

PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PREKLINIK DI FAKULTAS KEDOKTERAN UHKBP MEDAN

Saharnauli J. Verawaty Simorangkir

Departemen Anatomi, Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen

E-mail : vera_nommie@yahoo.com

Abstrak

Latar belakang : Stres merupakan suatu perasaan yang muncul sebagai reaksi seseorang ketika menghadapi suatu kondisi tertentu. Mahasiswa kedokteran diperhadapkan dengan berbagai bentuk stresor. Menurut penelitian, stres pada mahasiswa kedokteran sering dihubungkan dengan akademik, psikososial, dan stresor yang berhubungan dengan kesehatan. Akan tetapi, penelitian mengenai hal ini masih kurang di Fakultas Kedokteran UHKBP. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat stres dan sumber stres di antara mahasiswa preklinik di Fakultas Kedokteran UHKBP pada angkatan 2013, 2014, dan 2015.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian *cross-sectional* yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran UHKBP. Kondisi stres dinilai dengan Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS). Kuesioner terlebih dahulu diuji dan divalidasi. Kuesioner dengan 30 poin pertanyaan digunakan untuk mengetahui sumber stres.

Hasil : Angka persentase stres tertinggi adalah pada mahasiswa preklinik angkatan 2013, yaitu sebesar 62,5%. Perbedaan persentase stres antara angkatan 2013, 2014, dan 2015, dianalisis dengan menggunakan uji Anova dan Post-Hoc, dan hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara angkatan 2013 dan 2014, dan antara angkatan 2013 dan 2015. Tidak terdapat hubungan secara statistik antara stres dan jenis kelamin ($p>0,05$; OR 0,548) antara stres dan usia ($p>0,05$; OR 1,242), dan antara stres dan tempat tinggal ($p>0,05$; OR 0,725). Frekuensi ujian, hasil ujian tertulis, hasil ujian praktek, kesulitan memahami isi *text book*, dan sulit tidur merupakan sumber stres yang paling sering diantara mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran UHKBP.

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan mahasiswa preklinik di Fakultas Kedokteran UHKBP mengalami persentase stres yang cukup tinggi. Hasil penelitian ini perlu dikaji lebih jauh dengan penelitian-penelitian longitudinal untuk mengidentifikasi persentase stres setiap tahun pendidikan dan intervensi yang sesuai.

Kata Kunci : Stres, Stresor, Mahasiswa Kedokteran, Preklinik.

Abstarct

Background : *Stress is the feeling which is created when a person react to the particular events. Medical students are exposed to diverse varieties of stressor. It is reported during undergraduate medical education stress is related to academic, psychosocial and health related stressor. However, studies about the same are lacking from Faculty of Medicine Universitas HKBP Nommensen. The objective of our study were to assess perceived stress and sources of stress among preclinic medical students at Faculty of Medicine Universitas HKBP Nommensen from batch 2013, 2014 and 2015.*

Method : *This is a cross-sectional study and was conducted at Faculty of Medicine Universitas HKBP Nommensen. Perceived stress was assessed using the Perceived Stress Scale (PSS).*

Questionnaire was pretested and validated. A 30-item questionnaire was used to assess sources of stress.

Results : *The highest percentage of stress was from preclinic medical students batch 2013, that was 62,5%. The difference of percentage of stress between batch 2013, 2014 and 2015 were analyzed using Anova and Post-Hoc, and the result showed that there were significant difference between preclinic medical students from batch 2013 and 2014, between batch 2013 and 2015. There were a statistically insignificant association between stress and gender ($p>0,05$; OR 0,548), between stress and age ($p>0,05$; OR 1,242), and between stress and place to stay ($p>0,05$; OR 0,725). Frequency of examinations, performance in examinations, performance in practicals, difficulty reading text books, and sleeping difficulties were the most frequently sources of stress among preclinic medical students at Faculty of Medicine Universitas HKBP Nommensen.*

