

## Perbedaan Tingkat Stres Berdasarkan PSS pada Mahasiswa Tingkat 1 dengan Tingkat 3 Tahun Ajaran 2020-2021 Fakultas Kedokteran Unisba Selama Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19

Fannisa Wiguna\*, Budiman, Rika Nilapsari

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

\*fannisaw6@gmail.com,  
rika.nilapsari1969@gmail.com

budiman.ikm.fkunisba@gmail.com,

**Abstract.** In the learning process to become a doctor, medical students face various kinds of demands that cause stress, especially during the COVID-19 pandemic which tends to increase the perception of stress and affect the mental health of both early and final year students. This study aims to determine the difference in stress levels based on PSS-10 in level 1 students and level 3 students of the Faculty of Medicine, Islamic University of Bandung during learning during the COVID-19 pandemic. This research is quantitative, analytical observational with a cross sectional study design with research samples of students from the Faculty of Medicine, Bandung Islamic University, level 1 and level 3 for the 2020-2021 academic year. The results of this study will be analyzed statistically with the Chi-Square test. In this study, it was found that level 1 students of the Faculty of Medicine, Islamic University of Bandung in the academic year 2020-2021 the most experienced moderate levels of stress (33.5%) as well as level 3 students of the Faculty of Medicine, Islamic University of Bandung the most experienced moderate levels of stress. (29.3%) and there is a difference in the level of stress in level 1 and level 3 students. The same result was also found that the level of stress was higher in level 3 students with a P value ( $P = 0.01$ ). In this study it can be concluded that level 1 and level 3 students of the Faculty of Medicine, Islamic University of Bandung for the academic year 2020-2021 experience the most moderate stress and stress level 3 students have higher stress levels than level 1 students.

**Keywords:** Covid-19 Pandemic, Medical Student, PSS-10, Stress Level.

**Abstrak.** Dalam proses pembelajaran menjadi seorang dokter, mahasiswa kedokteran menghadapi berbagai macam tuntutan yang menyebabkan stres terutama pada masa pandemi COVID-19 yang cenderung meningkatkan persepsi stres dan mempengaruhi kesehatan mental baik mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan tingkat stres berdasarkan PSS-10 pada mahasiswa tingkat 1 dan mahasiswa tingkat 3 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung selama pembelajaran di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini bersifat kuantitatif, observasional analitik dengan rancangan studi *cross sectional* dengan sampel penelitian mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tingkat 1 dan tingkat 3 tahun ajaran 2020—2021. Hasil dari penelitian ini akan dianalisis secara statistik dengan *Chi-Square test*. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa mahasiswa tingkat 1 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2020—2021 paling banyak mengalami tingkat stres sedang (33,5%) begitu pun dengan mahasiswa tingkat 3 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung paling banyak mengalami tingkat stres sedang (29,3%) dan terdapat perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3. Hasil yang sama juga didapatkan bahwa tingkat stres lebih tinggi pada mahasiswa tingkat 3 dengan nilai P ( $P=0,01$ ). Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2020—2021 paling banyak mengalami stres sedang dan stres pada mahasiswa tingkat 3 tingkat stres lebih tinggi daripada mahasiswa tingkat 1.

**Kata Kunci:** Mahasiswa Kedokteran, Pandemi Covid-19, PSS-10, Tingkat Stres.

## A. Pendahuluan

Pendidikan berperan dalam menyiapkan sumber daya manusia (SDM) bagi pembangunan bangsa dan negara, membentuk manusia seutuhnya yaitu manusia yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pendidikan sebagai hak asasi manusia (right-based approach) dan merupakan kebebasan individu untuk mencapai sesuai kemampuannya (human capabilities).(1) Dalam pendidikan terdapat proses pembelajaran yaitu adanya kegiatan interaksi dan komunikasi timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan belajar.(2) Sistem pembelajaran dapat dilakukan secara offline atau luar jaringan (luring) dan online atau dalam jaringan (daring). Pada era pra-internet, sistem pembelajaran menggunakan metode konvensional walaupun pembelajaran sudah menggunakan bantuan teknologi informasi namun harus dilakukan pada ruang dan waktu yang sama, sebaliknya pada pembelajaran yang berbasis internet atau web.(3)

