

SKRIPSI

JANUARI 2020

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2017 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN**



Oleh:

MUTHIA DITASYA ALI SEPPO
C011171555

Pembimbing :

Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ

**DISUSUN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK
MENYELESAIKAN STUDI PADA PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

2020

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2017 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**Diajukan Kepada Universitas Hasanuddin
Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Kedokteran**

Muthia Ditasya Ali Seppo
C011171555

Pembimbing :

Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ

**UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN MAKASSAR**

2020

HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar akhir di Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan judul :

“HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2017 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN”

Hari, Tanggal : Rabu, 29 Januari 2020
Waktu : 13.00 WITA
Tempat : Ruang Pertemuan RSKD Dadi Prov. Sulawesi Selatan.

Makassar, 29 Januari 2020


(Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ)

NIP. 19800114 200112 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Muthia Ditasya Ali Seppo

NIM : C111 71 555

Fakultas/Program Studi : Kedokteran/Pendidikan Dokter

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ

Penguji 1 : Prof. dr. A. Jayalangkara Tanra, Ph.D., Sp.KJ (K)

Penguji 2 : Dr. dr. Sonny T Lisal, Sp.KJ

Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 29 Januari 2020

**DEPARTEMEN ILMU KEDOKTERAN JIWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN**

2020

TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Judul Skripsi :

**“HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI AKADEMIK
MAHASISWA ANGKATAN 2017 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
HASANUDDIN”**

Makassar, 29 Januari 2020



(Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ)

NIP. 19700114 200112 2001

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Muthia Ditasya Ali Seppo
NIM : C011171555
Tempat & tanggal lahir : Ujung Pandang, 22 Juni 1999
Alamat Tempat Tinggal : BTP Blok J No 177
Alamat email : muthiaditasyaa@gmail.com
Nomor HP : 085156324712

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi dengan judul: “Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin” adalah hasil karya saya. Apabila ada kutipan atau pemakaian dari hasil karya orang lain baik berupa tulisan, data, gambar, atau ilustrasi baik yang telah dipublikasi atau belum dipublikasi, telah direferensi sesuai dengan ketentuan akademis.

Saya menyadari plagiarisme adalah kejahatan akademik, dan melakukannya akan menyebabkan sanksi yang berat berupa pembatalan skripsi dan sanksi akademik lainnya. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Makassar, 23 Januari 2020

Yang Menyatakan,



Muthia Ditasya Ali Seppo
C011171555

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala karena atas rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang : “Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Akademik Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin”. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat mencapai gelar Sarjana Kedokteran.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa adanya doa, bantuan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih banyak kepada:

1. Allah Subhanahu wa ta'ala, atas rahmat dan ridho-Nya lah skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Nabi Muhammad Shallallahu ‘alaihi wasallam, sebaik-baik panutan yang selalu mendoakan kebaikan atas umatnya.
3. Kedua Orangtua, Muh. Ali Seppo,SE dan DR. Naidah Naing,S.T, M,Si dan juga kakak, Muh. Pasca Rivaldi Ali Seppo, S.Ked yang tak pernah henti mendoakan dan memotivasi penulis untuk menjadi manusia yang bermanfaat bagi sesama serta sukses dunia dan akhirat.
4. Rektor Universitas Hasanuddin yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar, meningkatkan ilmu pengetahuan, dan keahlian.
5. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan keahlian.
6. Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ selaku pembimbing skripsi atas kesediaan, keikhlasan, dan kesabaran meluangkan waktunya memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis mulai dari penyusunan proposal sampai pada penyusunan skripsi ini
7. Prof. dr. A. Jayalangkara Tanra, Ph.D., Sp.KJ (K) selaku penguji I dan Dr. dr. Sonny T Lisal, Sp.KJ selaku penguji II, atas kesediaannya meluangkan waktu memberi masukan untuk skripsi ini.
8. Adlina Safirah Kaharu dan Nursyahidah Idris, teman seperjuangan skripsi penulis, yang telah menemani penulis mulai dari persiapan proposal, pengumpulan data hingga penyelesaian skripsi.

9. RAD, Dyan Maharani, Ruhki Kristalina, Nur Atikah Ansar, Nurwardah Fatimah, Astrid Rachmat, Andreza, Moh. Arif Mustapa, dan Andi Zaenal Abidin yang setia menemani menghabiskan masa pre-klinik tak pernah berhenti untuk saling mendoakan, menyemangati, dan mengingatkan untuk bahagia dalam menjalani kehidupan, termasuk dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Kalila Sabirah H. Bossa, Irmayanti yang selalu mendukung dan memotivasi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
11. Himpunan Mahasiswa Islam (HMI), Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Kedokteran UNHAS, Medical Youth Reaserch Club (MYRC) yang sudah bukan lagi hanya sekedar organisasi bagi penulis, tetapi sudah menjadi keluarga ataupun rumah untuk bercengkrama hingga sebagai pembentuk pribadi penulis.
12. Andi Nurul Fadillah Muhammad, Fujiyanti Amirullah, dan Muhammad Imran yang senantiasa memberikan semangat, bantuan dan doanya dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Teman-teman VITREOUS, Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin yang banyak berkontribusi dalam menyelesaikan skripsi ini serta mendukung dan memotivasi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
14. Teman-teman NOSEC yang selalu mendukung dan memotivasi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
15. Terakhir semua pihak yang membantu dalam penyelesaian skripsi ini namun tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa berkontribusi dalam perbaikan upaya kesehatan dan bermanfaat bagi semua pihak.

