

## **Pengaruh Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran yang Mengerjakan Skripsi terhadap Prestasi Akademik di Universitas Sebelas Maret**

*Effect of Stress Level Among Medical Students Doing Thesis to Academic Achievement in Sebelas Maret University*

**Chrystina Yurita Priharyuni, Maryani, Bagus Wicaksono**  
Faculty of Medicine, Sebelas Maret University

### **ABSTRACT**

**Background:** *Stress is a condition when people feels threatened or pressured, either physically or mentally. Stress is affected by many factors. Students who are working on the thesis are highly susceptible to stress. Stress can cause a variety of effects can disrupt the learning process, so it can affect academic achievement. This study aims to determine the influence of stress level in students doing thesis to academic achievement among medical student of Sebelas Maret University.*

**Methods:** *This research was an observational analytic study with cross sectional study approach. The subjects were medical students of Sebelas Maret University who are doing thesis with 140 samples. Stress level was measured by questionnaire, whereas academic achievement was measured by Grade Point Average on study results. Data was analyzed using Kendall's Tau correlation test.*

**Results:** *The result for correlation test were correlation value (r) -0.069 and  $p = 0.123$  ( $p > 0.05$ ). It means there was no significant relationship between the stress level and Grade Point Average.*

**Conclusions:** *There is no significant effect of stress level in students doing thesis to academic achievement among medical student of Sebelas Maret University.*

**Keywords:** *Stress level, thesis, academic achievement*

---

## PENDAHULUAN

---

Nilai Indeks Prestasi (IP) yang tercantum dalam Kartu Hasil Studi (KHS) menunjukkan hasil belajar mahasiswa dalam perkuliahan. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar terbagi menjadi dua, yakni faktor internal, meliputi aspek fisik, aspek psikis, serta aspek sosial, dan faktor eksternal, meliputi derajat dan variasi kesulitan materi yang dipelajari, tempat belajar, iklim, suasana lingkungan, budaya belajar masyarakat, dan lain-lain (Anni, 2004). Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar juga dapat dibagi menjadi faktor dalam, meliputi fisiologis (keadaan fisik dan panca indera) dan psikologis (minat, bakat, tingkat kecerdasan, motivasi, kemampuan kognitif), dan faktor luar, meliputi kurikulum, pengajar, sarana dan fasilitas, serta manajemen yang berlaku di tempat belajar (Purwanto, 2004). Kemampuan seseorang untuk mengatasi ketidakstabilan psikis juga akan mempengaruhi IP (Mustaqim, 2008).

Dalam proses belajar, mahasiswa sangat mungkin mengalami berbagai hal seperti lingkungan yang kurang kondusif untuk belajar, beban belajar yang terlalu banyak, strategi belajar yang salah, motivasi belajar yang kurang, dan faktor keluarga yang kurang mendukung. Hal ini

dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, sehingga berada dalam kondisi stres (Kusumaningrum, 2010).

Stres dapat diartikan sebagai persepsi dari kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya (Agolla dan Ongori, 2009). Stres yang dihubungkan dengan prestasi akademik adalah suatu keadaan dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa, sehingga mahasiswa semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan yang ada (Rahmawati, 2012).

Untuk mencapai gelar sarjana dalam pendidikan S-1, terdapat sebuah syarat wajib yang ditetapkan di sebagian besar perguruan tinggi di Indonesia, yaitu menyusun skripsi. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sangat rentan terhadap stres, baik ringan, sedang, maupun berat. Gejala stres antara lain sakit kepala yang sering mengganggu aktivitas sehari-hari, keluhan mengenai gangguan tidur berupa kesulitan tidur, sering terlihat cemas, sering terlihat mudah marah, dan beberapa mahasiswa menunjukkan gejala gangguan daya ingat (Gunawati, 2005).

