

**SKRIPSI**

**2021**

**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGKATAN 2019  
SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG  
MEMPENGARUHINYA**



**DISUSUN OLEH :**

**Zahra Zakiya Nasrullah**

**C011181034**

**PEMBIMBING:**

**dr. Kartika Paramita, Sp.PK**

**DISUSUN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK  
MENYELESAIKAN STUDI PADA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN  
DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar akhir di Departemen Ilmu Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan Judul :

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGKATAN 2019 SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA”**

**Hari/Tanggal : Kamis, 18 November 2021**

**Waktu : 15.00 WITA**

**Tempat : Zoom Meeting**

**Makassar, 18 November 2021**

**Mengetahui,**



**dr. Kartika Paramita, Sp.PK**

**NIP. 19841022 201212 2 003**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Zahra Zakiya Nasrullah  
NIM : C011181034  
Fakultas/Program Studi : Kedokteran / Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Selama Masa Pandemi  
Covid-19 Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya

**Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bahan persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin**

**DEWAN PENGUJI**

Pembimbing : dr. Kartika Paramita, Sp.PK (.....)

Penguji 1 : Dr. dr. Liong Boy Kurniawan, M.Kes, Sp.PK(K) (.....)

Penguji 2 : Prof. dr. Mansyur Arif, Ph.D, Sp.PK(K), M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 18 November 2021

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGKATAN 2019 SELAMA MASA PANDEMI COVID-  
19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA”**

Disusun dan Diajukan Oleh :

**Zahra Zakiya Nasrullah**

**C011181034**

Menyetujui

Panitia Penguji

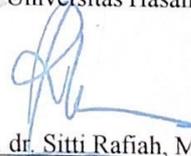
No.	Nmaa Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	dr. Kartika Paramita, Sp.PK	Pembimbing	
2	Dr. dr. Liong Boy Kurniawan, M.Kes, Sp.PK(K)	Penguji 1	
3	Prof. dr. Mansyur Arif, Ph.D, Sp.PK(K), M.Kes	Penguji 2	

Mengetahui,

Wakil Dekan  
Bidang Akademik, Riset & Inovasi  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin

  
Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes  
NIP. 19671103 199802 1 0001

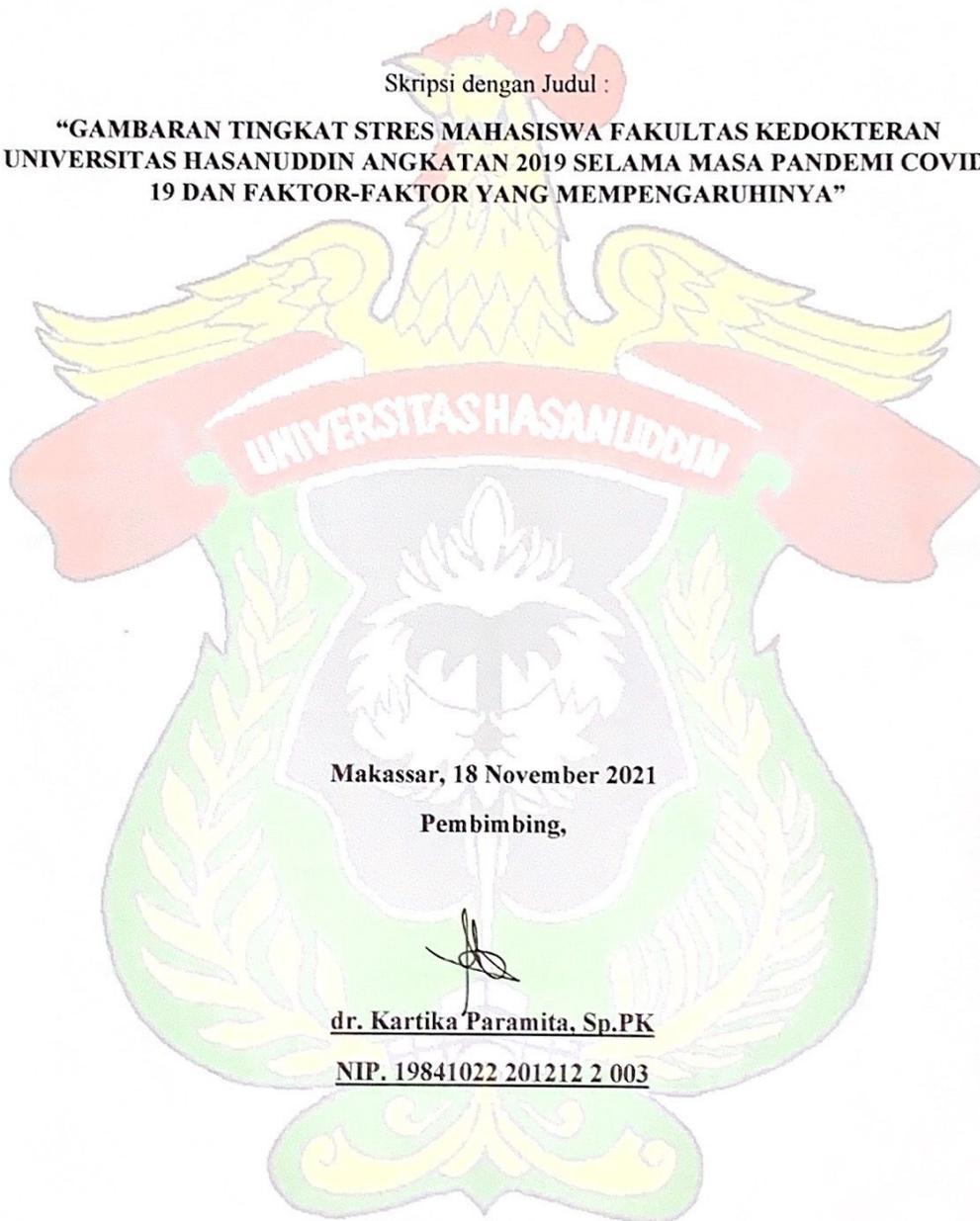
Ketua Program Studi  
Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin

  
Dr. dr. Sitti Rafiah, M.Si  
NIP. 19680530 199703 2 0001

**TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK**

Skripsi dengan Judul :

