesional,

meningkatkan kecakapan berbahasa Arab dan Inggris, dan memperkuat pemahaman bacaan dan makna ayat-ayat suci Al Qur'an dengan baik dan benar (Susanti *et al.*, 2020).

Program mahad diikuti oleh mahasiswa baru selama 1 tahun dan bersifat wajib. Beberapa kegiatan wajib di Mahad yaitu (Susanti *et al.*, 2020):

1. Pembinaan mental, spiritual dan ibadah, meliputi kuliah umum mengenai salat, puasa dan dzikir, membiasakan salat berjamaah dan salat-salat sunah, dan membaca *al-Adzkar al-Ma'tsurah* setelah salat subuh
2. Pengembangan kompetensi akademik melalui *Ta'lim Al-Afkar*, *Ta'lim Al-Quran* dan Tahsin Tilawatil Al-Quran
3. Peningkatan keahlian berbahasa melalui penciptaan lingkungan kebahasaan dengan memasang kutipan hadist, peribahasa dan lain-lain dalam bahasa Arab maupun Inggris, dan Ta'lim Bahasa atau *Shabah al-Lughah*

Kelulusan Mahad dan Tahsin Al-Qur'an merupakan syarat yang harus dilengkapi oleh mahasiswa untuk dapat mengikuti ujian akhir atau sidang skripsi (Susanti *et al.*, 2020).

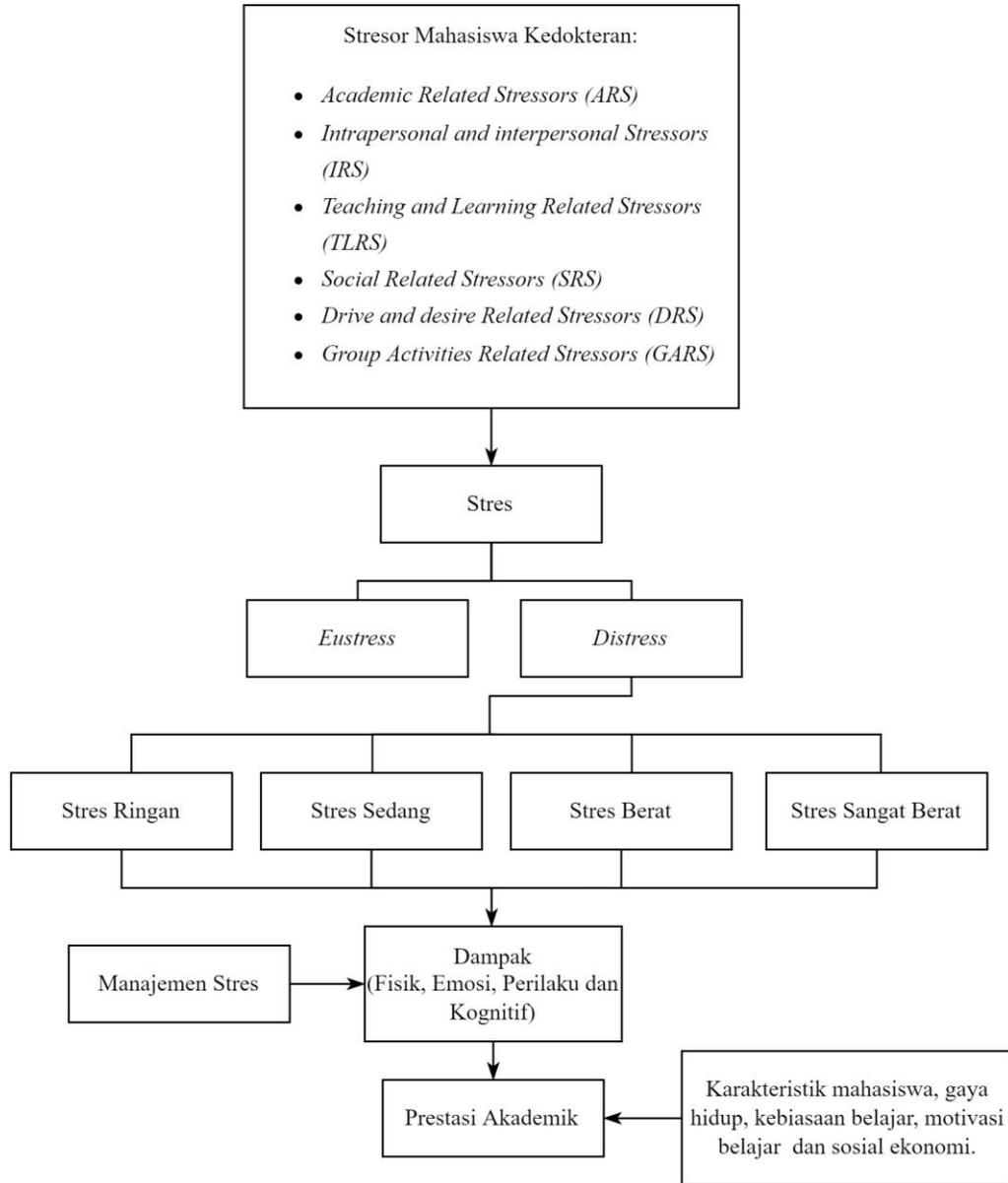
Berdasarkan waktu pelaksanaannya, kegiatan mahasiswa di Mahad terbagi ke dalam kegiatan harian, bulanan dan tahunan (Faiz, 2019).

1. Kegiatan harian meliputi melaksanakan salat subuh, magrib dan isya berjamaah, *Shabah al-Lughah*, *Ta'lim Al-Afkar* dan *Ta'lim Al-Quran*, Tahsin Tilawatil Al-Quran, perkuliahan bahasa (PPBA/PPBI), dan kegiatan kesantrian yaitu tahlilan, solawatan, *muhadoroh*
2. Kegiatan bulanan termasuk *Khotmil Qur'an* dan *Irsyadat* yaitu bimbingan dari pengasuh serta pengayaan kesantrian
3. Kegiatan tahunan termasuk Manasik Haji, demonstrasi bahasa, *Muwadaah*, pentas seni dan *Usbuk Luggoh*

Tabel 2. 1 Aktivitas Mahasiswa Tingkat Pertama PSPD UIN Malang

| No. | Waktu | Aktivitas |
|-----|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | 04.00-06.00 WIB | <ul style="list-style-type: none"> • Sholat subuh berjamaah • <i>Shabah Quran</i> • <i>Mahabbah</i> |
| 2. | 07.00-08.00 WIB | <ul style="list-style-type: none"> • Tahsin Al-Quran |
| 3. | 08.00-16.00 WIB | <ul style="list-style-type: none"> • Aktivitas perkuliahan reguler • <i>Course</i> PPBA/PPBI |
| 4. | 17.30-19.00 | <ul style="list-style-type: none"> • Sholat magrib dan isya berjamaah |
| 5. | 19.30-21.00 WIB | <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ta'lim Al-Afkar</i> • <i>Ta'lim Al-Quran</i> • Kegiatan kesantrian |

2.4 Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

Stres merupakan respon tubuh terhadap berbagai tuntutan yang ada. Agen pemicu stres atau stresor terbagi ke dalam 6 kategori termasuk stresor yang berkaitan dengan akademik, hubungan intrapersonal dan interpersonal, pengajaran dan

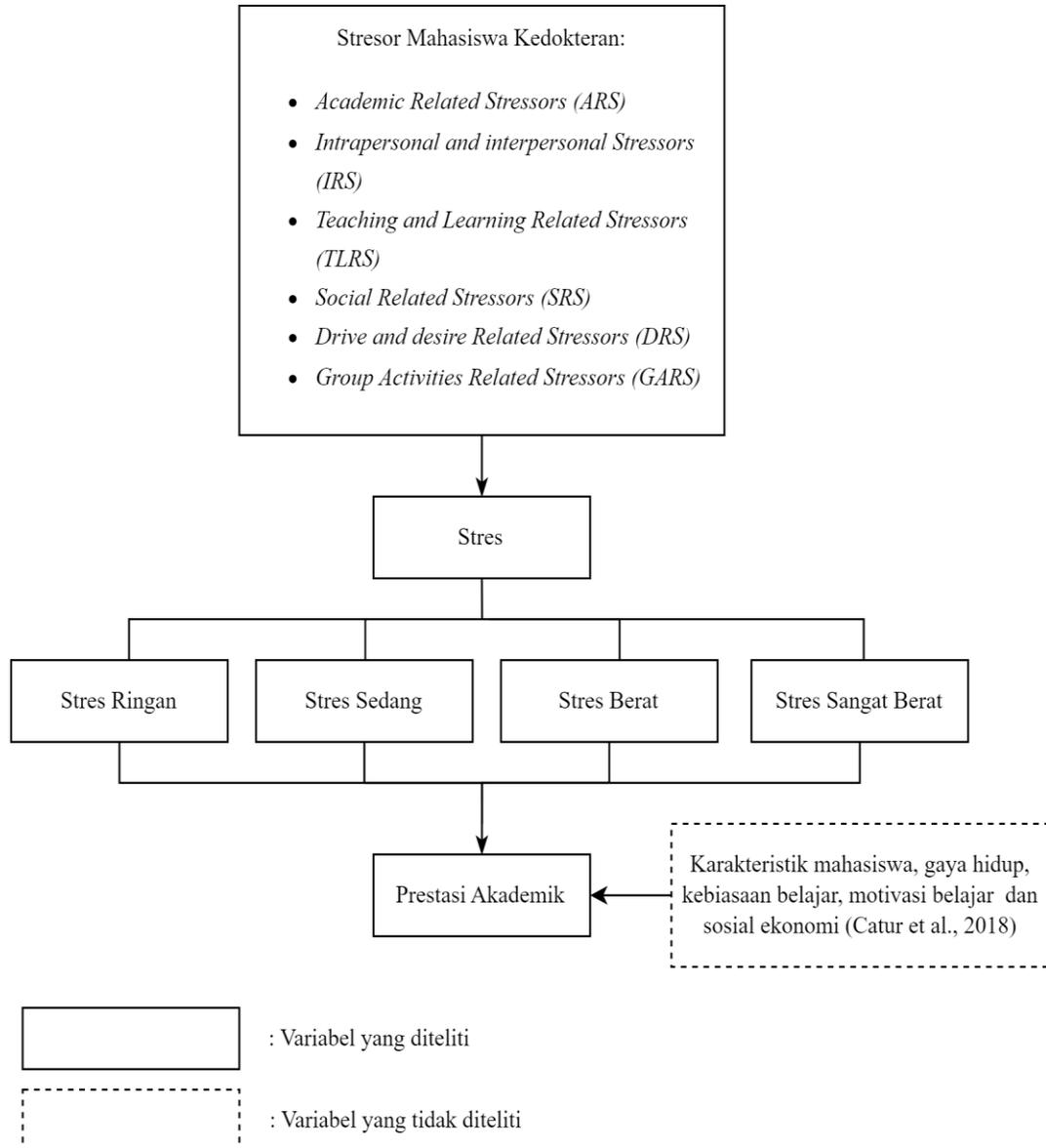
pembelajaran, terkait hubungan sosial, dorongan serta keinginan, terakhir stresor terkait aktivitas berkelompok. Stres diklasifikasikan berdasarkan dampak yang diakibatkan yaitu *eustress* atau dampak positif dan *distress* atau dampak negatif. Individu dengan stres dapat terbagi ke dalam beberapa tingkatan yaitu ringan, sedang, berat dan sangat berat. Dampak yang diakibatkan dari stres bergantung kepada kemampuan individu dalam manajemen stres, yaitu usaha untuk lepas dari permasalahan yang sedang dihadapi. Dampak positif terjadi apabila kemampuan individu cukup untuk mengatasi stres yang datang, ditemukan bahwa terdapat aktivasi dari beberapa sistem memori di otak ketika tubuh mengalami stres (Gaol, 2016). Sedangkan apabila individu gagal dalam menangani stres yang datang, maka akan memberikan dampak negatif seperti sulit untuk konsentrasi, malas mengerjakan tugas, mengerjakan tugas tidak maksimal, acuh terhadap orang lain dan lingkungan sekitar, serta menjadi tidak percaya diri. Hal ini akan berimbas pada perolehan prestasi akademik mahasiswa. Beberapa penelitian menyebutkan penurunan prestasi akademik mahasiswa cenderung terjadi pada siswa yang mengalami stres (Gaol, 2016). Selain itu, prestasi akademik juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu karakter mahasiswa, gaya hidup, rutinitas belajar, dorongan belajar dan kondisi sosial ekonomi.