Tingkat stres berpengaruh terhadap kemampuan akademik (Goff, 2011). Penelitian lain menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan IP mahasiswa (Sari, 2007). Perbedaan pernyataan inilah yang menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh tingkat stres terhadap prestasi akademik pada mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter UNS. Apalagi *stressor* terhadap skripsi di Prodi Pendidikan Dokter UNS ditambah lagi dengan waktu yang bersamaan dengan kegiatan-kegiatan akademik seperti perkuliahan, praktikum, ujian blok, *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE), dan Kuliah Kerja Nyata (KKN). Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu pengetahuan yang dapat dikembangkan lagi melalui penelitian lebih lanjut.

---

#### SUBJEK DAN METODE

---

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*.

Penelitian dilaksanakan di FK UNS Surakarta pada Juni 2014. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter FK UNS. Teknik pengambilan sampel yang dipakai adalah *simple random sampling*. Dari populasi yang berjumlah 214 mahasiswa, diambil

sampel sebanyak 140 mahasiswa berdasarkan Tabel Krejcie dan Morgan. Kriteria inklusi yang digunakan adalah mahasiswa semester VI yang sedang mengerjakan skripsi, bersedia menjadi responden penelitian, menyetujui lembar *informed consent*, mengisi seluruh kuesioner yang diberikan, dan pendapatan keluarga cukup untuk memenuhi kebutuhan seluruh anggota keluarga. Kriteria eksklusi adalah tidak kooperatif, mengalami gangguan fisik atau mental, masalah keluarga, dan mental yang berat, serta skor L-MMPI lebih dari atau sama dengan 10.

Variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Tingkat stres diukur berdasarkan jawaban responden pada Kuesioner Tingkat Stres (Wulandari, 2012) yang sesuai dengan keadaan dirinya. Skala pengukuran variabel ini adalah interval.

Variabel terikat pada penelitian ini adalah prestasi akademik. Nilai prestasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dilihat dari IP semester VI. Skala pengukuran variabel ini adalah interval.

Variabel luar pada penelitian ini terbagi menjadi terkendali dan tidak terkendali. Variabel terkendali pada

penelitian ini, yaitu: jenis kelamin, usia, pendidikan, kondisi fisik, faktor keluarga, faktor teman, dan faktor ekonomi. Variabel tidak terkontrol, yaitu: faktor akademik, temperamen, faktor genetik, kebudayaan, karakteristik kepribadian, dan strategi *coping*.

Data dari 140 sampel yang memenuhi kriteria restriksi kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Kendall's Tau.

**HASIL**

Berdasarkan data yang diperoleh dari kuesioner, dapat diperoleh distribusi sampel adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi sampel

		N	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	46	32.86%
	Perempuan	94	67.14%
Karya Ilmiah	Pernah	75	53.57%
	Belum Pernah	65	46.43%
Pembimbing	Mudah	107	76.43%
	Sulit	33	23.57%
Topik	Pendidikan Kedokteran Komunitas	13	9.29%
	Kedokteran Klinik	29	20.71%
	Biomedika	68	48.57%
	Kedokteran Translasional	23	16.43%
		7	5.00%
Tahap	Penyusunan proposal	59	42.14%
	Ujian/revisi proposal	38	27.14%
	Pengambilan data	31	22.14%
	Penyusunan skripsi	10	7.14%
	Ujian skripsi	2	1.44%
Tinggal	Sendiri/kos/kontrakan	95	67.86%
	Bersama keluarga/saudara	45	32.14%

Stres	Ringan (1-25)	59	42.14%
	Sedang (26-52)	81	57.86%
	Berat ( $\geq 53$ )	0	0.00%
IP	Rendah ( $< 3.00$ )	17	12.14%
	Sedang (3.00 - 3.50)	105	75.00%
	Tinggi ( $\geq 3.51$ )	18	12.86%

Keterangan: IP = Indeks Prestasi

Data utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat stres dan IP. Berikut frekuensi data tingkat stres dan IP dari subjek penelitian.

