

## Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Angkatan 2021 Pada Masa Pandemi Covid-19

Annisa Putri Komala Sari<sup>1</sup>|Aquamarine L.P.W<sup>2\*</sup>|Berliana Deswita Ardana<sup>3</sup>| Dian Nila Lestari<sup>4</sup> |Oktaviana Dewi Meilani<sup>5</sup> | Satria Devanda P.M<sup>6</sup>

<sup>1</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa.

<sup>2</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

<sup>3</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

<sup>4</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

<sup>5</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

<sup>6</sup> D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa

\* D3 Koresponden penulis : aquamarine\_lpw@udb.ac.id

### ABSTRACT

*On March 11, 2020, the World Health Organization (WHO) declared the Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) a global pandemic. The government provides a policy of limiting activities outside the home, so school activities are suspended. Several studies have shown that this change in teaching and learning habits creates obstacles that will trigger stress in students. New students have their own stress load, such as adjusting to the environment and lecture activities. To describe the stress level of students in the 2021 batch of learning activities at the Faculty of Health Sciences, Duta Bangsa University during the Covid-19 Pandemic. This study used an observational-descriptive method with a cross sectional approach. The data used is primary data, taken from the Indonesian version of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). The research population is the entire batch of 2021 with a total sampling technique of sampling. This study found the results that the majority of students experienced moderate stress as many as 45 people (54.22%), 15 people mild stress (18.07%), 22 people stressed (26.51%) and very stressed 1 person (1.20%). In this study, most of the 2021 students of the Faculty of Health Sciences, Duta Bangsa University experienced moderate stress.*

**Keywords:** *College, student stress, covid-19*

Jurnal Keperawatan Duta Medika diterbitkan oleh Universitas Duta Bangsa Surakarta.

Website: ojs.udb.ac.id

### Pendahuluan

Sejak Desember 2019, *World Health Organization* (WHO) mengkonfirmasi adanya virus varian baru yang ditemukan di Kota Wuhan, Provinsi Hubei China yaitu *Coronavirus disease 2019* (Covid-19). Tanda dan gejala awal yang umum seperti flu, batuk dan demam membuat beberapa masyarakat tidak sadar akan virus ini sehingga semakin banyak masyarakat yang terpapar dan terinfeksi Covid-19.

Pemerintah membuat berbagai kebijakan agar menghindari penularan virus Covid-19. Kebijakan awal pemerintah ialah dibentuknya gugus tugas percepatan penanganan Covid-19. Langkah strategis pemerintah terutama di bidang kesehatan seperti adanya rumah sakit rujukan pasien Covid-19 di setiap daerah dan dilakukannya kampanye protokol kesehatan 3M

(memakai Masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak).

Pendidikan di Indonesia pun menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat adanya pandemi Covid-19. Dengan adanya pembatasan interaksi, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbud Ristek) mengeluarkan kebijakan yaitu sistem belajar di sekolah yang sebelumnya Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) secara tatap muka diganti dengan sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).

Sistem pembelajaran jarak jauh yang menggunakan teknik dalam jaringan (daring) ini juga dapat menyebabkan hambatan. Hambatan yang mahasiswa rasakan saat belajar menggunakan teknik daring memperlihatkan kendala yang terjadi pada mahasiswa selama proses

belajar seperti kurangnya pemahaman tentang sistem belajarnya. Perubahan juga terjadi pada jumlah tugas kuliah yang lebih dari biasanya, hal ini menimbulkan kelelahan pada mahasiswa. Dari strategi pembelajaran yang digunakan, maka kendala baik dari dalam maupun luar akan secara positif menghambat proses pembelajaran mahasiswa yang tentunya akan memicu stres pada mahasiswa.

Tahun ajaran baru 2021/2022, mahasiswa yang masuk ke perguruan tinggi langsung dihadapi dengan pembelajaran secara daring. Fakultas Kesehatan Universitas Duta Bangsa sudah melakukan proses belajar menggunakan metode daring sejak April 2020. Mahasiswa baru tahun 2021 pada fakultas kesehatan mengalami perubahan metode pembelajaran yang signifikan dari *Teacher Centered Learning* (TCL) secara daring menjadi *Student Centered Learning* (SCL) secara daring. Keadaan ini tentunya memberikan tekanan yang besar bagi mahasiswa.

Suatu penelitian yang membandingkan tingkat kecemasan antara mahasiswa di Fakultas Kesehatan didapatkan hasilnya bahwa 15 orang dari 60 mahasiswa semester 1 memiliki tingkat kecemasan yang tinggi (25,0%), sedangkan sisanya mendapatkan gangguan cemas yang lebih rendah yaitu pada mahasiswa semester VI yang berjumlah 7 orang dari 60 mahasiswa (11,7%).