Makassar, 23 Januari 2020



Muthia Ditasya Ali Seppo

Muthia Ditasya Ali Seppo (C011171555)

Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN INDEKS PRESTASI AKADEMIK
MAHASISWA ANGKATAN 2017 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
HASANUDDIN**

ABSTRAK

Latar Belakang: Selama menjalani pendidikan, prestasi belajar merupakan salah satu tolak ukur penguasaan kompetensi mahasiswa di bidang ilmunya. Penelitian di bidang psikiatri membuktikan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar seseorang adalah stres. Perguruan tinggi selalu dianggap sebagai lingkungan yang sangat menegangkan dan memicu stress bagi mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran. Meskipun penelitian di beberapa perguruan tinggi menemukan tingkat prevalensi stress pada mahasiswa berbeda-beda. Ada yang menemukan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan indeks prestasi mahasiswa kedokteran tapi adapula yang menemukan hubungan yang signifikan antara kedua faktor. Mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Unhas, memiliki indeks prestasi yang berbeda-beda selama empat semester dari yang terendah hingga tertinggi. Hal ini menarik untuk diteliti apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan rendah dan tingginya indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 pada fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.

Metode: Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan study *cross sectional* dilaksanakan mulai bulan Oktober - November 2019 di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Penelitian dilakukan dengan jumlah sampel 76 orang. Pendekatan dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling* berupa kuesioner yang sesuai dengan variabel yang diteliti dan berupa nilai indeks prestasi akademik yang di ambil dibagian akademik fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.

Hasil: Didapatkan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi akademik pada prodi Pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2017. Dari hasil olah data stresor akademik dengan nilai $p=0,723$ yang memiliki nilai lebih besar dari $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan: Sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2017 mengalami stress yang masih dalam batas normal. Hanya sebagian kecil yang mengalami stress sedang dan berat. Hal tersebut tidak mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa, karena ditemukan sebagian besar mahasiswa fakultas Kedokteran memiliki Indeks prestasi yang sangat memuaskan dan pujian. Hanya sebagian kecil memiliki Indeks Prestasi yang kurang memuaskan. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan indeks prestasi belajar mahasiswa.

Kata kunci: Tingkat Stres, Indeks Prestasi

Muthia Ditasya Ali Seppo (C011171555)

Dr. dr. Saidah Syamsuddin, Sp.KJ

THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH STUDENTS ACADEMIC ACHIEVMENT INDEX BATCH 2017 FACULTY OF MEDICAL, HASANUDDIN UNIVERSITY

ABSTRACT

Background: During their education, learning achievement is one of the student mastery benchmarks in their own knowledge field. Research in psychiatry field proves that one of the factors that can affect one's learning achievement is stress. College is always regarded as a very stressful environment and triggers stress for students, especially medical students. Although, the research in several universities found the prevalence of stress is differ on students. Some found that there is no relationship between tolerance towards stress with medical students academic achievement but also, some found that there is a significant relationship between two factors. Students batch 2017 in Faculty of Medical University of Hasanuddin, have different index achievements for four semesters from the lowest to the highest. It is interesting to examine whether there is a relationship between the level of stress and low or high the academic achievement of students batch 2017 in Faculty of Medicine University of Hasanuddin.

Methods: This research was an analytic observational with cross sectional study conducted from October to November 2019 in Faculty of Medical, University of Hasanuddin. The research was conducted with sample of 76 people. The approach was carried out using a simple random sampling technic such as questionnaire in accordance with the inspected variables and academic achievement index taken in the academic of Medical Faculty, University of Hasanuddin.

Results: There was no relationship between stress level and academic achievement index in Medical Education Faculty of Medical, Hasanuddin University batch 2017. From the result of academic stressor data processing with $p\ value = 0,723$ which is bigger than $\alpha\ value = 0,05$.

Conclusion: Most of Medical students Faculty of Medical batch 2017 have stress that still within normal limits. Only a small proportion have moderate or severe stress. This doesn't affect student learning achievement, because it found that most of the students of Faculty of Medical have a very satisfying and praise performance index. Only a small percentage has an unsatisfactory performance index. This shows that there is no significant relationship between the stress level with student learning achievement index.

Keywords: Stress Level, Achievement Index.

