

GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN ANGKATAN 2020 DALAM PANDEMI COVID-19

David Limanan¹, Susy Olivia²

¹Biokimiadan Biologi Molekuler, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Surel: davidl@fk.untar.ac.id

²Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta

Surel: susyo@fk.untar.ac.id

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has prolonged academic activities that must be carried out online for students. The situation of academic activities during the pandemic is a challenge for the mental health of students. This study aims to determine the stress level of Tarumanagara University medical students during the Covid-19 pandemic. This study uses a cross-sectional descriptive research design to determine the description of stress levels in medical students related to learning during a prolonged pandemic. The study was conducted at the Faculty of Medicine, Tarumanagara University from February to August 2022 on students who had met the inclusion criteria of medical students who were taking online lectures during the pandemic. Measurement of stress levels in students during online lectures with the PSS-10 questionnaire through the G Form. Respondents who took part in the research on stress levels of medical students were 198 respondents with the majority of female respondents being 130 students and 68 male students being, the age of respondents was 18-29 years, and the stress level of the respondents was mostly found at moderate stress levels as many as 154 students (77.8 %), while with a low stress level of 18 students (9.1%) and a high stress level of 26 students (13.1%). Research on stress levels in medical students can be carried out continuously by comparing the stress levels of students in the next semester.

Keywords: stress level, PSS-10, medical students

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 berkepanjangan membuat kegiatan akademik harus dilakukan secara online bagi mahasiswa. Situasi kegiatan akademik selama masa pandemi menjadi tantangan untuk kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara selama masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif cross sectional untuk menentukan gambaran tingkat stress pada mahasiswa kedokteran terkait pembelajaran selama masa pandemi berkepanjangan. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara dari periode Februari sampai Agustus 2022 pada mahasiswa yang telah memenuhi kriteria inklusi berupa mahasiswa kedokteran yang menjalani perkuliahan online selama masa pandemi. Pengukuran tingkat stress pada mahasiswa selama menjalani perkuliahan online dilakukan dengan kuisioner PSS-10 melalui G Form. Responden yang mengikuti penelitian tingkat stress pada mahasiswa kedokteran sejumlah 198 responden dengan mayoritas responden perempuan sebanyak 130 mahasiswa dan laki-laki sebanyak 68 mahasiswa, usia responden 18-29 tahun dan tingkat stres pada responden paling banyak ditemukan pada tingkat stress sedang sebanyak 154 mahasiswa (77.8%), sedangkan dengan tingkat stres rendah sebanyak 18 mahasiswa (9.1%) dan tingkat stres tinggi sebanyak 26 mahasiswa (13.1%). Penelitian tingkat stres pada mahasiswa kedokteran dapat dilakukan berkelanjutan dengan membandingkan tingkat stres mahasiswa pada semester selanjutnya.

Kata Kunci: tingkat Stres, PSS-10, mahasiswa kedokteran

1. PENDAHULUAN

Seiring peningkatan kasus COVID-19 yang terus bertambah maka kegiatan akademik harus dilakukan secara online bagi mahasiswa. Upaya pembelajaran online selama masa pandemi berkepanjangan berdampak kepada mahasiswa agar tetap dapat terlibat aktif dalam pembelajaran. (Singh, 2021; Strayer, 2012). Pandemi COVID-19 telah mengubah wajah pendidikan tinggi. Pilihan media pengajaran tradisional maupun online memiliki pro dan kontra. Banyak universitas dan institusi akademik mengadopsi media pengajaran hibrid atau campuran. Bentuk pengajaran

ini melibatkan pertemuan langsung di kampus dan jadwal belajar online yang fleksibel. (Singh,2017; Rodriguez,2020) Bentuk pembelajaran hibrid menjadi hal baru bagi mahasiswa dan transisi metode pembelajaran dari online ke offline menciptakan tekanan yang signifikan kepada mahasiswa. (Flaherty, 2020; Singh, 2021)

Situasi kegiatan akademik selama masa pandemi menjadi tantangan untuk kesehatan mental mahasiswa, terbukti pada masa prapandemi menunjukkan status kesehatan mental mahasiswa kedokteran lebih buruk daripada populasi umum. (Bergmann, 2019) Mahasiswa kedokteran memiliki lebih banyak tekanan akademis dan mereka berisiko lebih tinggi terkena penyakit mental, seperti kecemasan dan keinginan bunuh diri. (Quek,2019). Lulusan kedokteran mempunyai tingkat tekanan psikologis, kecemasan, dan depresi yang tinggi pada akhir tahun pertama perkuliahan. (Teagle,2017), (McCullough,2020). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran selama masa pandemi berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara selama masa pandemi Covid-19

