

PENURUNAN PRESTASI AKADEMIK AKIBAT STRES SELAMA PANDEMI COVID-19

Yulius Charles¹, Susilodinata Halim²

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

² Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Korespondensi: susilodinatah@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 yang bermula pada tahun 2019 menyebabkan berbagai perubahan besar dalam kehidupan sehari-hari seseorang, akibat perubahan ini banyak faktor stres baru yang bermunculan terutama kepada mahasiswa akibat pembelajaran melalui daring dan adaptasi metode pembelajaran baru yang menyebabkan penurunan prestasi akademik, stres sendiri didefinisikan ketidaksesuaian perasaan seorang individu dengan situasi yang diharapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa FK Untar Angkatan 2022. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan data responden menggunakan *google form* yang berisi kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)* untuk mengukur tingkat stres sedangkan untuk mengukur hasil belajar atau Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa diperoleh melalui pengisian *google form* pada kolom indeks prestasi akademik 3 blok selama semester 1. Uji analisis data menggunakan uji statistik *chi-square* dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil: Penelitian ini menunjukkan sebesar 89,7% responden tidak mengalami stres dan sebanyak 10,3% responden mengalami stres. Sebagian besar responden berjumlah 144 atau 87,3% memiliki IP ≥ 2.00 , sedangkan yang memiliki IP < 2.00 sebanyak 21 atau 12,7%. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara stres dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2022 karena $P\text{-value} = 0.520$. Kesimpulan: Penelitian yang dilakukan belum dapat menunjukkan adanya hubungan antara stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2022.

Kata-kaa kunci: Stres, Prestasi akademik, COVID-19

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic which began in 2019 caused major changes in a person's daily life, as a result of these changes many new stress factors emerged, especially for students due to online learning and adaptation of new learning methods which caused a decrease in academic achievement, stress itself is defined as non-conformance the feelings of an individual with the expected situation. Pandemic The purpose of this research is to determine whether there is a significant correlation between stress and academic achievement in Tarumanagara University Faculty of medicine students class of 2022 during the COVID-19 pandemic. Methodology: This study is an observational analytic study with a cross-sectional approach. Retrieval of respondent data used google form which contains the Perceived Stress Scale (PSS-10) questionnaire to measure stress levels while measuring student learning outcomes or Grade Point Average (GPA) is obtained by filling out the google form in the grade point index column 3 blocks during semester 1. The results of this study were processed with SPSS 26 by testing the Chi-square hypothesis with cross-sectional approach. Results: This study showed that 89.7% of respondents did not experience stress and as many as 10.3% of respondents experienced stress. Most of the respondents, accounting to 144 or 87.3%, had GPA ≥ 2.00 , while those with GPA < 2.00 were around 21 or 12.7%. The results of the study showed that there was no significant relationship between stress and academic achievement of Tarumanagara University Medical Student, class of 2022 because $p\text{-value} = 0.520$. Conclusion: The research conducted has not been able to show a relationship between stress and academic achievement in Tarumanagara University Medical student, Class of 2022.

Keywords: Stress, academic achievement, COVID-19

PENDAHULUAN

Stres merupakan kondisi ketidaksesuaian perasaan seorang individu dengan situasi yang diharapkan⁽¹⁾. Faktor yang memengaruhi stres dibagi menjadi faktor internal dan eksternal, dimana faktor internal adalah yang berasal dari seorang individu tersebut sendiri contohnya seperti faktor fisiologis, faktor psikologis, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang ada di sekitar seorang individu tersebut⁽²⁾, di luar hal itu pada awal tahun 2020 terdapat situasi pandemi *COVID-19* dimana tentunya akan menjadi salah satu faktor yang memengaruhi keadaan stres seseorang^(3,4,5). Keadaan pandemi ini menyebabkan pembelajaran dilaksanakan secara *online* atau daring, dampaknya terutama kepada mahasiswa kedokteran adalah harus dapat beradaptasi dengan ekstra karena terdapat perubahan metode belajar. Menurut penelitian Fauziyyah dkk pada tahun 2021 didapatkan prevalensi stres pada mahasiswa selama pandemi *COVID-19* adalah 55,1%⁽⁶⁾.

Prevalensi stres yang cukup tinggi tersebut dikaitkan dengan penelitian

Sohail pada tahun 2013 pada mahasiswa kedokteran dimana hasil penelitian tersebut adalah tingkat stres yang lebih tinggi dikaitkan dengan nilai yang lebih buruk⁽⁷⁾. Sehingga pada penelitian ini akan mencari hubungan antara stres dan prestasi akademik selama pandemi *COVID-19*.