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGGARAN 2019 SELAMA MASA PANDEMI COVID-  
19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA”**



**Makassar, 18 November 2021**

**Pembimbing,**

**dr. Kartika Paramita, Sp.PK**

**NIP. 19841022 201212 2 003**

**BAGIAN PATOLOGI KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2021**

**TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

Skripsi dengan Judul :

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGGARAN 2019 SELAMA MASA PANDEMI COVID-  
19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA”**

**Makassar, 18 November 2021**

**Pembimbing,**



**dr. Kartika Paramita, Sp.PK**

**NIP. 19841022 201212 2 003**

## LEMBAR ORISINALITAS

### PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini ;

Nama : Zahra Zakiya Nasrullah  
NIM : C011181034  
Program Studi : Pendidikan Dokter Umum  
Jenjang : S1

Menyatakan dengan ini bahwa karya tulis saya berjudul

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGKATAN 2019 SELAMA MASA PANDEMI  
COVID-19 DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA”**

Adalah karya tulisan saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan orang lain bahwa skripsi/Tesis/Dosertasi yang saya tulis ini benar benar merupakan hasil karya saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi/Tesis/Dosertasi ini hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar, 18 November 2021  
Yang menyatakan



Zahra Zakiya Nasrullah

## ABSTRAK

UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
SARJANA KEDOKTERAN

**ZAHRA ZAKIYA NASRULLAH**  
**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS**  
**KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGGATAN**  
**2019 SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DAN FAKTOR-**  
**FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA**

**Latar belakang.** Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dalam sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Pada masa penyebaran virus corona (COVID-19) yang terjadi saat ini membuat sistem pembelajaran berubah total. Pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin stres dapat terjadi karena proses adaptasi yang berbeda beda setiap individunya. **Tujuan.** Untuk mengetahui tingkat dan faktor-faktor penyebab stres pada mahasiswa FK UNHAS angkatan 2019 pada saat masa pandemi covid-19. **Metode.** Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan metode cross sectional dan menggunakan teknik simple random sampling. Sampel yang digunakan dari penelitian ini yaitu mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2019 dengan jumlah sebanyak 160 sampel. **Hasil.** Pada penelitian ini, diperoleh bahwa 61,9% mahasiswa angkatan 2019 yang mengalami stres sedang, 23,1% mahasiswa yang mengalami stres ringan, 13,8% stres berat sebanyak dan 1,3% mahasiswa yang mengalami stres sangat berat. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 mengalami stres sedang dalam sistem pembelajaran daring pada era pandemi COVID-19, dengan mahasiswa berjenis kelamin perempuan, IPK <3.00 dan mengalami kesulitan untuk memahami materi memiliki prevalensi tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan karakteristik lainnya.

**Kata kunci :** Stres, Mahasiswa

## ABSTRACT

HASANUDDIN UNIVERSITY  
FACULTY OF MEDICINE  
MEDICAL STUDY

ZAHRA ZAKIYA NASRULLAH

### DESCRIPTION OF STRES LEVEL OF STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE HASANUDDIN UNIVERSITY CLASS OF 2019 DURING THE COVID-19 PANDEMIC AND THE FACTORS THAT INFLUENCE IT

**Background.** Stres is a condition caused by transactions between individuals and the environment that creates a perception of distance between the demands that come from the situation and the resources in a person's biological, psychological and social systems. During the current spread of the corona virus (COVID-19), the learning system has completely changed. For students of the class of 2019 Faculty of Medicine, Hasanuddin University, stres can occur because the adaptation process is different for each individual. **Objective.** To find out the level and factors that cause stres in FK UNHAS students batch 2019 during the covid-19 pandemic. **Research Method.** This type of research is analytic observational with cross sectional method and using simple random sampling technique. The sample used in this study were students of the Faculty of Medicine, Hasanuddin University batch 2019 with a total of 160 samples. **Results.** In this study, it was found that 61.9% of students in the class of 2019 experienced moderate stres, 23.1% of students experienced mild stres, 13.8% of students experienced severe stres and 1.3% of students experienced very severe stres. This study shows that most of the students of the Faculty of Medicine, Hasanuddin University Batch 2019 experienced moderate stres in the online learning system during the COVID-19 pandemic era, with female students, academic achievement <3.00 and having difficulty understanding the material having a higher prevalence of stres levels than students. other characteristics.

**Keywords:** Stres, Student

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Selama Masa Pandemi Covid-19 Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya”.

Penulis menyadari bahwa banyak kesulitan dalam proses penyusunan skripsi ini, namun berkat upaya dan bantuan dari berbagai pihak, skripsi tersebut dapat terselesaikan. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih khususnya kepada kedua orang tua penulis, ibu tercinta **Hesty Herawaty, S.E** dan ayah **Nasrullah Baharuddin, S.E** akan kasih sayang, doa, dukungan semangat dan materi yang tak ternilai yang selalu diberikan.

Pada kesempatan ini pula dengan segenap kerendahan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. **dr. Kartika Paramita, Sp.PK** selaku pembimbing skripsi yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, bantuan, saran, dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
2. **Prof. dr. Mansyur Arif, Ph.D, Sp.PK(K), M.Kes** dan **Dr.dr. Liong Boy Kurniawan, M.Kes, Sp.PK(K)** selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan saat penyusunan skripsi berlangsung.
3. **Prof.dr.Budu,M.Med.Ed, Sp.M(K)** selaku dekan dan seluruh **dosen, staf akademik, staf TU, dan staf perpustakaan FK Unhas** yang telah memberikan bantuan selama proses penyusunan skripsi berlangsung.

4. Sahabat-sahabat yang saya cintai **Andi Nabilah Humairah, Zinsky Vilya Ekshanty, Andi Bunga Aqilah Juniyazaki, Andi Elvini Khairunnisa, Zahra Auliya Nasrullah, dan GMC** yang selalu memberikan motivasi, dukungan, masukan, dan saran untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi, serta selalu setia menemani dan memberikan hiburan kepada penulis sejak awal semester.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah bersedia memberi banyak bantuan dan meluangkan waktunya selama proses pengerjaan skripsi berlangsung.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan semua pihak penulis tidak mungkin menyelesaikan skripsi ini dengan cepat. Mudah-mudahan segala sesuatu yang telah diberikan menjadi bermanfaat dan bernilai ibadah di hadapan Allah swt.

