

**KORELASI FAKTOR KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP TINGKAT
STRES MAHASISWA KEDOKTERAN**

**Studi Observasi Analitik di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan
Agung Semarang**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

Nurfauziati Pasaribu

30101607711

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2020

SKRIPSI

KORELASI FAKTOR KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA KEDOKTERAN Studi Observasi Analitik di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nurfauziati Pasaribu

30101607711

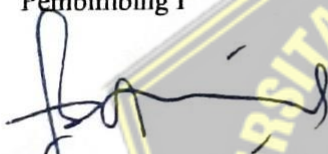
Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

Pada tanggal 25 September 2020

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Tim Penguji

Pembimbing I



Dra. Endang Lestari, M.Pd., M.Pd.Ked.

Anggota Tim Penguji



dr. Elly Noerhidajati, Sp.KJ.

Pembimbing II



dr. Yani Istadi, M.Med.Ed.



dr. Ken Wirastuti, M.Kes., Sp.S., KIC

Semarang, 02 November 2020

Fakultas Kedokteran

Universitas Islam Sultan Agung

Dekan,



Dr. dr. H. Setyo Trisnadi, S.H., Sp.KF

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Nurfauziati Pasaribu**

Nim : **30101607711**

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**KORELASI FAKTOR KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP TINGKAT
STRES MAHASISWA KEDOKTERAN**

**Studi Observasi Analitik di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan
Agung Semarang**

Adalah benar hasil karya saya dan penuh kesadaran bahwa saya tidak melakukan tindakan plagiasi atau mengambil alih seluruh atau sebagian besar skripsi orang lain tanpa menyebutkan sumbernya. Jika saya terbukti melakukan tindakan plagiasi, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku.

Semarang, 25 September 2020



Nurfauziati Pasaribu

PRAKATA

Assalamu'alaikum wr. wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Korelasi Faktor Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran” dengan baik. Karya tulis ilmiah ini dibuat dalam rangka memenuhi persyaratan kelulusan untuk mencapai gelar sarjana kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Penulis menyadari skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik tidak lepas dari doa, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. H. Setyo Trisnadi, Sp.KF, SH selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dra. Endang Lestari, M.Pd., M.Pd.Ked. dan dr. Yani Istadi, M.Med.Ed. selaku dosen pembimbing I dan II yang telah memberikan ilmu serta meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing penulis hingga Skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan berkah dan rahmat-Nya atas kesabaran dan ketulusan yang diberikan.
3. dr. Elly Noerhidajati, Sp.KJ. dan dr. Ken Wirastuti, M.Kes.,Sp.S.,KIC selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji, mengarahkan, dan memberi masukan hingga terselesaikannya Skripsi ini.
4. Kedua orang tua yang saya cintai Bapak M. Yamin dan Ibu Nurjannah, juga kepada adik saya Titian Arafah Pasaribu serta nenek Hj. Jaleha dan kakek H. Muhammad Abdullah yang telah memberikan doa, semangat, motivasi dan dukungan baik secara moral, material maupun spiritual dengan penuh kasih sayang dan nasehat yang membangun dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Program Studi Pendidikan Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

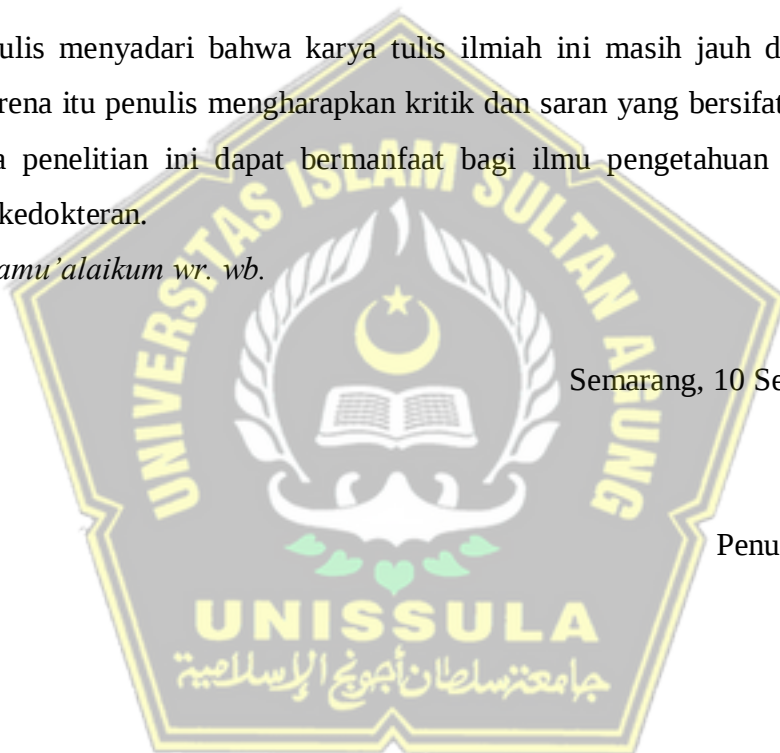
6. Seluruh mahasiswa PSPK FK UNISSULA angkatan 2017, 2018 dan 2019 yang telah bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini, yang merupakan bagian dari tugas skripsi saya.
7. Sahabat-sahabat saya Harimas Dwi Putra, Yusti Aisyah, Tatang Saputra, Dian Riska, Nurul Utami, Nurul Khotimah, Yustisya, Irfan, Nurul, Saskia, Nanda, Khujaefah, Rahma dan yang lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu serta teman sejawat FK UNISSULA angkatan 2016 “CRANIUM” yang telah mendukung penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya di bidang kedokteran.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Semarang, 10 September 2020

