



Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa
Volume 3, No 3, Februari 2024
e-ISSN 2807-789X



Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19

Relly Yuni Anita*, Dewi Lutfianawati, Prida Harkina

Program Studi Psikologi, Universitas Malahayati Lampung. Indonesia

*E-mail: rellyyunianita@gmail.com

Abstract

Stress is something that cannot be avoided by every individual. Anyone can be affected by stress, whether children, teenagers, adults or the elderly. Students are a group of final year teenagers who are not free from stress. The Covid-19 pandemic has forced student learning to become online. This makes students feel stressed. This research aims to look at the stress picture of Malahayati University medical students during the Covid-19 pandemic. The population of this study were medical students at Malahayati University. The sample for this research consisted of 90 people. The results of this research were that Malahayati University Medical students experienced the most moderate levels of stress, namely 59 people (72.8%).

Keyword: *Online Learning, Covid-19 Pandemic, Medical Student, Stress*

Abstrak

Stres merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Siapapun bisa terkena stres baik anak anak, remaja, dewasa maupun lansia. Mahasiswa termasuk kelompok remaja tingkat akhir yang tidak luput dari stres. Pandemi Covid-19 membuat pembelajaran mahasiswa harus berubah menjadi daring (online). Hal ini membuat mahasiswa merasakan stres. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran stres mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati di masa pandemi Covid-19. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati. Sampel penelitian ini berjumlah 90 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati paling banyak mengalami tingkat stres sedang selama mengikuti pembelajaran online pada masa pandemi Covid-19 yaitu sebanyak 59 orang (72,8%).

Kata kunci: *Pembelajaran Daring, Pandemi Covid-19, Stres, Mahasiswa Kedokteran*

PENDAHULUAN

Mulai awal tahun 2020, dunia diguncang oleh pandemi hebat bernama Covid- 19 (*Corona Virus Disease*). Wabah virus ini telah menyebabkan kekhawatiran besar bagi seluruh dunia karena potensinya yang telah menjadi pandemi. Seperti yang kita ketahui bahwa Covid-19 sangat menular. Virus ini diklasifikasikan sebagai jenis virus RNA, termasuk family virus

Doi: <https://doi.org/10.26858/jtm.v3i3.59265>

corona, yang menyebabkan infeksi sistem pernapasan (Zhu, 2020). Menurut (Hutauruk, 2020) salah satu sektor yang mengalami dampak dari pandemi ini adalah pendidikan. Banyak negara memutuskan untuk menutup sekolah, perguruan tinggi dan universitas sebagai upaya untuk memutus rantai penyebaran Covid-19. Dan mengalihkan Proses belajar mengajar secara *online* (*daring*) untuk menghindari kegiatan tatap muka. Mahasiswa merupakan kelompok individu yang sedang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi. Pada umumnya, mahasiswa berada pada rentang usia 18 hingga 24 tahun di mana usia ini termasuk ke dalam fase perkembangan dewasa awal (Papalia, 2014). Masa dewasa awal memiliki tugas-tugas perkembangan yang berbeda dengan periode sebelumnya. Dalam hal ini, beberapa tugas perkembangan masa dewasa awal yaitu melaksanakan 3 tanggung jawab sebagai mahasiswa dan mempersiapkan diri menuju jenjang karir (Santrock, 2017)

Prodi Kedokteran Umum merupakan salah satu jurusan favorit banyak calon mahasiswa, meski dikenal dengan perkuliahan dan di tempuh waktu yang cukup lama. Perkuliahan Kedokteran Umum universitas malahayati dibagi menjadi dua fase yaitu praklinik dan klinik. Banyak sekali mata kuliah yang dipelajari di prodi Kedokteran Umum, di awal semester mahasiwi akan mendapat materi dasar seperti Anatomi, fisiologi, biologi sel dan molekuler, genetika biokimia, farmakologi, dan lainnya. Saat ini rata-rata kampus kedokteran umum menggunakan sistem blok, salah satunya adalah prodi Kedokteran umum Universitas Malahayati Bandar Lampung yang menggunakan sistem pembelajaran *Problem based learning*.