Conclusion : *This study suggest that preclinic medical students at Faculty of Medicine Universitas HKBP Nommensen experienced high percentage of stress. This findings should sholud be further explored in longitudinal studies to indentify the percentage of stress every year of study and appropriate interventions.*

Keyword : *Stress, Stressor, Medical Students, Preclinic.*

Pendahuluan

Stres dapat diartikan sebagai persepsi seseorang mengenai suatu kondisi dimana tuntutan yang dihadapi melebihi kemampuan untuk memenuhinya.(1) Setiap orang pasti pernah mengalami stres dan hal ini merupakan suatu reaksi yang normal bagi setiap orang. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami stres.(2) Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa bidang kesehatan seperti bidang kedokteran umum, kedokteran gigi, keperawatan, dan farmasi, memiliki angka kejadian stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa bidang lain.(1) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa persentase kejadian stres pada mahasiswa kedokteran di dunia cukup tinggi. Persentase kejadian stres pada mahasiswa kedokteran di Saudi Arabia sekitar 57% (3), di Nepal sekitar 20,9% (4), di Malaysia sekitar (78,3%) (5), dan di Indonesia tingkat stres ringan sebanyak 35%, stres sedang sebanyak 61%, dan stres berat sebanyak 4% (6).

Perbedaan tingkat stres ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal. Hasil penelitian Hamzah menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran semakin menurun seiring dengan bertambahnya lama studi.(3) Angka kejadian stres pada mahasiswa tahun pertama cukup tinggi dan hal ini perlu mendapat perhatian khusus karena akan beresiko pada timbulnya gejala somatik ataupun gangguan emosi pada tahun-tahun berikutnya.(7) Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki.(8,9) Hal ini dikarenakan mahasiswa perempuan lebih peduli terhadap kerumitan dan kuantitas materi kuliah yang harus dikuasai, selain itu juga mahasiswa perempuan cenderung menaruh ekspektasi yang terlalu tinggi terhadap diri sendiri dan juga cenderung merasa tidak percaya diri terhadap kemampuannya.(7) Penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda dimana tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang bermakna antara mahasiswa laki-laki

dan perempuan.(8–10) Selain faktor perbedaan angkatan kuliah dan jenis kelamin, perbedaan tempat tinggal juga dapat mempengaruhi munculnya stres pada mahasiswa kedokteran. Angka kejadian stres meningkat angkanya menjadi dua kali pada mahasiswa yang tinggal di asrama atau di kos dibandingkan dengan yang tinggal di rumah orang tua.(11)

Fakultas Kedokteran UHKBPB telah berdiri sejak tahun 2009, dan sistem pendidikannya Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK). Metode belajar mengajarnya antara lain kuliah pakar, tutorial, *skills lab*, dan praktikum, dengan rata-rata lama pelaksanaannya minimal 5 jam dalam sehari. Mahasiswa dituntut untuk dapat bertanggungjawab menyelesaikan tugas-tugas secara mandiri dan mampu menyelesaikannya tepat waktu. Selain itu mahasiswa juga akan menghadapi berbagai bentuk ujian, antara lain Ujian Tengah Blok, Ujian Akhir Blok, ujian praktikum, pada setiap blok, dan OSCE pada setiap akhir semester. Mahasiswa dinyatakan lulus dalam blok apabila telah lulus dalam seluruh metode ujian yang diadakan. Padatnya jadwal kuliah, ditambah dengan beban tugas dan ujian dalam setiap blok, dapat menyebabkan mahasiswa-mahasiswi di Fakultas Kedokteran UHKBPB beresiko mengalami stres dan mengenai hal ini belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai perbedaan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran preklinik di Fakultas Kedokteran UHKBPB Medan.