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif *cross sectional* untuk menentukan gambaran tingkat stres pada mahasiswa kedokteran terkait pembelajaran selama masa pandemi berkepanjangan. Penelitian dilakukan secara online dari periode Februari sampai Maret 2022. Metode pengambilan responden dengan cara non-random sampling jenis *consecutive sampling*. Kriteria Inklusi responden pada penelitian adalah mahasiswa kedokteran Angkatan 2020 yang menjalani perkuliahan online serta offline selama masa pandemi, bersedia berpartisipasi pada penelitian serta mengisi kuisisioner dengan lengkap. Variabel penelitian adalah tingkat stres. Tingkat stres pada responden penelitian diukur menggunakan kuisisioner Perceived Stress Scale (PSS-10). Kuisisioner PSS-10 terdiri dari 10 pertanyaan, terdapat 6 pertanyaan negatif dan 4 pertanyaan positif. Responden diminta untuk menjawab 10 pernyataan dan masing-masing pertanyaan terdapat skor 0-4. Skor 0 untuk jawaban tidak pernah, skor 1 untuk jawaban hampir tidak pernah, skor 2 untuk jawaban kadang-kadang, skor 3 untuk jawaban sering, dan skor 4 untuk jawaban sangat sering. Nilai skor akan dibalik untuk 4 pertanyaan positif berupa skor 0 = 4, skor 1 = 3, skor 2 = 2, dan skor 3 = 1. Hasil dari pernyataan yang dijawab dijumlahkan dengan nilai berkisar antara 0 hingga 40. Tingkat stress dapat dikategorikan menjadi:

1. 0-13 menunjukkan tingkat stres rendah.
2. 14-26 menunjukkan tingkat stres sedang.
3. 27-40 menunjukkan tingkat stres tinggi

Data penelitian terdiri dari data karakteristik responden yaitu frekuensi dan gambaran tingkat stres

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden pada penelitian berjumlah 198 mahasiswa, yang terdiri dari 130 perempuan dan 68 laki-laki. Rentang usia responden 18-29 tahun dengan nilai rata-ratanya 19.76 tahun. Nilai rata-rata skor tingkat stress sebesar 20.78 dengan skor minimum pada 7 dan maksimum pada 36. Tingkat stres pada responden paling banyak ditemukan pada tingkat stres sedang sebanyak 154 mahasiswa (77.8%), sedangkan dengan tingkat stres rendah sebanyak 18 mahasiswa (9.1%) dan tingkat stress tinggi sebanyak 26 mahasiswa (13.1%). (Tabel 1)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan gambaran mayoritas tingkat stres mahasiswa kedokteran berada di tingkat sedang, hal ini dapat disebabkan pergeseran proses pembelajaran mahasiswa kedokteran yang mengharuskan berkelompok untuk tutorial, pembelajaran berbasis masalah, sesi laboratorium, sesi ketrampilan klinik dasar dan interaksi pasien yang disimulasikan yang awalnya

offline ke online saat ini online dialihkan ke offline. Struktur kurikulum yang dihadapi mahasiswa kedokteran selama pandemi COVID-19 telah membuat frustrasi bagi mahasiswa kedokteran. (Choi,2020) Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian lain di Universitas Andalas, dengan responden mahasiswa kedokteran tingkat pertama. Akan tetapi, kuisisioner yang dipergunakan pada penelitian ini adalah PSS-10 sedangkan penelitian di Universitas Andalas menggunakan kuisisioner yang berbeda. (Dwina,2019)

Tingkat kejenuhan belajar mahasiswa kedokteran yang mengikuti pembelajaran online juga mempengaruhi tingkat stres. Penelitian yang dilakukan Zhang menyatakan 46,05% mahasiswa kedokteran yang terlibat dalam pembelajaran online selama pandemi mengalami kejenuhan serta stres. Penelitian yang dilakukan peneliti dengan responden mahasiswa kedokteran Angkatan 2020 telah mengikuti kuliah online hampir 2 tahun, stres yang dihadapi karena jenuh atau rentan untuk mengembangkan psikologis negatif, karena harus menghadapi tekanan ganda dari pandemi dan pembelajaran online. (Zhang,2021) Tingkat stres akademik dapat penyebab stres pada mahasiswa kedokteran, serta stres akademik merupakan prediktor utama kesehatan mental yang buruk. (Vltmer,2012)