Saat ini, pembelajaran di Fakultas Kedokteran (FK) menggunakan metode pembelajaran berbasis masalah atau problem based learning (PBL) yang berpusat pada mahasiswa (student center).(4) Sumber pembelajaran pun sudah mengalami perkembangan, mahasiswa menggunakan konsep blended learning yang menggabungkan traditional resources dan e-learning.(5)

Pada lingkungan pembelajaran, mahasiswa banyak melakukan interaksi dengan berbagai elemen, antara lain proses pembelajaran, pengajar, prestasi atau beban akademik, suasana pembelajaran dan lingkungan sosial. Dalam proses tersebut, mahasiswa kedokteran menghadapi berbagai macam tuntutan yang dapat menyebabkan stres.(6) Transisi seseorang dari sekolah menengah atas menjadi seorang mahasiswa dapat menimbulkan stres, yang biasanya sering dialami pada tahun pertama kuliah. Stres yang dialami oleh mahasiswa memberikan dampak yang negatif pada kondisi fisik dan psikis. Adaptasi juga terjadi pada mahasiswa tingkat akhir, yaitu penyesuaian diri pada tugas skripsi.(6)

Tantangan-tantangan yang dihadapi oleh berbagai universitas di seluruh dunia selama pandemi COVID-19, yaitu perubahan metode pembelajaran, sistem penilaian dan evaluasi, mahasiswa internasional, pembatasan perjalanan dan kesehatan mental. Pada situasi pandemi saat ini, kebanyakan orang menghabiskan lebih banyak waktunya dalam kegiatan menggunakan gawai. Peningkatan intensitas penggunaan gawai dapat memperburuk tingkat stres dan kelelahan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gawai dapat mempengaruhi kesehatan mental, terutama pada remaja berhubungan dengan peningkatan level kecemasan. (7)

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir pada Fakultas Kedokteran Unisba selama pembelajaran di masa pandemi?”. Selanjutnya tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sbb.

1. Mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa FK Unisba tingkat 1 dan tingkat 3 selama pembelajaran di masa pandemi COVID-19.
2. Mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 FK Unisba selama pembelajaran di masa pandemi COVID-19.

## B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif, observasional analitik dengan rancangan studi cross sectional untuk mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa FK Unisba tingkat 1 dan tingkat 3. Instrumen yang digunakan dalam pengukuran stres adalah PSS-10 yang sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dan sudah diuji validitasnya yang dilakukan pada bulan Oktober 2021 kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba tingkat 1 dan tingkat 3 tahun ajaran 2020—2021.

Penelitian ini diikuti oleh 164 mahasiswa dengan kriteria inklusi mahasiswa aktif FK Unisba tingkat 1 dan tingkat 3 tahun akademik 2020—2021 yang bersedia mengisi kuesioner, kemudian data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat mempresentasikan distribusi frekuensi masing-masing variabel sedangkan analisis bivariat mencari hubungan antara level pendidikan mahasiswa (tingkat 1 dan tingkat 3) dan tingkat

stres selama masa pandemi COVID-19. Hasil dari penelitian ini akan dianalisis secara statistik dengan Chi-Square test. Apabila syarat untuk menggunakan Chi-Square test tidak terpenuhi, maka dilakukan Fisher's exact test sebagai uji alternatif.

Penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap yaitu:

1. Tahap persiapan, menentukan sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi.
2. Tahap pelaksanaan, peneliti akan memberi informasi mengenai tujuan dan prosedur penelitian. Subjek akan diarahkan untuk mengisi section informed consent, jika subjek bersedia maka akan dilanjutkan ke section kuesioner.
3. Tahap akhir, peneliti akan mengumpulkan data yang selanjutnya akan dianalisis, diinterpretasikan, dan disusun dalam suatu laporan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres mahasiswa tingkat 1 dan mahasiswa tingkat 3 FK Unisba selama masa pandemi COVID-19.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir FK Unisba selama pembelajaran di masa pandemi

Berikut adalah penelitian mengenai perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir FK Unisba pada pembelajaran di masa pandemi. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel berikut. Karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel berikut.

**Tabel 1.** Data Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan	Jumlah mahasiswa
Tingkat 1	82 orang
Tingkat 3	82 orang
Total	164 orang

Pada tabel 1 diperoleh data 164 responden yang memenuhi kriteria penelitian, terdiri dari 82 mahasiswa tingkat 1 dan 82 mahasiswa tingkat 3.