Metode Penelitian

Sampel penelitian ini adalah seluruh mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran UHKBPB angkatan 2013, 2014 dan 2015 yang aktif menjalani perkuliahan, yaitu sebanyak 147 orang. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini adalah *Perceived Stress Scale* (PSS) yang pertama kali digunakan oleh Cohen,dkk. Kuesioner ini terdiri dari 14 pertanyaan yang menggunakan skala *Likert* dengan skala tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering dan sangat sering.(12) Perhitungan skor dilakukan dengan menjumlahkan total poin seluruh jawaban, dimana jawaban tidak pernah diberi nilai 0, sangat jarang diberi nilai 1, kadang-kadang diberi nilai 2, sering diberi nilai 3, dan sangat sering diberi nilai 4. Akan tetapi, khusus untuk pertanyaan no.4, 5, 6, 7, 9, 10, 13 diberi poin dengan cara berkebalikan. Rentang skor yang diperoleh antara 0-56, dimana skor 0-28 termasuk kategori tidak stres, dan skor 28-56 termasuk kategori stres.(13)

Kuesioner mengenai stresor pada mahasiswa kedokteran diadaptasi dari penelitian Shah,dkk.(13) Jumlah total pertanyaan adalah sebanyak 30 stresor yang dikelompokkan menjadi tiga bagian besar yaitu stresor akademik, stresor psikososial, dan stresor yang berhubungan dengan kesehatan. Kuesioner ini menggunakan skala Likert yaitu tidak pernah atau jarang, kadang-kadang, dan sering. Mahasiswa diminta untuk mengisi kuesioner ini sesuai dengan frekuensi terjadinya stresor dalam hidup mereka.

Langkah pertama sebelum kuesioner PSS ini digunakan, dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Pengujian kuesioner dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UHKBPB angkatan 2012 sebanyak 30 orang, karena jumlah ini sudah mendekati kurva normal. Pengujian dilakukan sebanyak dua kali dengan rentang waktu antara pengujian sekitar satu

minggu. Kemudian dilakukan analisa data dengan perangkat lunak komputer untuk menguji validitas dan reliabilitas kuesioner. Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas konstruk yang diukur dengan koefisien korelasi antara skor masing-masing indikator atau item pertanyaan dengan skor totalnya. Item pertanyaan dikatakan valid jika koefisien korelasi (r) > 0,50. Sedangkan pengujian reliabilitas akan dihitung dengan menggunakan formula Cronbach's alpha. Reliabilitas konsistensi internal dapat diterima jika $\alpha \geq 0,6$.

Analisa data penelitian ini akan dilakukan dengan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik usia, jenis kelamin, asal angkatan, tempat tinggal mahasiswa, dan jenis stresor. Analisa bivariat yang digunakan adalah uji *Chi-Square* untuk membandingkan masing-masing asal angkatan, jenis kelamin, usia dan tempat tinggal dengan kejadian stres. Perbedaan tingkat stres antar angkatan akan dianalisa dengan uji statistik *one way Anova* yang akan dilanjutkan dengan uji *Post-Hoc*.

Hasil

Kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) yang digunakan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, kemudian dilakukan uji keterbacaan pada 5 orang mahasiswa kedokteran angkatan 2012. Jenis uji realibilitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *test retest reliability*. Mahasiswa yang dipilih sebagai responden untuk uji reliabilitas adalah mahasiswa angkatan 2012. Jarak antara pengujian reliabilitas adalah 2 minggu. Hasil *Cronbach's Alpha* untuk seluruh butir pertanyaan pada kuesioner sebesar 0,691 atau 69,1%, berarti kuesioner ini reliabel (konsisten). Hasil *cronbach's alpha if item deleted* pada seluruh item pertanyaan memiliki nilai > 0,60, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh item pertanyaan di dalam kuesioner ini reliabel (konsisten). Uji validitas kuesioner PSS pada penelitian ini dilakukan dengan melakukan korelasi antar skor butir pertanyaan dengan total skor variabel. Hasil uji validitas yang diperoleh pada penelitian ini adalah seluruh item pertanyaan memiliki nilai $p < 0,05$, artinya seluruh item pertanyaan dinyatakan valid.