Pada suatu penelitian ditemukan 61% dengan tingkat baik dan 39% dengan tingkat buruk dalam penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. Dan ditemukan 49% derajat stres tinggi, dan 59% derajat stres rendah pada mahasiswa baru Fakultas Kesehatan. Dengan begitu pada penelitian yang melibatkan mahasiswa baru Fakultas Kesehatan ditemukan derajat stres mahasiswa tahun pertama lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa tahun kedua, ketiga dan keempat. Kemungkinan beberapa mahasiswa menilai perguruan tinggi sebagai lingkungan baru bukan merupakan situasi yang *stressful* sifatnya. Namun ada pula beberapa mahasiswa yang mungkin menilai situasi tersebut sebagai sesuatu yang *stressful*, tetapi mampu

meminimalisir situasi *stressful* dengan menerapkan *coping skills* yang efektif.

Menurut latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama terhadap aktivitas pembelajaran saat masa pandemi Covid-19 yang akan dilakukan di Fakultas Kesehatan Universitas Duta Bangsa terhadap mahasiswa Angkatan 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres terhadap aktivitas pembelajaran di masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa tahun pertama yaitu Angkatan 2021 di Fakultas Kesehatan Universitas Duta Bangsa.

Stres dapat diartikan sebagai respons tubuh terhadap tekanan. Banyak keadaan, kejadian serta situasi yang tidak terduga dalam kehidupan menyebabkan munculnya stres. Stres dipicu ketika mengalami sesuatu yang baru, tidak terduga atau yang mengancam diri seseorang, ataupun ketika merasa memiliki sedikit kendali atas suatu situasi tersebut. Tingkat stres dapat dibagi menjadi tiga yaitu ringan, sedang dan berat. Stres dapat disebabkan oleh faktor fisik dan biologis, faktor psikologis dan faktor sosial. Perbedaan stres berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki merasa lebih tenang ketika mendapatkan tantangan dan kesulitan dalam belajar. Sedangkan mahasiswa perempuan merasa stres ketika mendapatkan tugas yang banyak. Mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga yang setingkat dengan perguruan tinggi.

Pembelajaran yang berhasil akan memberikan kesempatan yang berharga kepada seseorang untuk belajar mandiri atau melakukan latihan sendirian. Sistem pembelajaran yang dilakukan di kelas dengan guru maupun tutor adalah gerakan untuk mengubah informasi, mentalitas, dan kemampuan agar menjadi lebih baik. Aktivitas merupakan pedoman atau standar yang penting dalam menjalin kerjasama pengajaran dan pembelajaran. Ketika proses belajar terjadi siswa dapat memberikan masukan kepada pengajar.

Latihan belajar dapat juga melatih fisik dan mental, dalam latihan pembelajaran keduanya saling terkait.

### Metode

Penelitian ini menggunakan observasional-deskriptif dengan desain penelitian potong lintang (cross sectional) dan menggunakan data primer. Waktu penelitian pada bulan September sampai Desember 2021 di Fakultas Kesehatan Universitas Duta Bangsa yang berlokasi di jalan K.H Samanhudi No 93, Sondakan, Laweyan, Surakarta.

Penelitian ini menggunakan total sampling, jadi seluruh mahasiswa Angkatan 2021 yang berjumlah 83 orang menjadi responden pada penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan dengan

menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ)

### Hasil dan Diskusi

Berdasarkan tabel di bawah didapatkan bahwa mayoritas jenis kelamin pada responden penelitian adalah perempuan, yaitu 52 orang (62,65%) sedangkan laki-laki berjumlah 31 orang (37,35%). Rata-rata usia dari responden ialah 18 tahun.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden**

Karakteristik (n=28)	f(%)
<b>Jenis Kelamin</b>	
Laki-laki	31 (37,35%)
Perempuan	52 (62,65%)
<b>Usia</b>	
Median	18
(Min-Max)	17-20

Pada penelitian ini ditemukan mahasiswa dengan kondisi stres ringan memiliki persentase sebanyak 15 orang (18,07%). Kondisi stres sedang sebanyak 45 orang (54,22%). Kondisi stres berat ditemukan sebanyak 22 orang (26,51%), dan untuk kondisi stres sangat berat sebanyak 1 orang (1,20%).

untuk melihat tingkat stres dan stressornya pada mahasiswa rekam medis. Pernyataan pada kuesioner berupa pernyataan positif / *favorable* dengan lima pilihan jawaban yaitu skor 4 untuk pilihan jawaban sangat banyak menimbulkan stres, skor 3 untuk pilihan jawaban sangat menimbulkan stres, skor 2 untuk pilihan jawaban cukup menimbulkan stres, skor 1 untuk pilihan jawaban sedikit menimbulkan stres dan skor 0 untuk pilihan jawaban tidak menimbulkan stres. Kuesioner telah teruji validitas dan reliabilitas dengan nilai koefisien alfa Cronbach adalah 0,95 (>0,6).