Penulis sangat memahami bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Sekian dan Terima Kasih.

Makassar, 18 November 2021



Zahra Zakiya Nasrullah

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>I</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>II</b>
<b>LEMBAR ORISINALITAS .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang.....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	3
1.3    Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1    Tujuan Umum.....	3
1.3.2    Tujuan Khusus.....	4
1.4    Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB 2 .....</b>	<b>6</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1.    Stres.....	6
2.1.1.    Definisi Stres .....	6
2.1.2.    Etiologi Stres .....	7
2.1.3.    Klasifikasi Stres.....	8
2.1.4.    Patofisiologi Stres.....	11
2.2.    Tingkatan Stres .....	12
2.3.    Manajemen Stres.....	13
2.4.    Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	15

<b>BAB 3 .....</b>	<b>21</b>
<b>KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>21</b>
3.1    Kerangka Teori .....	21
3.2    Kerangka Konsep.....	22
<b>BAB 4 .....</b>	<b>23</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
4.1    Desain Penelitian .....	23
4.2    Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
4.3    Populasi Penelitian.....	23
4.4    Sampel dan Teknik Sampel .....	24
4.5    Estimasi Besar Sampel .....	24
4.6    Kriteria Retriksi .....	25
4.6.1    Kriteria Inklusi.....	25
4.6.2    Kriteria Eksklusi .....	25
4.7    Pengumpulan Data .....	25
4.7.1    Jenis Data yang Dikumpulkan .....	25
4.7.2    Prosedur pengumpulan data.....	25
4.8    Teknik Analisis Data.....	26
4.9    Penyajian Data .....	27
4.10    Definisi Operasional Variabel .....	28
4.11    Instrumen Penelitian.....	31
4.12    Alur Penelitian .....	32
4.13    Etika Penelitian .....	33
4.14    Anggaran Penelitian .....	33
4.15    Jadwal Penelitian .....	33
<b>BAB 5 .....</b>	<b>35</b>
<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
5.1.    Distribusi Skor MSSQ Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	36
5.2.    Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	36

5.3.	Distribusi Tempat Tinggal Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	37
5.4.	Distribusi Keikutsertaan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Dalam Program Beasiswa.....	38
5.5.	Distribusi Uang Saku Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	38
5.6.	Distribusi IPK Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019	39
5.7.	Distribusi Waktu Belajar Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	40
5.8.	Distribusi Keikutsertaan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Pada Organisasi Dalam Kampus .....	40
5.9.	Distribusi Kategori UKT Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	41
5.10.	Distribusi Kuota Data yang Dibutuhkan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	42
5.11.	Distribusi Tingkat Kemudahan Memahami Pelajaran Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019.....	42
5.12.	Distribusi Ada atau Tidaknya Kegiatan di Rumah Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019.....	43
<b>BAB 6</b>	.....	<b>44</b>
<b>PEMBAHASAN</b>	.....	<b>44</b>
6.1.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Jenis Kelamin .....	45
6.2.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Tempat Tinggal.....	47
6.3.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Beasiswa/Non-Beasiswa .....	48
6.4.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Uang Saku per Bulan .....	49
6.5.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor IPK .....	50
6.6.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Waktu Belajar di Luar Jam Perkuliahan.....	52
6.7.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Kegiatan Organisasi di Kampus.	52
6.8.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Kelompok UKT .....	54
6.9.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Kuota Internet per Bulan .....	55
6.10.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Tingkat Penguasaan Materi .....	56
6.11.	Tingkat Kejadian Stres Berdasarkan Faktor Pekerjaan di Rumah .....	57
<b>BAB 7</b>	.....	<b>59</b>

<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
7.1. Kesimpulan.....	59
7.2. Saran.....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

Table 1 Distribusi Kelas Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 2 Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 3 Distribusi Tempat Tinggal Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 4 Distribusi Keikutsertaan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Dalam Program Beasiswa .....	
Table 5 Distribusi Uang Saku Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 6 Distribusi IPK Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 7 Distribusi Waktu Belajar Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 8 Distribusi Keikutsertaan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 Pada Organisasi Dalam Kampus .....	
Table 12 Distribusi Kategori UKT Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 13 Distribusi Kuota Data yang dibutuhkan Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 15 Distribusi Tingkat Kemudahan Memahami Pelajaran Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 16 Distribusi Ada atau Tidaknya Kegiatan di Rumah Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	
Table 17 Distribusi Skor MSSQ Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 .....	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Stres bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia (Lumban Gaol, 2016). Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dalam sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Rustiana and Cahyati, 2012).

Prevalensi stres di dunia cukup tinggi. Di Amerika, sekitar 75% orang dewasa mengalami stres berat dan jumlahnya cenderung meningkat dalam satu tahun terakhir. Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3% (Azis and Bellinawati, n.d.).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2016 menyebutkan bahwa dari penduduk DKI Jakarta, ditemukan 1,33 juta orang mengalami stres, di antaranya 1-3% dari total penduduk mengalami stres akut, dan 7-10% mengalami stres berat. 704.000 orang di Jawa Tengah juga mengalami gangguan stres, dan dari jumlah tersebut yang sampai mengalami kegilaan mencapai 96.000 orang

Pada masa penyebaran virus corona (COVID-19) yang terjadi saat ini ternyata menimbulkan dampak tersendiri pada sektor pendidikan di

Indonesia. Penyebaran COVID-19 yang begitu cepat menciptakan kekhawatiran bagi Pemerintah, khususnya Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, kalangan orang tua dan peserta didik. Hal inilah yang kemudian membuat sejumlah perguruan tinggi harus menghentikan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) secara tatap muka di dalam kelas dan menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran secara daring dianggap menjadi solusi terbaik terhadap kegiatan belajar mengajar di tengah pandemi COVID-19. Pembelajaran secara daring (dalam jaringan) merupakan penerapan dari pendidikan jarak jauh. Pembelajaran dengan cara ini bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keselamatan peserta didik.