Penulis



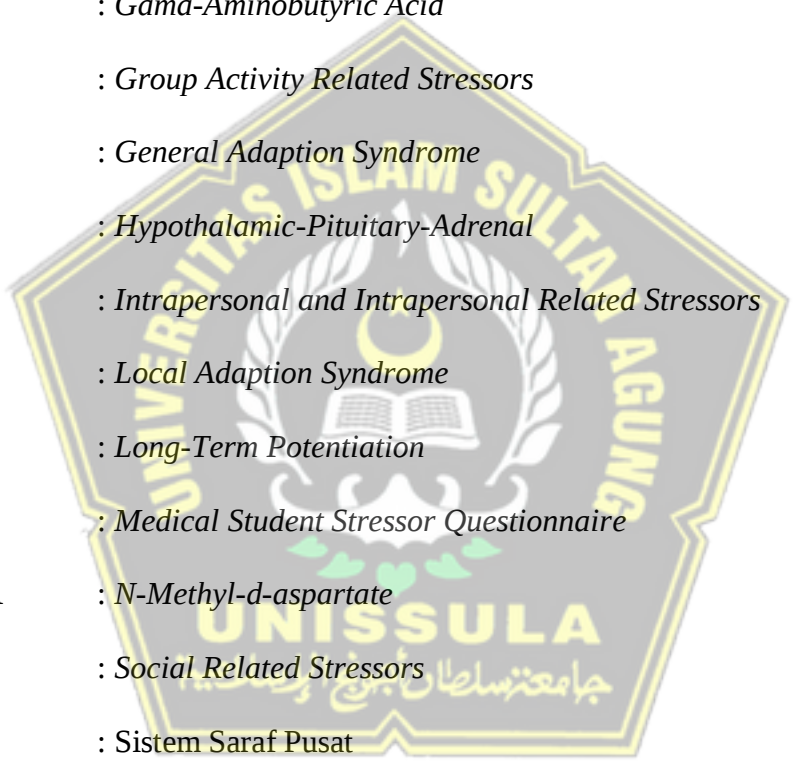
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PERSETUJUAN	II
SURAT PERNYATAAN.....	III
PRAKATA	IV
DAFTAR ISI	VI
DAFTAR SINGKATAN	IX
DAFTAR GAMBAR.....	X
DAFTAR TABEL	XI
DAFTAR LAMPIRAN.....	XII
INTISARI.....	XIII
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Perumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.3.1. Tujuan Umum	5
1.3.2. Tujuan Khusus.....	6
1.4. Manfaat Penelitian	6
1.4.1. Manfaat Teoritis	6
1.4.2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1. Stres.....	7
2.1.1. Definisi Stres.....	7

2.1.2. Etiologi.....	8
2.1.3. Faktor Pemicu Stres.....	10
2.1.4. Fisiologi Stres.....	11
2.1.5. Patofisiologi Stres.....	13
2.1.6. Reaksi Stres.....	15
2.1.7. Tingkat Stres	17
2.1.8. Jenis-Jenis Stres.....	19
2.1.9. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Kedokteran.....	20
2.2. Kepercayaan Diri	26
2.2.1. Definisi Kepercayaan Diri	26
2.2.2. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	27
2.2.3. Ciri Kepercayaan Diri.....	29
2.2.4. Aspek Kepercayaan Diri	32
2.3. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Stres.....	34
2.4. Kerangka Teori.....	35
2.5. Kerangka Konsep.....	36
2.6. Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	37
3.2. Variabel dan Definisi Operasional.....	37
3.2.1. Variabel Penelitian	37
3.2.2. Definisi Operasional	37

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian.....	38
3.3.1. Populasi.....	38
3.3.2. Sampel	39
3.4. Instrumen Penelitian	41
3.4.1. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	41
3.4.2. Instrumen Pengukuran Tingkat Stres.....	42
3.4.3. Instrumen Kepercayaan Diri	44
3.5. Cara Penelitian.....	47
3.6. Alur Penelitian.....	49
3.7. Tempat dan Waktu.....	50
3.7.1. Tempat Penelitian.....	50
3.7.2. Waktu Penelitian	50
3.8. Analisis Hasil.....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
4.1. Hasil Penelitian.....	51
4.1.1. Analisis Univariat.....	51
4.1.2. Analisis Bivariat	53
4.2. Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
5.1. Kesimpulan.....	60
5.2. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	65

DAFTAR SINGKATAN



ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
ARS	: <i>Academic Related Stressors</i>
CRF	: <i>Corticotropin-Releasing Faktor</i>
DRS	: <i>Drive and Desire Related Stressors</i>
GABA	: <i>Gama-Aminobutyric Acid</i>
GARS	: <i>Group Activity Related Stressors</i>
GAS	: <i>General Adaption Syndrome</i>
HPA	: <i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal</i>
IRS	: <i>Intrapersonal and Intrapersonal Related Stressors</i>
LAS	: <i>Local Adaption Syndrome</i>
LTP	: <i>Long-Term Potentiation</i>
MSSQ	: <i>Medical Student Stressor Questionnaire</i>
NMDA	: <i>N-Methyl-d-aspartate</i>
SRS	: <i>Social Related Stressors</i>
SSP	: <i>Sistem Saraf Pusat</i>
SST	: <i>Sistem Saraf Tepi</i>
TLRS	: <i>Teaching and Learning Related Stressors</i>

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	35
Gambar 2.2. Kerangka Konsep	36
Gambar 3.1. Alur Penelitian.....	49

