Perbandingan *Stress*or Terkait Hubungan Interpersonal dan Intrapersonal serta Kegiatan Belajar-Mengajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UNISBA Tahun Akademik 2022/2023

Shofiya Masarati Nurfu'adia*, Susan Fitriyana, Abdul Hadi Hassan

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*shofiyamn@gmail.com, susanfitriyananugraha@gmail.com, abdulhadihassan02@gmail.com

Abstract. Interpersonal and intrapersonal relationships, as well as teaching and learning activities in the medical school academic environment, can be a source of stress for UNISBA Medical Faculty students. This study aims to determine the comparison of stress levels based on stress sources associated with intrapersonal and interpersonal relationships and teaching and learning activities for students for the 2022-2023 academic year at the UNISBA Faculty of Medicine. The form of this research is a quantitative study using a descriptive analytic method and a cross-sectional approach for the period March–December 2022. Univariate and bivariate with the Pearson Chi-square test are used as data analysis tools. Students from the first to fourth years of FK UNISBA were chosen as a sample using stratified random sampling (294 respondents). The Medical Student Stressor Questionnaire was used in this study to categorize stress levels into four categories: mild, moderate, severe, and very severe stress, as well as stressors into IRS and TLRS. The results of this study indicated that there was no significant difference between the IRS and TLRS groups with a p-value > 0.05. The majority of FK UNISBA students from all levels I to IV experience moderate to severe stress related to stressors caused by intrapersonal and interpersonal relationships as well as related to teaching and learning activities. The proportion of levels and sources of stress related to the IRS and TLRS groups also decreased for students from level I to level IV.

Keywords: *Medical Faculty Students, Stressor, Intrapersonal and Interpersonal Related Stressor, Teaching and Learning Related Stressor.*

Abstrak. Hubungan interpersonal dan intrapersonal, serta kegiatan belajar-mengajar di lingkungan akademik fakultas kedokteran dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran UNISBA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan tingkat stres berdasarkan sumber stres yang terkait dengan hubungan intrapersonal dan interpersonal serta kegiatan belajar mengajar pada Mahasiswa Tahun Akademik 2022/2023 di Fakultas Kedokteran UNISBA. Bentuk penelitian ini adalah penelitian kuantitatif memakai metode deskriptif analitik dan pendekatan *cross sectional* periode Maret – Desember 2022. Univariat dan bivariat dengan uji *Pearson Chi-square* digunakan sebagai alat analisis data. Mahasiswa FK UNISBA Tahun ke 1 sampai dengan 4 sebagai sampel serta dipilih menggunakan *stratified random sampling* (294 responden). Penelitian ini menggunakan kuisioner *Medical Student Stressor Questionnaire* untuk pengelompokan tingkat stres menjadi empat yaitu *stress* ringan, sedang, berat dan sangat berat serta pengelompokan *stress*or menjadi IRS dan TLRS. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan mencakup kelompok IRS maupun TLRS dengan p-value > 0.05. Mahasiswa FK UNISBA dari semua tingkatan I sampai IV mayoritas mengalami stres sedang sampai berat yang terkait dengan *stress*or yang disebabkan oleh hubungan intrapersonal dan interpersonal serta terkait kegiatan belajar-mengajar. Proporsi tingkat dan sumber stres terkait kelompok IRS dan TLRS juga semakin menurun pada mahasiswa tingkat I sampai tingkat IV.

Kata Kunci: *Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Stressor, Intrapersonal And Interpersonal Related Stressor, Teaching And Learning Related Stressor.*

Corresponding Author
Email: susanfitriyananugraha@gmail.com

A. Pendahuluan

Stress merupakan respon tubuh terhadap suatu tuntutan yang melebihi kemampuan seseorang untuk memenuhinya.1 Stres dapat muncul karena ada suatu hubungan antara manusia dan lingkungannya yang tidak seimbang dan dapat membahayakan kesehatan. 3 Gangguan mental masih menjadi masalah yang signifikan di Indonesia, dampaknya yang luas pada bidang Kesehatan, sosial, hak asasi manusia serta sektor ekonomi menjadi perhatian tersendiri. 2,3

Mahasiswa kedokteran sangat rentan mengalami *stress* begitupun mahasiswa kedokteran Indonesia. Penelitian yang dilakukan di Universitas Andalas menunjukkan bahwa Mahasiswa Fakultas Kedokteran mengalami stres sedang sampai berat sebanyak 48,4% dan 51,6%.4 Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 4 mayoritas mengalami stres sedang yaitu sebanyak 60% dan 87,5%.5 Data penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran di Indonesia cukup tinggi.