Total seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran UHKBPB angkatan 2013 sampai dengan angkatan 2015 yang aktif menjalani perkuliahan saat penelitian ini dilaksanakan adalah sebanyak 147 orang. Jumlah mahasiswa angkatan 2013 sebanyak 48 orang, mahasiswa angkatan 2014 sebanyak 49 orang dan mahasiswa angkatan 2015 sebanyak 50 orang. Seluruh mahasiswa yang aktif menjalani perkuliahan mengisi kuesioner penelitian dengan lengkap. **Tabel 1** menggambarkan karakteristik mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran UHKBPB yang terbagi berdasarkan kategori jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal, pada masing-masing angkatan.

Tabel 1 Karakteristik Sampel Penelitian

Asal Angkatan	Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Angkatan 2013	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	14	29,2
	Perempuan	34	70,8
	Usia		

	< 21 tahun	28	58,3
	≥ 21 tahun	20	52,6
	Tempat Tinggal		
	Kos	38	79,2
	Rumah orang tua	10	20,8
Angkatan 2014	Jenis kelamin		
	Laki-laki	16	32,7
	Perempuan	33	67,3
	Usia		
	< 21 tahun	44	89,8
	≥ 21 tahun	5	10,2
	Tempat Tinggal		
	Kos	36	73,5
	Rumah orang tua	13	26,5
Angkatan 2015	Jenis kelamin		
	Laki-laki	14	28
	Perempuan	36	72
	Usia		
	< 21 tahun	45	90
	≥ 21 tahun	5	10
	Tempat tinggal		
	Kos	34	68
	Rumah orang tua	16	32

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada **tabel 2**, disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan angka kejadian stres yang signifikan bila dibandingkan antara laki-laki dan perempuan, usia di bawah 21 tahun dan lebih besar sama dengan 21 tahun, dan juga antara mahasiswa yang menetap di kos ataupun yang tinggal di rumah orang tua, dengan nilai $p > 0,05$.

Tabel 2 Gambaran Stres pada Sampel Penelitian

Variabel	Jumlah Kejadian Stres (%)		Mean Skor PSS (SD)	Rasio Odds (R0)	IK 95%	p
	Tidak	Ya				
Jenis kelamin						
Laki-laki	29 (65,9)	15 (34,1)	25,37 (6,7)	0,548	0,2-1,1	0,106
Perempuan	53 (51,5)	50 (48,5)	27,97 (5,7)			
Usia						
< 21 tahun	64 (54,7)	53 (45,3)	27,26 (5,9)	1,242	0,5-2,8	0,602
≥ 21 tahun	18 (45)	12 (30)	27,2 (6,8)			
Tempat tinggal						
Kos	58 (53,7)	50 (46,3)	27,43 (6,1)	0,725	0,3-1,5	0,398
Rumah orang tua	24 (61,5)	15 (38,5)	26,77 (6,2)			

Total mahasiswa yang mengalami stres adalah sebanyak 65 orang (44,3%) dari keseluruhan total responden. Jumlah mahasiswa yang mengalami stres paling banyak ditemukan pada angkatan 2013 yaitu sebanyak 30 orang (62,5%) dengan mean skor PSS paling tinggi yaitu sebesar 29,94 dan angkatan dengan jumlah mahasiswa yang paling sedikit mengalami stres adalah

angkatan 2014 yaitu sebanyak 17 orang (34,7%) dengan mean skor PSS sebesar 25,38 (**Tabel 3**). Hasil uji Anova untuk perbedaan skor PSS antara ketiga angkatan diperoleh hasil $p = 0,001$ ($p < 0,05$), artinya paling tidak terdapat perbedaan skor PSS yang bermakna pada dua kelompok.