Penelitian Feriyanto *et al.* (2021) menyimpulkan bahwa tingkat stres memiliki hubungan yang bermakna dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa kedokteran. Dibuktikan dengan perolehan nilai $p=0,011$, yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan yang bermakna karena nilai $p < 0,050$.

BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian

Stres dipicu oleh agen pencetus yang disebut stresor. Stresor yang paling sering ditemui pada mahasiswa kedokteran dibagi ke dalam 6 kategori yaitu stresor yang berkaitan dengan akademik, hubungan intrapersonal dan interpersonal, pengajaran dan pembelajaran, terkait hubungan sosial, dorongan serta keinginan, terakhir stresor terkait aktivitas berkelompok. Stres terbagi menjadi beberapa tingkatan yaitu stres ringan, stres sedang, stres berat dan stres sangat berat. Dampak stres bergantung kepada kemampuan individu dalam mengatasinya, jika kemampuannya baik maka dapat berdampak positif, akan tetapi jika tidak mampu mengatasi stres maka akan berdampak negatif. Dampak negatif stres diantaranya adalah malas mengerjakan tugas atau mengerjakan tugas tidak dengan maksimal, jika dibiarkan tanpa penanganan maka akan berpengaruh terhadap prestasi akademik yang dapat dicapai. Selain itu, prestasi akademik dipengaruhi juga oleh karakteristik mahasiswa, gaya hidup, rutinitas belajar, dorongan belajar dan kondisi sosial ekonomi.

Variabel yang diteliti adalah stres dan prestasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang. Sedangkan variabel yang tidak diteliti adalah faktor-faktor lain yang mempengaruhi prestasi akademik. Penelitian Feriyanto *et al.* (2021) menyimpulkan bahwa tingkat stres memiliki hubungan bermakna dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa kedokteran.

3.2 Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan hipotesis seperti berikut:

- a. H₀: Tidak terdapat hubungan antara stres dengan prestasi akademik
- b. H₁: Terdapat hubungan antara stres dengan prestasi akademik

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain penelitian observasional analitik, yaitu penelitian yang bermaksud mengamati kejadian alam maupun sosial melalui sebuah analisis. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik (Masturoh & Anggita T, 2018).

Pendekatan *Cross Sectional* digunakan dalam penelitian ini, yaitu pengumpulan data meliputi variabel stres dan variabel prestasi akademik dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu (Masturoh & Anggita T, 2018).

4.2 Waktu dan Tempat Penelitian

4.2.1 Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Oktober hingga November 2022 termasuk di dalamnya proses penghimpunan data, analisis data dan pelaporan.

4.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian bertempat di Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Malang.

4.3 Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023.

4.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

4.4.1 Kriteria Inklusi

1. Mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023
2. Mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 yang mengikuti program mahad
3. Bersedia berkontribusi dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*

4.4.2 Kriteria Eksklusi

1. Mahasiswa yang tidak bersedia mengikuti penelitian
2. Mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 yang tidak mengikuti program mahad

4.5 Sampel Penelitian

Sampel merupakan elemen dari jumlah dan sifat-sifat yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang ditarik harus bersifat representatif atau mewakili populasi yang diteliti (Sugiyono, 2013).

Teknik sampling merupakan teknik dalam pengambilan sampel dengan tujuan memutuskan sampel mana yang akan dipilih dalam penelitian. Teknik *Nonprobability*

Sampling dipilih untuk penelitian ini, yaitu teknik yang tidak memberikan kesempatan yang setara pada setiap anggota populasi untuk menjadi sampel. Teknik yang dipilih yaitu *total sampling* atau *sampling jenuh*, di mana keseluruhan bagian dari populasi diputuskan sebagai sampel. Teknik ini umumnya digunakan apabila jumlah populasi cenderung sedikit (Sugiyono, 2013).

4.6 Instrumen Penelitian

4.6.1 Kuisisioner MSSQ

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuisisioner yang dikembangkan oleh Yusoff *et al.* (2010) yaitu *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ).

MSSQ merupakan kuisisioner yang terdiri dari 40 pernyataan berdasarkan jenis stresor yang dialami 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).

Item MSSQ dinilai dengan 5 kategori respons:

- 0: tidak mengakibatkan stres sama sekali,
- 1: mengakibatkan stres ringan,
- 2: mengakibatkan stres sedang,
- 3: mengakibatkan stres berat,
- 4: mengakibatkan stres sangat berat

Tabel 4. 1 Cetak Biru *MSSQ*

| No | Dimensi Stres | Butir Soal |
|-----|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| I | Academic Related Stressors (ARS) | 1, 4, 7, 10, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 30, 33, 36 |
| II | Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS) | 3, 5, 9, 26, 28, 31, 39 |
| III | Teaching and Learning Related Stressors (TLRS) | 8, 14, 16, 20, 22, 35, 37 |
| IV | Social Related Stressors (SRS) | 2, 18, 21, 24, 29, 38 |
| V | Drive and Desire Related Stressors (DRS) | 6, 32, 40 |
| VI | Group Activities Related Stressors (GARS) | 11, 13, 15, 34 |

Secara umum, perhitungan stres dapat dilakukan dengan menjumlahkan nilai total setiap dimensi dan membaginya dengan total 40 soal. Selain itu, hasil penilaian stres dapat diinterpretasikan sesuai dengan tabel berikut:

Tabel 4. 2 Interpretasi Skor *MSSQ*

| Skor | Interpretasi |
|-----------|--------------------|
| 0-1 | Stres Ringan |
| 1,01-2,00 | Stres Sedang |
| 2,01-3,00 | Stres Berat |
| 3,01-4,00 | Stres Sangat Berat |

4.6.2 Uji Validitas dan Reabilitas *MSSQ*

MSSQ terdiri dari 40 pertanyaan yang mewakili enam domain stresor. Didapatkan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* berkisar antara 0,950–0,952. Total nilai alpha adalah 0,952. Analisis ini menunjukkan bahwa item *MSSQ* dapat diandalkan karena memiliki konsistensi internal yang tinggi. Temuan dari analisis reabilitas menunjukkan bahwa 40 pertanyaan telah mempunyai

nilai korelasi total item lebih dari 0,3, oleh karena itu semua item dapat dimasukkan dalam MSSQ (Saiful Bahri Yusoff *et al.*, 2010).

Tabel 4. 3 Nilai Koefisien Cronbach's Alpha

| No | Dimensi Stres | Cronbach's Alpha |
|-----|---------------------------------------------------------|------------------|
| I | Academic Related Stressors (ARS) | 0,921 |
| II | Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS) | 0,895 |
| III | Teaching and Learning Related Stressors (TLRS) | 0,858 |
| IV | Social Related Stressors (SRS) | 0,710 |
| V | Drive and Desire Related Stressors (DRS) | 0.646 |
| VI | Group Activities Related Stressors (GARS) | 0.728 |

4.7 Definisi Operasional

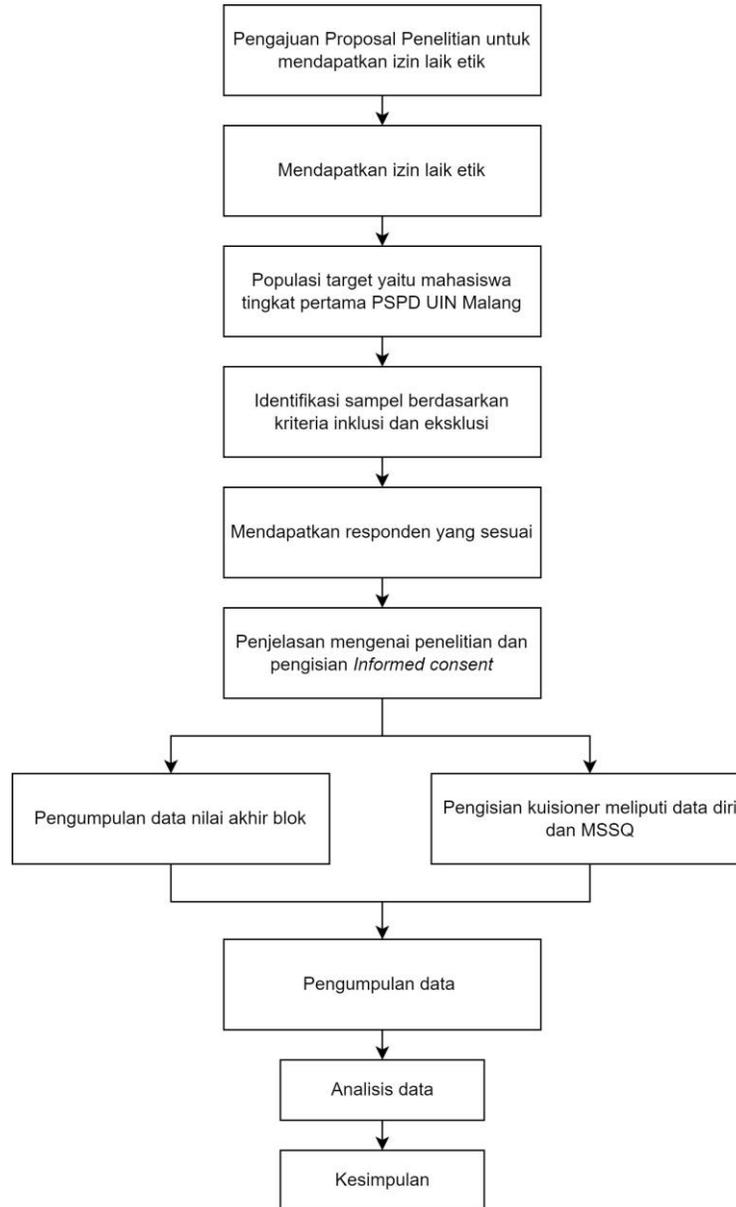
Tabel 4. 4 Definisi Operasional

| No | Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Cara Ukur | Skala Pengukuran | Kriteria |
|----|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Stres | Hasil penilaian stres yang dialami oleh seseorang | <i>Medical Student Stressor Questionnaire</i> (MSSQ) | Mengisi Lembar Kuisisioner MSSQ dengan Lengkap | Ordinal | <ul style="list-style-type: none"> • 0-1= Stres Ringan • 1,01-2,00= Stres Sedang • 2,01-3,00= Stres Berat • 3,01-4,00= Stres Sangat Berat |
| 2 | Capaian Prestasi Akademik | Hasil dari proses pembelajaran bidang akademik yang menggambarkan kemampuan dan kinerja mahasiswa dalam menerima materi | Nilai Akhir Blok | Nilai Akhir Blok di Semester 1 | Ordinal | <ul style="list-style-type: none"> • 80-100= A • 75-79,9= B+ • 70-74,9= B • 65-69,9= C+ • 60-64,9= C • 55-59,9= D • <55= E |