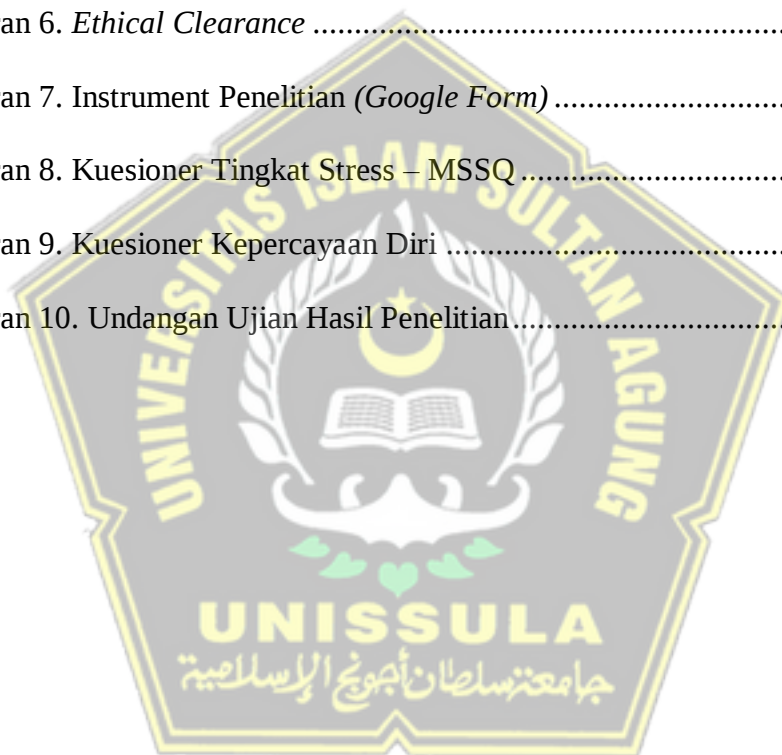


DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Cetak Biru MSSQ.....	43
Tabel 3. 2. Cara Penilaian MSSQ Perkomponen.....	43
Tabel 3. 3. Interpretasi skor MSSQ.....	43
Tabel 3. 4. Interpretasi skor Likert.....	45
Tabel 3. 5. Cetak Biru Skala Kepercayaan Diri.....	45
Tabel 3. 6. Kriteria Kepercayaan Diri	47
Tabel 4. 1. Karakteristik Subjek Penelitian	51
Tabel 4. 2. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain ARS pada Mahasiswa	53
Tabel 4. 3. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain IRS pada Mahasiswa.....	53
Tabel 4. 4. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain TLRS pada Mahasiswa	54
Tabel 4. 5. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain SRS pada Mahasiswa.....	54
Tabel 4. 6. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain DRS pada Mahasiswa	55
Tabel 4. 7. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain GARS pada Mahasiswa	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis Univariat	65
Lampiran 2. Analisis Bivariat.....	68
Lampiran 3. Uji Validitas.....	69
Lampiran 4. Uji Reliabilitas	71
Lampiran 5. Surat Keterangan Selesai Penelitian	72
Lampiran 6. <i>Ethical Clearance</i>	73
Lampiran 7. Instrument Penelitian (<i>Google Form</i>).....	74
Lampiran 8. Kuesioner Tingkat Stress – MSSQ	75
Lampiran 9. Kuesioner Kepercayaan Diri	78
Lampiran 10. Undangan Ujian Hasil Penelitian.....	82



INTISARI

Pendidikan kedokteran dikenal sebagai model pendidikan yang dapat menimbulkan stres dan memiliki efek yang dapat menurunkan performa akademik, kesehatan fisik dan kesejahteraan psikososial mahasiswa, sehingga rentan menimbulkan stres akibat berbagai faktor, dimana salah satunya yaitu faktor kepercayaan diri. Kepercayaan diri sangat mempengaruhi pada ketahanan diri seseorang dalam menghadapi berbagai hambatan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi antara kepercayaan diri terhadap tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional ini menggunakan total 340 sampel mahasiswa kedokteran UNISSULA yang terdiri dari 93 mahasiswa angkatan 2017, 121 mahasiswa angkatan 2018 dan 166 mahasiswa angkatan 2019. Pengambilan data tingkat stres mahasiswa menggunakan kuesioner MSSQ yang meliputi enam domain diantaranya ARS, IRS, TLRS, SRS, DRS dan GARS. Untuk pengukuran tingkat kepercayaan diri menggunakan kuesioner kepercayaan diri. Kuesioner tersebut diberikan kepada responden melalui link google form.

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini mengalami stres ringan dengan kepercayaan diri sedang. Uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman antara kepercayaan diri terhadap ARS, IRS, TLRS, SRS, DRS, GARS didapatkan nilai p secara berurutan yaitu 0,272; 0,594; 0,956; 0,270; 0,661 ($p > 0,05$).

Hasil tersebut disimpulkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Legiran *et al.*, 2015). Pada dasarnya, stres dibagi menjadi dua, yaitu stres yang berdampak positif (*eustress*) dan stres yang berdampak negatif (*distress*). Stres yang dapat berdampak positif adalah jika stres itu tidak melebihi tingkat maksimal dimana tubuh masih dapat mengkompensasi stres tersebut, sedangkan stres dapat berdampak negatif adalah ketika stres tersebut mencapai batas maksimal atau melebihinya sehingga tubuh tidak dapat lagi mengkompensasi stres tersebut (Gaol, 2016). Sementara itu, stresor adalah suatu keadaan atau peristiwa yang tidak mengenakan bagi seseorang dan menimbulkan terjadinya stres.

Secara sederhana, stresor dibagi menjadi tiga, yaitu stresor psikologis, biologis, dan lingkungan. Stresor psikologis dapat berbentuk: (1) rasa cemas akan hasil yang dicapai, yaitu saat seseorang yang memiliki suatu target tujuan yang bermacam-macam, namun pencapaiannya tidak sesuai dengan apa yang telah direncanakan (Sukadiyanto, 2010); (2) situasi, yaitu saat seseorang dihadapkan dengan situasi yang berkecamuk dengan banyaknya konflik yang ada, situasi yang dapat mengancam, serta adanya situasi frustrasi yang lama berkepanjangan; dan (3) perasaan dan emosi. Stresor

biologis merupakan adanya kecenderungan genetik yang menurun dari orang tua yang sering mendapatkan stresor berlebih. Stresor sosial adalah tuntutan dari keluarga dan lingkungan sosial yang berlebih yang sekiranya orang tersebut tidak dapat meraihnya dan menimbulkan beban (Putra *et al.*, 2017). Stres yang umumnya terjadi di lingkungan pendidikan atau akademik disebut dengan stres akademik (Atziza, 2015).