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| ABSTRAK | ix |
| ABSTRACT..... | x |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| DAFTAR TABEL | xv |
| DAFTAR GRAFIK | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | 1 |
| 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 | 3 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 3 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 4 |
| 2.1 Stress..... | 4 |
| 2.1.1 Definisi Stress..... | 4 |
| 2.1.2 Penggolongan Stres..... | 5 |
| 2.1.3 Gejala dan Akibat Stres..... | 5 |
| 2.1.4 Faktor-Faktor yang Menyebabkan Stres..... | 6 |

| | | |
|---|--|----|
| 2.1.5 | Sumber Stres Psikologis..... | 9 |
| 2.1.6 | Tingkat Stress..... | 9 |
| 2.1.7 | Penanganan Stres..... | 10 |
| 2.2 | Prestasi Akademik | 11 |
| 2.2.1 | Pengertian Prestasi Akademik..... | 11 |
| 2.2.2 | Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik..... | 11 |
| 2.2.3 | Pengukuran Prestasi Akademik..... | 14 |
| 2.3 | Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik..... | 14 |
| 2.4 | Kerangka Teori..... | 15 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL & HIPOTESIS PENELITIAN..... | | 16 |
| 3.1 | Kerangka Konsep | 16 |
| 3.2 | Definisi Operasional dan Kriteria Objektif | 16 |
| 3.3 | Hipotesis Penelitian | 17 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN..... | | 19 |
| 4.1 | Jenis Penelitian | 19 |
| 4.2 | Waktu dan Tempat Penelitian | 19 |
| 4.3 | Populasi dan Sampel..... | 19 |
| 4.4 | Identifikasi Variabel Penelitian | 20 |
| 4.5 | Kriteria Sampel..... | 20 |
| 4.6 | Teknik Pengumpulan Data | 20 |
| 4.7 | Pengolahan dan Analisa Data..... | 21 |
| 4.8 | Penyajian Data..... | 22 |
| 4.9 | Etika Penelitian..... | 22 |
| BAB 5 HASIL PENELITIAN..... | | 23 |
| 5.1 | Gambaran Subyek Penelitian..... | 23 |
| 5.2 | Karakteristik Sampel Penelitian | 23 |

| | |
|---|-----------|
| 5.3 Hasil Penelitian..... | 25 |
| 5.4 Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin | 28 |
| BAB 6 PEMBAHASAN | 31 |
| 6.1 Distribusi Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin | 31 |
| 6.2 Distribusi Indeks Prestasi pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin | 31 |
| 6.3 Distribusi Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin..... | 31 |
| BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN | 34 |
| 7.1 Kesimpulan..... | 34 |
| 7.2 Saran | 34 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 36 |
| LAMPIRAN | 38 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------|----|
| 2.3 Kerangka Teori..... | 15 |
| 2.4 Kerangka Konsep | 16 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Kelompok Usia | 23 |
| Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin | 24 |
| Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Stres..... | 25 |
| Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasarkan Indeks Prestasi Akademik | 26 |
| Tabel 5. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Indeks Prestasi Akademik..... | 27 |

DAFTAR GRAFIK

| | |
|---|----|
| Grafik 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Usia..... | 24 |
| Grafik 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin | 25 |
| Grafik 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres..... | 26 |
| Grafik 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Indeks Prestasi Akademik | 27 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | | |
|------------|---|----|
| Lampiran 1 | Biodata Diri Penulis..... | 38 |
| Lampiran 2 | Lembar Permohonan Menjadi Responden | 40 |
| Lampiran 3 | Formulir Persetujuan..... | 41 |
| Lampiran 4 | Instrumen Penelitian (Skala Tingkat Stres)..... | 42 |
| Lampiran 5 | Hasil Analisis Data dengan Program SPSS..... | 44 |
| Lampiran 6 | Surat Izin Penelitian..... | 47 |
| Lampiran 7 | Surat Rekomendasi Persetujuan Etik..... | 48 |

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa sebagai tonggak keberhasilan suatu bangsa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan secara cepat. Namun tidak semua dari diantara mereka yang mampu beradaptasi atau mempunyai toleransi baik dan tidak sedikit yang akhirnya mengalami stres sehingga menghadapi kendala dalam meraih prestasi terutama di bidang akademik. Dalam kehidupan manusia mengalami berbagai kegagalan, frustrasi dan konflik yang pada waktunya dapat menjelma menjadi cemas, stres dan depresi.

Di lingkup perguruan tinggi selalu dianggap sebagai lingkungan yang sangat menegangkan bagi mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran. Pendidikan kedokteran memiliki tingkat stres yang tinggi dan dapat berefek negatif terhadap fungsi kognitif dan belajar bagi para mahasiswa kedokteran. Seperti salah satu penelitian yang dilakukan di negara Pakistan terbukti bahwa kuliah di fakultas kedokteran memiliki angka tingkat stres tiga kali lebih tinggi daripada di fakultas lain.

Selama menjalani pendidikan, prestasi belajar merupakan salah satu tolak ukur penguasaan kompetensi mahasiswa di bidang ilmunya. Selama ini banyak berpendapat bahwa untuk meraih prestasi belajar yang tinggi diperlukan kecerdasan intelektual yang tinggi, namun menurut penelitian di bidang psikologi tahun 2008 membuktikan bahwa IQ bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar seseorang, tetapi ada beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa salah satunya adalah stres.

Stres merupakan suatu gejala psikologis yang sering kita temui dalam kehidupan kita sehari-hari, setiap individu pernah mengalaminya. Namun gejala stres yang di derita oleh tiap orang berbeda-beda. Berat atau ringannya gejala stres yang diderita oleh seseorang tergantung dari kemampuan untuk cepat beradaptasi, kita dituntut untuk dapat beradaptasi dengan cepat sekaligus mampu untuk ikut bersaing dengan individu lainnya.

Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran telah dilakukan pada beberapa universitas di dunia. Di Amerika Utara, penelitian yang dilakukan oleh 100 mahasiswa menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah sebanyak 38% . Penelitian lain yang dilakukan oleh salah satu fakultas kedokteran di Inggris yang melibatkan sebanyak 165 partisipan tersebut menunjukkan prevalensi tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 31,2%. Sementara itu, tiga penelitian yang dilakukan di beberapa Negara Asia menunjukkan hasil sebagai berikut: Pakistan dengan 161 partisipan, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 30,84%, Thailand dengan 686 partisipan, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 61,4%, dan di Malaysia, dengan 396 partisipan, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran adalah 41,9%.

Berdasarkan penelitian terdahulu, yang dilakukan oleh Dona Fitria Sari menemukan bahwa tidak ada hubungan antara toleransi terhadap stres dengan indeks prestasi pada 63 orang mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Islam Indonesia semester II angkatan 2004. Sebagai hasil tambahan juga didapatkan tidak ada hubungan antara jenis kelamin, lokasi tempat tinggal dengan indeks prestasi, serta posisi anak dalam keluarga. Dan terdapat juga penelitian, yang dilakukan oleh Nurhafizah yang menemukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan indeks prestasi pada mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran Universitas Riau dengan jumlah 114 orang angkatan 2011.

Mahasiswa fakultas kedokteran pasti memiliki tingkat stres yang berbeda-beda yang bisa mempengaruhi indeks prestasi akademik itu sendiri. Dari data yang didapatkan bahwa terkhusus mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran memiliki indeks prestasi yang berbeda-beda selama empat semester mulai dari IPK terendah 1,09 dan tertinggi 4,00. Sehingga masalah tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat “Hubungan tingkat stres dengan indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menggali informasi tentang hubungan tingkat stres dengan indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.
2. Mengetahui gambaran indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.
3. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Mahasiswa

Membantu memberikan informasi khususnya kepada mahasiswa tentang bagaimana hubungan tingkat stres terhadap indeks prestasi akademik mahasiswa, agar mahasiswa dapat mengelola stres dengan baik.

2. Institusi

Memberikan masukan bagi pihak fakultas tentang kondisi kejiwaan mahasiswa fakultas kedokteran dalam hubungannya dengan tingkat stres, sehingga fakultas dapat menjadikan hal tersebut sebagai pertimbangan dalam pengambilan kebijakan.

3. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dengan terjun langsung kelapangan dan memberikan pengalaman belajar yang menumbuhkan kemampuan dan keterampilan meneliti serta pengetahuan yang lebih mendalam terutama pada bidang dikaji.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Umum Tentang Stres

2.1.1 Definisi Stres

Stres adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya, misalnya bagaimana respon tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya maka yang bersangkutan tidak mengalami stres. Definisi lain menyebutkan bahwa stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal.

Stressor adalah kejadian situasi seseorang atau suatu obyek yang dilihat sebagai unsur yang menimbulkan stres dan menyebabkan reaksi stres sebagai hasilnya. Stressor sangat bervariasi bentuk dan macamnya, mulai dari sumber-sumber psikososial dan perilaku seperti frustrasi, cemas dan kelebihan sumber-sumber bioekologi dan fisik seperti bising, polusi, temperatur dan gizi.

Berbagai stressor dapat menimbulkan respon spesifik yang khas untuk stressor tersebut sebagai contoh respon spesifik tubuh terhadap pajanan dingin adalah menggigil dan vasokonstriksi kulit. Namun selain respon spesifik tersebut semua stressor menyebabkan respon generalisata non spesifik. Ketika tubuh mengenalinya daya stressor timbul respon saraf dan hormon yang melakukan tindakan-tindakan defensive untuk menghadapi keadaan darurat. Stres sebagai reaksi fisik, mental, dan kimia dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan dan merisaukan seseorang.

Hans Selye, seorang ilmuwan yang terkenal dan pelopor dalam bidang penelitian mengenai stres, merancang suatu konsep mengenai reaksi tubuh

terhadap stres yang disebut dengan respon adaptasi umum terhadap stres. Konsep ini menggambarkan respon tubuh terhadap stres menjadi tiga tahapan dasar yaitu tanggapan terhadap bahaya (alarm reaction), tanggapan fisik atau tahap perlawanan (stage of resistance) dan tahap kelelahan (stage of exhaustion). Ketiga tahapan ini tidak selalu terjadi pada setiap manusia yang mengalami stres karena tergantung pada daya tahan mental setiap individu.

2.1.2 Penggolongan stress

Seyle menggolongkan stres menjadi 2 golongan. Penggolongan ini didasarkan atas persepsi individu terhadap stres yang dialaminya:

a. Distres (Stres Negatif)

Seyle menyebutkan distres adalah stres yang merusak atau bersifat tidak menyenangkan. Stres dirasakan sebagai suatu keadaan dimana individu mengalami rasa cemas, ketakutan, khawatir atau gelisah, sehingga individu mengalami keadaan psikologis yang negatif, menyakitkan dan timbul keinginan untuk menghindarinya.

b. Eustres (Stres Positif)

Seyle menyebutkan bahwa eustres bersifat menyenangkan dan merupakan pengalaman yang memuaskan. Hanson mengemukakan fresh joy of stres untuk mengungkapkan hal-hal yang bersifat positif yang timbul dari adanya stres. Eustres dapat meningkatkan kesiagaan mental, kewaspadaan, kognisi, dan performansi individu. Eustres juga dapat meningkatkan motivasi individu untuk menciptakan sesuatu, misalnya menciptakan karya seni.