4.8 Prosedur Penelitian

Sumber yang diperlukan yaitu sumber primer dan sekunder. Pengumpulan data sumber primer diperoleh secara langsung oleh pengumpul data tanpa perantara dengan menggunakan kuisisioner. Teknik pengambilan data dilakukan dengan mengisi data diri dan kuisisioner *MSSQ*. Kuisisioner adalah teknik penghimpunan data dengan memberikan beberapa pertanyaan atau pernyataan secara tertulis untuk dijawab oleh responden (Sugiyono, 2013). Sumber sekunder yaitu pengumpulan data yang diperoleh secara tidak langsung, misalnya dengan perantara orang lain maupun dokumen. Penelitian ini menggunakan sumber sekunder yaitu pengumpulan nilai akhir blok mahasiswa yang didapatkan melalui bagian akademik PSPD UIN Malang.

4.9 Alur Penelitian



Gambar 4. 1 Alur Penelitian

4.10 Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan aplikasi *SPSS* versi 25. Data yang terkumpul akan dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat.

4.10.1 Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk memberikan gambaran secara umum berdasarkan demografis dari masing-masing variabel yang diteliti yaitu stres dan prestasi akademik.

4.10.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antara stres dengan prestasi akademik menggunakan Korelasi *Spearman Rank* dikarenakan data berbentuk ordinal.

BAB V

HASIL

5.1 Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2022. Penelitian diikuti oleh sebanyak 49 responden berdasarkan kriteria inklusi maupun eksklusi. Karakteristik responden yang diamati adalah jenis kelamin, usia, tingkat stres dari tiap dimensi stresor, tingkat stres total dan nilai akhir blok.

5.1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis

Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis

| | Frekuensi | |
|----------------------|-----------|-------------|
| | N | % |
| Usia | | |
| 16 | 2 | 4,1 |
| 17 | 8 | 16,3 |
| 18 | 28 | 57,1 |
| 19 | 11 | 22,4 |
| Total | 49 | 100,0 |
| Jenis Kelamin | | |
| Perempuan | 30 | 61,2 |
| Laki-laki | 19 | 38,8 |
| Total | 49 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 5.1 diketahui bahwa sebagian besar responden adalah perempuan yang berjumlah 30 responden (61,2%) dan mayoritas responden berusia 18 tahun yaitu sebanyak 28 responden (57,1%).

5.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Tabel 5. 2 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Stres

| Tingkat Stres | N | % |
|--------------------|-----------|-------------|
| Stres Ringan | 2 | 4,1 |
| Stres Sedang | 13 | 26,5 |
| Stres Berat | 31 | 63,3 |
| Stres Sangat Berat | 3 | 6,1 |
| Total | 49 | 100,0 |

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa mahasiswa PSPD UIN Malang angkatan 2022 mayoritas mengalami stres berat yaitu berjumlah 31 responden (63,3%) dengan menggunakan instrumen *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ).

5.1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor

Tabel 5. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor

| Stresor | Tingkat Stres | | | | Total n (%) |
|---------|-----------------------|-----------------------|----------------------|--------------------------------|----------------|
| | Stres Ringan n (%) | Stres Sedang n (%) | Stres Berat n (%) | Stres Sangat Berat n (%) | |
| ARS | 2 (4,1) | 13 (26,5) | 24 (49,0) | 10 (20,4) | 49 (100,0) |
| IRS | 2 (4,1) | 13 (26,5) | 27 (55,1) | 7 (14,3) | 49 (100,0) |
| TLRS | 4 (8,2) | 14 (28,6) | 27 (55,1) | 4 (8,2) | 49 (100,0) |
| SRS | 2 (4,1) | 26 (53,1) | 21 (42,9) | 0 (0) | 49 (100,0) |
| DRS | 10 (20,4) | 18 (36,7) | 15 (30,6) | 6 (12,2) | 49 (100,0) |
| GARS | 8 (16,3) | 17 (34,7) | 22 (44,9) | 2 (4,1) | 49 (100,0) |

ARS: *Academic Related Stressors*; IRS: *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors*; TLRS: *Teaching and Learning Related Stressors*; SRS: *Social Related Stressors*; DRS: *Drive and Desire Related Stressors*; GARS: *Group Activities Related Stressors*

Berdasarkan Tabel 5.3 diketahui bahwa pada *Academic Related Stressors* (ARS) atau yang berkaitan dengan akademik, mayoritas mahasiswa berada di tingkat stres berat sebanyak 24 responden (49,0%). Pada dimensi *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors* (IRS) atau stresor terkait hubungan intrapersonal dan

interpersonal, ditemukan bahwa mahasiswa paling banyak mengalami tingkat stres berat sebanyak 27 responden (55,1%). Pada *Teaching and Learning Related Stressors* (TLRS) atau yang berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran, paling banyak ditempati oleh mahasiswa dengan tingkat stres berat sebanyak 27 responden (55,1%). Pada dimensi *Social Related Stressors* (SRS) atau yang berkaitan dengan hubungan sosial, mahasiswa banyak mengalami stres sedang yaitu sebanyak 26 responden (53,1%). Pada *Drive and Desire Related Stressors* (DRS) atau yang berkaitan dengan dorongan dan keinginan, mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang sebanyak 18 responden (36,7%). Dimensi terakhir yaitu *Group Activities Related Stressors* (GARS) atau yang berkaitan dengan aktivitas berkelompok, ditemukan mayoritas mahasiswa mengalami stres berat sebanyak 22 responden (44,9%).

Tabel 5. 4 Skor Tiap Pernyataan Kuisisioner

| Pernyataan | Rata-rata | Rata-rata Dimensi |
|----------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|
| <i>Academic Related Stressors (ARS)</i> | | |
| 1 | 2,39 | 2,43 |
| 4 | 2,18 | |
| 7 | 1,67 | |
| 10 | 2,98 | |
| 12 | 2,71 | |
| 17 | 2,49 | |
| 19 | 2,10 | |
| 23 | 2,59 | |
| 25 | 2,73 | |
| 27 | 2,63 | |
| 30 | 2,49 | |
| 33 | 2,45 | |
| 36 | 2,24 | |
| <i>Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS)</i> | | |
| 3 | 2,24 | 2,34 |
| 5 | 2,18 | |
| 9 | 1,96 | |
| 26 | 2,63 | |
| 28 | 2,47 | |
| 31 | 2,90 | |
| 39 | 2,06 | |

| <i>Teaching and Learning Related Stressors (TLRS)</i> | | |
|-------------------------------------------------------|-------------|------|
| 8 | 2,16 | 2,18 |
| 14 | 2,14 | |
| 16 | 2,84 | |
| 20 | 1,82 | |
| 22 | 2,43 | |
| 35 | 1,82 | |
| 37 | 2,08 | |
| <i>Social Related Stressors (SRS)</i> | | |
| 2 | 1,24 | 1,91 |
| 18 | 1,92 | |
| 21 | 2,65 | |
| 24 | 2,41 | |
| 29 | 2,29 | |
| 38 | 0,96 | |
| <i>Drive and Desire Related Stressors (DRS)</i> | | |
| 6 | 2,04 | 2,07 |
| 32 | 1,55 | |
| 40 | 2,63 | |
| <i>Group Activities Related Stressors (GARS)</i> | | |
| 11 | 1,33 | 2,01 |
| 13 | 1,53 | |
| 15 | 3,06 | |
| 34 | 2,12 | |

Berdasarkan Tabel 5.4 diketahui bahwa dimensi dengan rerata tertinggi adalah dimensi *Academic Related Stressors (ARS)* atau stresor yang berkaitan dengan akademik sebesar 2,43.

Tabel 5.4 menunjukkan skor masing-masing pernyataan (Lihat di Lampiran 1) dari tiap dimensi stresor. Berdasarkan skor masing-masing pernyataan ditemukan bahwa pada dimensi *Academic Related Stressors (ARS)* skor rerata tertinggi berada pada pernyataan 10 yaitu “Saat beban belajar berlebihan”. Pada dimensi *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS)* ditemukan skor rerata tertinggi pada pernyataan 31 yaitu “Saat terjadi konflik dengan dosen”. Pada dimensi *Teaching and Learning Related Stressors (TLRS)* skor rerata tertinggi pada pernyataan 16 yaitu “Saat merasa tidak yakin terhadap diri sendiri”. Pada dimensi

Social Related Stressors (SRS) skor rerata tertinggi pada pernyataan 21 yaitu “Saat tidak dapat menjawab pertanyaan dari pasien”. Pada dimensi *Drive and Desire Related Stressors* (DRS) skor rerata tertinggi pada pernyataan 40 yaitu “Adanya beban tanggung jawab dalam keluarga”. Pada dimensi *Group Activities Related Stressors* (GARS) skor rerata tertinggi pada pernyataan 15 yaitu “Saat merasa tidak mampu melakukan sesuatu”.

5.1.4 Distribusi Responden Berdasarkan Nilai Akhir Blok

Tabel 5. 5 Distribusi Responden Berdasarkan Nilai Akhir Blok

| Nilai Akhir Blok | N | % |
|------------------|-----------|-------------|
| A | 1 | 2,0 |
| B+ | 12 | 24,5 |
| B | 13 | 26,5 |
| C+ | 11 | 22,4 |
| C | 5 | 10,2 |
| D | 6 | 12,2 |
| E | 1 | 2,0 |
| Total | 49 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 5.5 diketahui bahwa mayoritas mahasiswa memiliki nilai B pada nilai akhir blok pertama yaitu sebanyak 13 responden (26,5%).