Pendidikan kedokteran dikenal sebagai model pendidikan yang dapat menimbulkan stres dan memiliki efek negatif bagi performa akademik, kesehatan fisik dan kesejahteraan psikososial mahasiswa, sehingga rentan menimbulkan stres akibat berbagai faktor (Rizvi *et al.*, 2015). Faktor pencetus stres pada mahasiswa kedokteran berdasarkan teori yang ada dapat dikelompokkan menjadi enam yaitu faktor interpersonal dan intrapersonal, faktor motivasi, faktor akademik, faktor proses pembelajaran, faktor hubungan sosial dan faktor aktivitas kelompok (Yusoff & Fuad, 2010).

Stres akademik merupakan hal yang umum terjadi dikalangan mahasiswa di seluruh dunia dengan prevalensi sebesar 80 %. Di Ethiopia, prevalensi terjadinya stres akademik dikalangan pelajar yaitu 47,7%. Penelitian yang dilakukan pada tiga universitas di Inggris menyatakan prevalensi stres akademik adalah 31,2% (Firth, 1986), sedangkan pada mahasiswa kedokteran di Malaysia sebesar 41,9% (Sherina *et al.*, 2004) dan 61,4% pada mahasiswa kedokteran Thailand (Saipanish, 2003). Berdasarkan studi yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Universitas Jizan, Saudi Arabia, terdapat perbedaan prevalensi stres antara mahasiswa

perempuan yaitu 77 %, sedangkan pada mahasiswa laki laki yaitu 64 % (Sani *et al.*, 2012). Tingkat stres pada mahasiswa kedokteran dapat diukur menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) yang terdiri dari enam domain, yaitu domain akademik, domain intrapersonal, domain aktivitas pembelajaran, domain sosial, domain minat, dan domain aktivitas kelompok. Tingkatan stres yang berlebihan pada mahasiswa kedokteran berkaitan dengan menurunnya kepercayaan diri (Habeeb, 2010).

Percaya diri adalah kemampuan seseorang dalam mengelola kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya untuk mencapai tujuan hidupnya. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja melainkan percaya diri ini timbul dalam diri seseorang melalui berbagai proses seperti memahami diri sendiri, orang lain dan lingkungannya (Islamy, 2018). Menurut Thursan Hakim kepercayaan diri didefinisikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Amelia *et al.*, 2016). Kepercayaan diri sangat mempengaruhi pada ketahanan diri seseorang dalam menghadapi berbagai hambatan (Suhron, 2017).

Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang adalah faktor fisik, faktor mental, faktor sosial, kemampuan pribadi, keadaan keluarga, dan konsep diri (Mubarok, 2016). Kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan

ragu - ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding – bandingkan dirinya dengan orang lain (Anwar, 2010).

Beberapa cir individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik antara lain: (1) percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain; (2) tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok; (3) berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri; (4) punya pengendalian diri yang baik; (4) memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain; (5) mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya; (6) memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi (Zuntari, 2007).

Hubungan antara kepercayaan diri dan tingkat stres pada mahasiswa telah beberapa kali diteliti. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa' (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa kebidanan (Khoirunnisa', 2014). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nirwana (2019) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan (Nirwana *et al.*, 2019). Penelitian

yang dilakukan oleh Susilowati (2019) juga menyatakan bahwa tingkat stres juga mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa (Susilowati, 2019). Tiga penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan kepercayaan diri dan tingkat stres memiliki hubungan satu dengan lainnya secara dua arah, tetapi penelitian yang menginvestigasi hal tersebut belum pernah dilakukan, khususnya pada mahasiswa kedokteran.

Berdasarkan uraian diatas, upaya untuk mengendalikan kepercayaan diri mahasiswa perlu dipertimbangkan oleh faktor tingkat stress. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian mengenai Korelasi Tingkat Stres Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dibuat rumusan masalah yang di fokuskan pada:

“Apakah terdapat korelasi tingkat stres terhadap kepercayaan diri mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui korelasi tingkat stres terhadap kepercayaan diri mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 1.3.2.2. Mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 1.3.2.3. Mengetahui korelasi tingkat stres terhadap kepercayaan diri mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Sebagai landasan teori dan bahan pengembangan penelitian dan dapat menambah serta mendukung perkembangan ilmu pengetahuan kesehatan.

1.4.2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi mengenai korelasi tingkat stres terhadap kepercayaan diri mahasiswa kedokteran.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Stres

2.1.1. Definisi Stres

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Legiran *et al.*, 2015). Stres merupakan salah satu cara otak dan tubuh manusia untuk merespon berbagai kondisi atau stresor yang menyimpannya. Stres adalah segala stimulus atau rangsangan baik secara intrinsik maupun ekstrinsik yang menimbulkan suatu respons biologis (Prabamurti, 2019).

Stres adalah respon seseorang yang terpapar oleh tuntutan pekerjaan dan tekanan yang tidak selaras dengan pengetahuan dan kemampuannya, sehingga orang tersebut merasa tertantang untuk mengatasi tuntutan dan tekanan tersebut. Seseorang yang terkena stres umumnya sering merasa sakit, kurang termotivasi dan kurang produktif dalam melakukan kegiatan (Lal, 2014).