2.1.3 Gejala dan Akibat Stres

Gejala atau akibat stres yang dibicarakan disini adalah gejala atau akibat yang negatif karena sering kali mengganggu kehidupan manusia. Tingkat stres yang tinggi dan berlangsung dalam waktu yang lama tanpa ada jalan keluar bisa mengakibatkan berbagai macam penyakit seperti: gangguan pencernaan, serangan jantung, tekanan darah tinggi, asma, keringat dingin, diare, insomnia, dan lain-lain. Cox Gibson, dkk, mengategorikan stres menjadi lima kategori, yaitu:

1. Akibat subjektif, yaitu akibat dirasakan secara pribadi, meliputi kegelisahan, agresi, kelesuan, kebosanan, depresi, kekecewaan, kesabaran, harga diri rendah, dan perasaan terpencil.
2. Akibat perilaku, yaitu akibat yang mudah dilihat karena berbentuk perilaku-perilaku tertentu meliputi, mudah terkena kecelakaan, penyalahgunaan obat, peledakan emosi, dan tertawa.
3. Akibat kognitif, yaitu akibat mempengaruhi proses berfikir, meliputi tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama, sangat peka terhadap kecaman dan mengalami rintangan mental.
4. Akibat fisiologis, yaitu akibat-akibat yang berhubungan dengan fungsi atau kerja alat-alat tubuh, yaitu tingkat gula darah meningkat, tekanan darah naik, berkeringat, pupil mata membesar, dan panas dingin.
5. Akibat keorganisasian, yaitu akibat yang tampak dalam tempat kerja, meliputi absen, produktivitas rendah, mengasingkan diri dari teman sekerja, ketidakpuasan kerja, menurunnya keterikatan dan loyalitas terhadap organisasi.

2.1.4 Faktor – Faktor yang Menyebabkan Stres

Stres disebabkan oleh banyak faktor yang disebut dengan stresor. Stresor merupakan stimulus yang mengawali atau mencetuskan perubahan. Stresor menunjukkan suatu kebutuhan yang tidak terpenuhi dan kebutuhan tersebut bisa saja kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, lingkungan, perkembangan, spiritual, atau kebutuhan kultural. Stresor secara umum dapat diklasifikasikan sebagai stresor internal dan stresor eksternal. Stresor internal berasal dari dalam diri seseorang misalnya kondisi fisik, atau suatu keadaan emosi. Stresor eksternal berasal dari luar diri seseorang misalnya perubahan lingkungan sekitar, keluarga dan sosial budaya.

Penyebab stres dapat dikelompokkan kedalam dua kategori yaitu kategori pribadi dan kategori kelompok atau organisasi. Kedua kategori ini, baik secara langsung maupun tidak langsung berpengaruh pada individu atau kelompok dan prestasi individu dan kelompok yang bersangkutan.

Faktor-faktor yang menyebabkan stres terdiri atas :

- 1) Beban yang terlalu berat, konflik dan frustrasi
Beban yang terlalu berat menyebabkan perasaan tidak berdaya, tidak memiliki harapan yang disebabkan oleh stres akibat pekerjaan yang sangat berat dan akan membuat penderitanya merasa kelelahan secara fisik dan emosional.
- 2) Faktor kepribadian
Tipe kepribadian A merupakan tipe kepribadian yang cenderung untuk mengalami stres, dengan karakteristik kepribadian yang memiliki perasaan kompetitif yang sangat berlebihan, kemauan yang keras, tidak sabar, mudah marah dan sifat yang bemosuhan.
- 3) Faktor kognitif
Sesuatu yang menimbulkan stres tergantung bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif. Penilaian secara kognitif adalah istilah yang digunakan oleh Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam atau menantang dan keyakinan mereka dalam menghadapi kejadian tersebut dengan efektif.

Pada umumnya stresor psikososial dapat digolongkan sebagai berikut:

- 1) Perkawinan
Berbagai permasalahan perkawinan merupakan sumber stres yang dialami seseorang; misalnya pertengkaran, perpisahan, perceraian, kematian salah satu pasangan, ketidaksetiaan, dan lain sebagainya.
- 2) Problem orang tua
Permasalahan yang dihadapi orang tua; misalnya kenakalan anak, anak sakit, hubungan yang tidak baik dengan mertua, ipar, besan dan lain sebagainya.
- 3) Hubungan interpersonal
Gangguan ini dapat berupa hubungan dengan kawan dekat/orang-orang disekitar yang mengalami konflik.