5.1.5 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres

Tabel 5. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres

| Tingkat Stres | Frekuensi | | | |
|----------------------|--------------|--------------|------------------|--------------------|
| | Stres Ringan | Stres Sedang | Stres Berat | Stres Sangat Berat |
| | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) |
| Usia | | | | |
| 16 | 0 (0) | 0 (0) | 2 (100,0) | 0 (0) |
| 17 | 0 (0) | 3 (37,5) | 4 (50,0) | 1 (12,5) |
| 18 | 1 (3,6) | 7 (25,0) | 18 (64,3) | 2 (7,1) |
| 19 | 1 (9,1) | 3 (27,3) | 7 (63,6) | 0 (0) |
| Total | 2 (4,1) | 13 (26,5) | 31 (63,3) | 3 (6,1) |
| Jenis Kelamin | | | | |
| Perempuan | 0 (0) | 8 (26,7) | 21 (70,0) | 1 (3,3) |
| Laki-laki | 2 (10,5) | 5 (26,3) | 10 (52,6) | 2 (10,5) |
| Total | 2 (4,1) | 13 (26,5) | 31 (63,3) | 3 (6,1) |

Berdasarkan Tabel 5.6 ditemukan pada semua kalangan usia mayoritas mengalami stres berat, selain itu baik pada perempuan maupun laki-laki mayoritas mengalami stres berat yaitu berjumlah 21 responden (70,0%) pada perempuan dan 10 responden (52,6%) pada laki-laki.

5.1.6 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik

Tabel 5. 7 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik

| Nilai Akhir Blok | Frekuensi | | | | | | |
|----------------------|-----------|-----------------|-----------------|-----------------|----------|-----------------|---------|
| | A | B+ | B | C+ | C | D | E |
| | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) |
| Usia | | | | | | | |
| 16 | 0 (0) | 0 (0) | 1 (50,0) | 0 (0) | 0 (0) | 1 (50,0) | 0 (0) |
| 17 | 1 (12,5) | 3 (37,5) | 2 (25,0) | 1 (12,5) | 1 (12,5) | 0 (0) | 0 (0) |
| 18 | 0 (0) | 6 (21,4) | 7 (25,0) | 9 (32,1) | 3 (10,7) | 2 (7,1) | 1 (3,6) |
| 19 | 0 (0) | 3 (27,3) | 3 (27,3) | 1 (9,1) | 1 (9,1) | 3 (27,3) | 0 (0) |
| Total | 1 (2,0) | 12 (24,5) | 13 (26,5) | 11 (22,4) | 5 (10,2) | 6 (12,2) | 1 (2,0) |
| Jenis Kelamin | | | | | | | |
| Perempuan | 1 (3,3) | 9 (30,0) | 9 (30,0) | 6 (20,0) | 3 (10,0) | 2 (6,7) | 0 (0) |
| Laki-laki | 0 (0) | 3 (15,8) | 4 (21,1) | 5 (26,3) | 2 (10,5) | 4 (21,1) | 1 (5,3) |
| Total | 1 (2,0) | 12 (24,5) | 13 (26,5) | 11 (22,4) | 5 (10,2) | 6 (12,2) | 1 (2,0) |

Berdasarkan Tabel 5.7 ditemukan bahwa 1 responden (50,0%) berusia 16 tahun memperoleh nilai B dan 1 responden (50,0%) lainnya dengan usia yang sama memperoleh nilai D. Pada responden berusia 17 tahun mayoritas memperoleh nilai B+ yaitu berjumlah 3 responden (37,5%). Pada responden berusia 18 tahun mayoritas memperoleh nilai C+ yaitu berjumlah 9 responden (32,1%). Pada responden berusia 19 tahun ditemukan 3 responden (27,3%) memiliki nilai B+, 3 responden (27,3%) memiliki nilai B dan 3 responden (27,3%) memiliki nilai D.

Berdasarkan Tabel 5.7 diperoleh data bahwa mayoritas perempuan memperoleh nilai B+ dan B di mana masing-masing berjumlah 9 responden (30,0%). Sedangkan pada laki-laki sebagian besar memperoleh nilai C+ yaitu berjumlah 5 responden (26,3%).

5.2 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik

Tabel 5. 8 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik

| Correlations | | | | |
|---------------------|-------|-------------------------|-------------|-------------|
| | | | Stress | NAB |
| Spearman's rho | Stres | Correlation Coefficient | 1,000 | ,128 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | ,381 |
| | | N | 49 | 49 |
| | NAB | Correlation Coefficient | ,128 | 1,000 |
| | | Sig. (2-tailed) | ,381 | . |
| | | N | 49 | 49 |

Tabel 5.8 menunjukkan hasil dari uji bivariat untuk menguji hubungan antara stres dengan prestasi akademik yaitu Nilai Akhir Blok pertama menggunakan korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai $p=0,381$. Nilai $p>0,05$ sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak yang bermakna bahwa tidak terdapat hubungan antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa dalam hal ini yaitu Nilai Akhir Blok pertama.

BAB VI

PEMBAHASAN

6. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Distribusi responden berdasarkan tingkat stres ditemukan bahwa mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2022 mayoritas mengalami stres berat. Berdasarkan penelitian sebelumnya dengan menggunakan instrumen yang sama yaitu *Medical Students Stressors Questionnaire* (MSSQ), hasil penelitian ini serupa dengan penelitian Aji (2019) di PSPD UIN Malang dengan teknik *stratified random sampling* ditemukan mayoritas mahasiswa tingkat pertama mengalami stres berat sebanyak 5 responden dari total sebanyak 10 responden.

Mahasiswa tingkat pertama cenderung mengalami stres berat dikarenakan mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dan beberapa perubahan yang terjadi. Mahasiswa tingkat pertama mengalami transisi dari lingkungan sekolah menengah atas ke lingkungan perkuliahan dan proses adaptasi ini dapat menimbulkan stres. Individu harus beradaptasi dengan pembelajaran baru yang menuntut kecakapan dalam akademik dan wawasan yang berbeda dengan yang sebelumnya ditempuh di sekolah menengah atas (Amelia *et al.*, 2014).

Berdasarkan wawancara singkat terhadap salah satu mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang diketahui beberapa kegiatan pembelajaran yang dilakukan selama blok pertama diantaranya adalah kuliah penunjang blok,

praktikum dan tugas terstruktur. Sedangkan di mata kuliah non blok diantaranya adalah kuliah penunjang non blok, *Clinical Skills Learning (CSL)*, *course* bahasa dan Mahad. Mahasiswa memerlukan kemampuan manajemen waktu yang baik dalam menjalankan seluruh kegiatan tersebut, apabila keterampilan manajemen waktu yang dimiliki buruk, maka dapat menyebabkan stres (Shalini G Nayak, 2019). Selain itu, banyaknya tugas kuliah dan jadwal yang padat dapat mengakibatkan kurangnya waktu untuk mahasiswa beristirahat sehingga mengganggu keseimbangan tubuh dan rentan mengalami stres (B & Hamzah, 2020).

Mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang selama menempuh blok pertama belum memiliki dosen pembimbing akademik dan penulis berasumsi bahwa ini merupakan salah satu penyebab tingginya tingkat stres pada mahasiswa. PSPD UIN Malang telah menyediakan unit yang bertanggungjawab dalam layanan bimbingan dan konseling mahasiswa mengenai permasalahan akademik maupun non akademik yang berpotensi mengganggu kelancaran tahap pendidikan (Susanti *et al.*, 2020). Penulis berasumsi bahwa dosen pembimbing akademik memiliki tanggung jawab untuk membantu mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga diharapkan dengan adanya dosen pembimbing akademik, mahasiswa memiliki arahan maupun strategi dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan dan dapat menurunkan risiko terjadinya stres pada mahasiswa.

Perbedaan tingkat stres antar individu dipengaruhi oleh beberapa hal. Taylor menyebutkan bahwa stres dipengaruhi oleh faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor dari dalam yaitu mengenai kepribadian individu. Sikap optimisme yang dimiliki oleh individu akan membantu kesiapan menghadapi kondisi stres serta dapat menurunkan kemungkinan risiko dari stres yang dihadapi. Selain itu, individu dengan kepribadian yang kuat dan pantang menyerah cenderung memiliki kontrol untuk merubah situasi stres menjadi aktivitas baru yang lebih baik. Kontrol psikologis atau perasaan individu juga turut membantu seseorang untuk lebih baik dalam menangani stres. Yang terakhir adalah strategi coping yaitu cara yang dilakukan sebagai upaya dalam mengelola situasi stres atau mengurangi tingkat stres. Sedangkan faktor dari luar diantaranya adalah latar belakang pendidikan, dukungan sosial dari orang-orang terdekat dan jenis stresor yang dihadapi, hal-hal tersebut dapat mempengaruhi cara individu dalam menghadapi situasi stres (Oktavia *et al.*, 2019).

6. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Tiap Dimensi Stresor

Frekuensi yang paling tinggi dalam menyebabkan stres berasal dari dimensi *Academic Related Stressors* (ARS) atau stresor yang berkaitan dengan akademik. Stresor dalam akademik diantaranya adalah ujian, adanya batasan waktu, tertinggal dalam pekerjaan serta tuntutan yang saling berlawanan, menyelesaikan tugas tidak sesuai waktu yang direncanakan dan tugas yang berlebih (Saiful Bahri Yusoff *et al.*, 2010). Permasalahan akademik lain yang dapat ditemukan adalah tuntutan untuk belajar mandiri, jadwal perkuliahan yang berubah-ubah dan sulit

menemukan sumber materi belajar yang terpercaya serta berkualitas (Puspitha *et al.*, 2018).

Tingkat stres mahasiswa pada dimensi *Academic Related Stressors* (ARS) atau stresor yang berkaitan dengan akademik menunjukkan berada di tingkat stres berat dengan pernyataan yang memiliki skor rerata tertinggi adalah mengenai beban belajar yang berlebihan. Ada pun kegiatan pembelajaran yang dibebankan kepada mahasiswa adalah perkuliahan blok dan non blok, praktikum, tugas terstruktur, tutorial (*Problem Based Learning*), Pleno, *Team Based Learning* (TBL), *Field Lab*, *Clinical Skills Learning* (CSL), *Course* bahasa asing dan Mahad untuk mahasiswa tingkat pertama di UIN Malang. Apabila individu gagal dalam menyesuaikan diri dengan pembelajaran tersebut maka akan memicu terjadinya stres (Mustikawati & Putri, 2018).