**Tabel 2.** Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tingkat pendidikan	Jenis kelamin		
	Laki-laki N (%)	Perempuan N (%)	Total N (%)
Tingkat 1	30 (36,6)	52 (63,4)	82 (100)
Tingkat 3	23 (28)	59 (72)	82 (100)

Dari 164 responden didapatkan bahwa pada subjek tingkat 1 terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 52 orang (63,4%) dan pada tingkat 3 subjek terbanyak adalah perempuan yang berjumlah 59 orang (72%).

**Tabel 3.** Data Responden Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Jumlah mahasiswa
	N (%)
18 -21 tahun	119 (72,6)
>21 tahun	45 (27,4)
Total	164 (100)

Pada tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 164 responden mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 rentang usia terbanyak adalah 18-21 tahun yaitu 72.6 % (119 orang).

**Tabel 4.** Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat 1 dan Tingkat 3 FK Unisba Tahun Ajaran 2020—2021

Tingkat Pendidikan	Tingkat Stres			Total	P-value
	Rendah N (%)	Sedang N (%)	Tinggi N (%)		
Tingkat 1	12 (14,6)	55 (67,1)	15 (18,3)	82 (100)	0,042
Tingkat 3	6 (7,4)	48 (58,5)	28 (34,1)	82 (100)	

Berdasarkan uji chi square antara mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 terhadap tingkat stres diperoleh bahwa nilai p-value Pearson Chi Square adalah 0,042 dan nilai ini lebih kecil dari nilai signifikan 5% (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat mahasiswa dengan tingkat stres yaitu semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi tingkat stresnya.

Pada penelitian ini diperoleh data, bahwa dari 164 mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 FK Unisba paling banyak mengalami tingkat stres sedang. Mahasiswa tingkat 3 lebih banyak mengalami stres tingkat tinggi dibanding dengan mahasiswa tingkat 1, jumlah tersebut membuktikan bahwa tingkat stres sesuai dengan tingkat akademik.(8) Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Hamza dkk yang menyatakan bahwa puncak stres berada pada mahasiswa tingkat 3 yang ditunjukkan dengan tingkat stres yang jauh lebih tinggi.(9) Pada salah satu penelitian yang dilakukan oleh Jun Wang dkk, mengungkapkan hasil penelitian yang sebaliknya, bahwa mahasiswa tingkat awal mengalami stres yang lebih tinggi daripada tingkat akhir, hal ini pun selaras dengan penelitian yang dilakukan Gladys yang menyatakan bahwa tingkat stres mahasiswa tingkat pertama lebih tinggi daripada tingkat akhir.(10)

Salah satu masalah akademik penyebab stres yang dialami mahasiswa FK adalah berlakunya kurikulum berbasis kompetensi, kurikulum ini menuntut mahasiswa untuk bergerak aktif. Penyebab lain yaitu pola komunikasi dosen dengan mahasiswa.(11) Penyebab stres tersering pada mahasiswa FK tingkat pertama adalah stres akademik yang dapat terjadi karena tekanan menghadapi ujian, tugas-tugas kuliah dan waktu perkuliahan yang padat. Berdasarkan literatur lain, mahasiswa kedokteran di Iraq menyatakan bahwa penyebab stres akademik tersering adalah tuntutan terhadap ujian serta waktu belajar yang sangat padat.(12)

Stres pada mahasiswa tingkat pertama biasanya terjadi sebelum dan selama ujian yang disebabkan oleh lingkungan yang sangat kompetitif, tidak adanya strategi pembelajaran, kurang tidur dan pola makan yang tidak sehat selama masa ujian.(12)

Hubungan intrapersonal dan interpersonal juga mempengaruhi tingkat stres mahasiswa FK tahun pertama. Hal ini disebabkan oleh faktor kepribadian mahasiswa yang berbeda-beda, contohnya individu dengan tipe kepribadian ekstrovert akan lebih mudah bergaul dan berkomunikasi dengan orang lain begitupun sebaliknya dengan kepribadian introvert.(12)