Tabel 2. Frekuensi data hasil penelitian

	N	Mean	SD	Min	Max
Tingkat Stres	140	26,37	9,96	1	50
IP	140	3,23	0,22	2,72	3,96

Keterangan: IP = Indeks Prestasi

Penelitian ini menggunakan uji korelasi untuk mengetahui bagaimana hubungan tingkat stres terhadap IP. Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Hasil uji korelasi tingkat stres dengan IP

		Tingkat Stres	IP
Tingkat Stres	Koefisien	1.000	-0.069
	Signifikansi		0.123
IP	Koefisien	-0.069	1.000
	Signifikansi	0.123	

Keterangan: IP = Indeks Prestasi

Berdasarkan hasil uji korelasi, didapatkan nilai korelasi antara tingkat stres dengan IP adalah -0.069. Angka ini menunjukkan ada hubungan yang sangat

rendah serta semakin besar tingkat stres, IP semakin turun, dan sebaliknya.

Hasil uji korelasi menunjukkan nilai  $p = 0.123$ . Karena  $p > 0.05$ , maka hubungan yang ada tidak bermakna secara statistik. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat stres tidak mempengaruhi IP.

Selanjutnya dilakukan uji korelasi untuk melihat hubungan antara tingkat stres dan IP dengan jenis kelamin, pengalaman menulis karya ilmiah, kemudahan bertemu pembimbing skripsi, topik penelitian, tahap penelitian, dan tempat tinggal.

Tabel 4. Hasil uji korelasi dengan variabel lain

	Tingkat Stres		IP	
	Koef.	Sig.	Koef.	Sig.
Jenis Kelamin	-0.012	0.889	0.098	0.235
Karya Ilmiah	0.011	0.893	-0.013	0.873
Pembimbing	0.065	0.443	-0.008	0.923
Topik Penelitian	-0.117	0.135	0.132	0.082
Tahap Penelitian	0.050	0.525	0.180	0.018
Tempat Tinggal	-0.187	0.028	-0.010	0.904

Keterangan: IP = Indeks Prestasi

Berdasarkan hasil uji korelasi, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tempat tinggal dengan tingkat stres. Nilai korelasinya adalah -0.187. Angka ini menunjukkan ada hubungan yang sangat rendah serta semakin besar angka tempat tinggal

(tinggal sendiri/kos/kontrakan = 1, bersama keluarga/saudara = 2), tingkat stres semakin turun, dan sebaliknya.

Selain itu, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tahap penelitian dengan IP. Nilai korelasinya adalah 0.180. Angka ini menunjukkan ada hubungan yang sangat rendah serta semakin besar angka tahap penelitian (penyusunan proposal = 1, ujian/revisi proposal = 2, eksperimen/pengambilan data = 3, pengolahan data/penyusunan skripsi = 4, ujian skripsi = 5), IP semakin meningkat, dan sebaliknya.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada Juni 2014 kepada mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter UNS angkatan 2011 yang hampir semuanya sedang dalam proses mengerjakan skripsi. Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 140 sampel yang diteliti, lebih dari setengah jumlah sampel berjenis kelamin perempuan (67.14%). Terdapat 75 mahasiswa (53.57%) yang menyatakan sudah pernah menulis karya ilmiah. Sebanyak 107 mahasiswa (76.43%) menyatakan mudah untuk bertemu pembimbing skripsi. Mahasiswa yang tinggal sendiri/kos/kontrakan ada 67.86%, sisanya tinggal bersama keluarga/saudara.

Hampir setengah dari jumlah sampel, yakni sebanyak 68 mahasiswa (48.57%), memilih topik penelitian Kedokteran Klinik. Urutan setelahnya adalah topik Kedokteran Komunitas (20.71%), Biomedika (16.43%), Pendidikan Kedokteran (9.29%), serta yang terakhir adalah topik Kedokteran Translasional (5.00%). Ketika pengambilan data dilakukan, sebanyak 59 mahasiswa (42.14%) masih dalam tahap pertama, yakni penyusunan proposal penelitian. Selanjutnya tahap ujian/revisi proposal (27.14%), pengambilan data (22.14%), penyusunan skripsi (7.14%), dan sampel yang sudah melakukan ujian skripsi adalah 2 mahasiswa (1.44%).