Pengolahan data dan analisis data yang dipakai pada penelitian ini ialah secara statistik deskriptif yang mana hasil penyampaian data berupa frekuensi dan persentase lalu akan dipaparkan dalam bentuk distribusi tabel atau diagram.

**Tabel 2. Tingkat Stres Mahasiswa Baru**

Tingkat Stres	Frekuensi	Persen
Ringan	15	18,07
Sedang	45	54,22
Berat	22	26,51
Sangat Berat	1	1,20
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100</b>

Hasil uji terhadap tingkat stres mahasiswa rekam medis saat aktivitas pembelajaran pada masa pandemi Covid-19 berdasarkan keenam kelompok penyebab stres (*stressor*) ditampilkan pada tabel 3 di bawah. Pada penelitian ini didapatkan bahwa tingkat stres terkait akademik paling banyak dialami adalah stres sedang yaitu 37 responden (44,58%), sedangkan stres sangat berat dialami 8 responden (9,64%).

Pada tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal dijumpai stres ringan sebanyak 24 responden (28,92%), untuk kondisi stres sedang sebanyak 31 responden (37,35%). Kondisi stres berat terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal dijumpai 21 responden (25,30%) dan stres sangat berat sebanyak 7 responden (8,43%). Pada tingkat stres terkait hubungan belajar mengajar dijumpai stres ringan sebanyak 28 responden (33,73%), untuk kondisi stres sedang sebanyak 31 responden (37,35%). Kondisi stres berat terkait hubungan belajar

mengajar dijumpai 22 responden (26,51%) dan stres sangat berat sebanyak 2 responden (2,41%). Pada tingkat stres terkait hubungan sosial dijumpai stres ringan sebanyak 28 responden (33,73%), untuk kondisi stres sedang sebanyak 39 responden (46,99%). Kondisi stres berat terkait hubungan sosial dijumpai 16 responden (19,28%) dan kondisi stres sangat berat tidak ditemukan.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih ditujukan kepada fakultas ilmu kesehatan universitas duta bangsa khususnya mahasiswa jurusan rekam medis

### Kesimpulan dan Saran

Pada masa pandemi, mayoritas mahasiswa baru Fakultas Kesehatan mengalami stres pada tingkat sedang. Penyebab mahasiswa baru tersebut mengalami stres adalah terkait dengan akademik, hubungan intrapersonal dan interpersonal, hubungan belajar mengajar, hubungan sosial, dorongan dan keinginan serta aktivitas kelompok.

### Daftar Pustaka

- Bariyyah K, Latifah L. Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kanjuruhan Malang. *Foreign Aff.* 2015;1(1):270.
- Chandratika D, Purnawati S. Gangguan Cemas Pada Mahasiswa Semester I Dan Vii Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Med Udayana.* Published online 2014:1-12.
- Content R. What is stress? *Ment Heal Found.* Published online 2021.
- Hadistya Hakimia Sekh, Novitasari A, Romadhoni. Semarang Description Of Stress In First Year Students In The Faculty Of serta perbedaan kultur dan budaya yang dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa .( Shamsuddin et al . , 2013 ) Menurut ( Yaribeygi et al . , 2017 ) Stres merupakan respon tubuh terhadap. Published online 2020.
- Inama S. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi Covid-19. Published online 2021:46.
- Kemendikbud-Ristek. Pelaksanaan Pembelajaran Tahun Ajaran Baru 2021 / 2022 Mengacu pada. Published online 2020:41864.
- Keppres RI. Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2020 Tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Keputusan Pres. 2020;2019(February 2019):1-13.
- Kumari A, Singh SB, Mahajan S, et al. Stress Assessment in Mbbs First Year Students Before and After Stress Management Training During Covid-19 Lockdown: a North Indian Study. *Int J Med Biomed Stud.* 2020;4(9).
- Maulina B, Sari DR. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *J Psikol Pendidik dan Konseling J Kaji Psikol Pendidik dan Bimbing Konseling.* 2018;4(1):1.
- Papilaya JO, Huliselan N. Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *J Psikol Undip.* 2016;15(1):56.
- Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas
- Rahmi, Rani S (2020). hambatan pembelajaran daring.
- Sardiman AM. Interaksi & motivasi belajar mengajar. Published online 2020.
- WHO. Wuhan 2019 Novel Coronavirus - 2019-nCoV. *Mater Methods.* 2020;10 (JANUARY):1-5.
- Yamin M. Strategi pembelajaran berbasis kompetensi. Published online 2005.
- Yusoff MBS. The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual An explanatory guide on stress and stressors in medical study to help you. *KKMED Publ.* 2010;(February 2010):12.
- Yusuf S, Hygiene LNM. Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian

Psikologi dan Agama. Bandung  
Pustaka Bani Quraisy. Published  
online 2004.