

Pengaruh Tipe Kepribadian dan Stres Terhadap Tingkat Kepuasan Hidup Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sebelas Maret Surakarta

The Effect of Personality Traits and Stress on Life Satisfaction in Medical Student of Sebelas Maret University

Wahyu Tri Kusprasetyo, Maryani, Ari Natalia Probandari
Faculty of Medicine, Sebelas Maret University

ABSTRACT

Introduction: Higher life satisfaction in medical students produce health services were better in the future. One of the determining factors in life satisfaction is a personality traits. Extrovert and introvert personality can be used as consideration in choosing a policy approach to the education system in favor of life satisfaction. Also, stress in the medical education is very common. The high stress causes a decrease in academic performance and life satisfaction. The level of life satisfaction is one indicator of success in an educational institution. This study aimed to determine the effect of personality type and stress to the level of life satisfaction FK UNS Physician Education students.

Methods: This research was using descriptive analytic cross-sectional approach. The study was conducted at the Faculty of Medicine UNS. Respondents were students FK UNS from 2013 to 2015. A sample of 260 students selected using stratified random sampling based on year entrance and selected according to the student identification numbers. Measuring instruments were Perceived Stress Scale (PSS), Eysenck Personality Inventory (EPI) and the Satisfaction With Life Scale (SWLS). Students were gathered in a room then got explanation and welcomed to fill out the questionnaire independently. Furthermore, the data was performed normality test and then analyzed by Pearson correlation test, followed by multiple linear regression analysis ($\alpha = 0,05$).

Results: Pearson correlation test results (0.139) show there is a very weak positive correlation between extrovert personality traits with a level of life satisfaction ($p = 0.025$). While there is a strong (-0.656) negative relationship between stress and the life satisfaction ($p < 0.00$). There is no multicollinearity relationship between these variables.

Conclusions: Stress has a strong negative correlation to life satisfaction after personality trait's variable has been controlled

Keywords: Stress, Personality Traits, Life Satisfaction, Medical Education

PENDAHULUAN

Tipe kepribadian merupakan hal yang menarik dalam dunia pendidikan. Tipe kepribadian dapat dibedakan menjadi kepribadian *extrovert* dan *introvert*. Ketidakcocokan tipe kepribadian dengan model belajar dari suatu sistem pendidikan menimbulkan kekakuan. Akibatnya proses belajar dan ketercapaian prestasi tidak maksimal. Tiap kepribadian memiliki cara belajar yang berbeda-beda. Misalnya, kepribadian *extrovert* dapat mencapai pembelajaran optimal dengan melalui orang lain (diskusi dan belajar bersama). Sedangkan kepribadian *introvert* cenderung untuk belajar dari buku serta literatur.

Tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup. Kepuasan hidup merupakan suatu kewajiban penting dari pendidikan.(1) Hal ini dikarenakan kepuasan hidup mendorong tercapainya tujuan sistem pembelajaran. Sayangnya tidak semua sistem pendidikan mampu menjamin kepuasan hidup para peserta didiknya. Kepuasan hidup yang rendah pada mahasiswa dapat menyebabkan gangguan kesehatan dan hambatan akademis. Sedangkan kepuasan hidup yang tinggi mendorong kebiasaan positif, seperti makan sehat, tidak merokok dan

olahraga.(2) Oleh karena itu studi mengenai tingkat kepuasan hidup tidak boleh dianggap sebagai hal sepele.

Salah satu sistem pendidikan yang terus mengalami perkembangan adalah Pendidikan Dokter. Kepuasan hidup mahasiswa Pendidikan Dokter perlu ditelaah karena mahasiswa Pendidikan Dokter rentan mengalami stres dan memiliki masa pendidikan yang cukup lama. Mahasiswa Pendidikan Dokter mengalami stres seperti pasien dengan penyakit kronis.(3).

Mahasiswa Pendidikan Dokter mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa jurusan kuliah lain di sektor non-medis.(4) Penelitian di Saudi Arabia menunjukkan prevalensi stres mahasiswa kedokteran sebanyak 21,5% mengalami stres ringan, 15,8% stres sedang dan 19,6% adalah stres tinggi.(5) Di Indonesia, penelitian oleh Pathmananthan menggambarkan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran Universitas Sumatera Utara 35% mengalami stres ringan, 61% tingkat stres sederhana dan 4% dengan tingkat stres tinggi.(6) Penelitian Anggaresti pada tahun 2014 menunjukkan stres akademik mahasiswi FK UNS tahun pertama dari 162 mahasiswa diantaranya 82,9% mengalami stres akademik dan 17,1%

tidak mengalami stres akademik.(7) Dari data tersebut tampak jelas bahwa prevalensi stres cukup signifikan di Pendidikan Kedokteran.