Tabel 3 Gambaran Stres antar Angkatan Sampel Penelitian

Asal angkatan	Kejadian stres (%)		Mean Skor PSS (SD)
	Tidak	Ya	
Angkatan 2013	18 (37,5)	30 (62,5)	29,94 (5,15)
Angkatan 2014	32 (65,3)	17 (34,7)	25,38 (6,69)
Angkatan 2015	32 (64)	18 (36)	26,35 (5,53)

Selanjutnya uji Anova dilanjutkan dengan uji Post-Hoc (**Tabel 4**). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa skor PSS antara angkatan 2013 dan 2014, antara angkatan 2013 dan 2015 berbeda secara bermakna dengan nilai $p < 0,05$. Sementara perbandingan skor PSS antar angkatan 2014 dan 2015 memiliki perbedaan yang tidak bermakna secara statistik karena nilai $p > 0,05$.

Tabel 4 Hasil Analisis *Post-hoc* LSD Perbedaan Tingkat Stres antar Angkatan

Skor PSS antar Angkatan	Perbedaan rerata	IK 95%		P
		Minimum	Maksimum	
2013 vs 2014	4,427	2,09	6,76	< 0,005
2013 vs 2015	3,558	1,23	5,88	< 0,005
2014 vs 2015	-0,87	-3,18	1,44	> 0,005

Kuesioner yang digunakan untuk menilai jenis stresor pada penelitian ini membagi stresor pada mahasiswa kedokteran menjadi 3 bagian besar yaitu stresor akademik, stresor psikososial dan stresor yang berhubungan dengan kesehatan. Stresor akademik yang paling sering pada mahasiswa angkatan 2013 adalah kekhawatiran mengenai masa depan menjadi seorang dokter (60,4%), kurangnya waktu untuk liburan (52,1%), dan hasil ujian tertulis (50%), stresor psikososial yang paling sering berupa sulit memahami isi *text book* (54,2%) dan masalah keuangan (54,2%), stresor yang berhubungan dengan kesehatan yang paling sering adalah sulit tidur (33,3%). Hasil kuesioner stresor pada angkatan 2014, stresor akademik yang paling sering pada mahasiswa angkatan 2014 adalah frekuensi ujian (42,9%), hasil ujian praktek (40,8%), dan kurikulum akademik (40,8%), sedangkan stresor psikososial yang paling sering adalah sulit memahami isi *text book* (38,8%) dan jarang bertemu dengan keluarga (38,8%), stresor yang berhubungan dengan kesehatan yang paling sering adalah sulit tidur (36,7%). Sedangkan hasil yang diperoleh pada angkatan 2015, hasil ujian tertulis (68%), frekuensi ujian (48%), dan hasil ujian praktek (42%), sedangkan stresor psikososial yang paling sering adalah keuangan (34%) dan sulit memahami isi *text book* (32%), stresor yang berhubungan dengan kesehatan yang paling sering adalah sulit tidur (26%)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa-mahasiswa bidang kesehatan seperti, kedokteran umum, kedokteran gigi, keperawatan, farmasi, memiliki angka kejadian stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari bidang lain. Tingginya prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan gangguan perilaku, menurunnya kemampuan belajar mahasiswa dan pada akhirnya dapat mempengaruhi karirnya sebagai seorang dokter.(9) Persentase kejadian stres pada penelitian ini adalah sebanyak 65 orang (44,3%) dari keseluruhan total mahasiswa preklinik angkatan 2013 sampai dengan angkatan 2015 di Fakultas Kedokteran UHKBP. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian pada mahasiswa kedokteran di Malaysia yaitu sebesar 41,9% (14), akan tetapi lebih tinggi bila dibandingkan dengan persentase stres pada mahasiswa kedokteran di Inggris yaitu sebanyak 31,2%.(10) Hal ini dapat disebabkan oleh perbedaan instrumen yang digunakan. Pada penelitian ini digunakan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS) untuk menilai tingkat stres mahasiswa. Pemilihan dari kuesioner ini karena bila ditinjau dari reliabilitas dan validitasnya kuesioner ini memiliki angka yang cukup tinggi, selain itu juga kuesioner ini dapat diterapkan pada ruang lingkup yang lebih luas dengan tipe responden yang berbeda.(12)