Tingkat stres pada dimensi *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors* (IRS) atau stresor yang berkaitan dengan hubungan intrapersonal dan interpersonal ditemukan paling banyak mengalami tingkat stres berat. Kondisi yang paling menimbulkan stres adalah terjadinya konflik dengan dosen atau tenaga pengajar. Konflik adalah perbedaan pendapat maupun ketidaksetujuan antar individu yang memiliki kemungkinan untuk merusak suatu organisasi. Penyebab konflik yang sering terjadi mencakup kurangnya kejelasan, buruknya komunikasi, pemberian perintah yang tidak jelas, perbedaan karakter antar individu, perselisihan karena kepentingan, dan perubahan dalam organisasi. Sikap yang dapat memicu konflik diantaranya adalah intimidasi, keterbatasan

komunikasi atau tidak terbuka mengenai informasi penting, dan kekerasan verbal maupun kekerasan fisik (Overton & Lowry, 2013).

Tingkat stres pada dimensi *Teaching and Learning Related Stressors* (TLRS) atau stresor yang berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran paling banyak mahasiswa mengalami tingkat stres berat dengan skor rata-rata tertinggi mengenai ketidakyakinan terhadap diri sendiri. Menurut Albert Bandura keyakinan seseorang terhadap kapasitas yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang diinginkan disebut dengan *self-efficacy* (Heslin & Klehe, 2006). Penelitian menyatakan bahwa semakin tinggi *self efficacy* individu maka akan semakin rendah tingkat stres yang dialami. Juga sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka akan semakin tinggi tingkat stres yang dialami (Afnan *et al.*, 2020).

Tingkat stres pada dimensi *Social Related Stressors* (SRS) atau stresor terkait hubungan sosial ditemukan banyak mahasiswa mengalami stres sedang dengan skor rata-rata tertinggi mengenai ketidakmampuan menjawab pertanyaan dari pasien. Hal ini mengartikan bahwa saat tidak mampu menjawab pertanyaan dari pasien adalah stresor yang paling menyebabkan stres. Responden belum memasuki pendidikan profesi dokter atau tahap klinik, namun pada kuisioner ini jawaban didasarkan pada pengandaian jika berada di kondisi tersebut (Saiful Bahri Yusoff *et al.*, 2010).

Tingkat stres pada dimensi *Drive and Desire Related Stressors* (DRS) atau stresor terkait dengan dorongan dan keinginan mayoritas mahasiswa mengalami

stres sedang dengan skor rata-rata tertinggi pada pernyataan mengenai tanggung jawab dalam keluarga. Tanggung jawab adalah wujud sikap sadar atas segala sesuatu yang diwajibkan kepadanya. Seorang anak dalam keluarga memiliki tanggung jawab untuk mematuhi dan berbakti kepada orang tua dan menjaga nama baik keluarga (Anwar, 2014).

Dimensi terakhir yaitu *Group Activities Related Stressors* (GARS) atau stresor yang berkaitan dengan aktivitas berkelompok mayoritas mahasiswa mengalami stres berat dengan skor rata-rata tertinggi pada pernyataan mengenai ketidakmampuan dalam melakukan suatu hal. Pembelajaran di kedokteran sebagian besar dilakukan secara berkelompok seperti praktikum, tutorial, tugas terstruktur, *Team Based Learning* (TBL), dan *Field lab*. Ketidakmampuan individu dalam beradaptasi dengan aktivitas berkelompok akan menyebabkan individu mudah mengalami stres (Saiful Bahri Yusoff *et al.*, 2010).

6. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Tingkat Stres

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa perempuan dan laki-laki mayoritas berada di tingkat stres yang sama yaitu stres berat. Sebanyak 21 responden perempuan mengalami stres berat sedangkan laki-laki sebanyak 10 responden. Persentase kejadian stres berat pada perempuan sebesar 70,0% sedangkan pada laki-laki sebesar 52,6%, sehingga penulis berasumsi bahwa perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Terdapat perbedaan pola respon HPA (*Hypothalamic-Pituitary-Adrenal*) pada laki-laki dan perempuan, di mana ditemukannya sekresi ACTH yang lebih tinggi dengan kadar kortisol dalam batas normal pada laki-laki, hal ini menunjukkan bahwa sensitivitas korteks adrenal lebih rendah pada laki-laki daripada perempuan. ACTH berfungsi dalam proses belajar dan tingkah laku, ketika kadar ACTH tinggi maka akan membantu tubuh mengenali dan menghadapi jenis stres yang sama di kemudian hari, hal ini dapat dihubungkan dengan tingkat stres pada laki-laki yang lebih ringan. Selain itu, stres yang lebih tinggi pada perempuan dapat dikaitkan dengan aktivitas hormon seks. Pada perempuan hormon seks mampu menurunkan respons simpatik dan HPA sehingga proses umpan balik negatif hormon kortisol ke otak menurun dan menyebabkan perempuan cenderung lebih rentan mengalami stres (Verma *et al.*, 2011). Penelitian lain menemukan bahwa perempuan menggunakan pendekatan yang berfokus pada emosi dalam melakukan *coping* terhadap stres, hal ini akan menyebabkan stres mereda dalam jangka waktu yang singkat, bahkan seringkali tidak menghasilkan perubahan situasional yaitu hilangnya stresor (Graves *et al.*, 2021). Pendekatan emosional dalam *coping stress* memang bersifat sementara karena dalam pendekatan ini individu tidak menangani langsung stresor yang dimiliki akan tetapi cenderung mengelola emosi dan perasaannya dalam meminimalkan stres yang dimiliki (Runtu & Kurniawan, 2017).

Distribusi responden berdasarkan usia terhadap tingkat stres ditemukan bahwa responden dari setiap kelompok usia mengalami stres berat. Individu

berusia 12-21 tahun merupakan usia remaja yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Nasution, 2007). Pada tahap ini individu diharapkan mampu beradaptasi kembali dengan kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial yang berbeda dengan tahap kehidupan sebelumnya (Astuti dalam Runtu & Kurniawan, 2017).

Pada masa ini remaja mulai menghadapi permasalahan dan sulit mengatasinya dengan baik dikarenakan dua alasan yaitu karena sebelumnya permasalahan selalu diselesaikan dengan bantuan orang dewasa sehingga mereka belum berpengalaman untuk menghadapinya sendirian. Alasan yang lain adalah karena remaja cenderung merasa sudah mandiri sehingga mereka menolak bantuan dari orang dewasa dalam menangani masalahnya (Nasution, 2007).

Individu yang kesulitan menempuh tahap kehidupan di dewasa awal dengan segala tugas yang dibebankan serta tidak mampu menyelesaikan setiap masalah yang dialami dengan baik, maka akan rentan mengalami stres (Runtu & Kurniawan, 2017).

6.4 Distribusi Responden Berdasarkan Demografis Terhadap Prestasi Akademik

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa capaian prestasi akademik perempuan lebih tinggi daripada capaian prestasi akademik laki-laki. Penelitian menyebutkan bahwa kepercayaan diri perempuan dalam menyelesaikan tugas-tugas belajar lebih baik daripada laki-laki dan tentunya ini

turut mendukung pencapaian prestasi dalam pendidikan. Dalam hal ini dinyatakan bahwa prestasi belajar perempuan lebih baik daripada laki-laki (Haryono dalam Utami & Yonanda, 2020).

Menurut Sugihartono terdapat faktor-faktor yang menyebabkan perbedaan capaian prestasi akademik antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yaitu familiaritas mahasiswa terhadap pelajaran, perubahan cita-cita, pandangan terhadap pelajaran yang dianggap khas gender tertentu, performa laki-laki dan perempuan, serta harapan dosen. Selain itu, perbedaan perlakuan pengajar terhadap mahasiswa laki-laki dan perempuan dapat menimbulkan perbedaan dalam menangkap pelajaran (Sandora, 2018).

6. 5 Analisis Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik

Hasil uji analisis bivariat untuk mengetahui hubungan stres dengan prestasi akademik menggunakan korelasi *Spearman Rank* didapatkan nilai (p) sebesar 0,381 dengan probabilitas (p) atau signifikansi, yaitu: jika nilai signifikansi (p) > 0,05 maka H_0 diterima sedangkan jika nilai signifikansi (p) < 0,05 maka H_0 ditolak. Pada penelitian ini H_0 diterima dan H_1 ditolak yang bermakna bahwa tidak terdapat adanya hubungan antara stres dengan prestasi akademik dalam hal ini nilai akhir blok pertama mahasiswa tingkat pertama pertama PSPD UIN Malang. Serupa dengan penelitian Bakhtiar (2020) terhadap mahasiswa tingkat pertama dan tingkat kedua Fakultas Kedokteran UIN Jakarta diperoleh nilai $p=0,632$ ($p>0,05$) sehingga dimaknai tidak adanya hubungan antara tingkat stres dengan prestasi akademik.

Mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang telah dibekali materi mengenai coping stres di Blok pertama yaitu Blok BUAMS (*Being Ulul Albab Medical Students*). Penulis berasumsi terdapat beberapa strategi coping stres yang dapat dilakukan, sesuai dengan yang disebutkan dalam Sitepu & Nasution (2017) diantaranya adalah *positive reappraisal* yang termasuk ke dalam mekanisme *emotional-focused coping*, pada mekanisme ini individu akan melibatkan hal-hal religius dalam proses penanganan stres yang dimiliki sehingga dapat memberikan makna yang positif. Hal ini selaras dengan kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh Mahad di mana menciptakan kedekatan dengan Allah SWT sehingga dapat membuat hati tenang dalam menghadapi stres. Selain itu strategi lain adalah *Seeking social support* atau mencari bantuan orang lain baik bantuan nyata maupun berupa dukungan emosional yang termasuk ke dalam mekanisme *problem-focused coping* (Sitepu & Nasution, 2017). Selama berada di Mahad, mahasiswa akan dibimbing oleh musyrif dan musyrifah yang senantiasa memberikan bimbingan secara rutin baik mengenai kegiatan mahad, perkuliahan maupun terkait dengan urusan pribadi. Keterbukaan antara mahasiswa dan musyrif/musyrifah akan membantu mahasiswa dalam mendapatkan dukungan emosional maupun bantuan jika diperlukan, sehingga akan membuat mahasiswa lebih siap dan kuat menghadapi situasi stres. Beberapa kegiatan di Mahad dapat menjadi salah satu coping stres bagi mahasiswa sehingga stres yang dimiliki tidak berpengaruh terhadap prestasi akademik.

UIN Malang memiliki berbagai organisasi mahasiswa intra kampus diantaranya adalah Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA), Senat Mahasiswa (SEMA), himpunan jurusan, Mapala, klub fotografi, klub seni, teater, paduan suara, resimen mahasiswa, unit olahraga, radio, jurnalistik, koperasi serta klub mengenai penelitian. Selain memiliki kewajiban untuk melaksanakan kuliah dengan baik, mahasiswa juga diharapkan mampu bersosialisasi dengan baik, salah satunya adalah dengan berpartisipasi aktif di dalam organisasi intra kampus yang diminati. Penulis berasumsi bahwa kegiatan di luar perkuliahan yang dipilih sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki individu dapat berperan sebagai coping stres, sebagaimana disebutkan dalam Oktavia *et al.* (2019) bahwa individu akan mengalihkan situasi stres menjadi aktivitas baru yang menyenangkan sehingga stres akan mereda dan tidak berdampak terhadap prestasi akademik.