Dampak negatif dari tingginya stres di Pendidikan Kedokteran adalah penurunan perhatian, depresi dan kecemasan, hubungan yang buruk bahkan bunuh diri. Selain itu stres dan kelelahan pada tenaga medis dilaporkan berdampak buruk pada layanan kesehatan yang diupayakan.(8).

Oleh karena itu perlu ada upaya untuk melihat tingkat kepuasan hidup mahasiswa Pendidikan Dokter. Selain itu belum ada penelitian yang membahas tingkat kepuasan hidup mahasiswa FK UNS serta hubungannya dengan tipe kepribadian dan stres. Oleh karena itu penulis mengemukakan dua rumusan masalah dalam penelitian ini. Pertama, adakah korelasi positif antara tipe kepribadian *extrovert* dengan kepuasan hidup mahasiswa FK UNS? Kedua, adakah korelasi negatif antara stres dengan kepuasan hidup mahasiswa FK UNS?

SUBJEK DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran

Universitas Sebelas Maret Surakarta (UNS).

Variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat stres dan tipe kepribadian *ektrovert/introvert* dengan skala pengukuran ordinal sedangkan variabel terikatnya adalah kepuasan hidup yang memiliki skala pengukuran ordinal juga.

Kuesioner yang digunakan untuk mengukur tingkat stres adalah *Perceived Stress Scale* (PSS) sebanyak 10 item dengan koefisien *alpha-cronbach* sebesar 0,857 pada uji coba penelitian ini sehingga tergolong baik. Untuk mengukur tipe kepribadian *extrovert / introvert* menggunakan skala *Eysenck Personality Inventory* (EPI) sebanyak 19 item yang telah dimodifikasi oleh Urusan Layanan Psikologi (ULAPSI) FK UNS sebanyak 19 item. Skala EPI tersebut memiliki nilai *alpha-cronbach* sebesar 0,781. Sedangkan pengukuran tingkat kepuasan hidup menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) sebanyak 5 item dengan koefisien *alpha-cronbach* 0,828 sehingga tergolong baik.

Sampel penelitian ini terdiri 260 dari total 744 mahasiswa dari tahun I, II, dan III. Pemilihan responden menggunakan metode *stratified random sampling* berdasarkan Nomor Induk Mahasiswa (NIM) tiap angkatan. Responden

dikumpulkan pada sebuah kelas kemudian mendapatkan pengarahan sebelum mengisi *inform consent* dan kuesioner PSS, EPI, serta SWLS.

Dari 283 kuesioner 10 responden tidak masuk kriteria karena dalam kondisi sakit, 5 gugur karena tidak mengisi kuesioner atau identitas secara lengkap. Kuesioner yang siap diolah sejumlah 268 lembar. Data yang digunakan sebanyak 260 buah.

HASIL

Hasil penelitian disajikan dalam tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Hasil Penelitian

Karakteristik	n	%
Stres		
Tidak Stres	17	6.54%
Stres Ringan	150	57.69%
Stres Sedang	87	33.46%
Stres Berat	6	2.31%
Tipe Kepribadian		
<i>Introvert</i>	80	30.77%
<i>Ambivert</i>	113	43.46%
<i>Extrovert</i>	67	25.77%
Kepuasan Hidup		
Sangat Tidak Puas	0	0.00%
Tidak Puas	19	7.31%
Agak Tidak Puas	42	16.15%
Netral	20	7.69%
Sedikit Puas	103	39.62%
Puas	72	27.69%
Sangat Puas	4	1.54%

Dari hasil analisis menggunakan korelasi *Pearson* diperoleh koefisien korelasi antara variabel stres dengan kepuasan hidup sebesar -0,656 (hubungan

negatif kuat). Sedangkan untuk variabel tipe kepribadian dengan kepuasan hidup memiliki koefisien korelasi *Pearson* sebesar 0,139 (hubungan positif sangat lemah atau bahkan tidak berkorelasi). Selanjutnya dilakukan uji regresi liner berganda. Berikut ini tabel hasil analisis menggunakan regresi liner berganda