Penelitian-penelitian sebelumnya tentang tingkat stres terkadang menunjukkan adanya stres yang terjadi pada mahasiswa, tapi hanya beberapa cakupan faktor yang diteliti. Untuk itu peneliti menghadirkan faktor-faktor yang menunjukkan kejadian stres pada mahasiswa sebelum dan selama masa pandemi COVID-19. Sajian data yang diperoleh dari sebaran kuisisioner berisikan beberapa daftar pertanyaan untuk mahasiswa kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2019 yang sudah mempunyai pengalaman dalam menjajaki dunia perkuliahan. Faktor – faktor yang diteliti antara lain jenis kelamin, tempat tinggal, beasiswa / non beasiswa, uang saku per bulan, prestasi akademik (IPK), waktu belajar di luar kampus, kegiatan organisasi di dalam/luar kampus, kelompok UKT, kuota internet, lingkungan belajar, tingkat penguasaan materi , dan pekerjaan di rumah.

Pandemi COVID-19 yang saat ini terjadi membuat sistem pembelajaran berubah. Pada masa pandemi ini mengharuskan mahasiswa

untuk giat dalam belajar karena tuntutan materi yang banyak dalam waktu yang singkat. Setiap mahasiswa diwajibkan menyelesaikan video pembelajaran dan modul sebelum pembelajaran online. Di samping itu mahasiswa juga harus menjalani sistem ujian blok yang dilaksanakan tiga kali dalam satu semester. Dan ditambah dengan adanya ujian topik yang dilaksanakan setiap minggu.

Oleh karena itu, peneliti akan mengetahui faktor - faktor apa saja yang mempengaruhi stres pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Berdasarkan uraian diatas, ingin diketahui faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi terjadinya stres pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut : Apa saja faktor – faktor yang mempengaruhi tingkat kejadian stres pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2019 pada saat masa pandemic covid-19?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat dan faktor-faktor penyebab stres pada mahasiswa FK UNHAS angkatan 2019 pada saat masa pandemi covid-19.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang dominan dalam mempengaruhi tingkat kejadian stres pada mahasiswa kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2019 pada saat masa pandemic covid-19 seperti :

- a. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor jenis kelamin
- b. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor tempat tinggal
- c. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor beasiswa/non beasiswa
- d. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor uang saku per bulan
- e. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor IPK
- f. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor waktu belajar di luar jam perkuliahan
- g. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor kegiatan organisasi di dalam/luar kampus
- h. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor kelompok UKT.
- i. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor kuota internet per bulan
- j. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor kondisi lingkungan belajar

- k. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor tingkat penguasaan materi
- l. Mengetahui tingkat kejadian stres berdasarkan faktor pekerjaan di rumah

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi penelitian lebih lanjut tentang faktor – faktor yang mempengaruhi tingkat kejadian stres pada mahasiswa.
- b. Hasil penelitian dapat dimanfaatkan bagi remaja dan masyarakat untuk membuka wawasan tentang faktor – faktor yang mempengaruhi tingkat kejadian stres.
- c. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan masalah tingkat stres beserta faktor – faktor yang mempengaruhinya.

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Stres**

##### **2.1.1. Definisi Stres**

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Morgan,1986) stres adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh (kondisi penyakit,latihan, dll) atau oleh kondisi lingkungan dan social yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk melakukan  *coping*  (Folkman, 2013). Menurut Selye, dalam bukunya yang berjudul *Stres Without Distres*, stres adalah segala situasi dimana tuntutan nonspesifik mengharuskan seorang individu untuk merespon atau melakukan tindakan (Potter Patricia A, 2005).

Lazarus (1984) menjelaskan bahwa stres juga dapat diartikan sebagai :

1. Stimulus, yaitu stres merupakan kondisi atau kejadian tertentu yang menimbulkan stres atau disebut juga dengan stresor.
2. Respon, yaitu stres merupakan suatu respon atau reaksi individu yang muncul karena adanya situasi tertentu yang menimbulkan stres. Respon yang muncul dapat secara fisiologis, seperti : jantung berdebar, gemetar dan pusing serta psikologis,

seperti : takut,cemas,sulit berkonsentrasi dan mudah tersinggung.

3. Proses, yaitu stres digambarkan sebagai suatu proses dimana individu secara aktif dapat mempengaruhi dampak stres melalui strategi tingkah laku, kognisi maupun afeksi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Braznitz & Golberger (2001) mengatakan bahwa setiap individu memiliki ambang stres yang berbeda-beda karena karakteristik individu akan mempengaruhi tingkatan stres yang dialaminya. Adaptasi merupakan suatu bentuk respon tubuh sebagai homeostasis pada system lingkungan internal dan termasuk didalamnya penstabilan biologis internal dan pemeliharaan psikologis dalam hal jati diri dan rasa harga diri.

Stres model respons dikembangkan oleh Hans Selye. Selye menekankan bahwa stres merupakan reaksi atau tanggapan tubuh yang secara spesifik terhadap penyebab stres yang mana mempengaruhi kepada seseorang.

### **2.1.2. Etiologi Stres**

Stresor merupakan suatu pemicu yang dapat menimbulkan stres yang biasanya didapat dari kejadian yang terjadi di lingkungan yang dapat diidentifikasi dengan jelas (Looker & Gregson, 2005). Menurut penyebabnya stresor dapat dibedakan menjadi dua jenis

yaitu penyebab eksternal dan penyebab internal : (Potter Patricia A, 2005)

1. Eksternal

Stresor yang berasal dari luar tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab eksternal. Contoh dari penyebab eksternal yaitu stresor yang berasal dari lingkungan, stresor terkait hubungan sosial, stresor pekerjaan, dan stresor terkait keadaan finansial.

2. Internal

Stresor yang berasal dari dalam tubuh manusia dikelompokkan kedalam penyebab internal. Contoh dari penyebab internal yaitu stresor terkait kesehatan manusia, misal: batuk, trauma, kekurangan zat gizi, kelelahan, dan obesitas. Selain itu juga bisa berasal dari pemikiran dan perasaan manusia itu sendiri seperti perasaan rendah diri (self devoluation) akibat adanya konflik, dan depresi yang berkepanjangan. Selain itu kondisi cacat tubuh, usia, jenis kelamin juga digolongkan kedalam penyebab internal.