Stres dapat dikatakan sebagai kondisi yang mengganggu individu baik secara mental dan fisik, hasil dari interaksi individu dengan lingkungan dan dianggap sebagai ancaman terhadap kesejahteraan individu. Stres ini dapat dialami baik dalam kehidupan

sosial, akademik, maupun pekerjaan. Stres yang terjadi di lingkungan pendidikan disebut sebagai stres akademik. Stres akademik merupakan ketegangan yang dialami mahasiswa terkait dengan kegiatan pembelajaran yang dijalani (Atziza, 2015).

Stres akademik merupakan tekanan mental sehubungan dengan beberapa frustrasi yang sudah diantisipasi terkait dengan kegagalan akademik atau bahkan ketidaksadaran terhadap kemungkinan kegagalan tersebut. Stres akademik adalah faktor penting dalam pencapaian akademik, juga berkontribusi dalam kesehatan mental, dan penyakit yang berhubungan dengan stres fisik dan mental (Lal, 2014). Stres akademik juga dapat diartikan sebagai respon tubuh terhadap tuntutan akademik yang melebihi kemampuan mahasiswa (Alsulami *et al.*, 2018).

2.1.2. Etiologi

Stres sudah menjadi salah satu bagian dari kehidupan manusia, namun stres pun tidak akan datang secara tiba-tiba tanpa adanya penyebab, atau stresor pemicunya. Setidaknya secara garis besar ada 3 yang dapat memicu munculnya stres, yaitu:

1. Psikologis

a. Cemas akan hasil yang dicapai

Seseorang yang memiliki suatu target tujuan yang bermacam-macam, namun pada saat proses pencapaiannya tidak sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga

hasilnya kurang memuaskan ini akan memicu munculnya stresor stres yang dapat mengganggu pekerjaan lainnya (Sukadiyanto, 2010).

b. Situasi

Seseorang yang dihadapkan dengan situasi yang berkecamuk dengan banyaknya konflik yang ada, situasi yang dapat mengancam, serta adanya situasi frustrasi yang lama berkepanjangan dapat memicu munculnya stresor.

c. Perasaan dan emosi

Perasaan yang was-was, perasaan tak nyaman dapat menyebabkan munculnya stresor yang dapat memicu stres. Emosi yang berlebihan, emosi yang tak stabil seperti mudah merasa khawatir, cemburu, takut dan sebagainya dapat memicu juga munculnya stres tersebut.

2. Biologis

Adanya genetika yang menurun dari orang tua yang sering mendapatkan stresor stres yang berlebih dapat menyebabkan orang tersebut juga dapat mudah memicu stres bagi dirinya.

3. Sosial

Faktor ini dapat berasal dari keluarga. Adanya tuntutan dari keluarga yang berlebih yang sekiranya orang tersebut tidak dapat meraihnya dapat menimbulkan beban yang nantinya akan

berimbas terhadap munculnya stres pada diri orang tersebut (Putra *et al.*, 2017).

2.1.3. Faktor Pemicu Stres

1. Lingkungan

Lingkungan dapat diartikan sebagai lingkungan keluarga, bermasyarakat, maupun kondisi lingkungan sekitar. Beberapa lingkungan tersebut memiliki 2 unsur, yakni unsur positif dan unsur negatif. Kedua unsur ini memiliki dampak tersendiri bagi diri seseorang sesuai dengan pemahaman pribadi terhadap lingkungan tersebut. Adanya tuntutan dalam menyesuaikan lingkungan inilah yang dapat menjadi stresor bagi seseorang. Dalam bidang akademik, situasi lingkungan berupa dorongan/harapan dari keluarga dan persaingan di lingkungan pertemanan dapat menyebabkan menjadi stresor penting bagi mahasiswa.

2. Diri sendiri

Adanya kebutuhan diri sendiri berupa tuntutan terhadap suatu keinginan yang ingin dicapai dapat menimbulkan munculnya stres. Dalam bidang akademik, poin ini biasanya disebabkan target atau keinginan yang ditentukan oleh diri sendiri, misalnya menargetkan gelar *cumlaude* saat lulus.

3. Pikiran

Pikiran individu yang menumpuk dan tak terselesaikan, ataupun merasa dirinya tak mampu menyelesaikan hal tersebut dapat menimbulkan stresor, sehingga orang tersebut akan terlihat tertekan, banyak pikiran, dan dapat berakhir pada depresi (Musradinur, 2016).

2.1.4. Fisiologi Stres

Tubuh memiliki dua repons terhadap rangsangan stres yaitu LAS (*Local Adaptation Syndrome*) dan juga GAS (*General Adaptation Syndrome*).

1. General Adaptation Syndrome

Pada sistem ini tubuh merespons stres dengan melibatkan sistem endokrin dan juga sistem saraf otonom, hal inilah yang menyebabkan GAS disebut juga sistem neuroendokrin, GAS terdiri dari tiga tahap:

a. Alarm (Respon Peringatan)

Tahap ini terjadi dimana tubuh dihadapkan dengan stresor, yang dapat menyebabkan tubuh mengalami kebingungan dan kehilangan arah. Apabila tubuh telah merespons adanya hal ini, maka tubuh akan mengeluarkan beberapa hormon yang akan dialirkan ke dalam darah sebagai akibat dari respon stres tersebut. Aliran hormon dalam darah inilah yang mengakibatkan terjadinya peningkatan laju pernafasan, detak jantung meningkat, serta

otot tubuh akan menegang sebagai persiapan dalam menghadapi aksi energi lebih banyak.

b. Resisten (Tahap Pertahanan)

Pada tahap ini hormon mulai menuju tahap normal, semua sistem tubuh mulai kembali normal, seperti curah jantung juga mulai kembali normal. Sesaat setelah itu tubuh mulai mempersiapkan penyesuaian terhadap stres dengan melibatkan satu sistem organ secara menyeluruh. Apabila hal ini terjadi terus menerus maka tubuh tidak akan mampu lagi untuk beradaptasi, akibat yang terjadi karena hal ini adalah seorang individu akan mulai merasa gugup, mudah marah, mudah lelah, dan akan kehilangan energi dalam jumlah yang banyak.

c. Distress (Tahap Kehabisan Energi)

Pada tahap ini seseorang akan mulai kehabisan energi akibat tubuh yang tak mampu lagi beradaptasi dengan stres yang terus menerus, apabila hal ini terus terjadi maka hal terburuk yang akan terjadi adalah kematian jaringan dan organ.