Tabel 2. Rangkuman Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien Regresi	T	Sig.
Konstanta	29,114	16,486	0,00
Stres	-0,543	-13,785	0,00
Tipe Kepribadian	0,046	1,644	0,101

$F_{hitung} = 99,394$ $Sig. F_{hitung} = 0,00$
 $R^2 = 0,436$ $Adjusted. R^2 = 0,432$

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa hubungan stres terhadap kepuasan hidup adalah negatif (berlawanan arah). Apabila terjadi peningkatan skor stres maka terjadi penurunan kepuasan hidup. Sebaliknya hubungan tipe kepribadian terhadap kepuasan hidup merupakan hubungan positif (searah). Setiap kenaikan nilai tipe kepribadian (cenderung kearah *extrovert*) maka akan mengakibatkan peningkatan kepuasan hidup.

Menurut tabel tersebut diperoleh nilai $F_{hitung} = 99,394$ dengan $p < 0,00$. Hal tersebut membuktikan bahwa terdapat

pengaruh signifikan antara stres dan tipe kepribadian terhadap kepuasan hidup atau secara simultan stres dan tipe kepribadian signifikan terhadap kepuasan hidup.

Uji t-test (parsial) menggunakan metode *enter* menunjukkan bahwa variabel stres memiliki nilai $p < 0,00$ artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara stres terhadap kepuasan hidup. Sebaliknya pada langkah selanjutnya pemasukan tipe kepribadian diperoleh nilai $p = 0,101$ sehingga tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara tipe kepribadian terhadap kepuasan hidup. Dengan kata lain stres memiliki korelasi lebih besar dibanding tipe kepribadian dan tipe kepribadian merupakan faktor perancu yang dapat dikendalikan melalui analisis regresi linear berganda.

Koefisien determinan atau R^2 menunjukkan besarnya kemampuan variabel bebas untuk berkontribusi terhadap variabel tetapnya. Diketahui bahwa nilai koefisien determinasi (*Adjusted R²*) sebesar 0,432 menunjukkan bahwa stres dan tipe kepribadian berpengaruh sebesar 43% terhadap kepuasan hidup. Sisanya sebanyak 67 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

PEMBAHASAN

Secara umum hasil penelitian menunjukkan rata-rata mahasiswa Pendidikan Dokter FK UNS memiliki kepribadian *ambivert* dan menganggap cukup puas dengan kehidupannya. Selain itu mahasiswa Pendidikan Dokter FK UNS mengalami stres ringan. Hal ini secara tidak langsung sesuai dengan sistem pendidikan di FK UNS. Sistem pendidikan di FK UNS telah menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) dengan pendekatan *SPICES* sejak tahun 2006. Sistem pembelajaran ini berbeda dengan metode konvensional yang lebih banyak menekankan aktivitas kuliah di dalam kelas. Metode PBL lebih memberikan kebebasan yang bertanggungjawab kepada mahasiswanya untuk memenuhi kompetensi melalui belajar mandiri, tutorial dan kuliah. Adapun porsi belajar mandiri dan diskusi sangat besar dalam menentukan ketercapaian pembelajaran. Dapat dikatakan bahwa tuntutan sistem pembelajaran di FK UNS saat ini lebih menitikberatkan pada kesadaran mahasiswa. Sehingga mahasiswa tidak memiliki tuntutan akademis yang berlebihan dan lebih bebas dalam memahami dan menentukan *Learning Objective* dalam pembelajaran.

Tipe kepribadian dalam penelitian ini dibagi menjadi *introvert*, *ambivert* dan *extrovert*. Mahasiswa FK UNS rata-rata memiliki kepribadian *ambivert*. Adapun kepribadian *ambivert* merupakan tipe kepribadian yang terletak diantara *extrovert* dan *introvert*. Dari hasil analisis korelasi *Pearson* diperoleh nilai p sebesar 0,025, dimana $0,025 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian dan kepuasan hidup. Sedangkan nilai koefisien korelasi *Pearson* sebesar 0,139. Hasil korelasi *Pearson* bernilai positif sehingga semakin besar nilai tipe kepribadian ke arah *extrovert* maka semakin tinggi nilai kepuasan hidup (berkorelasi positif). Nilai korelasi tersebut memiliki hubungan yang sangat lemah (0,100-0,199).(9).