METODE PENELITIAN

Sudi analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* dilakukan pada mahasiswa kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara yang menjalani perkuliahan *online* selama masa pandemi *COVID-19*. Variabel penelitian ini adalah tingkat stres dan IPK mahasiswa. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)* yang sudah diuji validitas ($r = 0.429 - 1$) dengan reliabilitas *Cronbach's Alpha a = 0.950*⁽⁸⁾. Kuesioner *PSS-10* terdiri dari 10 pertanyaan yang berisi 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 sangat jarang, skor 2 untuk jawaban jarang, skor 3 untuk jawaban sering, dan skor 4 untuk jawaban sangat sering. Untuk pertanyaan 4,5,7,8 poin bersifat terbalik, karena pertanyaan bersifat positif sehingga untuk poinnya (0=4, 1=3, 2=2, 3=1, 4=0). Setiap Kuesioner memiliki maksimal 4 skor dengan Total skor 10 pertanyaan berkisar antara 0 hingga 40⁽⁹⁾.

Tingkat stres dapat dikategorikan menjadi:

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

Dan dibagi menjadi 2 kelompok besar yaitu stres (*high stress*) dan tidak stres (*low and moderate stress*)⁽¹⁰⁾.

Sedangkan IPK mahasiswa dikategorikan menurut Peraturan Universitas Tarumanagara (PUT) 143 menjadi⁽¹¹⁾:

1. ≥ 2.00 Lulus
2. < 2.00 Tidak Lulus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Total Responden penelitian ini berjumlah 165 mahasiswa, dimana mayoritasnya berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 124 atau 75,15% sedangkan laki-laki 41 atau 24,85%. Rentang usia responden yaitu 18-23 tahun, dimana mayoritas pada rentang umur 18-20 tahun dengan jumlah 158 atau 95,76%. Menurut penelitian Chiara, C dkk, pada tahun 2021 hasil penelitian tersebut menunjukkan jenis kelamin perempuan memiliki prevalensi dan kecenderungan lebih tinggi untuk mengalami stres berlebihan akibat memiliki stresor yang lebih banyak dari pada jenis kelamin laki-laki sehingga jenis kelamin pada penelitian ini dapat menjadi salah satu faktor penyebab stres yang tinggi⁽¹²⁾.

Tabel 1. Demografik Responden

Karakteristik	Jumlah n = 165	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	41	24,85%
Perempuan	124	75,15%
Rentang Usia Responden		
18-20	158	95,76%
21-23	7	4,24%

Pada Penelitian ini pengambilan data tingkatan stres menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)*, dari total 165 responden didapatkan hasil mayoritas responden mengalami stres sedang/*moderate stress* sebanyak 136 responden atau 82,42%, diikuti oleh stres tinggi atau *high stress* sebanyak 17 responden atau 10,3%, dan stres rendah/*low stress* sebanyak 12 responden atau 7,27%. Ketiga tingkatan stres tersebut dikelompokkan menjadi 2 kelompok besar yaitu stres(*high stress*) dan tidak stres(*low and*

moderate stress) hal ini dikarenakan menurut penelitian A. Oshri et al, *low* dan *moderate stress* masih dianggap normal pada kehidupan sehari-hari bahkan dikaitkan dengan peningkatan fungsi otak, sedangkan *high stress* dihubungkan dengan stres yang tidak baik dan perlu penanganan medis, sehingga prevalensi stres pada penelitian ini adalah 10,3%⁽¹⁰⁾.

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Fauziyyah dkk, (2021) dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan prevalensi stres yang tinggi yaitu 55,1%⁽⁶⁾.

Tabel 2. Tingkat stres responden

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase
<i>Low</i>	12	7,27%
<i>Moderate</i>	136	82,43%
<i>High</i>	17	10,3%

Penelitian ini mengambil data prestasi akademik responden menggunakan Indeks Prestasi Kumulatif Semester 1 dengan jumlah 3 blok. Prestasi akademik di kategorikan menjadi 2 berdasarkan Peraturan Universitas Tarumanagara (PUT) 143 yaitu IP \geq 2.00 lulus dan IP $<$ 2.00 tidak lulus.

Pada penelitian ini mayoritas responden memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) \geq 2.00 dengan jumlah 144 responden atau 87,27% sedangkan responden yang memiliki indeks prestasi kumulatif (IPK) $<$ 2.00 berjumlah 21 responden atau 12,83%.