Stres yang dialami oleh Mahasiswa Fakultas Kedokteran seringkali diabaikan dan tidak tertangani, sehingga stres dapat menimbulkan berbagai dampak negatif seperti mengganggu kapasitas belajar, kinerja akademik dan dan pencapaian pendidikan.6 Tidak hanya dari sisi akademik tetapi dampak negatif juga dapat terjadi dari sisi kesehatan fisik maupun mental. Dampak negatif masih dapat dicegah dengan mengetahui sumber atau penyebab stres.7,8 Berbagai perbedaan antara mahasiswa kedokteran dengan mahasiswa pendidikan pada umumnya memicu berbagai sumber *stress*. Mulai dari motivasi, lamanya studi, banyaknya materi pembelajaran yang menyebabkan pengaturan jadwal harian yang tidak efisien, bahan pembelajaran yang kurang, acuan referensi yang minim, kurangnya kemampuan mengajar dosen, serta minim *feedback* yang diberikan dosen. Hal-hal tersebut terkait dengan sumber stres intrapersonal dan interpersonal serta kegiatan belajar-mengajar, yang menurut beberapa penelitian merupakan sumber *stress* utama pada mahasiswa kedokteran.9,10

Beberapa universitas telah melakukan penelitian terkait tingkat dan sumber stres pada mahasiswa FK dengan menggunakan MSSQ yang telah membagi tingkat dan sumber stres ke dalam beberapa kelompok. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tahun pertama dan terakhir di FK Universitas Riau menunjukkan 57,23% mahasiswa mengalami stres sedang yang mayoritas disebabkan oleh *stress*or terkait kegiatan belajar-mengajar.4 Mahasiswa FK tahun pertama memiliki sumber stres lebih tinggi dibandingkan tingkat lainnya. Hal ini diakibatkan oleh kemampuan dan bakat, perilaku individu, kekhawatiran terhadap hasil ujian hingga interaksi dengan lingkungan baru.5,11

Penelitian lainnya yang dilakukan di salah satu Universitas Swasta di Jawa Tengah yang menyimpulkan bahwa sumber *stress* yang sangat berpengaruh berdasarkan tingkat *stress* pada mahasiswa kedokteran di tahun keempat adalah kegiatan belajar-mengajar. Adanya faktor perubahan sistem pembelajaran dari luring menjadi daring menjadi alasan kuat munculnya sumber *stress* tersebut.12

Berdasarkan penelitian pada tingkat akhir mahasiswa kedokteran di salah satu universitas India menunjukkan sumber stres intrapersonal dan interpersonal cukup tinggi pada perempuan maupun laki- laki (29% dan 25%) dengan kategori derajat *stress* sedang-berat menjadi yang paling tinggi sebesar 54%.17 Kondisi ini terjadi akibat adanya perasaan tertantang ataupun merasa lebih terbebani dalam menjalankan kegiatan pembelajaran dengan kapasitas yang melebihi kemampuan dari penyesuaian masing – masing individunya.17, 18,19

Berdasarkan penelitian – penelitian tersebut dapat disimpulkan dari keenam sumber *stress* MSSQ bahwa hubungan interpersonal dan intrapersonal serta proses belajar mengajar dari beberapa universitas di Indonesia dapat menjadi penyebab utama terjadinya *stress* pada mahasiswa FK. Berbagai faktor mulai dari kurangnya motivasi dalam diri hingga peralihan sistem belajar luring ke daring dapat menjadi *stress*or tersendiri bagi mahasiswa FK, tak terkecuali pada mahasiswa FK Unisba.