Kekuatan korelasi yang sangat lemah ini dapat dijelaskan melalui beberapa hal. Hal pertama adalah secara umum tipe kepribadian dibagi menjadi beberapa macam. Kepribadian memiliki banyak sekali dimensi yang dapat diukur. Tipe kepribadian dipengaruhi baik oleh genetic dan lingkungan. Sampai saat ini belum ditemukan cara untuk menentukan tipe kepribadian yang penting kaitannya dengan kepuasan hidup.(10) Lebih kompleks lagi tipe kepribadian dibagi menjadi 5 (*The Big Five Personality*) yang

terdiri dari *extraversion*, *neuroticism*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness*. Dalam penelitian lainnya faktor kepribadian yang memiliki hubungan terbesar dengan kepuasan hidup adalah *neuroticism* kemudian *extraversion*.(11) Dalam penelitian ini faktor *neuroticism* tidak diteliti sehingga diperoleh korelasi yang tidak begitu besar.

Neuroticism merupakan aspek mengenai kestabilan emosi seseorang. Seseorang yang tidak stabil emosinya cenderung mengalami ketidakpuasan dalam hidup. Neurotisme cenderung berhubungan dengan afek negatif sedangkan *extraversion* sedikit berhubungan dengan afek positif.(10,12).

Tingkat kepuasan hidup dipengaruhi oleh tipe kepribadian, salah satunya kepribadian *extrovert*. Keterbukaan dalam aspek tipe kepribadian *extrovert* merupakan salah satu faktor yang berkontribusi dalam meningkatkan nilai kepuasan hidup. Keterbukaan dalam hal ini juga termasuk mampu bersosialisasi dan memiliki rasa empati. Kepribadian *extrovert* cenderung meyakini bahwa kegagalan yang dihadapi dalam kehidupan terjadi bukan sepenuhnya karena kesalahan dirinya. Hal tersebut merupakan mekanisme kontrol internal dalam kepercayaan kepribadian *extrovert*.(13)

Namun secara umum tipe kepribadian berkontribusi sangat sedikit. Tipe kepribadian tidak dapat berdiri sendiri untuk menentukan kepuasan hidup. Perlu indikator sosial lain untuk menentukan kepuasan hidup dan hubungannya dengan tipe kepribadian.(12).

Dari hasil korelasi stres dan kepuasan hidup diperoleh nilai p sebesar 0,00 dimana $0,00 < 0,05$. Dapat ditarik suatu pemahaman bahwa terdapat hubungan antara stres dengan tingkat kepuasan hidup. Sedangkan koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,656. Nilai korelasi tersebut memiliki hubungan yang kuat.(9) Tanda negatif dari nilai tersebut menandakan adanya hubungan negatif antara kedua variabel.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori kepuasan hidup. Stres merupakan faktor penentu kepuasan hidup secara langsung. Dalam kondisi stres yang berat, kepuasan hidup seseorang akan menurun, begitu juga sebaliknya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian terhadap mahasiswa pendidikan dokter di Cina.(14) Tahapan stres yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup dapat ditinjau melalui *CASIO model*. Selain itu melalui sebuah model transaksional dapat dijelaskan bahwa stres dipandang sebagai sebuah interaksi yang dinamis antara individu dan

lingkungan.(15) Individu tidak hanya menerima stres dari lingkungan, akan tetapi melakukan penyesuaian dan adaptasi terhadap fenomena sehari-hari.

Beberapa pendekatan dapat dilakukan kepada mahasiswa pendidikan dokter untuk menanggulangi stres di dunia kedokteran seperti pelatihan, terbukti efektif di berbagai negara.(15) Selain itu peningkatan *coping* yang efektif terhadap stresor dapat menurunkan stres. Pemahaman di kelas merupakan salah satu langkah yang dapat dilakukan kepada mahasiswa Pendidikan Dokter untuk mempelajari strategi *coping* stres yang efektif.

Kepuasan hidup merupakan merupakan komponen kognitif dari *Subjective Well-Being* (Kebahagiaan). Banyak faktor yang berpengaruh terhadap kepuasan hidup yang bersifat subjektif ini. Hal ini didasari sifat manusia yang beraneka ragam dan memiliki pemahaman yang berbeda-beda mengenai kehidupan.