Penemuan yang cukup menarik pada penelitian ini adalah, persentase stres paling tinggi ditemukan pada angkatan yang paling senior, angkatan 2013, yaitu sebanyak 30 orang (62,5%) dan hasil ini setelah diuji dengan uji Post-Hoc berbeda cukup signifikan ($p < 0,05$) bila dibandingkan dengan persentase stres pada angkatan 2014 dan 2015. Sementara itu perbandingan persentase stres antara angkatan 2014 dan 2015 tidak berbeda secara signifikan ($p > 0,05$) (**Tabel 3** dan **Tabel 4**). Hasil ini sejalan dengan penelitian di Fakultas Kedokteran, University of Turku, Finland, dimana persentase stres pada mahasiswa ditemukan paling tinggi pada angkatan tahun terakhir yaitu sebesar 47%.(7) Bertolak belakang dengan hasil penelitian ini, menurut Abdulghani, dkk, persentase stres mahasiswa kedokteran semakin menurun seiring dengan bertambahnya masa studi. Jumlah mahasiswa angkatan pertama yang mengalami stres lebih banyak karena pada tahun pertama mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan yang jauh berbeda dibandingkan dengan masa sekolah dan sebagian besar tinggal jauh dari orang tua.(3) Sementara mahasiswa yang lebih senior lebih mampu beradaptasi dan mengatasi kondisi stres dalam dunia pendidikan kedokteran.(15)

Hal-hal yang mungkin berpotensi menjadi stresor pada mahasiswa angkatan 2013 dari sisi akademik antara lain kekhawatiran mengenai masa depan menjadi seorang dokter (60,4%), kurangnya waktu untuk liburan (52,1%), dan hasil ujian tertulis (50%), sedangkan stresor psikososial yang paling sering berupa sulit memahami isi *text book* (54,2%), masalah keuangan (54,2%), dan stresor yang berhubungan dengan kesehatan yang paling sering adalah sulit tidur (33,3%). Saat penelitian berlangsung, mahasiswa angkatan 2013 sedang menjalani blok sistem gawat darurat dan sekaligus mempersiapkan Karya Tulis Ilmiah (KTI) sebagai salah satu syarat sebelum memasuki dunia koas. Beban akademik ini ditambah lagi persiapan memasuki tahap

pendidikan yang lebih tinggi dapat menjadi salah satu penyebab tingginya angka kejadian stres pada mahasiswa angkatan ini.

Pada penelitian ini, persentase stres pada mahasiswa perempuan ditemukan sedikit lebih tinggi yaitu sebanyak 48,5% dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki sebanyak 34,1%, dan menurut uji *Chi-Square* perbedaan keduanya tidak bermakna ($p > 0,005$) (**Tabel 2**). Hasil ini sejalan dengan penelitian Niemi, dkk, Mostafa dkk, dimana jenis kelamin bukan merupakan faktor utama pemicu munculnya stres pada mahasiswa (7,16), akan tetapi hal ini bertolak belakang dengan penelitian Abdhulgani, dkk, dan Sani, dkk (3,8). Menurut penelitian Niemi, dkk, mahasiswa perempuan menunjukkan kecenderungan mengalami peningkatan stres pada awal pendidikan dimana pada fase itu terjadi transisi sistem pendidikan dan lingkungan belajar. Sementara mahasiswa laki-laki cenderung mengalami stres setelah pendidikan berjalan beberapa semester, dimana pengetahuan dan informasi yang harus dikuasai semakin bertambah dan kompetisi di antara sesama mahasiswa semakin ketat.(7) Pada penelitian ini, kecenderungan peningkatan atau penurunan stres pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin tiap tahunnya tidak dapat terlihat karena penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional*.