### **2.1.3. Klasifikasi Stres**

Sebenarnya stres tidak selalu memberikan dampak negatif karena stres juga bisa berdampak positif kepada manusia. Stres ibarat dua sisi mata uang logam, yaitu memiliki sisi baik dan sisi buruk. Selye mengklasifikasikan stres menjadi dua yaitu eustres dan distres. Stres yang memberikan dampak positif diistilahkan dengan

Eustres, dan stres yang memberikan dampak negatif distilahkan dengan distres (Gadzella et al., 2012). Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyimpulkan bahwa hasil reaksi tubuh terhadap sumber-sumber stres merupakan eustres. Ketika eustres (stres yang berdampak baik) dialami seseorang, maka terjadilah peningkatan kinerja dan kesehatan. Sebaliknya ketika seseorang mengalami distres (stres yang berdampak buruk), maka mengakibatkan semakin buruknya kinerja, kesehatan dan timbul gangguan hubungan dengan orang lain (Lumban Gaol, 2016).

Mengacu pada kurva Yerkes-Dodson Curve, Le Fevre, Matheny dan Kolt (2003) menginterpretasikan bahwa stres yang bisa berdampak positif (eustres) terhadap kesehatan dan kinerja adalah pada saat stres itu tidak melebihi tingkat maksimal. Sedangkan stres yang berlebihan atau melebihi tingkat maksimal bisa memberikan dampak negatif (distres) terhadap kinerja dan kesehatan. Timbulnya stres yang berdampak positif atau negatif ditentukan oleh jumlah tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan yang tersedia baik secara fisik dan psikologis untuk menghadapi sumber stres (Greenberg, 2004). Menurut Rice (1999), berdasarkan etiologi, stres dapat dikategorikan sebagai berikut:

1. Stres Kepribadian (Personality Stres)

Stres kepribadian bersumber dari masalah dalam pribadi masing-masing seseorang. Stres kepribadian berhubungan dengan cara pandang individu terhadap masalah dan

kepercayaan terhadap diri sendiri. Umumnya, orang yang selalu berpikir positif akan memiliki risiko kecil mengalami stres kepribadian.

## 2. Stres Psikososial (Psychosocial Stres)

Stres Psikososial berhubungan dengan interaksi sosial dengan orang lain yang berada disekitarnya ataupun akibat situasi sosialnya. Contoh dari stres ini adalah stres terhadap lingkungan baru, masalah dengan keluarga, stres karena terjebak macet dan lain-lain.

## 3. Stres Pekerjaan (Job Stres)

Stres pekerjaan dipicu oleh segala sesuatu yang berhubungan dengan pekerjaan seseorang. Adanya persaingan dalam kantor, tekanan dan tuntutan pekerjaan, target kantor yang terlalu tinggi, usaha yang gagal, banyaknya saingan bisnis adalah beberapa hal yang dapat mengakibatkan stres pekerjaan.

## 4. Stres Mahasiswa (College Student Stres)

Stres mahasiswa dipicu oleh kondisi mahasiswa selama masa perkuliahan. Secara umum, stresor pada waktu perkuliahan dapat dibagi menjadi tiga kelompok stresor yaitu dari segi personal dan sosial, gaya hidup dan budaya, serta stresor dari segi akademik.

#### **2.1.4. Patofisiologi Stres**

Stres adalah respons nonspesifik generalisata tubuh terhadap setiap faktor yang mengalahkan, atau mengancam untuk mengalahkan kemampuan kompensasi tubuh untuk mempertahankan homeostatis. Stresor yang ada mengaktifkan sistem hipotalamus, selanjutnya hipotalamus akan mengaktifkan sistem saraf simpatis dan sistem korteks adrenal. Aktifnya sistem saraf simpatis menyebabkan berbagai respon dalam organ dan otot polos pada tubuh sebagai contoh terjadi peningkatan aliran darah ke jantung dan ventilasi serta terjadi pengalihan aliran darah dari bagian yang aktivitasnya ditekan dan terjadi vasokonstriksi, contohnya adalah saluran cerna dan kemih, dan munculnya respon fight or flight. Saraf simpatis juga menyebabkan produksi hormon epinefrin dari medula adrenal menjadi naik. Epinefrin berfungsi untuk memperkuat respon simpatis dan bisa mencapai tempat lain yang tidak disarafi oleh sistem saraf simpatis untuk melakukan fungsinya, contohnya adalah mobilisasi lemak dan karbohidrat (Sherwood, 2012).

Selain epinefrin, respon hormon utama dalam tubuh juga aktif seperti pengaktifan sistem CRH-ACTH-kortisol. Kortisol berperan dalam membantu tubuh menghadapi stres melalui efek metabolisme. Kortisol berperan menguraikan simpanan lemak dan protein. Selain itu juga memperbanyak simpanan karbohidrat dan meningkatkan ketersediaan glukosa dalam darah. Peningkatan

cadangan glukosa, asam amino, dan asam lemak nantinya dapat digunakan sesuai kebutuhan, seperti mempertahankan nutrisi ke otak dan menyediakan bahan baku untuk dapat memperbaiki sel dan jaringan yang rusak (Sherwood, 2012)

## **2.2. Tingkatan Stres**

### 1. Stres ringan

Stres ringan berasal dari stresor yang hanya berlangsung hitungan menit atau jam. Misalnya terjebak macet, dan dimarahi oleh dosen. Contoh dari gejala stres ringan adalah sulit bernafas, bibir menjadi kering, lemas, sering berkeringat, takut tidak beralasan, merasa lega jika kondisi penyebab stres telah berakhir (Psychology Foundation Of Australia, 2010).

### 2. Stres sedang

Stres sedang adalah stres yang berlangsung selama beberapa jam hingga beberapa hari. Contoh penyebab dari stres sedang adalah kejadian perkuliahan dengan seseorang yang tidak dapat diselesaikan. Contoh gejala dari stres ini adalah mudah merasa capek, mudah emosi, sulit bersitirahat, dan menjadi gelisah (Psychology Foundation Of Australia, 2010).