- 4) **Pekerjaan**
Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah masalah perkawinan; misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi, jabatan, kenaikan pangkat, pensiun, kehilangan pekerjaan, dan lain sebagainya.
- 5) **Lingkungan hidup**
Kondisi lingkungan yang buruk besar pengaruhnya bagi kesehatan seseorang. Rasa tercekam dan tidak merasa aman ini amat mengganggu ketenangan dan ketenteraman hidup, sehingga tidak jarang orang jatuh kedalam depresi dan kecemasan.
- 6) **Keuangan**
Masalah keuangan (kondisi sosial-ekonomi) yang tidak sehat misalnya pendapatan jauh lebih rendah dari pengeluaran, terlibat utang, kebangkrutan usaha, soal warisan dan lain sebagainya sangat berpengaruh terhadap kesehatan jiwa seseorang.
- 7) **Hukum/peraturan**
Keterlibatan seseorang dalam masalah hukum/peraturan yang ada dapat merupakan sumber stres pula.
- 8) **Perkembangan**
Yang dimaksud disini adalah masalah perkembangan baik fisik maupun mental seseorang, misalnya masa remaja, masa dewasa, menopause, usia lanjut, dan sebagainya.
- 9) **Kondisi fisik atau cedera**
- 10) **Faktor keluarga**
Faktor keluarga yang dimaksud disini adalah faktor stres yang dialami oleh seseorang yang disebabkan karena kondisi keluarga yang tidak baik yaitu sikap orang tua.
- 11) **Lain-lain**
Stresor kehidupan yang lainnya juga dapat menimbulkan depresi dan kecemasan adalah bencana alam, kebakaran, perkosaan, dan sebagainya.

2.1.5 Sumber Stres Psikologis

Menurut Maramis (1999), ada empat sumber atau penyebab stres psikologis, yaitu¹:

1. Frustrasi

Timbul akibat kegagalan dalam mencapai tujuan karena ada aral melintang, misalnya apabila ada perawat Puskesmas lulusan SPK bercita-cita ingin mengikuti D3 Akper program khusus Puskesmas, tetapi tidak diizinkan oleh istri/suami, tidak punya biaya, dan sebagainya. Frustrasi ada yang bersifat intrinsik (cacat badan dan kegagalan usaha) dan ekstrinsik (kecelakaan, bencana alam, kematian orang yang dicintai, kegoncangan ekonomi, pengangguran, perselingkuhan, dan lain-lain).

2. Konflik

Timbul karena tidak bisa memiliki antara dua atau lebih macam keinginan, kebutuhan, atau tujuan. Bentuknya approach-approach conflict, approach-avoidance conflict, atau avoidance-avoidance conflict.

3. Tekanan

Timbul sebagai akibat tekanan hidup sehari-hari. tekanan dapat berasal dari dalam diri individu, misalnya cita-cita atau norma yang terlalu tinggi. Tekanan yang berasal dari luar diri individu, misalnya orang tua menuntut anaknya agar di sekolah selalu ranking satu atau istri menuntut uang belanja yang berlebihan kepada suami.

4. Krisis

Krisis yaitu keadaan yang mendadak, yang menimbulkan stres pada individu, misalnya kematian orang yang disayangi, kecelakaan, dan penyakit yang harus segera operasi. Keadaan stres dapat terjadi beberapa sebab sekali, misalnya frustrasi, konflik, dan tekanan.

2.1.6 Tingkat Stres

Adapun tingkat stres terbagi atas:

1. Stres ringan

Stres ringan adalah stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya: lupa, kebanyakan tidur, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa

menit atau beberapa jam dan biasanya tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

2. Stres sedang

Terjadi lebih lama, dari beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya perselisihan kesepakatan yang belum selesai, sebab kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan baru, permasalahan keluarga. Situasi seperti ini dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang.

3. Stres berat

Merupakan stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun misalnya hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial, dan penyakit fisik yang lama.

2.1.7 Penanganan Stres

Berbagai strategi penanganan stres dapat dilakukan dengan banyak cara. Satu hal yang penting dalam penanganan stres yang efektif adalah bahwa mahasiswa dapat menggunakan lebih dari satu strategi untuk membantu mereka menghadapi stres. Sebagai contoh, saran yang diberikan bagi mahasiswa yang mengalami sejumlah besar stres dapat berupa hal-hal berikut ini:

1. Mengembangkan sikap percaya
2. Mengurangi kemarahan
3. Meningkatkan self-efficacy
4. Menggunakan berbagai strategi coping
5. Menyisihkan waktu untuk bermain dan relaksasi
6. Meyakinkan diri bahwa ia memiliki satu atau dua teman yang bisa ia percaya
7. Berhenti merokok
8. Turunkan berat badan
9. Berolah raga beberapa kali seminggu
10. Menggunakan strategi pemecahan masalah yang berfokus pada masalah
11. Mengembangkan gambaran diri yang lebih positif

2.2 Tinjauan Umum Tentang Prestasi Akademik

2.2.1 Pengertian Prestasi Akademik

Prestasi akademik adalah sebuah kalimat yang terdiri dari dua kata, yaitu prestasi dan akademik, yang mana antara prestasi dan akademik mempunyai arti yang berbeda pula. Prestasi berasal dari bahasa Belanda yaitu *prestatie* yang artinya hasil usaha. Prestasi adalah hasil yang telah dicapai, dilakukan, dan dikerjakan seseorang (Baiti,2010). Prestasi setiap orang tidak selalu sama dan berbagai bidang. Misalnya, prestasi dalam bidang kesenian, olahraga, sastra, kepemimpinan, ilmu pengetahuan, teknologi, dan sebagainya. Sedangkan akademik merupakan segala hal yang berkaitan dengan keilmuan.