Selain itu, penulis berasumsi bahwa terdapat faktor-faktor lain yang berkontribusi langsung terhadap pencapaian prestasi akademik mahasiswa. Menurut Catur *et al.* (2018) capaian prestasi akademik mahasiswa kedokteran dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya adalah kepribadian individu, *lifestyle*, rutinitas belajar, dorongan untuk belajar dan kondisi sosial ekonomi. Dinyatakan bahwa ketelitian dan kesadaran pada individu memiliki hubungan dengan prestasi akademik yang dapat dicapai. Selain itu, ditemukan bahwa gaya hidup berpengaruh terhadap prestasi akademik. Gaya hidup yang diteliti adalah mengenai pola tidur, ditemukan bahwa prestasi akademik dan durasi tidur

memiliki hubungan yang signifikan. Faktor lainnya yaitu rutinitas belajar dimana individu dengan manajemen waktu yang buruk dalam belajar memiliki keterkaitan dengan pencapaian akademis yang menurun. Dorongan untuk belajar atau motivasi juga dapat memengaruhi prestasi akademik, sikap yang menunjukkan motivasi untuk meningkatkan prestasi akademik diantaranya adalah bekerja keras dalam belajar dan menyelesaikan tugas yang sulit. Hubungan antara sosial ekonomi dan prestasi akademik ditemukan memiliki efek tidak langsung di mana ditemukannya mahasiswa dengan prestasi akademik tinggi yang berasal dari sekolah menengah atas tertentu (Catur *et al.*, 2018).

Tidak adanya hubungan antara stres dengan prestasi akademik berkaitan dengan dampak yang ditimbulkan dari stres, yaitu dampak positif dan negatif, dampak tersebut bergantung kepada kemampuan individu dalam mengatasinya. Seseorang yang menganggap stresor sebagai tantangan untuk memperkuat potensi dalam diri dan menumbuhkan kreativitas cenderung akan memiliki dampak positif akibat stres. Sedangkan seseorang yang memiliki kemampuan rendah dalam mengatasi stres cenderung akan berdampak negatif terhadap dirinya seperti sulit berkonsentrasi, penurunan bahkan hilangnya motivasi (Gamayanti *et al.*, 2018).

6. 6 Integrasi Islam

Setiap manusia pernah menghadapi ujian dalam hidupnya yang dapat menyebabkan kondisi stres, di dalam Alquran suatu ujian maupun cobaan yang

diberikan Allah SWT merupakan salah satu cara untuk mendapatkan ridho-Nya.

Hal ini ditegaskan dalam Q.S Al-Baqarah ayat 214.

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَّاءُ

الْبَقْرَةَ:) وَزُلُّوا حَتَّى يُقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرُ اللَّهَ ۗ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

٢١٤)

Terjemah: “Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? Mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: “Bilakah datangnya pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat.” (Al-Baqarah: 214)

Ujian maupun cobaan yang diberikan kepada seseorang merupakan salah satu langkah untuk mendapatkan ridho Allah SWT dan memperoleh surga yang dijanjikan. Manusia akan dihadapkan dengan berbagai macam ujian dari yang ringan hingga ujian yang berat. Pada penelitian ini ditemukan mayoritas mahasiswa mengalami stres berat dan islam memberikan solusi dalam menghadapi situasi tersebut, sesuai dengan ayat di atas yang bermakna bahwa seorang hamba diperintahkan untuk selalu bersabar, optimis atau tidak boleh merasa putus asa dan hilang harapan atas pertolongan Allah, karena Allah SWT menjanjikan bahwa pertolongan itu dekat, dan Allah SWT akan memberikan berkat dan rahmat-Nya kepada mereka yang bersabar atas ujian itu (Darwati, 2022).

Seorang muslim diperintahkan untuk mampu mengendalikan dirinya ketika menghadapi suatu masalah. Terdapat larangan untuk bersikap marah di dalam hadis Nabi Saw., berikut ini yang artinya:

“Dari Abu Hurairah, r.a., sesungguhnya seseorang bertanya kepada Rasulullah Saw.: (Ya Rasulullah Saw.) nasihatilah saya. Beliau bersabda: ‘Janganlah kamu marah’. Dia menanyakan hal itu berkali-kali. Maka beliau bersabda: Jangan engkau marah.”

Berdasarkan hadis tersebut dapat kita temui adanya larangan untuk bersikap marah. Kemarahan dalam diri seseorang dapat menghilangkan harga diri sehingga dikatakan bahwa marah adalah sikap yang berbahaya. Selain itu, kemarahan juga dapat membuat kita bersikap tidak adil, bahkan bermusuhan. Oleh karena itu, pengendalian diri dengan rasa sabar itu penting dalam menyikapi setiap kondisi (Zuhriah, 2021).

Stres akan tetap menghampiri selama manusia hidup, oleh karena itu kita harus belajar untuk mengatasi stres yang datang agar tidak berdampak buruk pada akhirnya. Di dalam islam setiap muslim diperintahkan untuk berpikir positif dan optimis akan segala sesuatu. Berlaku pula ketika dilanda stres, seorang muslim diperintahkan untuk optimis dalam menghadapinya dan yakin bahwa setelah keadaan yang sulit akan selalu ada kemudahan (Darwati, 2022). Hal ini ditegaskan dalam Alquran Surat Al-Insyirah:5-6.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦)

Terjemah: “*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*” (Al-Insyirah:5-6)

Selain itu, Allah SWT memerintahkan manusia untuk menjadikan salat sebagai penolong saat mengalami masalah maupun cobaan. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surat Al Baqarah: 153.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (البقرة: ١٥٣)

Terjemah: “*Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama dengan orang-orang yang sabar.*” (Al-Baqarah: 153)

Islam mengartikan sabar sebagai kemampuan dalam memegang teguh dan taat ajaran agama untuk melawan atau menghadapi gejolak hawa nafsu. Seseorang yang sabar akan senantiasa lebih bijaksana menetapkan keputusan dalam menghadapi stresor. Selain itu, salat merupakan kewajiban bagi umat muslim, dengan melaksanakan salat maka individu akan merasakan kedekatan dan kehadiran Allah SWT sehingga timbul keyakinan bahwa Allah SWT akan selalu membantunya dalam menyelesaikan permasalahan. Keyakinan ini akan membuat hati lebih tenang dan dapat mengurangi cemas maupun emosi negatif lainnya yang muncul (Yuwono, 2010).

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa ujian merupakan salah satu ketetapan Allah SWT yang dapat terjadi kepada setiap umat muslim tidak terkecuali para Nabi. Semakin tinggi kedudukan seseorang di hadapan Allah maka semakin berat ujian yang diberikan. Sebagai seorang Nabi, tentu banyak sekali mendapatkan ujian dari Allah SWT dimulai dari sebelum menjadi Nabi hingga setelah diangkat menjadi Nabi. Di balik setiap ujian yang diberikan

terdapat keteladanan dan pendidikan yang bisa diambil untuk dipelajari dalam hidup kita (Noviyanti, 2019).

Ujian yang diberikan kepada para Nabi pada dasarnya adalah untuk menguji kesabaran. Sebagaimana Nabi Ayyub yang sabar menghadapi peristiwa kehilangan seluruh harta, kehilangan keluarga serta penyakit yang menimpa dirinya. Ada pula Nabi Yusuf yang selalu sabar menghadapi ujian yang diberikan, seperti ketika terpisah dari orangtuanya, diperjualbelikan, difitnah hingga berakhir masuk penjara. Kesabaran juga dimiliki oleh Nabi Ibrahim yang sabar menunggu kelahiran seorang anak, akan tetapi Allah SWT memerintahkan untuk menyembelih anaknya sebagai bentuk taat kepada Allah SWT. Serta kesabaran Nabi Yunus ketika Allah memberinya ujian berupa tertelannya Nabi Yunus ke dalam perut ikan untuk waktu yang cukup lama (Noviyanti, 2019).

Respon para Nabi terhadap stres umumnya terbagi menjadi 3 yaitu respon kognitif, afektif dan psikomotorik, setelah melewati ketiga respon akan timbul perasaan sabar dalam diri Nabi. Sabar yang dicontohkan oleh Nabi terbagi menjadi 4 macam yaitu sabar ketika menghadapi ujian serta cobaan, sabar dalam menaati perintah Allah SWT, sabar untuk tidak melakukan maksiat dan sabar ketika mendapatkan teguran (Noviyanti, 2019).

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang dilakukan dapat disimpulkan:

1. Tingkat stres pada mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 mayoritas mengalami stres berat sebanyak 31 mahasiswa dengan persentase sebesar 63,3%.
2. Dimensi stres yang paling menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat pertama PSPD UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 adalah dimensi *Academic Related Stressors* (ARS) dengan rata-rata sebesar 2,43.
3. Capaian prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 paling banyak mendapatkan nilai B pada Nilai Akhir Blok pertama yaitu sebanyak 13 mahasiswa dengan persentase sebesar 26,5%.
4. Tidak ditemukan adanya hubungan bermakna antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 dengan nilai $p = 0,381 (>0,05)$.

7.2 Saran

1. Tingkat stres berat yang banyak dialami oleh mahasiswa tingkat pertama merupakan hal yang harus diperhatikan. Bagi mahasiswa penelitian ini dapat

dijadikan refleksi untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengelola stres sehingga mencegah dampak negatif yang diakibatkan dari stres.