Stres proses pembelajaran merupakan stressor yang mengganggu homeostasis tubuh, tubuh mengeluarkan hormon-hormon stres berupa CRH, ACTH, dan Kortisol. Ketiga hormon ini akan meningkat sebagai respons jika ada stres dalam bentuk fisik maupun psikis selain itu hormon ini juga berfungsi untuk mengembangkan respons adaptif terhadap rangsangan baru dan menantang. (Hall,2016) Mahasiswa kedokteran memiliki lebih banyak tekanan akademis dan mereka berisiko lebih tinggi terkena penyakit mental. Mahasiswa kedokteran menderita lebih banyak stres daripada mahasiswa non-medis. (Quek,2019), (Ye,2020) Keterbatasan penelitian ini tidak dilakukan uji analisis uji multivariat, sehingga bias perancu belum dapat disingkirkan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Jumlah (%); N = 198	Mean;SD	Min;Max
Jenis Kelamin			
Perempuan	68 (34.3)		
Laki-laki	130 (65.7)		
Usia		19.76;1.3	18;29
Skor Stres		20.78;5.4	7;36
Tingkat Stres			
Rendah	18 (9.1)		
Sedang	154 (77.8)		
Tinggi	26 (13.1)		

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian tingkat stres pada mahasiswa kedokteran Angkatan 2020 sejumlah 198 responden dengan mayoritas responden perempuan sebanyak 130 mahasiswa dan laki-laki sebanyak 68 mahasiswa, usia responden 18-29 tahun dan tingkat stres pada responden paling banyak ditemukan pada tingkat stres sedang sebanyak 154 mahasiswa (77.8%), sedangkan dengan tingkat stres rendah sebanyak 18 mahasiswa (9.1%) dan tingkat stres tinggi sebanyak 26 mahasiswa (13.1%). Penelitian tingkat stres pada mahasiswa kedokteran dapat dilakukan berkelanjutan dengan membandingkan tingkat stres mahasiswa pada semester selanjutnya.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Terima kasih penulis sampaikan kepada DPPM UNTAR, Dekan FK UNTAR beserta jajarannya atas sarana dan prasarana sehingga penelitian ini dapat berlangsung. Pihak yang telah membantu sehingga proses pengambilan data dapat berlangsung dengan baik. Tim SERINA UNTAR yang telah memberikan kesempatan kami mengikuti SERINA 2022

REFERENSI

- Bergmann C, Muth T, Loerbroks A. Medical students' perceptions of stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: a qualitative study. *Med Educ Online* 2019;24(1):1603526
- Choi B, Jegatheeswaran L, Minocha A, et al. The impact of the COVID-19 pandemic on final year medical students in the United Kingdom: a national survey. *BMC Med Educ* 2020;20(1):206
- Dwina R, Gusya R, Syah N. (2019) Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*;8(1). <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/977/853>
- Flaherty, C. (2020, November 19). Faculty pandemic stress is now chronic. *Inside Higher Ed*. <https://www.insidehighered.com/news/2020/11/19/faculty-pandemic-stress-now-chronic>
- Hall JE, Guyton AC. *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology*. 13th ed. Elsevier; 2016.
- McCullough JH, van Hamel C. Anxiety among newly-qualified doctors: an eight-year analysis. *Med Teach* 2020;42(1):52–7.
- Quek TT, Tam WW, Tran BX, Zhang M, Zhang Z, Ho CS, et al. . The global prevalence of anxiety among medical students: a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. (2019) 16:2735. 10.3390/ijerph16152735
- Rodriguez, A. (2020). Do hybrid classes offer the best of both world? University of Colorado Denver. <https://news.ucdenver.edu/do-hybrid-classes-offer-the-best-of-both-worlds/>
- Singh, J. (2017). Enhancing student success in health care programs: Active learning in a hybrid format. *Journal of Instructional Pedagogies*, 18, 1–14. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1182732.pdf>.
- Singh, J. (2021). Applying lean methodology to curriculum revision and internship placement process—a case study. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 14(2), 288–305. <https://doi.org/10.1108/JRIT-05-2019-0055>.
- Singh, J., Matthees, B. (2021). Facilitating interprofessional education in an online environment during the COVID-19 pandemic: A mixed method study. *Healthcare*, 9(5), 567. <https://doi.org/10.3390/healthcare9050567>
- Strayer, J. F. (2012). How learning in an inverted classroom influences cooperation, innovation, and task orientation. *Learn. Environ. Res*, 15, 171–193. <https://doi.org/10.1007/s10984-012-9108-4>
- Teagle AR, George M, Gainsborough N, et al. Preparing medical students for clinical practice: easing the transition. *Perspect Med Educ* 2017;6(4):277–80.
- Voltmer E, Kötter T, Spahn C. Perceived medical school stress and the development of behavior and experience patterns in German medical students. *Med Teach* 2012;34(10):840–7
- Ye W, Ye X, Liu Y, Liu Q, Vafaei S, Gao Y, et al. Effect of the novel coronavirus pneumonia pandemic on medical students' psychological stress and its influencing factors. *Front Psychol*. (2020) 11:548506. 10.3389/fpsyg.2020.548506
- Zhang JY, Shu T, Xiang M, Feng ZC. Learning burnout: evaluating the role of social support in medical students. *Front Psychol*. (2021) 12:625506. 10.3389/fpsyg.2021.625506