Sawiji (2008) membagi prestasi menjadi dua, yaitu prestasi akademik dan non akademik. Prestasi akademik menurut Bloom merupakan hasil perubahan perilaku yang meliputi ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor yang merupakan ukuran keberhasilan siswa (Sugiyanto, 2007). Ranah kognitif merupakan kemampuan yang selalu dituntut kepada anak didik untuk dikuasai. Karena penguasaan kemampuan pada tingkatan ini menjadi dasar bagi penguasaan ilmu pengetahuan (Slameto, 1995).

2.2.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prestasi Akademik

Untuk meraih prestasi akademik yang baik, banyak sekali faktor yang perlu diperhatikan, karena di dalam dunia pendidikan tidak sedikit siswa yang mengalami kegagalan. Kadang ada siswa yang memiliki dorongan yang kuat untuk berprestasi dan kesempatan untuk meningkatkan prestasi, tapi dalam kenyataannya prestasi yang dihasilkan di bawah kemampuannya.

Untuk meraih prestasi akademik yang baik banyak sekali faktor-faktor yang perlu diperhatikan. Menurut Sumadi Suryabrata, Shertzer dan Stone secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua bagian, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal

Merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi prestasi akademik. Faktor ini dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu :

1. Faktor fisiologis

Dalam hal ini, faktor fisiologis yang dimaksud adalah faktor yang berhubungan dengan kesehatan dan pancaindra:

a. Kesehatan badan

Untuk dapat menempuh studi yang baik siswa perlu memperhatikan dan memelihara kesehatan tubuhnya. Keadaan fisik yang lemah dapat menjadi penghalang bagi siswa dalam menyelesaikan program studinya.

Dalam upaya memelihara kesehatan fisiknya, siswa perlu memperhatikan pola makan dan pola tidur, untuk memperlancar metabolisme dalam tubuhnya. Selain itu, juga untuk memelihara kesehatan bahkan juga dapat meningkatkan ketangkasan fisik dibutuhkan olahraga yang teratur.

b. Pancaindra

Berfungsinya pancaindra merupakan syarat dapatnya belajar itu berlangsung dengan baik. Dalam sistem pendidikan dewasa ini di antara pancaindra itu yang paling memegang peranan dalam belajar adalah mata dan telinga. Hal ini penting, karena sebagian besar hal-hal yang dipelajari oleh manusia dipelajari melalui penglihatan dan pendengaran. Dengan demikian, seorang anak yang memiliki cacat fisik atau bahkan cacat mental akan menghambat dirinya didalam menangkap pelajaran, sehingga pada akhirnya akan mempengaruhi prestasi belajarnya di sekolah.

2. Faktor psikologis

Ada banyak faktor psikologis yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa, antara lain adalah:

a. Intelligensi

Pada umumnya, prestasi belajar yang ditampilkan siswa mempunyai kaitan yang erat dengan tingkat kecerdasan yang dimiliki siswa. Menurut Binet, hakikat inteligensi adalah kemampuan untuk menetapkan dan mempertahankan suatu tujuan, untuk mengadakan suatu penyesuaian dalam

rangka mencapai tujuan itu dan untuk menilai keadaan diri secara kritis dan objektif. Taraf inteligensi ini sangat mempengaruhi prestasi belajar seorang siswa, di mana siswa yang memiliki taraf inteligensi tinggi mempunyai peluang lebih besar untuk mencapai prestasi belajar yang lebih tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki taraf inteligensi yang rendah diperkirakan juga akan memiliki prestasi belajar yang rendah. Namun bukanlah suatu yang tidak mungkin jika siswa dengan taraf inteligensi rendah memiliki prestasi belajar yang tinggi, juga sebaliknya.

b. Sikap

Sikap yang pasif, rendah diri dan kurang percaya diri dapat merupakan faktor yang menghambat siswa dalam menampilkan prestasi belajarnya. Menurut Sarlito Wirawan, sikap adalah kesiapan seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu. Sikap siswa yang positif terhadap mata pelajaran di sekolah merupakan langkah awal yang baik dalam proses belajar mengajar di sekolah.

c. Motivasi

Menurut Irwanto motivasi adalah penggerak perilaku. Motivasi belajar adalah pendorong seseorang untuk belajar. Motivasi timbul karena adanya keinginan atau kebutuhan-kebutuhan dalam diri seseorang. Seseorang berhasil dalam belajar karena ia ingin belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual, peranannya yang khas ialah dalam hal gairah atau semangat belajar, siswa yang termotivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

Faktor eksternal

Selain faktor-faktor yang ada dalam diri siswa, ada hal-hal lain diluar diri yang dapat mempengaruhi prestasi belajar yang akan diraih, antara lain adalah:

1. Faktor lingkungan keluarga antara lain, sosial ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, perhatian orang tua dan suasana hubungan antara anggota keluarga.
2. Faktor lingkungan pendidikan antara lain, sarana dan prasarana sekolah, kompetensi guru dan siswa.