Berdasar atas hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbandingan *Stress*or Terkait Hubungan Interpersonal dan Intrapersonal Serta Kegiatan Belajar-Mengajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UNISBA Tahun Akademik 2022/2023.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analisis dengan pendekatan *cross-sectional*. Data yang digunakan adalah data primer berupa kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* yang sudah divalidasi serta diisi oleh 294 orang responden pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UNISBA tahun akademik 2022/2023 yang dipilih secara *stratified random sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan September–Desember 2022 di Fakultas Kedokteran UNISBA, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu mahasiswa yang bersedia mengisi kuisioner dan ikut serta dalam penelitian juga mahasiswa yang terdaftar dan aktif di Fakultas Kedokteran UNISBA. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang mengonsumsi obat-obatan yang mengganggu sistem saraf pusat dan mahasiswa dengan riwayat gangguan psikotik.

Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat, yaitu melakukan pengukuran perbandingan tingkat dan sumber stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun akademik 2022/2023. Variabel yang diteliti merupakan variabel dengan tipe kategori sehingga uji hipotesis yang dilakukan adalah uji *Pearson Chi-square*.

Penelitian ini telah disetujui Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Islam Bandung dengan Surat Persetujuan Etik Nomor: 178/KEPK-Unisba/IV/2022.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1 memperlihatkan 294 responden yang mengikuti penelitian ini. *Intrapersonal and interpersonal related stress*or merupakan sumber stres yang diteliti dengan skala ordinal dari ringan, sedang, berat dan sangat berat. Dari masing-masing sumber stres terdapat perbedaan jumlah responden yang tidak berimbang karena teknik pengumpulan sampel tidak difiksasi terhadap luaran. Pada kelompok sumber IRS mayoritas responden berada dalam keadaan sedang dan berat (32.99%). Kelompok sumber TLRS Sebagian besar responden berada dalam keadaan sedang (40.82%).

Tabel 1. Distribusi Proporsi IRS dan TLRS

Variabel		n	%
Tingkat	1	77	26.16
	2	87	29.59
	3	57	19.39
	4	73	24.83
	Total	294	100
Intrapersonal and interpersonal related stressor	Ringan	61	20.75
	Sedang	97	32.99
	Berat	97	32.99
	Sangat berat	39	13.27
	Total	294	100
Teaching and learning related stressor	Ringan	48	16.33
	Sedang	120	40.82
	Berat	104	35.37

Sangat berat	22	7.48
Total	294	100

Tabel 2 Proporsi *intrapersonal and interpersonal related stress*or dan *Teaching and learning related stress*or pada kategori tingkat stres berat-sangat berat menunjukkan hasil yang semakin menurun mengikuti tahun pembelajaran yaitu (54.55, 47.13, 45.61, 36.99) dan (48.05, 43.68 , 40.35 , 38.36).

Tabel 2. Perbandingan Sumber Stres Antara Mahasiswa Tingkat I, II, III, dan IV di Fakultas Kedokteran UNISBA.

Tingkat	IRS				Total		P
	Ringan-sedang		Berat-sangat berat				
	n	%	n	%	n	%	
1	35	45.45	42	54.55	77	100	
2	46	52.87	41	47.13	87	100	
3	31	54.39	26	45.61	57	100	0.19
4	46	63.01	27	36.99	73	100	
Total	158	53.74	136	46.26	294	100	
		TLRS					
1	40	51.95	37	48.05	77	100	
2	49	56.32	38	43.68	87	100	
3	34	59.65	23	40.35	57	100	0.65
4	45	61.64	28	38.36	73	100	
Total	168	57.14	126	42.86	294	100	

*Stress*or intrapersonal bertindak dalam individu merupakan interaksi yang terjadi antara pengetahuan, emosi (ketakutan, frustasi, kecemasan) dan variasi sistem *organic* mereka yang berpengaruh terhadap proses adaptasi dalam menerima proses kegiatan pembelajaran yang baru dengan adanya transisi dari masa pendidikan sebelumnya. Stresor interpersonal adalah kekuatan yang terjadi antara dua atau lebih individu, seperti sumber daya dan hubungan dengan keluarga, teman, dan profesional. Termasuk faktor yang berhubungan dengan individu dan orang lain selama melakukan kegiatan belajar mengajar.13 Hasil yang meningkat dalam kategori penyebab *stress* ini dapat ditimbulkan dengan banyaknya perbedaan dan manajemen diri yang dimiliki setiap mahasiswa dalam menghadapi berbagai tugas dan kewajibannya selama melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Dalam aspek interpersonal faktor yang mempengaruhinya adalah komunikasi

interpersonal yang efektif sehingga menciptakan hubungan yang lebih baik diimbangi dengan intensitas komunikasi interpersonal yang terbentuk seperti:

1. Keterbukaan dan empati

   Dengan membagi perasaan dan permasalahan yang dimiliki kepada orang lain untuk bercerita dapat memunculkan rasa empati orang lain sehingga dapat mengurangi beban *stress* yang dimilikinya.
2. Perasaan positif

   Dengan adanya perasaan positif akan mendorong orang untuk aktif berpartisipasi baik dalam hal belajar atau yang lainnya, sehingga akan menghasikan pandangan dan perilaku yang positif untuk menghindari beban *stress* yang terlalu banyak.
3. Hubungan akrab

   Menciptakan hubungan akrab dengan teman, maupun dosen di perkuliahan mampu mengembangkan identitas kelompok, membangun ikatan pertemanan maupun profesionalitas dan emosi yang lebih kuat.
4. Kesamaan

   Persamaan merupakan sikap memperlakukan orang lain secara horizontal, Kesetaraan mengkomunikasikan rasa hormat dan penghargaan pada perbedaan pendapat yang membuat komunikasi berjalan lancar. Dengan perbedaan dari masing-masing individu terhadap kemampuan dalam manajemen sumber *stress* tersebut menghasilkan perbedaan yang cukup signifikan menempatkan IRS pada kategori sedang-berat diantara mahasiswa fakultas kedokteran UNISBA tahun akademik 2022/2023.14

Terlihat jelas bahwa komunikasi interpersonal yang baik hanya dapat terjadi melalui hubungan interpersonal yang baik pula dan keberhasilan tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri sehingga memperkecil gejala stres yang dapat berupa tekanan hidup yang dialami seseorang. Hal tersebut didukung juga dengan pernyataan Devito (dalam Herdiyan, 2013) salah satu tujuan komunikasi interpersonal adalah untuk membangun hubungan, setiap orang ingin membangun dan mempertahankan sebuah hubungan. Kita menghabiskan banyak waktu untuk melakukan komunikasi interpersonal untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Hubungan sosial menghindarkan diri kita dari kesendirian dan depresi.1

Individu yang mengalami stres akan mengembangkan perilaku sosial negatif dalam berhubungan dengan orang lain serta dapat menyebabkan terganggunya hubungan interpersonal dengan individu lain. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan komunikasi interpersonal individu maka akan menurunkan kemungkinan individu memiliki perilaku sosial yang negatif. Hal ini berarti komunikasi interpersonal memiliki peran yang signifikan dan berperan secara negatif terhadap stres yang berarti semakin tinggi komunikasi interpersonal maka semakin rendah stres yang dirasakan.1

Sedangkan dalam aspek intrapersonal banyak didukung oleh persepsi atau karakteristik batin seseorang. Secara alami, pembuatan makna mungkin memiliki peran yang sangat penting bagi kaum muda yang menghadapi pengalaman memprovokasi dan stres yang sangat cemas yang disebabkan oleh konteks perkuliahan. Karena konstruksi makna seseorang beroperasi pada tingkat pribadi dan antarpribadi dan dapat sangat dipengaruhi oleh nilai dan keyakinannya mengenai peristiwa sosial saat ini, mengeksplorasi bagaimana kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh makna yang dirasakannya dalam hidup dapat sangat meningkatkan pemahaman kita tentang fungsi pemuda, keterlibatan, dan mengatasi selama dan setelah kegiatan belajar.3.

D. Kesimpulan

*Stress*or terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal serta terkait kegiatan belajar-mengajar pada mahasiswa tingkat 1, 2, 3, dan 4 menjadi sumber stres sedang-berat. Proporsi tingkat dan sumber stres yang dialami terus menurun pada mahasiswa tingkat 1 sampai pada mahasiswa tingkat 4.

Acknowledge
Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran UNISBA tahun akademik 2022/2023 yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

[1] Mayasari MP, Susilawati LKPA. Peran komunikasi interpersonal dan problem focused coping terhadap stres mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Psikol Udayana [Internet]. 2019;000:88–98. Available from: https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/52507

[2] Mental disorders [Internet]. [cited 2023 Jan 25]. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders

[3] Masturoh I, Anggita N. Metodologi Penelitian Kesehatan. Kemenkes 2018; 2018.