Sampel yang mengalami stres ringan adalah sebanyak 59 mahasiswa (42.14%) dan sampel yang mengalami stres sedang sebanyak 81 mahasiswa (57.86%). Tidak ditemukan sampel yang mengalami stres berat. Sebagian besar sampel mendapatkan IP sedang pada semester VI, yakni sebanyak 105 mahasiswa (75.00%). Selain itu, sampel yang mendapatkan IP rendah sebanyak 17 mahasiswa (12.14%) dan IP tinggi sebanyak 18 mahasiswa (12.86%).

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa rata-rata tingkat stres sebesar 26.37 (sedang) dengan data terbanyak adalah 26

(sedang). Data paling rendah sebesar 1 (ringan) dan data tertinggi 50 (sedang). Sedangkan rata-rata IP adalah 3.23 (sedang) dengan data terbanyaknya 3.20 (sedang). Nilai minimal sebesar 2.72 (rendah) dan nilai maksimal 3.96 (tinggi). Berdasarkan uji statistik, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan IP.

Setelah itu dilakukan uji korelasi antara tingkat stres dengan variabel lain. Hasil terlihat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tempat tinggal dengan tingkat stres, namun hubungan yang ada tergolong sangat rendah. Mahasiswa yang tinggal bersama keluarga/saudara memiliki tingkat stres yang lebih rendah daripada mahasiswa yang tinggal sendiri/kos/kontrakan. Apabila mahasiswa tinggal sendiri/kos/kontrakan, selain masalah akademik, mahasiswa tersebut juga harus memikirkan kehidupan sehari-harinya, bagaimana caranya memenuhi seluruh kebutuhannya, termasuk makan, minum, perlengkapan kuliah, serta pengeluaran untuk skripsi. Sebaliknya pada mahasiswa yang tinggal bersama keluarga/saudara, tentunya mahasiswa bisa mendapatkan dukungan fisik, psikologis, dan finansial

dari keluarga. Orang tua/saudara yang memberikan kasih sayang, bimbingan, penghargaan secara pribadi, dan layanan informasi yang diperlukan membuat seseorang mampu menjaga kestabilan emosionalnya (Siahaan, 2011).

Selain itu dilakukan juga uji korelasi antara IP dengan variabel lain. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tahap penelitian dengan IP, namun hubungan yang ada tergolong sangat rendah. Semakin maju tahap penelitian mahasiswa, IP yang didapatkan semakin tinggi. Tahap penelitian yang telah dicapai menunjukkan kecepatan waktu dan kedisiplinan yang mengarah pada produktivitas mahasiswa. Produktivitas ini sangat dipengaruhi oleh motivasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi (Risanti, 2012). Motivasi dan produktivitas akan mempengaruhi prestasi mahasiswa (Ardhani, 2005).

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang mengatakan bahwa peningkatan stres akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap IP (Goff, 2011). Namun, penelitian ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan IP mahasiswa (Sari, 2007) dan

penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan proporsi antara kejadian tingkat stres akademik terhadap IP (Purwati, 2008). Nilai IP diperoleh melalui melalui usaha dan adaptasi. Pada umumnya, mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter memiliki respon adaptif dan mekanisme pertahanan yang besar karena terbiasa menerima tugas yang banyak dan sulit beserta tanggung jawab lainnya. Kemampuan pertahanan dan adaptasi ini menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa terhadap tugas-tugas seperti penyusunan skripsi tidak mempengaruhi nilai IP yang didapat. Daya tahan terhadap stres setiap orang berbeda-beda. Hal ini bergantung pada keadaan somatopsikososial orang tersebut (Maramis, 2005).

Penelitian ini memiliki kelemahan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, di antaranya:

1. Kurang cermatnya pengukuran variabel terikat karena metode yang digunakan adalah kuesioner yang tingkat subjektivitasnya sangat tinggi, jadi kemungkinan salah tafsir dalam mengartikan sebuah pertanyaan lebih besar.
2. Tidak ditelitinya pengaruh variabel-variabel luar tak terkendali yang dapat merancukan hasil penelitian, seperti

faktor akademik, temperamen, faktor genetik, kebudayaan, karakteristik kepribadian, dan strategi *coping* dikarenakan keterbatasan peneliti.