### 3. Stres berat

Keadaan stres yang dapat berlangsung hingga beberapa minggu. Misalnya terdapat perselisihan dengan dosen atau teman seara terus menerus, penyakit fisik jangka panjang dan kesulitan ekonomi. Gejala

dari stres ini adalah merasa tidak kuat untuk melakukan segala aktivitas, putus asa, hilang minat, merasa tidak dihargai, merasa tidak ada hal yang diharapkan di masa depan (Psychology Foundation Of Australia, 2010)

#### 4. Stres sangat berat

Stres sangat berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa bulan dan dalam waktu yang tidak dapat ditentukan. Seseorang yang mengalami stres sangat berat tidak memiliki motivasi untuk hidup dan cenderung pasrah. Seseorang dalam tingkatan stres ini biasanya teridentifikasi mengalami depresi berat. (Psychology Foundation Of Australia, 2010).

### **2.3. Manajemen Stres**

Menurut Smert (1994) mekanisme koping adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk memperbaiki jarak antara tuntutan (baik tuntutan yang bersumber dari individu maupun dari lingkungan) dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stresfull. Huxley mengajukan enam langkah untuk menghadapi stres yang muncul yaitu: (Suranadi, 2012)

#### 1. Aware terhadap stres

Situasi stres dapat mempengaruhi keadaan fisik dan mental seseorang. Aware terhadap stres berarti mampu mengenali tanda-tanda dari keberadaan situasi stres. Bagi sebagian orang tanda-tanda tersebut dapat berupa perasaan sangat lelah, lekas marah

atau perasaan gelisah. Pada sebagian orang yang muncul adalah sikap cepat menyerang atau menarik diri dari orang lain.

2. Melakukan time out

Setelah situasi stres dikenali, langkah berikutnya adalah melakukan time out (menyingkir sejenak). Saat keadaan memanas, time out akan memberi kesempatan untuk melakukan cooling down. Langkah ini juga berguna untuk mencegah dari mengatakan atau melakukan tindakan yang dapat disesali kemudian.

3. Menyusun rencana self-care

Kesibukan melakukan tugas-tugas seringkali membuat orang mengabaikan kebutuhan fisik, emosi dan spiritual diri sendiri. Menyisihkan waktu untuk melakukan self-care dapat mengurangi beban yang overload, misalnya tidur yang nyenyak, berolah raga, meditasi, shalat/berdoa, atau relaksasi beberapa menit.

4. Menyusun rencana pengelolaan waktu

Melaksanakan pekerjaan/tugas dengan menyusun rencana pengelolaan waktu, membuat prioritas dan jadwal akan sangat membantu menghadapi situasi stres yang muncul.

5. Memecahkan problem bersama

Sebagai mahasiswa, seringkali kita berpikir bahwa kita harus dapat menyelesaikan semua masalah. Cara berpikir yang demikian akan meningkatkan stres. Mengajak teman untuk berdiskusi bersama memecahkan masalah, dapat meningkatkan

keterlibatan mereka sehingga dapat membantu mengembangkan kemampuan problem solving di kemudian hari. Namun perlu diingat bahwa proses memecahkan problem bersama harus dilakukan secara demokratis.

#### 6. Mencari dukungan

Adakalanya situasi stres berada di luar kemampuan untuk menghadapinya. Bila sudah demikian, mencari dukungan pada lingkungan dekat atau per grup merupakan jalan keluar yang realistis.

### **2.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres**

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Barseli and Ifdil, 2017). Faktor internal yang berasal dari dalam diri individu mahasiswa sendiri misalnya kondisi fisik, motivasi, dan tipe kepribadian dari mahasiswa itu sendiri. Faktor eksternal biasanya berasal dari luar individu seperti keluarga, pekerjaan, fasilitas, lingkungan, dosen dan lain-lain (Kariv and Heiman, n.d.). Beberapa faktor yang menyebabkan kejadian stres pada mahasiswa yaitu :

#### 1. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menggambarkan lebih banyak perempuan yang mengalami stres dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini karena wanita lebih menggunakan perasaannya dalam menghadapi suatu masalah. Berbeda dengan laki laki yang dituntut untuk lebih kuat daripada wanita, sehingga laki laki lebih menggunakan akal nya daripada perasaannya. Laki laki juga

memiliki keunggulan sebab laki laki sejak dulu dipaksa oleh keadaan untuk siap menghadapi masalah, hal itu penting untuk meningkatkan keselamatan dirinya sehingga pria mempunyai respon fight or flight, hal ini berguna untuk menyelamatkan diri pria dalam melawan stres (Sutjiato et al., 2015)

## 2. Tempat Tinggal

Dari hasil penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa responden yang kost belum tentu lebih mudah mengalami stres dibandingkan yang tinggal dengan keluarga. Hal ini dikarenakan di tempat kost banyak teman-teman sebaya yang bisa menolong atau memberikan masukan saat ada masalah di kampus. Begitupun dengan yang tinggal dengan keluarga belum tentu mereka tidak akan mengalami stres. Bisa jadi justru dirumah, mereka mengalami banyak tekanan yang mungkin di dapat (Sutjiato et al., 2015).

## 3. Beasiswa/non-beasiswa

Mahasiswa penerima beasiswa dihadapkan dengan berbagai tuntutan dan tanggung jawab, baik dari kampus maupun dari pemerintah sebagai pihak yang memberikan beasiswa. Dari pemerintah, mahasiswa diharuskan untuk menyelesaikan kuliah tepat waktu dengan Indeks Prestasi Kumulatif di atas 3. Selain itu, mahasiswa dituntut untuk aktif berorganisasi. Setiap semester, mereka diwajibkan untuk mengirimkan laporan terkait perkembangan akademik. Selain itu, mahasiswa penerima Beasiswa juga harus melaporkan kegiatan nonakademis yaitu organisasi yang diikuti, kepanitiaan yang dilakukan, seminar yang diikuti, karya ilmiah, yang dibuat, dan prestasi yang diraih (Faculty of Psychology University of Indonesia et al., 2018)

#### 4. Uang saku per bulan

Penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa salah satu sumber yang menyebabkan stres berat pada mahasiswa kedokteran adalah masalah keuangan seperti pengelolaan keuangan atau kurangnya uang saku yang diterima oleh mahasiswa (Legiran et al., 2015)

#### 5. IPK

Penelitian yang dilakukan oleh Yee (2013) menunjukkan bahwa prestasi akademik sangat berpengaruh terhadap kejadian stres pada mahasiswa kedokteran. Mahasiswa yang berprestasi cenderung mengalami stres dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak berprestasi. Mahasiswa yang berprestasi cenderung lebih berisiko mengalami stres dikarenakan mereka merasa terbebani dan dituntut untuk terus menerus belajar, lulus dalam setiap ujian dan mengejar nilai mereka sehingga mereka dapat mempertahankan atau meraih prestasi akademik yang baik

#### 6. Waktu belajar di luar jam perkuliahan

Penyebab stres akademik tersering pada mahasiswa kedokteran yaitu tuntutan terhadap ujian serta waktu belajar yang sangat padat. Stres akademik dapat terjadi karena tugas-tugas kuliah yang harus dikerjakan dan waktu perkuliahan yang padat.