Salah satu stres akademik yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir adalah penyusunan skripsi. Menurut Muslich (2013), skripsi merupakan suatu makalah ilmiah sebagai salah satu syarat akhir dari program sarjana yang harus dilakukan. Mahasiswa harus mandiri dan disiplin dalam pengerjaannya untuk mencapai target ataupun memenuhi deadline yang telah ditetapkan. Proses penyelesaian skripsi, terutama pada siswa yang kurang memiliki kemampuan menulis ataupun keahlian akademik akan mengalami masalah, misalnya timbul rasa takut menemui dosen pembimbing. Tuntutan yang tinggi dari orang tua, teman dan proses belajar menjadi penyebab meningkatnya stres.(13)

Berdasarkan uji chi square antara tingkat pendidikan terhadap tingkat stres, diperoleh nilai p-value Pearson Chi Square adalah 0,042 dan nilai ini lebih kecil dari nilai signifikan 5% (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat mahasiswa dengan tingkat stres, yaitu semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi pula

tingkat stresnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Agusmar AY, diketahui beberapa faktor penyebab stres pada mahasiswa tingkat 1 FK Baiturohman, adalah adaptasi dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas, tempat tinggal yang jauh dari orang tua, dan lingkungan yang buruk sedangkan pada mahasiswa tingkat 3 faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres adalah kegagalan dalam penyesuaian diri, penumpukan beban kuliah, faktor finansial, kurangnya self-efficacy, hubungan dengan teman, pasangan, karir dimasa depan, dan kurangnya manajemen waktu. (14)

Proses adaptasi diperlukan seseorang saat memasuki lingkungan baru. Hal ini juga terjadi pada mahasiswa tingkat 1 di suatu perguruan tinggi, yaitu dibutuhkan adaptasi terhadap pembelajaran dan perubahan dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas seperti tugas kuliah, tutorial dan clinical skill lab yang baru dirasakan saat memasuki dunia perkuliahan. Adaptasi terhadap pembelajaran merupakan proses respon mental dan tingkah laku individu atau reaksi terhadap tuntutan baik dari diri sendiri ataupun tugas akademik. Di FK, metode pembelajarannya berbasis PBL, sehingga menuntut mahasiswa agar aktif dan bertanggung jawab atas pembelajarannya.(6)

Masalah adaptasi yang paling sering dihadapi oleh mahasiswa tingkat 3, adalah penyesuaian diri pada tugas skripsi. Mengerjakan sebuah skripsi dapat menyebabkan mahasiswa stres dan takut terutama pada mahasiswa yang mengalami banyak hambatan.(6)

Sebagai seorang muslim yang mukmin Allah telah mengisyaratkan di dalam Alquran Surat Al-Baqarah ayat 155, “Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”

Pada rentang usia 18 hingga 21 tahun, mereka sering merasa stres dibanding dengan rentang usia lain. Hamzah menyatakan secara signifikan, bahwa rentang usia tersebut 3 kali lebih tinggi mengalami stres dibandingkan dengan rentang usia lain dan prevalensi tingkat stres berat nya lebih banyak terjadi pada rentang usia tersebut.(9)

Terjadinya pandemi COVID-19 yang dimulai pada awal tahun 2020 telah merubah seluruh struktur kehidupan dunia. Terjadi perubahan dalam bidang pendidikan, salah satunya di bidang kedokteran.(15) Pemerintah di berbagai negara bergerak cepat untuk melakukan perubahan program dan metode pembelajaran yang semula menggunakan metode tatap muka kini menggunakan metode daring untuk memutus rantai penularan COVID-19.(16)

Tantangan-tantangan yang dihadapi oleh berbagai universitas di seluruh dunia selama pandemi COVID-19, yaitu:

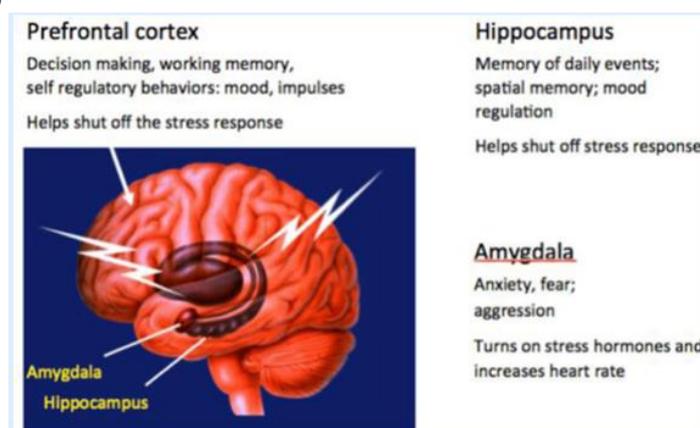
1. Perubahan metode pembelajaran, yaitu metode luring menjadi daring
2. Perubahan sistem penilaian dan evaluasi  
Perubahan metode pembelajaran secara luring menjadi daring berdampak pada sistem penilaian dan evaluasi. Penilaian dan evaluasi seharusnya dapat dilakukan secara daring.
3. Siswa internasional  
Pelajar yang berasal dari luar negeri ataupun dari luar kota yang belajar di suatu universitas, tidak memungkinkan untuk mudik, sementara universitas menutup kampus. Hal tersebut menimbulkan kesulitan dalam menjamin siswa dalam memenuhi pangan, akomodasi dan keamanan serta perlindungan terhadap kontak dengan orang lain.
4. Pembatasan perjalanan  
Pandemi COVID-19 telah banyak menyebabkan banyak negara menutup penerbangan internasional untuk mengurangi wabah. Universitas-universitas di seluruh dunia menginstruksikan kepada para siswa untuk tidak bepergian ke luar negeri untuk tidak meningkatkan risiko terkena COVID-19.
5. Kesehatan mental  
Pandemi COVID-19 telah merubah kehidupan banyak orang. Peningkatan pesat kasus terinfeksi telah menciptakan rasa ketidakpastian dan kecemasan, yang menyebabkan tingginya tingkat stres, termasuk terhadap mahasiswa. Stres ini dapat menyebabkan efek yang tidak menguntungkan pada pembelajaran dan kesehatan psikologis.(16)  
Saat ini sedang terjadi pandemi COVID-19 dalam rangka pencegahan penyebaran

COVID-19 seluruh responden baik mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 FK Unisba menjalani pembelajaran secara daring. Pada penelitian ini didapatkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami. penelitian Rea Mittal dan Aaron J yang menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami stres selama pandemi juga sesuai dengan penelitian Hamza yang menemukan bahwa mahasiswa merasa stres karena mereka harus belajar di lingkungan rumah yang kurang kondusif, kurangnya sosialisasi dengan teman serta dosen, selain itu baik dosen maupun mahasiswa harus beradaptasi dengan penggunaan teknologi baru. (16)

Keadaan stres dapat menyebabkan perubahan sistem fisiologis tubuh yang disebut sebagai respon stres. Saat stres, tubuh akan mensekresi kortisol, epinefrin dan adrenalin. Hati juga akan memproduksi lebih banyak glukosa dan otak menjadi lebih peka terhadap keluhan abdomen, yang bermanifestasi sebagai rasa mual dan sakit ulu hati, dan jika stres menjadi kronis dapat menyebabkan tukak esofagus dan lambung.(17) Manifestasi klinis stres dapat pula berupa nervousness, fatigue dan kecemasan.(7) Stres akut dapat menyebabkan semua otot berkontraksi secara bersamaan, dapat pula menimbulkan kesulitan bernapas, dan pada orang yang mempunyai riwayat asma dapat terjadi serangan asma. Selain itu, stres akut dapat meningkatkan kecepatan pernapasan yang menyebabkan serangan panik.(17)

Sedangkan stres kronis menyebabkan otot berkontraksi dalam waktu yang lama sehingga timbul gejala fisik lain seperti migrain, tension type headache dan gangguan muskuloskeletal. Stres kronis ini pun dapat menyebabkan gangguan pada jantung (peningkatan detak jantung) dan pembuluh darah (hipertensi dan stroke). Kadar kortisol darah yang tinggi pada keadaan stres kronis dapat mengganggu produksi testosteron, produksi dan pematangan sperma, bahkan dapat menyebabkan gangguan ereksi sampai terjadinya impotensi.(17)