Mahasiswa Kedokteran Umum di tuntut untuk belajar melalui *online* dikarenakan masa pandemi Covid-19 sedangkan mahasiswa prodi Kedokteran Umum memiliki mata kuliah kurang lebih akan ada 21 blok yang akan dipelajari dengan praktikum, *skill lab*, dan ujian, sedangkan dalam kehidupan perkuliahan, mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademis seperti mengerjakan tugas-tugas kuliah, mengikuti ujian, dan mempelajari materi yang semakin kompleks. Dengan begitu banyaknya materi belajar dan tuntutan akademis mahasiswa di tuntut untuk mampu menyelesaikannya demi mencapai gelar sarjana. Menurut (Amalya, 2017) Mahasiswa yang tidak mampu menghadapi berbagai tekanan tersebut akan rentan mengalami stres.

Stres merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Siapapun bisa terkena stres baik anak anak, remaja, dewasa maupun lansia. Mahasiswa termasuk kelompok remaja tingkat akhir yang tidak luput dari stres. Menurut Taylor dalam (Legiran Legiran, 2015) stres adalah kondisi perasaan yang tidak menyenangkan, ketegangan, atau tekanan yang dialami

individu. (Hasibuan, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyudi, 2020) didapati hasil yaitu stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau yaitu stres sedang dengan 95 responden (57,23%), sedangkan yang paling sedikit adalah stres sangat berat yaitu 4 responden (41%).

Hal ini sesuai dengan penelitian (Suganda, 2014.) yang mengatakan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara memiliki tingkat stres terbanyak pada tingkat stres sedang yaitu 86,5%. Mengingat banyaknya mahasiswa yang mengalami stress dalam pembelajaran daring dimasa pandemic covid 19 membuat peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut. Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa prodi kedokteran umum Universitas Malahayati Bandar Lampung angkatan 2019 dalam pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan wawancara dan alat ukur berupa skala stress yang dilakukan oleh (Elista, 2015) berdasarkan teori menurut (Sarafino, 2012) kemudian peneliti melakukan adaptasi terhadap kuesioner tersebut. Bentuk kuesioner dalam penelitian ini berupa empat pilihan skala jawaban yang harus dipilih oleh subjek, yaitu Sangat Sering (SS), Sering (S), Agak Sering (AS) Tidak Pernah (TP). Terdapat dua jenis pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Asumsi yang mendasar pada penghitungan skor adalah *favorable* untuk jawaban yang mendukung tujuan sedangkan *unfavorable* untuk pernyataan yang tidak mendukung tujuan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, menurut (Notoatmodjo, 2018) analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya.

HASIL

Hasil penelitian ini disajikan dalam tabel berikut. Berdasarkan tabel satu, jumlah subjek yang berusia 17-19 tahun adalah 45 orang (55,5%), jumlah subjek yang berusia 20-22 tahun adalah 36 orang (32,2%) dan jumlah subjek yang berusia 23-25 tahun adalah 10 orang (12,4%). Berdasarkan tabel dua, jumlah subjek yang berjenis kelamin perempuan adalah 59 orang (72,8%) dan jumlah subjek yang berjenis kelamin laki-laki adalah 22 orang (27,2%). Berdasarkan tabel tiga, jumlah subjek yang memiliki tingkat stres akademik rendah adalah 10

orang (12,3%), jumlah subjek yang memiliki tingkat stres sedang adalah 59 orang (72,8%), jumlah subjek yang memiliki tingkat stres tinggi adalah 12 orang (14,8%).

Tabel 1. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	17-19	45	24,4%
2	20-22	26	17,7%
3	23-25	10	24,4%
Total		81	100%

Tabel 2. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Perempuan	59	72,8%
2	Laki-laki	22	27,2%
Total		81	100%

Tabel 3. Tabel Frekuensi Tingkat Stres Akademik Mahasiswa

No	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	10	12,3%
2	Sedang	59	72,8%
3	Tinggi	12	14,8%
Total		81	100%

DISKUSI

Berdasarkan hasil pengambilan data, jumlah subjek yang memiliki tingkat stres akademik rendah adalah yang tidak merusak fisiologis dari seseorang misalnya ketiduran, dikritik, kemacetan, dan tidak menimbulkan penyakit, 10 orang mahasiswa (12,3%), jumlah subjek yang memiliki tingkat stres sedang adalah 59 orang (72,8%), jumlah subjek yang memiliki tingkat stres tinggi adalah stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun respon gangguan pencernaan berat, sesak nafas, tremor, perasaan cemas, mudah bingung dan panik, mahasiswa yang tidak menyelesaikan studi atau tugas yang tidak selesai dan mengulang materi dan berjumlah 12 orang (14,8%). Jadi dapat disimpulkan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa paling banyak adalah stres dengan tingkat sedang.