Perbedaan angka kejadian stres pada mahasiswa bila dibedakan menurut usia menunjukkan hasil bahwa mahasiswa yang mengalami stres yang berusia kurang dari 21 tahun sedikit lebih banyak (45,3%) dibandingkan dengan mahasiswa yang berusia lebih besar sama dengan 21 tahun, dan perbedaan keduanya tidak bermakna secara statistik ($p > 0,05$) (**Tabel 2**). Usia bukan merupakan faktor pemicu munculnya stres, stres dapat menyerang segala usia dari waktu ke waktu.(17) Sedangkan menurut hasil penelitian Nauman, dkk, angka kejadian depresi pada mahasiswa kedokteran cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia. Kematangan usia membuat mahasiswa lebih berpengalaman dalam menghadapi stres.(15)

Latar belakang mahasiswa Fakultas Kedokteran UHKBPN sebagian besar berasal dari luar kota Medan, sehingga sekitar 73,5% responden bertempat tinggal di kosan. Akan tetapi berdasarkan hasil pada **tabel 2**, tidak terdapat perbedaan angka kejadian stres pada mahasiswa yang tinggal di rumah orang tua dan yang menetap di kos-kosan ($p > 0,05$), ditambah lagi bahwa salah satu stresor psikososial, jarang bertemu keluarga, pada hasil kuesioner ketiga angkatan, tidak termasuk pada tiga stresor teratas yang sering dialami mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sani, dkk, bahwa tempat tinggal bukan merupakan salah satu faktor pemicu stres.(8) Sedangkan menurut Shah, dkk, angka kejadian stres meningkat menjadi dua kali pada mahasiswa yang tinggal di asrama atau di kos dibandingkan dengan yang tinggal di rumah orang tua.(13)

Pada hampir sebagian besar fakultas kedokteran, lingkungan pendidikan di fakultas itu sendiri yang dinilai paling sering menjadi pemicu stres pada mahasiswa-mahasiswa kedokteran, seperti peraturan yang sangat ketat, hubungan antar mahasiswa yang dinilai lebih mengarah kepada persaingan dibandingkan kerjasama antar calon teman sejawat.(18) Stresor yang dialami oleh responden pada penelitian ini berbeda-beda pada ketida angkatan. Stresor akademik yang

paling sering dialami oleh mahasiswa pada ketiga angkatan adalah hal-hal yang berkaitan dengan asesmen yaitu frekuensi ujian dan hasil ujian baik ujian tertulis maupun ujian praktek. Penelitian-penelitian sebelumnya juga melaporkan hal yang sama, bahwa stresor akademik yang paling sering adalah pelaksanaan ujian.(12,14) Ujian merupakan salah satu komponen penting sistem evaluasi di dunia kedokteran. Ujian dapat memberikan *feedback* bagi mahasiswa maupun para dosen mengenai proses belajar mengajar yang sudah berjalan selama ini.(13) Pelaksanaan ujian di Fakultas Kedokteran UHKBPB terdiri dari ujian tertulis (ujian tengah blok, ujian akhir blok), ujian praktek (ujian praktikum, OSCE), yang dilaksanakan rutin pada setiap blok. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa diperlukan adanya reevaluasi mengenai sistem asesmen di Fakultas Kedokteran UHKBPB, agar tidak terlalu menimbulkan stres bagi mahasiswa.

Faktor pemicu stres lainnya pada responden penelitian ini adalah stresor psikososial. Terdapat perbedaan jenis stresor yang dialami responden pada masing-masing angkatan, akan tetapi poin yang dinilai paling sering menimbulkan stres oleh seluruh responden adalah sulitnya memahami isi *text book*. Sebagian besar *text book* yang digunakan dalam proses pembelajaran di fakultas kedokteran menggunakan bahasa pengantar berupa bahasa inggris. Sulitnya memahami isi *text book* sedikit banyak akan berpengaruh pada pencapaian akademik. Fakultas Kedokteran UHKBPB sendiri sebenarnya telah menambahkan mata kuliah bahasa inggris sejak awal semester, akan tetapi hasil penelitian ini menunjukkan metode ini belum cukup membantu mahasiswa. Pelaksanaan tes kemampuan bahasa inggris secara berkala, menambahkan jam untuk menelaah jurnal berbahasa inggris pada kurikulum, lebih memperbanyak referensi *text book* berbahasa inggris di perpustakaan, dapat menjadi pertimbangan untuk membantu mahasiswa Fakultas Kedokteran UHKBPB dalam proses belajar mengajar.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan mahasiswa preklinik di Fakultas Kedokteran UHKBPB mengalami persentase stres yang cukup tinggi. Hasil penelitian ini perlu dikaji lebih jauh dengan penelitian-penelitian longitudinal untuk mengidentifikasi persentase stres setiap tahun pendidikan dan intervensi yang sesuai.