#### 7. Kegiatan organisasi di kampus dan di luar kampus

Setiap mahasiswa yang aktif dalam organisasi diharapkan dapat memajemen waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas kuliah atau aktivitas di dalam organisasi. Kedisiplinan dalam manajemen waktu terkadang sulit dilakukan oleh sebagian besar mahasiswa sebagai anggota

organisasi, sehingga seringkali mahasiswa kesulitan untuk menyelesaikan kegiatan yang sudah dijadwalkan. Kesulitan yang dialami akan berdampak pada tertundanya mengerjakan tugas kuliah hingga timbulnya kejadian stres pada mahasiswa.

## 8. Kelompok UKT

Berdasarkan hasil penelitian Livana et al., (2020) penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19 yang banyak dikemukakan adalah

### 1. Tugas Perkuliahan

Banyaknya tugas yang dianggap berlebih dengan tuntutan waktu pengumpulan yang tergolong cepat membuat kesehatan mental mahasiswa terganggu. Mahasiswa menjadi tidak bisa beristirahat cukup karena ada banyak tugas yang harus diprioritaskan terlebih dahulu.

### 2. Kuota Internet

Faktor pemicu timbulnya gejala stres lainnya adalah pembelajaran jarak jauh menghabiskan kuota internet yang sangat sangat banyak. Menurut Hasan (2020) dalam Abbas (2020) proses belajar dan mengajar model online membebani mahasiswa dari segi biaya dan mental. Beberapa mahasiswa mengalami hal ini dikarenakan keterbatasan dana untuk membeli kuota internet. Kondisi tersebut diperparah dengan kondisi keuangan keluarga yang dalam beberapa kasus juga bermasalah akibat dari pandemi ini (Legiran et al., 2015)

### 3. Lingkungan Belajar

Lingkungan belajar yang berbeda saat melakukan pembelajaran jarak jauh. Hal ini juga menjadi salah satu faktor. Ada beberapa mahasiswa

yang menjalani pembelajaran jarak jauh di tempat kost yang kondisinya berbeda dengan pembelajaran tatap muka yang biasa dilakukan di kelas. Mereka mengatakan bahwa terkadang perasaan sesak karena ruangan yang sempit. Berbeda halnya dengan mahasiswa yang tinggal di rumahnya sendiri. Mereka akan merasakan kebisingan karena lingkungan rumah yang berisik hingga mengganggu konsentrasi dalam belajar. Apabila kebisingan terjadi saat mahasiswa sedang memahami materi yang diajarkan maka dapat sangat mengganggu, sumber kebisingan tidak hanya dari dalam ruangan tetapi juga mencakup wilayah yang lebih luas seperti di luar dan sekeliling ruang belajar. (Zwagery and Dewi, 2019)

#### 4. Penguasaan Materi

Keterbatasan pemahaman terkait materi yang didapat oleh mahasiswa juga sangat berpengaruh sehingga menyebabkan stres karena tuntutan pada kemampuan mahasiswa untuk mengerjakan tugas pembelajaran. Keterbatasan ruang membuat mereka tidak bisa leluasa bertanya baik kepada dosen pengajar maupun kepada teman. Apalagi sistem pembelajaran daring yang berbeda sehingga materi yang didapat mahasiswa kurang dapat dipahami. Sebenarnya di era sekarang mahasiswa dituntut untuk dapat belajar dengan mandiri. Namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu belajar secara mandiri. (Amini et al., 2020)

#### 5. Pekerjaan Rumah

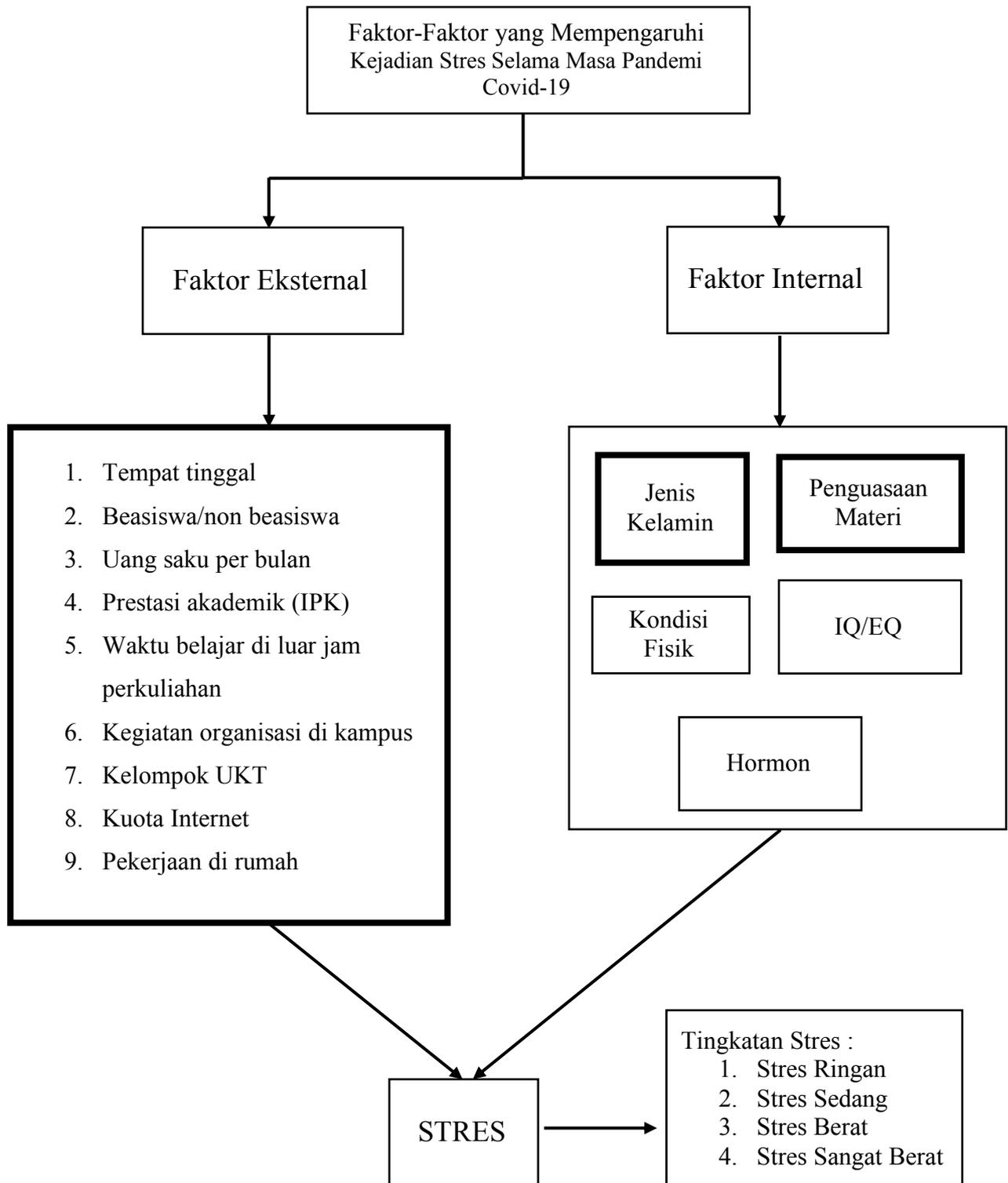
Pekerjaan rumah yang menumpuk juga menjadi salah satu faktor. Beberapa mahasiswa bahkan merasa tidak memiliki waktu luang untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Akibatnya pekerjaan rumah juga ikut