[4] Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi M, Dwina Rahmayani R, Gusya Liza R, Afrainin Syah N. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan *Stress*or pada [Internet]. Vol. 8, Jurnal Kesehatan Andalas. 2019. Available from: http://jurnal.fk.unand.ac.id

[5] Agusmar AY, Vani AT, Wahyuni S. Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Heal Med J [Internet]. 2019 Aug 5 [cited 2022 Feb 2];1(2):34–8. Available from: https://jurnal.unbrah.ac.id/index.php/heme/article/view/238

[6] Pascoe MC, Hetrick SE, Parker AG. The impact of *stress* on students in secondary school and higher education. Vol. 25, International Journal of Adolescence and Youth. Routledge; 2020. p. 104–12.

[7] Musabiq SA, Karimah I. Gambaran *Stress* dan Dampaknya Pada Mahasiswa. InSight. 2018;20(2).

[8] Yusoff MBS. The *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) Manual An explanatory guide on *stress* and *stress*ors in medical study to help you. KKMED Publ. 2010;(February 2010):12.

[9] Manjunath, SM, Nagesh, Raju, Janardhan, Singh RK. a *Cross-Sectional* Study on the Sources and Levels of *Stress* Among Second Year. Natl J Med Res. 2014;4(4):314–7.

[10] Azra AAZ, Widiastuti IAE, Cenderadewi M. HUBUNGAN FAKTOR PENCETUS STRES DENGAN SKOR DI*STRESS* PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MATARAM. J Kedokt. 2014;3(1).

[11] Aulia S, Panjaitan RU. Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. J Keperawatan Jiwa. 2019;7(2):127.

[12] Ahsanti WR, Widayati R, Kedokteran DP, Kedokteran F, Semarang UM, Fakultas M, et al. *Teaching and Learning Related Stress*or merupakan *Stress*or yang Paling Dominan Terhadap Tingkat *Stress* dan Di*stress* pada Mahasiswa Kedokteran *Teaching and Learning Related Stress*or is The Most Dominant *Stress*or on *Stress* and institusi pendidikan yang saat . 2022;4(1).

[13] Rosa PH da, Beuter M, Benetti ERR, Bruinsma JL, Venturini L, Backes C. *Stress*ors factors experienced by hospitalized elderly from the perspective of the Neuman Systems Model. Esc Anna Nery. 2018;22(4):1–9.

[14] Interpersonal K, Generasi L, Menghadapi U, Akademik S, Anak P. Alif Ardhi Wijaya Fakultas Ilmu Sosial dan Politik , Universitas Diponegoro Jl Prof Soedarto , SH , Tembalang , Semarang , Jawa Tengah. Home >. Vol 5, No(Published: 6 Mar 2017):1-7,.

[15] Yulia PC, Afrianti H, Octaviani V. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Dan Dosen Pembimbing Skripsi Terhadap Gejala *Stress* Dalam Menyusun Skripsi. Prof J Komun dan Adm Publik. 2016;2(1)

[16] Chang CW, To SM, Chan WCH, Fong ACP. The influence of intrapersonal, interpersonal, and community protective factors on Hong Kong adolescents' *stress* arising from political life events and their mental health. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(18).

[17] Shelke US, Kunkulol RR, Narwane SP. Level of *stress* in final year MBBS students at Rural Medical College: A *cross-sectional* study. Int J Med Res Heal Sci. 2014;3(4):886.

[18] Ahsanti WR, Widayati R, Kedokteran DP, Kedokteran F, Semarang UM, Fakultas M, et al. *Teaching and Learning Related Stress*or merupakan *Stress*or yang Paling Dominan Terhadap Tingkat *Stress* dan Di*stress* pada Mahasiswa Kedokteran *Teaching and Learning Related Stress*or is The Most Dominant *Stress*or on *Stress* and institusi pendidikan yang saat . 2022;4(1).

[19] Chang CW, To SM, Chan WCH, Fong ACP. The influence of intrapersonal, interpersonal, and community protective factors on Hong Kong adolescents' *stress* arising from political life events and their mental health. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(18).

[20] T. Aureliyana dan R. K. Sakinah, "The Relationship between Exclusive Breastfeeding and The Incidence of Stunting Toddlers," Jurnal Riset Kedokteran (JRK), pp. 67-72, 2022.