Tingkat stres sedang lebih lama respon tingkat stres ini gangguan pada lambung dan usus misalnya ketegangan pada otot, gangguan pola tidur, perubahan siklus menstruasi, konsentrasi dan daya ingat menurun contoh beban kerja tugas yang berlebih, kurangnya motivasi dari keluarga dan menandakan bahwa stressor yang dialami mahasiswa berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari, misalnya karna jadwal dan tugas perkuliahan, perselisihan dengan teman kuliah yang tidak terselesaikan, sakit, maupun kurangnya dukungan dari teman atau keluarga.

Hal ini pun diperkuat oleh hasil wawancara penulis dengan mahasiswa prodi Kedokteran Umum Universitas Malahayati Bandar Lampung menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres seperti pusing, terlambat makan, moodnya berubah-ubah, terkadang mendiamkan teman atau bersikap acuh. Dalam proses belajar mengajar secara daring, tidak ada akses seperti sinyal untuk mengerjakan tugas tugas yang diberikan, tidak dapat mencari materi bersama dengan teman-teman, kesulitan untuk mencari materi-materi belajar dikarenakan tidak dapat pergi ke perpustakaan kampus yang dimana akses kampus di tutup dan hanya dibuka untuk beberapa keperluan saja, tidak dapat bekerja kelompok bersama teman-teman, tidak dapat mengikuti kegiatan mahasiswa, dimana kegiatan mahasiswa Kedokteran Umum merupakan wadah tempat belajar ataupun praktek suatu materi.

Seperti salah satu narasumber menyebutkan dengan tidak bisa mengikuti kegiatan mahasiswa di kampus, dirinya menjadi tidak bisa mengasah kemampuan penjahitan kulit atau yang biasa di sebut dengan *hechting* secara bahasa Inggrisnya adalah *surgical suture*, tidak hanya itu banyak materi ataupun pembelajaran lain yang pada akhirnya kurang dikuasai oleh narasumber dikarenakan belajar *online*.

Prodi Kedokteran Umum merupakan prodi yang membutuhkan banyak praktek dan tatap muka dalam proses pembelajaran hal inilah yang mengakibatkan banyak mahasiswa yang menuturkan merasa stres dengan adanya pembelajaran secara daring. Mahasiswa yang diwawancarai juga menuturkan bahwa selama perkuliahan daring mereka sering mengalami beragam kendala teknis seperti lambannya koneksi jaringan internet, kondisi lingkungan yang kurang kondusif, pemadaman listrik, serta perangkat yang seringkali mengalami *lagging* (kelambanan) karena tingginya frekuensi pemakaian.

Bahkan mereka menjelaskan bahwa dengan adanya perkuliahan daring mereka merasa sangat stres dikarenakan beban tugas yang diberikan oleh dosen menurutnya lebih meningkat dibandingkan dengan perkuliahan luring, dengan perkuliahan daring para mahasiswa menuturkan waktu dalam pengumpulan tugas dianggap kurang fleksibel, hal ini disebabkan pengumpulan tugas melalui aplikasi dan otomatis tidak dapat diakses kembali jika waktu yang telah ditentukan telah berakhir, saat perkuliahan luring mahasiswa menjelaskan, para dosen dianggap lebih fleksibel dalam waktu pengumpulan tugas hal ini dikarenakan pengumpulan tugas selama luring, mahasiswa memberikan langsung kepada dosen terkait tugas mereka oleh karena itu terkadang walaupun terlambat dalam pengumpulan tugas dosen tetap mau menerima tugas yang diberikan oleh mahasiswa, dan mahasiswa tetap mendapatkan nilai dari tugas tersebut. Serta saat perkuliahan daring berlangsung penyampaian materi oleh dosen dianggap

kurang efektif dikarenakan mahasiswa kurang fokus dan tidak semua memahami materi yang disampaikan dosen, bahkan terkadang saat diskusi berlangsung mahasiswa yang tidak mampu menjawab pertanyaan dari dosen memilih diam, sehingga selama diskusi berlangsung perkuliahan berjalan kurang efektif serta mahasiswa menjadi kurang aktif selama perkuliahan daring berlangsung, namun dosen tetap memberikan materi sampai selesai dan ada tugas tambahan yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyudi, 2020) didapati hasil yaitu stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau yaitu stres sedang dengan 95 responden (57,23%), sedangkan yang paling sedikit adalah stres sangat berat yaitu 4 responden (41%). Hal ini sesuai dengan penelitian (Suganda, 2014.) yang mengatakan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara memiliki tingkat stres terbanyak pada tingkat stres sedang yaitu 86,5%. Mahasiswa kedokteran cenderung mengalami stres yang sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non-medis (Rizkia Dwina Rahmayani, 2019)