---

### SIMPULAN

---

Tidak terdapat pengaruh yang bermakna pada tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi terhadap prestasi akademik di Prodi Pendidikan Dokter UNS.

---

### SARAN

---

1. Mahasiswa yang tinggal bersama keluarga/saudara memiliki tingkat stres yang lebih rendah daripada mahasiswa yang tinggal sendiri/kos/kontrakan. Walaupun hubungan yang ada tergolong sangat rendah, namun lebih baik mahasiswa yang harus tinggal sendiri/kos/kontrakan tetap memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan saudara-saudaranya, baik dalam hal komunikasi, dukungan fisik, psikologis, maupun finansial.
2. Semakin maju tahap penelitian mahasiswa, IP yang didapatkan semakin tinggi. Hal ini terkait dengan motivasi dan produktivitas mahasiswa. Mahasiswa seharusnya memiliki motivasi yang tinggi untuk menuntut ilmu, sehingga semua tugas dapat diselesaikan tepat waktu dan dapat meningkatkan prestasi.

3. Perlu diadakan penelitian yang lebih mendalam dengan variabel perancu seperti faktor akademik, temperamen, faktor genetik, kebudayaan, karakteristik kepribadian, dan strategi *coping* yang lebih terkontrol serta alat ukur dan metode penelitian yang lebih baik agar didapatkan hasil penelitian yang lebih baik. Apabila menggunakan kuesioner, sebaiknya pertanyaan yang digunakan lebih spesifik, sehingga hasil yang diperoleh lebih valid.

---

### UCAPAN TERIMA KASIH

---

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Muh. Eko Irawanto, dr., Sp.KK dan Novianto Adi Nugroho, dr. yang telah memberikan bimbingan, kritik, dan saran yang sangat membantu selama penelitian hingga penulisan naskah publikasi ini.

---

### DAFTAR PUSTAKA

---

- Agolla JE, Ongori H (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students. *Academic Journals, Educational Research and Review*, 4 (2).
- Anni CT (2004). *Psikologi belajar*. Semarang: Unnes Press.
- Ardhani SID (2005). *Pengaruh motivasi dan kemampuan terhadap prestasi kerja pegawai kantor pelayanan Pajak Bumi dan Bangunan Surakarta*. Surakarta, Universitas Sebelas Maret. Skripsi.



- Goff AM (2011). Stressor, academic performance, and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8: 923-1548.
- Gunawati R (2005). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang, Universitas Diponegoro. Skripsi.
- Kusumaningrum AT (2010). Pengaruh stresor dan cara belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa Program Studi D III Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan. Surakarta, Universitas Sebelas Maret. Thesis.
- Maramis WF (2005). Catatan ilmu kedokteran jiwa. Surabaya: Airlangga University Press.
- Mustaqim (2008). Psikologi pendidikan. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Purwanto N (2004). Psikologi pendidikan. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- Purwati S (2008). Tingkat stres akademik pada mahasiswa regular angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Jakarta, Universitas Indonesia. Skripsi.
- Rahmawati DD (2012). Pengaruh self-efficacy terhadap stres akademik pada siswa kelas I Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) di SMP Negeri 1 Medan. Medan, Universitas Sumatera Utara. Skripsi.
- Risanti KA (2012). Analisis pengaruh motivasi kerja terhadap produktivitas kerja karyawan pada Perusahaan Daerah Air Minum Kota Makassar. Makassar, Universitas Hasanuddin. Skripsi.
- Sari DF (2007). Hubungan antara toleransi stres dengan indeks prestasi pada mahasiswa baru di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia semester dua angkatan 2004. Yogyakarta, Universitas Islam Indonesia. Skripsi.
- Siahaan J (2011). Pengaruh keakraban orangtua terhadap emosional guna meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Medan: Universitas Negeri Medan.
- Wulandari RP (2012). Hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu fakultas rumpun science-technology UI. Jakarta, Universitas Indonesia. Skripsi.