2. Local Adaptation Syndrome

Respon tubuh terhadap stres hanya terjadi setempat dan dibutuhkan adanya stresor agar dapat terjadi. LAS hanya terjadi dalam waktu yang sangat singkat, dan hanya bertujuan untuk

homeostasis tubuh regional. Contohnya adalah ketika tubuh terjadi inflamasi di daerah tubuh tertentu (Sherwood, 2014).

2.1.5. Patofisiologi Stres

Stres timbul akibat ketidakseimbangan antara stresor dan respon fisiologis tubuh untuk mempertahankan keadaan homeostasis. Respon stres dimediasi oleh sistem stres yang terdiri dari kompleks neuroendokrin, selular, dan molekular yang terletak pada *system saraf pusat* (SSP) dan *system saraf tepi* (SST). Respon adaptif masing – masing individu ditentukan oleh berbagai faktor seperti genetik, lingkungan, dan pertumbuhan. Berubahnya kemampuan dalam merespon stresor, baik kemampuan yang tidak adekuat, berlebihan, maupun reaksi yang diperpanjang dapat menyebabkan sebuah penyakit (Tsigos *et al.*, 2016).

Terjadinya stres menstimulasi nukleus paraventricular untuk melepaskan *Corticotropin Releasing Faktor* (CRF) ke sirkulasi hipofisis yang kemudian akan merangsang pelepasan *Adenocorticotrophic Hormone* (ACTH) dari hipofisis anterior dan glukokortikoid dari kelenjar adrenal. Besarnya respon stres pada *Hypothalamic-Pituitary-Adrenal* (HPA) axis yang timbul akan dibatasi oleh mekanisme hormonal dan neuronal. Terdapat tiga macam feedback yang akan mencegah peningkatan kerja HPA axis yaitu :

1. Feedback negatif glukokortikoid ke hipofisis anterior, hipotalamus dan hipokampus.
 2. Feedback ACTH ke hipotalamus
 3. Feedback langsung CRF ke hipotalamus
- (Alkadhi, 2013).

Stres mental dapat merusak kemampuan kognitif dan pembelajaran dengan tingginya kadar glukokortikoid yang terjadi saat kondisi stres episodik. Glukokortikoid dalam tubuh akan berikatan dengan reseptor kortikosteroid tipe 2 yang mana memiliki konsentrasi tinggi pada hipokampus, amigdala, dan korteks serebrofrontal yang akan memediasi kerja umpan balik glukokortikoid pada proses otak yang di aktivasi oleh stresor. Pada keadaan stres, aktivasi reseptor kortikosteroid tipe 2 oleh kadar kortikoid yang tinggi dapat merusak memori dan menekan *Long-Term Potentiation* (LTP) dengan cara meningkatkan aliran kalsium dan menghambat eksitabilitas sel piramidal CA1. Dampak psikologis dari stres tergantung dari intensitas dan durasi dari paparan stresor dan bagaimana seseorang mempersepsikan serta bereaksi terhadap stimulus (Alkadhi, 2013).

Respon fisiologis terhadap stres terdiri dari respon cepat dan respon lambat yang saling berkoordinasi untuk menjaga keseimbangan homeostasis. Respon cepat melibatkan aktivasi sistem saraf simpatik yang akan meningkatkan kadar norepinefrin dan

epinefrin sirkulasi. Sedangkan pada respon lambat terjadi aktivasi HPA axis yang dimulai dengan pelepasan CRF ke sirkulasi dari nukleus paraventricular hipotalamus yang akan menstimulasi hipofisis untuk melepaskan ACTH ke aliran darah. Dengan pelepasan ACTH ini akan mengakselerasi pelepasan glukokortikoid dari korteks adrenal (Alkadhi, 2013).

Selain mekanisme diatas terdapat mekanisme lain yang berhubungan dengan efek merugikan dari stres pada hipokampus meliputi pelepasan glutamat yang berlebihan dan aktivasi berulang dari reseptor glutamat NMDA, aktivitas inhibitorik GABA yang termodifikasi dan peningkatan tonus serotonergik. Persepsi dari stres juga menghasilkan aktivasi neuron preganglion simpatik di medula spinalis yang akan mengaktifasi neuron ganglion prevertebral atau paravertebral yang kemudian akan mempengaruhi organ – organ tujuan seperti pembuluh darah, jantung, dan kelenjar. Akibat dari perubahan fisiologis meliputi peningkatan kadar epinefrin dan norepinefrin, vasokonstriksi perifer, peningkatan denyut jantung, refleks vagal dan peningkatan mobilisasi energi (Alkadhi, 2013).

2.1.6. Reaksi Stres

Reaksi stres adalah suatu tanda terhadap bahaya sebagai mekanisme untuk mempertahankan hidup. Manusia memiliki cara-cara dalam bereaksi terhadap stres. Ada 2 cara dalam bereaksi terhadap stres yaitu :

- a. Reaksi biologis suatu pertahanan yang dilakukan tubuh dan terjadi secara biologis, sejumlah adrenalin beredar dalam tubuh dan otot-otot menegang, jantung memompa keras, tekanan darah naik, sehingga tubuh siap menghadapi stres (Mustapa & Maryadi, 2017).
- b. Reaksi psikologis merupakan pertahanan yang dilakukan tubuh dengan mekanisme pertahanan diri dalam bentuk penyangkalan terhadap adanya stres yang merupakan mekanisme pertahanan diri untuk melindungi psikisnya (Mustapa & Maryadi, 2017).