Tabel 3. Prestasi akademik Responden

Indeks Prestasi Semester 1	Frekuensi	Persentase
IP $<$ 2.00	21	12,73%
IP \geq 2.00	144	87,27%

Hasil analisis menggunakan uji *chi-square* dengan pendekatan *cross-sectional*, menunjukkan tidak ada hubungan antara stres dan prestasi akademik karena *P-value* $>$ 0,05 hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sohail dimana stres dikaitkan dengan penurunan prestasi akademik pada mahasiswa FK Pakistan⁽¹⁴⁾. Menurut peneliti terdapat beberapa faktor yang memengaruhi hasil penelitian ini karena hasil tidak terdapat hubungan. Pertama adalah kurangnya sampel pada penelitian ini, dikarenakan

jumlah minimal responden penelitian ini adalah 192 responden, peneliti hanya memper-oleh 165(85,94%) responden, selanjutnya penelitian ini hanya meneliti mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara sehingga tidak bisa untuk menyamaratakan dengan subjek penelitian lain yang sudah ada sebelumnya. Limitasi berikutnya adalah kemungkinan terdapat *variable* perancu, karena pada penelitian ini tidak meneliti tentang bagaimana faktor lingkungan subjek, metode belajar, *time management*⁽¹³⁾,

coping mechanism⁽¹⁴⁾, kualitas tidur⁽¹⁵⁾, dan lain-lainnya yang dapat memengaruhi prestasi akademik.

Tabel 4. Hasil Analisis Hubungan stres dan Prestasi akademik

Variabel	Prestasi Akademik		P-Value
	Tidak lulus	Lulus	
Stres	3	14	0,520
Tidak Stres	18	130	

KESIMPULAN DAN SARAN

Prevalensi stres(stres berat) mahasiswa FK UNTAR angkatan 2022 berjumlah 10,3% serta tidak terdapat hubungan antara stres dan prestasi akademik mahasiswa angkatan 2022. Bagi mahasiswa yang mengalami stres diharapkan mampu untuk mengelola stres dengan baik sehingga mendapatkan hasil yang diinginkan, bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperhitungkan *variable* lain yang dapat menjadi faktor perancu pada penelitian ini contohnya seperti faktor lingkungan, metode belajar, *time management*⁽¹³⁾, *coping mechanism*⁽¹⁴⁾, kualitas tidur⁽¹⁵⁾ serta lebih luas, mencakup dan mendalami faktor-faktor yang memengaruhi prestasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Taufik, T., Ifdil, I., & Ardi, Z. Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 2013 ; 1(2) : 143-150
2. Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta ; Raja Grafindo Persada : 2006
3. Putri, R.M. Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Somatoform dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion* mempengaruhi Behavior ; 2020
4. Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han. Et al. The psycholocial impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res.* 2020;287 : 1-5
5. Perz Ca., Lang Ba., Harrington R. Validation of the Fear of COVID-19 Scale in a US College Sample. *International journal of mental health and addiction.* 2020 Jun ; 25:1
6. Rifa ,F., Rinka Citra Awinda., Besral. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama

- Pandemi COVID-19. Jurnal FKM UI, 2021 ;1(2) : 1.
7. Sohail N. Stress and academic performance among medical students. *J Coll Physicians Surg Pak*. 2013 Jan 1;23(1):67-71
 8. Werdani, Y.D.W. Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Mekanisme Koping Pasien Kanker Berbasis Manajemen Terapi Kanker. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 2020 ; 8(3) : 346-360.
 9. Cohen,S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. A Global Measure of Perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 1983; 24(4), 385-396
 10. A. Oshri et al. Socioeconomic hardship and delayed reward discounting: associations with working memory and emotional reactivity, 2019;37.
 11. Peraturan Universitas Tarumanagara(PUT) 143 pasal 59
 12. Chiara., C., Guisi B., Stefania, M. et al. Perceived Stress in a Gender Perspective : A Survey in a Population of Unemployed Subjects of southern Italy. *Frontiers in Public Health* ; 2021:9
 13. Shalini G.N. Impact of Procrastination and Time-Management on Academic Stress among undergraduate Nursing Students: A Cross Sectional Study. *International Journal of Caring Sciences*. 2019, 12;1480
 14. Awoke M, Mamo G, Abdu S, Terefe B. Perceived Stress and Coping Strategies Among Undergraduate Health Science Students of Jimma University Amid the COVID-19 Outbreak: Online Cross-Sectional Survey. *Front psychol*. 2021 Mar 30;12:639955. Doi: 10.3389/fpsyg.2021.639955.PMID: 33859594; PMCID: PMC8042268
 15. Windi C., Yuliana., Kamariyah. Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*. 2020, 1;2