Tingkat stres pada mahasiswa kedokteran cenderung berkisar dari 25% sampai 75% (Simorangkir, 2016) Jenis kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran beragam, mulai dari kuliah pengantar, kuliah penunjang, rangkaian kegiatan praktikum (yang dimulai dari pretest, kegiatan praktikum, post-test, penulisan laporan, dan responsi), skills lab, field lab, small group discussion, kuliah panel, ujian blok, Objective Structured Clinical Examination, dan ujian akhir semester mata kuliah. Selain itu, mahasiswa kedokteran cenderung memiliki beban tugas yang lebih banyak jika dibandingkan dengan program studi yang lain, seperti laporan praktikum dan tugas-tugas lain yang harus dikerjakan dalam jangka waktu tertentu (Prabamurti, 2019). Maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini didapati hasil bahwa tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa kedokteran universitas malahayati saat pembelajaran daring di masa pandemic covid 19 berada pada tingkat stress sedang.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati paling banyak mengalami tingkat stres sedang yaitu sebanyak 59 orang (72,8%). Terdapat beberapa saran yang diajukan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Kedokteran Umum memiliki tingkat stres sedang dalam pembelajaran daring di masa pandemi Covid- 19. Oleh sebab itu mahasiswa diharapkan bisa lebih mengenali dan memahami kondisi stres akademik yang dialaminya agar segera dapat mengatasi stres akademik yang dialaminya dengan mulai menyadari dan memberi perhatian

pada diri sendiri agar tidak mengalami stres akademik. Bagi pihak Universitas Malahayati hendaknya lebih memperhatikan kondisi mental mahasiswanya dengan melakukan pemeriksaan psikologis kepada mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran kemudian memberikan penindakan lanjutan terhadap mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang sampai tinggi agar stres tersebut tidak mengganggu pembelajaran mahasiswa.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan topik atau judul yang sama agar lebih meneliti dengan jelas terhadap faktor- faktor penyebab stres akademik yang dialami oleh mahasiswa. Jika subjek penelitian yang banyak, maka peneliti selanjutnya tidak menggunakan try out terpakai, dan sebaiknya peneliti selanjutnya dapat melakukan pengertian stres di kondisi lain seperti stres menghadapi ujian, skripsi, tesis, skill lab, serta dapat melakukan penelitian lebih luas dengan melihat jadwal atau variabel yang dapat mempengaruhi stress.

REFERENSI

- Amalya, I. (2017). Perilaku inovatif pada mahasiswa yang berwirausaha. . *Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Elista, T. W. (2015). Tingkat stres belajar siswa SMP yang mempersiapkan ujian nasional : studi deskriptif pada siswa kelas IX yang mengikuti bimbingan belajar di Lembaga Bimbingan Belajar Neutron Yogyakarta Gejayan tahun 2014 dan implikasinya. *Skripsi thesis, Sanata Dharma University*.
- Hasibuan, H. S. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi aksara.
- Hutauruk, A. (2020). Kendala Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi di Kalangan Mahasiswa Pendidikan Matematika: Kajian Kualiatatif Deskriptif . . *Journal of Mathematics Education and Applied* , Vol.02, No.01, 45-51.
- Legiran Legiran, M. Z. (2015). Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/view/2556>.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Papalia, D. E. (2014). *Experience Human Development Thirteenth*.
- Prabamurti, G. A. (2019). Analisis Faktor-Faktor Pemicu Level Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. <https://osf.io/preprints/inarxiv/9rw8y>.
- Rizkia Dwina Rahmayani, R. G. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *jurnal.fk.unand*.
- Santrock, J. W. (2017). *Psikologi Pendidikan Edisi kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sarafino, E. P. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions, seventh edition*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Simorangkir, S. J. (2016). PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PREKLINIK DI MEDAN.
- Suganda, K. (2014.). Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara.

- Wahyudi, R. (2020). Analisis Pengaruh CAR, NPF, FDR, BOPO dan Inflasi terhadap Profitabilitas Perbankan Syariah di Indonesia: Studi Masa Pandemi Covid-19. *journal.walisongo*.
- Zhu, N. Z. (2020). A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China. China: N Engl J Me.