Referensi

1. Dutta A, Pyles M, Miederhoff P. Stres and Mental Health of College Students. Med Educ Online. New York: Nova Science Publishers; 2006;3:1–28.
2. D’Zurilla T, Sheedy C. No Title. J Personal Soc Psycho. 1991;61(5):641646.
3. Abdulghani HM. Stres and Depression among Medical Students : a cross Sectional Study at a Medical College in Saudi Arabia. Park J Med Sci. 2008;24(1):12–7.
4. Sreeramareddy CT, Shankar PR, Binu VS, Mukhopadhyay C, Ray B, Menezes RG.

- Psychological morbidity , sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal. *BMC Med Educ.* 2007;8(7):1–8.
5. Rahman NIA, Ismail S, Nur T, Binti A, Seman T, Farah N, et al. Stress Among Preclinical Medical Students of University Sultan Zainal Abidin. *J Appl Pharm Sci.* 2013;3(11):76–81.
 6. Pathmanathan V V, Husada MS. Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012 / 2013. Universitas Sumatera Utara; 2013.
 7. Niemi PM, Vainioma PT. Medical students ' distress – quality , continuity and gender differences during a six-year medical programme. *Med Teach.* 2006;28(2):136–41.
 8. Sani M, MS M, Bani I, AH A, D A, NY A, et al. Prevalence of stress among medical students in Jizan University , Kingdom of Saudi Arabia. *Gulf Med J.* 2012;1(1):19–25.
 9. Abdulghani HM, Alkanhal AA, Mahmoud ES, Ponnampereuma GG, Alfaris EA. Stress and Its Effects on Medical Students : A Cross-sectional Study at a College of Medicine in Saudi Arabia. *J Heal Popul Nutr.* 2011;29(5):516–22.
 10. Firth J. Contemporary Themes Levels and sources of stress in medical students. *Br Med J.* 1986;292(3):1177–80.
 11. Shah C, RS T, Diwan J, Anand A. Common Stressors and Coping of Stress by medical Students. *J Clin Diagnostic Res.* 2009;3(4):1621–6.
 12. Cohen S. A Global Measure of Perceived Stress. *J Health Soc Behav.* 1983;24(4):385–96.
 13. Shah M, Hasan S, Malik S, Sreeramareddy CT. Perceived Stress, Sources and Severity of Stress among Medical Undergraduates in a Pakistani Medical school. *BMC Med Educ.* 2010;10(2):1–8.
 14. Sherina MS, Rampal L, Kaneson N. Psychological Stress Among Undergraduate Medical Students. *Med J Malaysia.* 2004;59(2):207–11.
 15. Jadoon NA, Yaqoob R, Raza A, Shehzad MA, Choudhry ZS. Anxiety and depression

- among medical students : A cross-sectional study. J Pak Med Assoc. 2010;60(8):699–702.
16. Amr M, Hady A, Gilany E, El-hawary A. Does Gender Predict Medical Students ' Stress in Mansoura , Egypt ? Med Educ Online. 2008;13(12):1–8.
 17. DS B, S A. Addressing medical student ' s stress. Kathmandu Univ Med J. 2007;5(20):600–1.
 18. Styles WM. Stress in undergraduate medical education: “the mask of relaxed brilliance.” Br J Gen Pract. 1993;46–7.