Dapat pula secara psikologis dan fisiologis (Hardjana, 1994)

- a. Secara psikologis individu menderita tekanan dan ketegangan yang membuat pola berpikir emosi dan perilaku menjadi kacau, menjadi gugup dan gelisah.
- b. Secara fisiologis menyebabkan munculnya gejala secara fisik, seperti perut mual, mulut kering, keringat mengucur disekujur tubuh.

Gejala yang dapat muncul dalam keadaan stres :

- a. Gejala fisik diantaranya insomnia, mudah lelah, diare, ketegangan otot leher dan bahu (Atziza, 2015).
- b. Gejala emosional yaitu gelisah, mudah marah dan merasa harga diri menurun. Selain itu, intelektualitas seseorang pun dapat terganggu seperti susah berkonsentrasi dan sulit atau lambat membuat keputusan (Atziza, 2015).

- c. Gejala interpersonal yang muncul dapat berupa kehilangan kepercayaan, mudah mempersalahkan dan tidak peduli dengan orang lain (Atziza, 2015).

2.1.7. Tingkat Stres

Pada setiap individu mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda. Stres pada mahasiswa biasanya disebabkan oleh berbagai macam stresor. Pada mahasiswa tingkat akhir salah satu reaksi stres dipicu oleh skripsi. Tingkatan stres secara umum diantaranya adalah:

- a. Stres normal

Stres normal merupakan bagian alamiah pada kehidupan setiap manusia dan setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandungan pun seorang bayi mengalami stres normal ini. Gejala stres normal biasanya muncul saat dalam situasi kelelahan mengerjakan tugas, takut tidak lulus ujian, setelah aktivitas detak jantung berdebar lebih cepat (Crawford & Henry, 2003).

- b. Stres ringan

Stres ringan adalah kejadian stres yang dipicu stresor yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Stres ringan biasanya terjadi saat dimarahi dosen, mengalami kemacetan dan terlalu banyak tidur. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan merasa lemas, goyah, berkeringat berlebihan saat temperatur

normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa sangat lega saat situasi berakhir, dengan demikian adanya stresor ringan dalam jumlah banyak dalam waktu singkat akan menyebabkan peningkatan risiko penyakit bagi mahasiswa (*Psychology Foundation of Australia*, 2010).

c. Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul diantaranya mudah marah, bereaksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan (*Psychology Foundation of Australia*, 2010).

d. Stres berat

Stres berat adalah stres yang dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun, contohnya adalah adanya perselisihan dengan dosen dan teman-teman secara terus menerus, mengerjakan skripsi, kebutuhan finansial yang kurang memadai dan penyakit kronis pada pasien. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa. Pada prinsipnya adalah semakin lama dan sering stresor menyebabkan stres maka semakin tinggi risiko stres yang

ditimbulkan dan ketika terdapat risiko stres yang tinggi maka akan menyebabkan penurunan energi dan respon adaptif pada mahasiswa (*Psychology Foundation of Australia*, 2010).

2.1.8. Jenis-Jenis Stres

Kondisi stres yang dihadapi seseorang dibagi dalam 2 jenis yaitu:

- a. Stres biasa adalah tekanan yang harus ditanggung dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Stres luar biasa adalah tekanan sangat hebat yang disebabkan peristiwa traumatis.

Jenis-jenis stres dibagi menjadi :

- a. Stres akut

Stres akut diakibatkan oleh ketegangan hidup sehari-hari mencakup situasi yang tidak menyenangkan. Stres akut muncul secara tiba-tiba dan hanya sementara, serta masih dapat dikendalikan. Penderita stres akut dapat menolak untuk berubah hingga menyadari dampak gaya hidupnya yang berakibat buruk terhadap dirinya dan orang-orang disekelilingnya (Mustapa & Maryadi, 2017).

- b. Stres kronis

Stres kronis yaitu stres yang diakibatkan oleh masalah-masalah keluarga yang berkepanjangan. Stres ini bersifat jangka

panjang, penderita tidak mempunyai *problem solving* dari situasi yang penuh stres (Mustapa & Maryadi, 2017).

c. Stres traumatika

Stres traumatika merupakan dampak dari sebuah tragedi yang luar biasa. Gejala stres traumatika dapat berupa kenangan terhadap suatu peristiwa yang menyebabkan trauma dan berlanjut dengan meningkatnya kepekaan terhadap peristiwa-peristiwa kecil pada tahun-tahun berikutnya (Mustapa & Maryadi, 2017).

2.1.9. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Kedokteran

Stres tidak akan muncul tanpa adanya penyebab atau faktor yang mempengaruhi. Pada mahasiswa kedokteran, kejadian stres dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan faktor eksternal. Yusoff & Fuad (2010), membagi faktor tersebut kedalam enam domain yang merupakan komponen dalam pengukuran stres mahasiswa kedokteran yang tersusun dalam *The Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ)

2.1.5.1. Faktor Internal

Faktor internal yang berasal dari dalam diri individu mahasiswa sendiri, seperti interpersonal & intrapersonal dan motivasi.

a. Interpersonal dan intrapersonal / *Interpersonal and Interpersonal Related Stressor (IRS)*

Faktor terkait interpersonal dan intrapersonal dapat merujuk kepada segala bentuk hubungan antara dan dari dalam diri seseorang yang dapat menyebabkan stres. Faktor intrapersonal umumnya berkaitan dengan hubungan seseorang dengan dirinya sendiri, termasuk motivasi yang rendah untuk belajar dan konflik dalam diri sendiri. Faktor interpersonal umumnya berkaitan dengan hubungan antara seseorang dengan orang lain termasuk kekerasan verbal, fisik, emosional yang disebabkan oleh orang lain dan konflik dengan teman, guru, rekan kerja dan staf (Yusoff & Fuad, 2010).