2. Bagi penelitian selanjutnya yang menggunakan kuisioner *Medical Student Stressors Quistionarre* (MSSQ) diharapkan mampu lebih memperhatikan persepsi dan pemahaman responden terhadap pernyataan-pernyataan di dalam kuisioner tersebut.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang berperan dalam pencapaian prestasi akademik mahasiswa.
4. Bagi institusi, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan penilaian mengenai kurikulum maupun metode pembelajaran yang tepat sehingga diharapkan dapat mengurangi tingkat stres pada mahasiswa tingkat pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase quarter life crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23-29.
- Agusmar, A. Y., Vani, A. T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health & Medical Journal*, 1(2), 34–38. <https://doi.org/10.33854/heme.v1i2.238>
- Ahsyari, E. R. N. (2014). Kelelahan Emosional Dan Strategi Coping Pada Wanita Single Parent (Studi Kasus Single Parent Di Kabupaten Paser). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(3).
- Aji, A. G. H. S. (2020). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jom FK*, 1(2), 1–9.
- American Institute of Stress. What is Stress? [<http://www.stress.org/what-isstress/>] diakses tanggal 9 April 2022
- Anwar, S. S. (2014). Tanggung Jawab Pendidikan Dalam Perspektif Psikologi Agama. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11-21.
- B, H., & Hamzah, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>
- Bakhtiar, A. HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DAN KEDUA FAKULTAS KEDOKTERAN UIN SYARIF HIDAYATULLAH JAKARTA TAHUN 2020 (Bachelor's thesis, Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Catur, M. M. S. P., Rahmatika, A., & Oktaria, D. (2018). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik pada Mahasiswa Kedokteran Prelinik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 6(2), 109–117.
- Darwati, Y. (2022). COPING STRESS DALAM PERSPEKTIF AL QUR'AN. *Spiritualita*, 6(1), 1-16.
- Eva, E. O., Islam, M. Z., Mosaddek, A. S. M., Rahman, M. F., Rozario, R. J., Iftekhar, A. F. M. H., Ahmed, T. S., Jahan, I., Abubakar, A. R., Dali, W. P. E. W., Razzaque, M. S., Habib, R. Bin, & Haque, M. (2015). Prevalence of stress among medical students: A comparative study between public and private medical schools in Bangladesh. *BMC Research Notes*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s13104-015-1295-5>

- Faiz, M. (2019). Manajemen Pendidikan Karakter Disiplin Mahasantri Ma'had Sunan Ampel Ali (Studi Kasus di Ma'had Sunan Ampel Ali UIN Maulana Malik Ibrahim Malang). *Tesis*, 200.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-Regulated Learning. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), I-175-I-183. <https://doi.org/10.4135/9781412964012.n19>
- Feriyanto, D. D., Sulistyani, S., Ichsan, B., & Herawati, E. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *11*(1), 268–273. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12634>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syaifei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin psikologi*, 24(1), 1-11.
- Granger, D. A., & Johnson, S. B. (2013). Encyclopedia of Behavioral Medicine. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Graves BS, Hall ME, Dias-Karch C, Haischer MH, Apter C. Gender differences in perceived stress and coping among college students. *PloS One*. 2021 Aug 12;16(8):e0255634. Doi: 10.1371/journal.pone.0255634. PMID: 34383790; PMCID: PMC8360537.
- Hadianto, H. (2014). Prevalensi dan Faktor-faktor Risiko yang Berhubungan dengan Tingkat Gejala Depresi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Untan.Ac.Id*, 1–18. <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jfk/article/download/7827/7924>
- Hammen, C., Kim, E. Y., Eberhart, N. K., & Brennan, P. A. (2009). Chronic and acute stress and the prediction of major depression in women. *Depression and Anxiety*, 26(8), 718–723. <https://doi.org/10.1002/da.20571>
- Heinen, I., Bullinger, M., & Kocalevent, R. D. (2017). Perceived stress in first year medical students – associations with personal resources and emotional distress. *BMC Medical Education*, 17(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0841-8>
- Heslin, P. A., & Klehe, U. C. (2006). Self-efficacy. *Encyclopedia Of Industrial/Organizational Psychology*, SG Rogelberg, ed, 2, 705-708.
- Houston, B. K. (1987). Stress and coping. In *Coping with negative life events* (pp. 373-399). Springer, Boston, MA.
- Keil, R. M. K. (2004). Coping and stress: A conceptual analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 45(6), 659–665. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02955.x>
- Konsil Kedokteran Indonesia. (2013). *STANDAR PENDIDIKAN PROFESI DOKTER INDONESIA KONSIL KEDOKTERAN INDONESIA Indonesian Medical Council Jakarta 2012 KONSIL KEDOKTERAN INDONESIA*.
- Le Fevre, M., Matheny, J., & Kolt, G. S. (2003). Eustress, distress, and interpretation in occupational stress. *Journal of Managerial Psychology*, 18(7–8), 726–744. <https://doi.org/10.1108/02683940310502412>
- Li, C. T., Cao, J., & Li, T. M. H. (2016). Eustress or distress: An empirical study of

- perceived stress in everyday college life. *UbiComp 2016 Adjunct – Proceedings of the 2016 ACM International Joint Conference on Pervasive and Ubiquitous Computing*, 1209–1217. <https://doi.org/10.1145/2968219.2968309>
- Mahardani, P. N. T. Y., Sri Darmayani, Dyah Kanya Wati, Maria Elisabeth Sylvinna Wasi Elannor, Ketut Wulan Ari Kartika Ardhaputri, & Rompis, A. Y. (2021). The Effect of Stress During Online Learning on Medical Student's Learning Achievement in COVID-19 Pandemic. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 10(3), 245–254. <https://doi.org/10.22146/jpki.60615>
- Mahmud & Ayun. (2021). Stress, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan. *Jurnal Indigenous*, 1(2), 29–39.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 103–114. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>
- Masturoh, I., & Anggita T, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Mawarda Hatmanti, N. (2018). Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa. *Journal of Health Sciences*, 8(1), 58–67. <https://doi.org/10.33086/jhs.v8i1.218>
- McGonagle, K. A., & Kessler, R. C. (1990). Chronic stress, acute stress, and depressive symptoms. *American Journal of Community Psychology*, 18(5), 681–706. <https://doi.org/10.1007/BF00931237>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Mustikawati, I. F., & Putri, P. M. (2018). Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Herb-Medicine Journal*, 1(2), 122–128. <https://doi.org/10.30595/hmj.v1i2.3489>
- Nasution, I. K. (2007). Stres pada remaja. *Universitas Sumatra Utara*, 1-26.
- Non Erna Sri Utami, D. A. Y. (2020). Hubungan Gender Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Seminar Nasional Pendidikan, FKIP UNMA*, 2(Smyth 2015), 144–149. <https://prosiding.unma.ac.id/index.php/semnasfkip/article/view/314>
- Noviyanti, N. (2019). *Ujian Allah terhadap para Nabi dalam Al-Qur'an: studi terhadap kisah Nabi Ayyub AS, Nabi Ibrahim AS, Nabi Yusuf AS dan Nabi Yunus AS* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019, November). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 142-149).
- Overton, A. R., & Lowry, A. C. (2013). Conflict management: difficult conversations with difficult people. *Clinics in colon and rectal surgery*, 26(04), 259-264.
- Paramita, N. P. D. (2021). GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA HIPERTENSI DI DESA KERAMAS WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS BLAHBATUH I TAHUN 2021 (Doctoral dissertation, Jurusan Keperawatan 2021).
- Puspitha, F. C., Sari, M. I., Oktaria, D., Kedokteran, F., Lampung, U., Kedokteran, B.

- P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2018). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Journal Majority*, 7, 24–33. [http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C merry%2C dwita majority.pdf](http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C%20merry%2C%20dwita%20majority.pdf)
- Rena, S. (2019). Mekanisme Respon Stres: Konseptualisasi Integrasi Islam Dan Barat. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 48–61. <https://doi.org/10.19109/psikis.v5i1.3116>
- Rohim, R. (2016). *Hubungan Antara Spiritualitas Dan Manajemen Stres Pada Individu Paruh Baya*.
- Runtu, V. C., Kurniawan, J. E., Ellya, J., & Fakultas Psikologi, K. (2017). Hubungan antara Self-Disclosure Melalui Media Sosial dan Emotion Focus Coping pada Wanita Usia Dewasa Awal. *Psychopreneur Journal*, 1(2), 94–105. <https://journal.uc.ac.id/index.php/psy/article/view/840>
- Saiful Bahri Yusoff, M., Fuad Abdul Rahim, A., & Jamil Yaacob, M. (2010). The development and validity of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). *ASEAN Journal of Psychiatry*, 11(1), 1–4.
- Sandora, L. (2018). Pengaruh Sikap Dan Gender Terhadap Prestasi Belajar Psikologi Mahasiswa Universitas Islam Imam Bonjol Padang. *Menara Ilmu*, 12(3).
- Selye, H. (1976). Stress without distress. In *Psychopathology of human adaptation* (pp. 137-146). Springer, Boston, MA.
- Shahsavarani, A. M., Abadi, E. A. M., & Kalkhoran, M. H. (2014). Stress Assessment and Development of a Primary Care of Psychology Service. *International Journal of Medical Reviews*, 2(2), 230–241.
- Shalini G Nayak. (2019). Impact of Procrastination and Time-Management on Academic Stress among Undergraduate Nursing Students: A Cross Sectional Study. *International Journal of Caring Sciences*, 12(3), 1480–1486.
- Sherina, M. S., Rampal, L., & Kaneson, N. (2004). Psychological stress among undergraduate medical students. *Medical Journal of Malaysia*, 59(2), 207-211
- Sherwood, L. (2013). *Introduction to Human Physiology*. Yolanda Cossio.
- Sitepu, J. M., & Nasution, M. (2017). Pengaruh konsep diri terhadap coping stress pada mahasiswa FAI UMSU. *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam*, 9(1), 68-83.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Susanti, N., Rahmawati, A., Kusuma, Y. I., Rachmawati, E., Riskiyah, R., Listiyana, A., Novianto, R., & Umiati, I. (2020). *Pedoman Pendidikan Program Studi Pendidikan Dokter*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Utami, N. E. S., & Yonanda, D. A. (2020, November). Hubungan gender terhadap prestasi belajar siswa. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan* (Vol. 2, pp. 144-149).
- Verma, R., Balhara, Y. P. S., & Gupta, C. S. (2011). Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Industrial psychiatry journal*, 20(1), 4
- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Nazriati, E. (2017). Gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama. *Jurnal Ilmu*

- Kedokteran (Journal of Medical Science), 9(2), 107-113.
- Widayani, D., Rachmawati, N., Aristina, T., & Arini, T. (2021). LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS Diabetes merupakan salah satu penyakit tertua pada manusia dan dikenal Berdasarkan data dari Analisis Masalah Kesehatan di Gunung Kidul Data World Health Orga. *Jurnal Keperawatan Notok Usumo (JKN)*, 9(1), 11–19. <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/view/97>
- Wulandari, N. A. (2022). Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa selama Pembelajaran Daring pada masa Pandemi COVID-19. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 2(2), 69-75.
- Yuwono, S. (2010). Mengelola stres dalam perspektif islam dan psikologi. *Psycho Idea*, 8(2).
- Zuhriah, F. (2021). Konsep Adversity Quotient (AQ) dalam Menghadapi Cobaan (Ditinjau Dari Perspektif Al-Qur'an dan Hadis). *Tarbiyah Islamiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, 11(1).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner

MSSQ (*Medical Student Stressor Questionnaire*)

Pernyataan-pernyataan di dalam kuisisioner ini menyatakan suatu kondisi yang mungkin dapat menyebabkan stres pada diri Anda. Terdapat 40 pernyataan dan tersedia 5 jawaban yang dapat Anda pilih, yaitu:

0 : (jika kondisi tersebut) **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 klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu.