Stres yang tidak dapat dikendalikan akan menimbulkan dampak negatif. Dampak negatif secara kognitif dapat berupa kesulitan berkonsentrasi, sulit mengingat dan memahami pelajaran, sedangkan dampak negatif secara emosional dapat berupa sulit memotivasi diri, timbul perasaan cemas, sedih, dan lain-lain. Dampak negatif secara fisiologis, antara lain: daya tahan tubuh yang menurun, pusing, lesu, lemah dan insomnia. Dampak negatif terhadap perilaku, berupa menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol.(10)



**Gambar 1.** Efek stres terhadap hipokampus, amigdala dan korteks prefrontal.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Mahasiswa tingkat 1 lebih banyak mengalami tingkat stres sedang
2. Gambaran stres mahasiswa tingkat 3 lebih banyak mengalami tingkat stres sedang
3. Terdapat perbedaan yang tingkat stres antara mahasiswa tingkat 1 dan tingkat 3 dengan tingkat stres sedang lebih banyak dialami mahasiswa tingkat 1, sedangkan tingkat stres tinggi lebih banyak dialami oleh mahasiswa tingkat 3.

### Acknowledge

Berisi Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba tingkat 1 dan tingkat 3 yang telah berkenan terlibat dalam penelitian ini.

### Daftar Pustaka

- [1] Boulter S. Education from a Biological Point of View. *Stud Philos Educ.* 2017;36(2):167–82.
- [2] Nasional U. Surat Edaran Mendikbud No.4 Tahun 2020. 2020. 300 p.
- [3] Pei L, Wu H. Does online learning work better than offline learning in undergraduate medical education? A systematic review and meta-analysis. *Med Educ Online* . 2019;24(1).
- [4] Wang Q, Li H, Pang W, Liang S, Su Y. Developing an integrated framework of problem-based learning and coaching psychology for medical education: A participatory research. *BMC Med Educ* . 2016;16(1):1–14.
- [5] Wynter L, Burgess A, Kalman E, Heron JE, Bleasel J. Medical students: What educational resources are they using? *BMC Med Educ.* 2019;19(1):1–8.
- [6] Augusti G, Lisiswanti R, Saputra O, Nisa K. Differences in Stress Level Between First Year and Last Year Medical Students in Medical Faculty of Lampung. *J Major.* 2015;4:50–6.
- [7] Amelia S, Asni E, Chairilsyah D. *Jom FK Volume 1 No. 2 Oktober 2014. Gambaran Ketangguhan Diri Pada Mhs Tahun Pertama Fak Kedokt Univ Riau.* 2014;1(2):1–9.
- [8] Guo AA, Crum MA, Fowler LA. Assessing the psychological impacts of covid-19 in undergraduate medical students. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(6):1–14.
- [9] Abdulghani HM, Sattar K, Ahmad T, Akram A. Association of covid-19 pandemic with undergraduate medical students' perceived stress and coping [response to letter]. *Psychol Res Behav Manag.* 2020;13:1101–2.
- [10] Tubarad GDT, Wiratmoko MR, Aulia SN, Prameswari SC, Pramana S. An Overview of Medical Students' Psychological in The Process of Distance Learning on Pandemic COVID-19. *Muhammadiyah Med J.* 2021;2(2):62.
- [11] Sutjiato M, Tucunan GDK a a T. Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jikmu.* 2015;5(1):30–42.
- [12] Wahyudi R, Bebasari E, Nazriati E. Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Jik.* 2015;9(2):107–13.
- [13] Wardi R, Ifdil I. Stress Conditions of Students in Resolving Thesis. *Guid J Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling.* 2016;6(2):190–4.
- [14] Agusmar AY, Vani AT, Wahyuni S. Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Heal Med J.* 2019;1(2):34–8.
- [15] Hilburg R, Patel N, Ambruso S, Biewald MA, Farouk SS. Medical Education During the Coronavirus Disease-2019 Pandemic: Learning From a Distance. *Adv Chronic Kidney Dis.* 2020;27(5):412–7.
- [16] Sahu P. Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus.* 2020;2019(4):4–9.
- [17] Shabsavarani AM, Azad E, Abadi M, Kalkhoran MH. Stress: Facts and Theories through Literature Review. *Int J Med Rev.* 2015;2(2).
- [18] Fatmaningrum, R. S. (2021). *Korelasi Aktivitas Fisik dan Screen Time Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Akademik 2020–2021.* Vol. 1 No. 1 (2021): Jurnal Riset Kedokteran, 19-25.