menumpuk, seperti halnya mencuci pakaian, membersihkan kamar, dan lain sebagainya. Apalagi ditambah dengan orangtua yang kurang paham terhadap kesibukan anaknya hingga timbul perasaan marah dan menganggap anak tidak membantu mereka sama sekali. Hal ini membuat mahasiswa kian stres setiap harinya.

## BAB 3

### KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEP

#### 3.1 Kerangka Teori



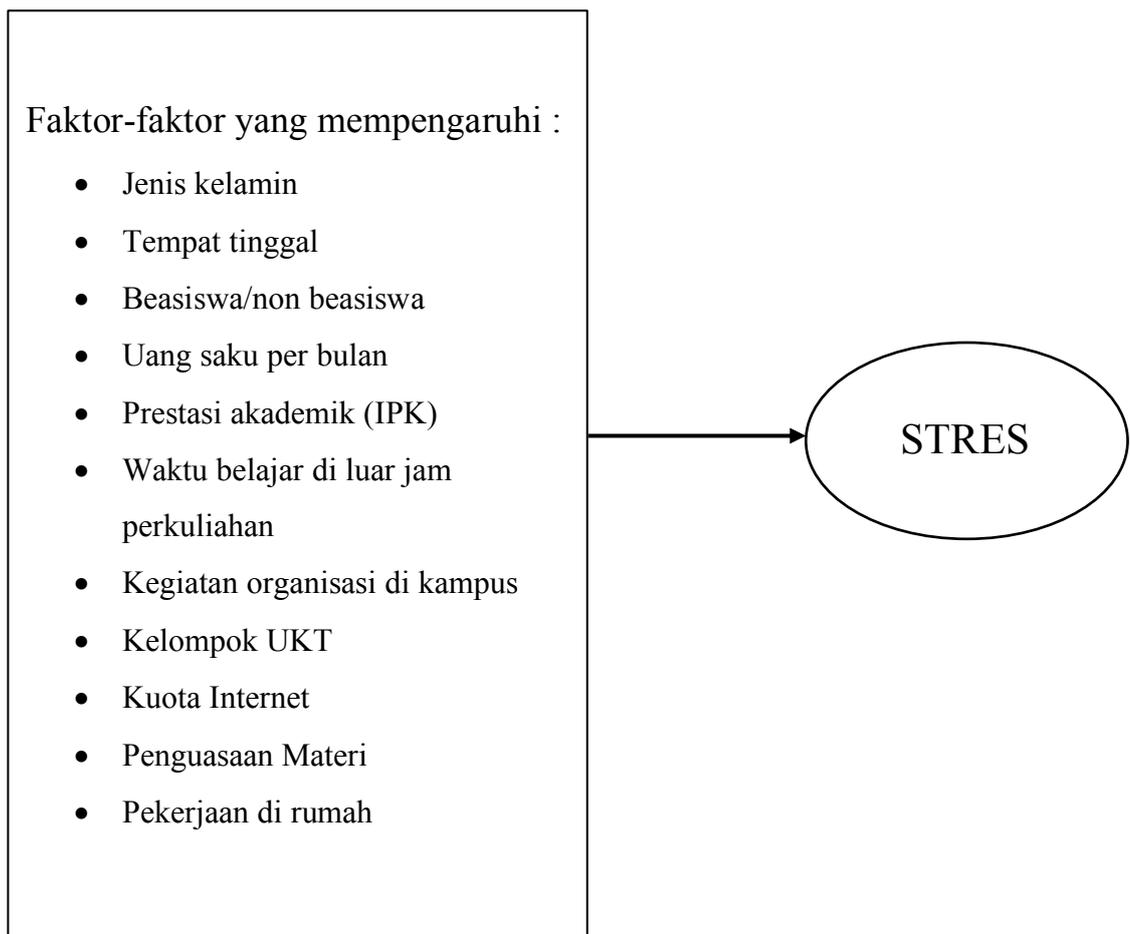


: Variabel yang diteliti

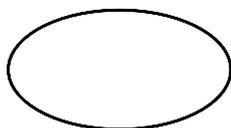


: Variabel yang tidak diteliti

### 3.2 Kerangka Konsep



Variabel Dependent



Variabel Independent