| No | Pertanyaan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 | Saat 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/dll)) | | | | | | |
| 2 | Saat berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi pasien (*) | | | | | |
| 3 | Saat terjadi konflik dengan mahasiswa lain | | | | | |
| 4 | Adanya 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 | Saat mendapatkan gangguan secara fisik atau secara verbal dari mahasiswa lain | | | | | |
| 6 | Harapan orang tua agar Anda belajar di fakultas kedokteran | | | | | |
| 7 | Dorongan untuk melakukan segala sesuatu dengan baik (aku pasti bisa!) | | | | | |
| 8 | Saat materi perkuliahan kurang tersedia dengan baik (buku terbatas, slide dosen sulit didapat, dll.) | | | | | |
| 9 | Saat terjadi konflik dengan personel/ teman atau rekan kerja praktek | | | | | |
| Yang sering konflik dengan anda siapa, contohnya: teman seangkatan/kating/adik tingkat/musrif/dll | | | | | | |
| 10 | Saat beban belajar berlebihan | | | | | |
| Jadwal kuliah yang padat, materi yang terlalu banyak, tugas yang beragam | | | | | | |
| 11 | Saat melakukan diskusi di dalam kelas | | | | | |
| 12 | Saat melewatkan jadwal kuliah/ materi pelajaran sehingga tertinggal dari teman-teman yang lain | | | | | |
| 13 | Saat melakukan presentasi di dalam kelas (presentasi tugas dll) | | | | | |
| 14 | Saat kurangnya bimbingan dari dosen | | | | | |
| 15 | Saat merasa tidak mampu melakukan sesuatu | | | | | |
| 16 | Saat merasa tidak yakin terhadap diri sendiri (mampukah aku menjadi dokter?) | | | | | |
| 17 | Kurangnya latihan keterampilan klinik | | | | | |
| 18 | Kurang waktu berkumpul bersama keluarga | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| | dan teman | | | | | |
| 19 | Adanya persaingan ketat dalam pelajaran dengan mahasiswa lain | | | | | |
| 20 | Saat dosen kurang piawai dalam mengajar materi kuliah (cara mengajar yang membosankan) | | | | | |
| 21 | Saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien (*) | | | | | |
| 22 | Saat mendapatkan 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 | Saat kesulitan memahami materi kuliah | | | | | |
| 24 | Saat menghadapi penyakit yang diderita pasien atau kematian pasien(*) | | | | | |
| 25 | Saat mendapatkan nilai jelek | | | | | |
| 26 | Saat motivasi belajar menurun | | | | | |
| 27 | Kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari | | | | | |
| 28 | Saat mendapatkan gangguan fisik atau verbal dari dosen | | | | | |
| 29 | Sering mendapatkan gangguan dari orang lain saat belajar/bekerja | | | | | |
| 30 | Saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen | | | | | |
| 31 | Saat terjadi konflik dengan dosen | | | | | |
| 32 | Adanya perasaan tidak ingin kuliah di kedokteran | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 33 | Banyaknya hal yang harus dipelajari | | | | | |
| 34 | Saat dipaksa/diharuskan melakukan sesuatu dengan baik (misalnya kerja kelompok tetapi orang lain tidak paham bekerja dan hanya Anda yang bekerja dan Anda merasa harus menyelesaikan hal itu dengan baik) | | | | | |
| 35 | Saat dosen tidak memberikan masukan (feedback) yang cukup selama kuliah | | | | | |
| 36 | Ketidajelasan dalam proses penilaian (misalnya teman yang biasa-biasa saja mendapat nilai bagus) | | | | | |
| 37 | Kurangnya apresiasi/tidak dihargai atas pekerjaan yang telah Anda selesaikan dengan baik | | | | | |
| 38 | Saat mengerjakan sesuatu menggunakan komputer | | | | | |
| 39 | Saat mendapatkan gangguan fisik atau verbal dari rekan kerja | | | | | |
| 40 | Adanya beban tanggung jawab dalam keluarga | | | | | |

Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Persetujuan

Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Mengikuti Penelitian

1. Saya Putih Indah Lestari (19910036) dari Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang hendak meminta kesediaan Anda untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian berjudul **“Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Malang”**
2. Penelitian ini dilakukan dengan media kuisisioner yang disebar melalui *Google form*. Anda diminta mengisi kuisisioner yang berisi 40 pernyataan-pernyataan singkat dengan waktu 5-10 menit. Sebagai peneliti saya akan menjamin kerahasiaan jawaban Anda. Saya berharap Anda bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini dan mengikuti penelitian dengan ikhlas.
3. Apabila Anda tidak bersedia mengikuti penelitian ini, Anda tidak dikenakan sanksi apapun.
4. Data diri dan jawaban Anda dalam penelitian ini dijaga kerahasiaannya.
5. Apabila Anda membutuhkan informasi atau bantuan mengenai penelitian ini, silakan menghubungi Putih Indah Lestari (085318561553)

Peneliti



Putih Indah Lestari

Lampiran 3. Informed Consent

Informed Consent

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Saya Putih Indah Lestari (19910036) dari Program Studi Pendidikan Dokter sebagai peneliti pada penelitian yang berjudul **“Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama UIN Malang”**, mengucapkan terimakasih atas kesediaan saudara untuk berpartisipasi secara sukarela sebagai responden.

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama:

NIM:

Bersedia untuk mengikuti penelitian tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Saya akan berpartisipasi dengan kooperatif dan menjawab seluruh pertanyaan yang diberikan dengan jujur dan dalam keadaan sebenar-benarnya.

Batu, 2022

Saksi

Yang Memberikan Persetujuan

.....

.....

Lampiran 4. Keterangan Kelaikan Etik

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN Kampus 3 FKIK Gedung Ibnu Thufail Lantai 2 Jalan Locari, Tlekung Kota Batu E-mail: kepk.fkik@uin-malang.ac.id - Website : http://www.kepk.fkik.uin-malang.ac.id</p> |
| | <p>KETERANGAN KELAIKAN ETIK (ETHICAL CLEARANCE) No. 118/EC/KEPK-FKIK/2022</p> |

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

Judul : Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Kodeokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Sub judul : Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Kodeokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Peneliti

- dr. M. Rizal Novianto, MHPE
- Alfina Nindy Fannani
- Putih Indah Lestari
- Muhammad Nurul Makki

Unit / Lembaga : Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Tempat Penelitian : Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

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

Malang, 02 Agustus 2022

Ketua


dr. Doby Indrawan, MMRS
NIP.1978100120170101113

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 protokoldan/atau Perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan Kajian Etik Penelitian (Amandemen Protokol).

Lampiran 5. Rekapitulasi Data

| DATA - Microsoft Excel (Product Activation Failed) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------|-----|-------------|--------------------------------|-------------------------------|---------------|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| A1 No. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| No. | NIM | NAMA | Email | Usia | Jenis Kelamin | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q | R | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | 2.20701E+11 | Raina Habibatul Haq | rainahabibatul@gmail.com | 17 | Perempuan | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 |
| 3 | 2 | 2.20701E+11 | Syairofu Faizah Miftahul Janah | aljawi47@gmail.com | 17 | Perempuan | 1 | 0 | 0 | 2 | 2 | 0 | 0 | 2 | 0 | 1 | 0 | 2 |
| 4 | 3 | 2.20701E+11 | Muhammad Rafi' Al Kamal | rafiakamal24@gmail.com | 18 | Laki-laki | 4 | 0 | 4 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | 4 | 2.20701E+11 | Novya Rahmah Agustina | novyaagustina13@gmail.com | 17 | Perempuan | 1 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 0 | 1 | 2 | 3 | 0 | 2 |
| 6 | 5 | 2.20701E+11 | Ilfri Farokhatun Najwa | ilfrinajwa18@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| 7 | 6 | 2.20701E+11 | Nujumil A'la | nujum.na@gmail.com | 18 | Perempuan | 4 | 0 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 |
| 8 | 7 | 2.20701E+11 | Khafidatur Raff'ah | khafratur27@gmail.com | 19 | Perempuan | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 2 | 0 | 1 |
| 9 | 8 | 2.20701E+11 | Dzawil Uqola | uqoladzawil@gmail.com | 17 | Laki-laki | 3 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 |
| 10 | 9 | 2.20701E+11 | Nada Aliyah Azzahra Fandini | nadafndni@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 |
| 11 | 10 | 2.20701E+11 | Syafiq Maulana | maselano3@gmail.com | 18 | Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 |
| 12 | 11 | 2.20701E+11 | Nabila Nurmella Haq | nabilanurmella84@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 |
| 13 | 12 | 2.20701E+11 | Nadia Kurnia Rhamadona | nadiakurnia1487@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 0 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 0 | 1 |
| 14 | 13 | 2.20701E+11 | Ageng Adi Nugroho | ageng.an18@gmail.com | 18 | Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 0 | 1 |
| 15 | 14 | 2.20701E+11 | Tarsadi | adytarsadi098@gmail.com | 18 | Laki-laki | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 0 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 |
| 16 | 15 | 2.20701E+11 | Aisyah Rayhanio Pramesthi | echie.rayhani@gmail.com | 19 | Perempuan | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| 17 | 16 | 2.20701E+11 | Yika Farrela Chamyla Putri | yikaarrel@gmail.com | 19 | Perempuan | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 |
| 18 | 17 | 2.20701E+11 | Mutiar Isma Nirmala | lbna.mutiar1710@gmail.com | 17 | Perempuan | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| 19 | 18 | 2.20701E+11 | Silviana Ardhani Khairunnisaa' | silvianaak335@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 |
| 20 | 19 | 2.20701E+11 | Rizky Khansa Najbah | rizkynajbah@gmail.com | 17 | Perempuan | 3 | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 |
| 21 | 20 | 2.20701E+11 | Faqih Alim Mu'afa | faqihalim2003@gmail.com | 19 | Laki-laki | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| 22 | 21 | 2.20701E+11 | Syifa Nur Fadhila | syifanurfadhila83@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 0 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 3 | 1 | 3 |
| 23 | 22 | 2.20701E+11 | Muhammad wildan Anul Fadhilah | muhammadwildan452@gmail.com | 18 | Laki-laki | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 24 | 23 | 2.20701E+11 | Annora Badriyatus Sakbaniyah | annorabs103@gmail.com | 18 | Perempuan | 3 | 0 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 0 | 4 |
| 25 | 24 | 2.20701E+11 | Ufada Alidya Nadlifah | ufada1103@gmail.com | 19 | Perempuan | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 26 | 25 | 2.20701E+11 | Muhammad Farhan Aditya Putera | muhammadfarhanap964@gmail.com | 18 | Laki-laki | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 2 |
| 27 | 26 | 2.20701E+11 | Muhammad Fahri Hawariyin | fahrianders@gmail.com | 19 | Laki-laki | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 28 | 27 | 2.20701E+11 | Natjwa Aulia Susanto | natjwaaulia@gmail.com | 18 | Perempuan | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 0 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 29 | 28 | 2.20701E+11 | Alkar Murobby | kashikogaming@gmail.com | 19 | Laki-laki | 1 | 0 | 3 | 2 | 3 | 1 | 0 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 |
| 30 | 29 | 2.20701E+11 | Febita Irvna | hitaurva016@gmail.com | 18 | Perempuan | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 |