Disamping itu penentuan tipe kepribadian merupakan hal yang sulit dilakukan. Karena manusia pada dasarnya berpotensi memiliki keseluruhan sifat dan tidak dapat dikategorikan secara mentah dalam skor kepribadian yang sederhana.

SIMPULAN

Setelah mengendalikan variabel tipe kepribadian, stres mempunyai hubungan negatif kuat dengan kepuasan hidup. Tipe kepribadian *extrovert* berkorelasi positif sangat lemah terhadap kepuasan hidup.

SARAN

Diharapkan mahasiswa mampu menciptakan kondisi belajar yang kondusif. Tujuannya supaya mahasiswa dapat meningkatkan kepuasan hidup dan membantu proses tercapainya keberhasilan dalam pembelajaran.

Selain itu diharapkan pihak kampus mampu melakukan tindakan preventif terhadap mahasiswa yang berpotensi mengalami stres berat. Pengelolaan stres dapat dilakukan melalui penyusunan beban akademik yang sesuai dengan kemampuan mahasiswa dan tersedianya fasilitas konseling yang dapat berupa pembentukan *peer support group*.

Perlu dilakukan penelitian lanjut dengan menggunakan alat ukur kepribadian yang lebih variatif. Contohnya adalah dengan menggunakan kuesioner kepribadian *Big Five Inventory*. Kuesioner tersebut dapat mengukur trait neurotisme.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Murkati, dr., M.Kes., I G.B. Indro

Nugroho, dr.,Sp.KJ, Anak Agung Alit Kirti Estuti Narendra Putri, dr., yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat membantu selama penelitian hingga penulisan naskah publikasi. Penulis tidak memiliki kepentingan terhadap instansi dan pihak manapun.

DAFTAR PUSTAKA

1. O'Neill W. Education ideologies: Contemporary expressions of educational philosophy. Santa Monica, CA: Goodyear. 1981
2. Grant N, Wardle J, Steptoe A. The relationship between life satisfaction and health behavior: a cross-cultural analysis of young adults. *Int J Behav Med* 2009.;16 (3): 259-68.
3. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Medical student distress: Causes, consequences, and proposed solutions. *Mayo Clinic Proceedings* 2005; 80(12): 1613-1622.
4. Navas S. Stress among Medical Students. *Kerala Medical Journal* 2012; 2 (2): 53-55
5. Abdulghani HM. Stress and Depression Among Medical Students: A Cross Section Study at Medical College in Saudi Arabia. *Pak Journal Medical Science* 2008; 24 (1): 12-27.
6. Pathmanathan VVM, Surya H. Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013. *E-Journal FK USU* 2013; Vol.1.
7. Anggaresti AP. Hubungan Stres Akademik dengan Tipe Premenstrual

- Syndrome pada Mahasiswi Semester II Pendidikan Dokter Universitas Sebelas Maret. [Skripsi]. FK UNS.; 2014
- the possible. *Dev Psychopathol* 2003; 15: pp 613–40.
8. Shanafelt TD, Balch CM, Bechamps G, Russell T, Dyrbye L, Satele D, Collicott P, et al. Burnout and medical errors among American surgeons. *Annals of surgery* 2010,; 251 (6): 995–1000.
 9. Sugiyono. *Statistika untuk Penelitian* (cetakan ke-10). Bandung : Alfabeta. 2007
 10. Diener E. *The Science of Well Being: The Collected Works of Ed Diener*. USA: Springer; 2009.
 11. DeNeve KM, Cooper H. The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin* 1998; 124 (2), 197–229
 12. Hickson J, Housley WF, Boyle C. The relationship of locus of control, age, and sex to life satisfaction and death anxiety in older persons. *International Journal of Aging and Human Development* 1988; 26 (3), 191–199.
 13. Veenhoven R. Developments in satisfaction research. *Social Indicators Research* 1996, 37: 1–46.
 14. Shi Meng, XiaoXi Wang, YuGe Bian, Lie Wang. The mediating role of resilience in the relationship between stress and life satisfaction among Chinese medical students: a cross-sectional study. *BMC Medical Journal* 2015; (15). pp: 2-7
 15. Sameroff AJ, Mackenzie MJ. Research strategies for capturing transactional models of development: the limits of