2.2.3 Pengukuran Prestasi Akademik

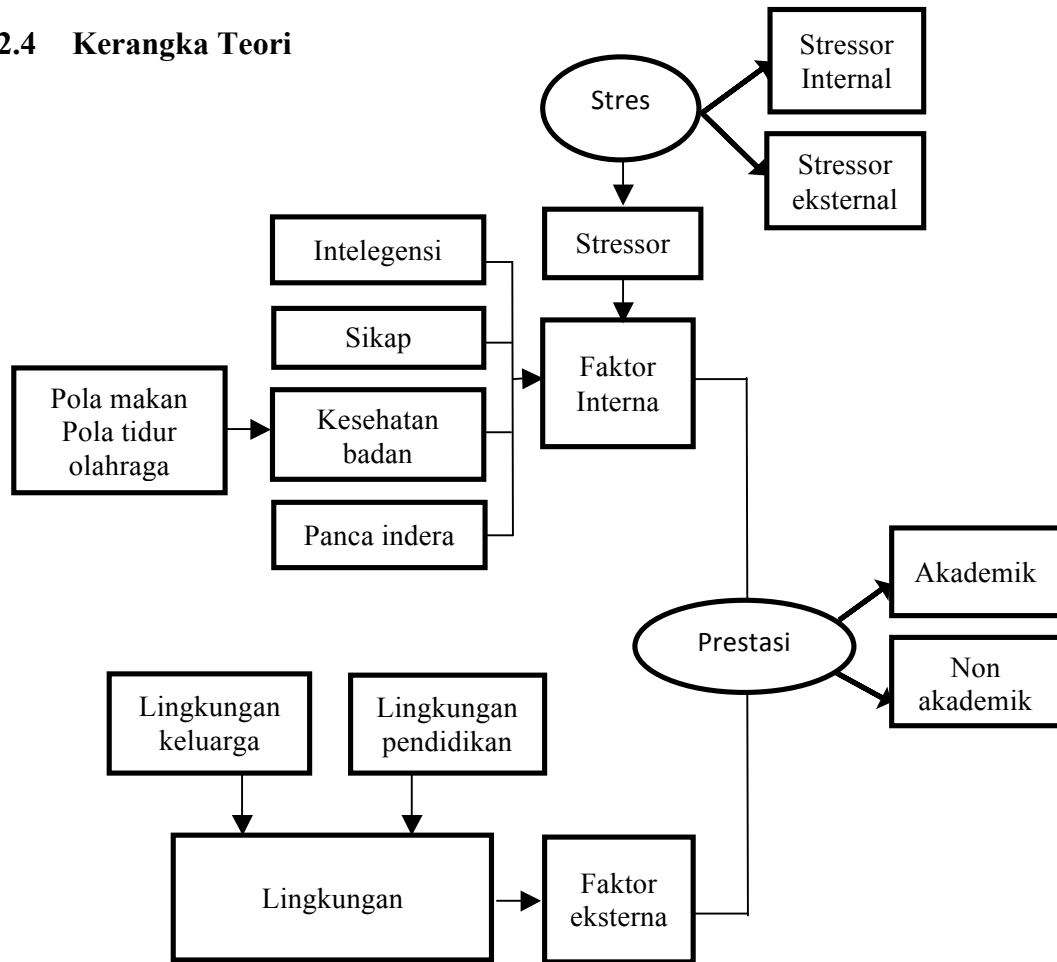
Perguruan tinggi dalam melakukan penilaian terhadap prestasi belajar mahasiswa biasa dilakukan setiap semester sekali. Hasil penilaian atau evaluasi didokumentasikan dalam bentuk daftar nilai akhir semester (berupa indeks prestasi). Tingkat keberhasilan belajar mahasiswa dalam suatu program semester atau dalam seluruh program studi dinilai dengan indeks Prestasi semester.

2.3 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik

Salah satu faktor internal dari kondisi psikologis adalah stres. Stres dapat melemahkan ingatan dan perhatian dalam aktivitas kognitif, sehingga jika seseorang mendapat tekanan atau stresor dari faktor-faktor tersebut yang melebihi kemampuannya untuk mentoleransi maka akan berakibat terganggunya proses belajar seseorang yang tercermin dari indeks prestasi akademik pada mahasiswa tersebut.

Hal lainnya yang berhubungan dari faktor psikis memang juga memiliki peran yang sangat penting dalam proses belajar dan hasilnya. Perasaan emosi dan suasana hati sangat menentukan. Dalam keadaan stabil dan normal perasaan sangat menolong individu melakukan perbuatan belajar tetapi perasaan yang intensitas yang sedemikian tinggi sehingga pribadi kehilangan kontrol yang normal terhadap dirinya, misalnya stres, marah, takut atau gembira, ini semua akan menghambat proses belajar dan prestasi yang di capai.

2.4 Kerangka Teori



Gambar 2.1 kerangka teori

Keterangan:

○ : diteliti

□ : tidak diteliti