b. Motivasi / *Drive and Desire Related Stressors (DRS)*

Dukungan teman sebaya merupakan suatu motivasi dan juga pembentuk identitas diri dalam kehidupan sosial. Individu yang mendapatkan dukungan teman sebaya yang tinggi akan merasa dirinya dicintai dan diperhatikan sehingga ia akan memiliki keyakinan diri yang baik dalam menghadapi permasalahan yang ada. Sebaliknya, individu justru akan merasa sebagai orang yang tertolak dan sulit

mengembangkan harga dirinya bila tidak mendapatkan dukungan sosial tersebut (Atziza, 2015).

Faktor terkait motivasi atau dorongan dan kemauan, merujuk kepada segala bentuk dorongan internal maupun eksternal yang mempengaruhi sikap, emosi, pemikiran, dan perilaku seseorang yang kemudian dapat menyebabkan stres. Hal ini umumnya berhubungan dengan ketidakinginan untuk belajar materi kedokteran yang diakibatkan oleh beberapa alasan seperti bukan pilihan sendiri, salah memilih bidang, hilangnya motivasi setelah mengetahui realita yang ada di fakultas kedokteran, harapan orang tua untuk masuk ke fakultas kedokteran dan mengikuti teman (Yusoff & Fuad, 2010).

2.1.5.2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal biasanya berasal dari luar individu, seperti akademik, proses pembelajaran, hubungan sosial, dan aktivitas kelompok.

a. Akademik / *Academic Related Stressors (ARS)*

Faktor akademik di sisi lain juga menyumbangkan potensi stres misalnya tentang perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target

pencapaian nilai, prestasi akademik dan problem-problem akademik lainnya (Legiran *et al.*, 2015).

Faktor terkait akademik merujuk kepada kegiatan edukasi atau mahasiswa di Universitas yang dapat menyebabkan stres kepada mahasiswa. Hal ini termasuk sistem ujian, metode pengerjaan tugas, metode penilaian, jadwal akademik, aktivitas akademik mahasiswa, seperti mendapatkan nilai yang rendah pada ujian, harapan tinggi untuk mendapatkan nilai yang bagus, materi yang sangat banyak untuk dipelajari, kesulitan untuk memahami materi, kurangnya waktu untuk melakukan perbaikan tugas, konteks pembelajaran penuh dengan kompetisi, dan kesulitan dalam menjawab pertanyaan dari dosen (Yusoff & Fuad, 2010).

Perubahan kebiasaan atau siklus tidur akibat jadwal kegiatan yang padat, kurangnya waktu liburan atau waktu luang, perubahan kebiasaan belajar di dunia perkuliahan, proses pembelajaran di kampus, dan peningkatan beban tugas dapat berdampak kepada timbulnya stres pada mahasiswa (Maulana *et al.*, 2014). Demikian pula halnya dengan faktor target pencapaian nilai dan prestasi akademik serta jadwal perkuliahan,

praktik, deadline tugas, sikap para dosen, presentasi, materi perkuliahan yang sulit dipahami, dan kondisi lingkungan belajar (Prabamurti, 2019).

b. Proses Pembelajaran / *Teaching and Learning Related Stressors (TLRS)*

Faktor terkait proses pembelajaran merujuk kepada segala kegiatan yang berhubungan dengan mengajar atau belajar yang dapat menyebabkan stres. Hal ini umumnya berhubungan dengan tidak sesuai tugas yang diberikan oleh dosen ke mahasiswa, kompetensi dosen untuk mengawasi dan mengajari mahasiswa, kualitas *feedback* yang diberikan oleh guru kepada mahasiswa, pengakuan dan dukungan yang diberikan oleh dosen ke mahasiswa, kejelasan dari sasaran pembelajaran yang diberikan oleh dosen ke mahasiswa (Yusoff & Fuad, 2010).

c. Hubungan sosial / *Social Related Stressors (SRS)*

Faktor terkait dengan hubungan sosial merujuk kepada segala bentuk hubungan komunitas dan sosial yang dapat menyebabkan stres. Hal ini umumnya berkaitan dengan waktu luang dengan teman dan keluarga, bekerja dengan masyarakat, waktu luang untuk diri sendiri, gangguan pekerjaan oleh orang lain

dan menghadapi masalah pasien (Yusoff & Fuad, 2010).

Orang tua berperan dalam mendidik, mendisiplinkan, membimbing serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma yang berlaku. Tak jarang remaja mengalami dilema dengan orang tua terkait dengan perbedaan keinginan diantara keduanya. Konflik ini yang kemudian dapat menimbulkan hambatan dalam penyesuaian diri dan memicu terjadinya stres. Selain itu, tingginya harapan orang tua atas keberhasilan dalam pendidikan kedokteran juga mempengaruhi kejadian stres yang dialami mahasiswa (Atziza, 2015).

d. Faktor aktivitas kelompok / *Group Activities Related Stressors (GARS)*

Faktor aktivitas kelompok merujuk kepada segala kegiatan dan interaksi kelompok yang dapat menyebabkan stres. Hal ini umumnya berkaitan dengan partisipasi dalam diskusi kelompok, presentasi kelompok, dan harapan orang lain untuk mencapai tujuan dengan baik (Yusoff & Fuad, 2010).

2.2. Kepercayaan Diri

2.2.1. Definisi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya (Islamy, 2018). Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya (Zuntari, 2007).

Menurut Lauster (dalam Asmadi, 2016) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan – tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal – hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Mubarak, 2016).

Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Islamy, 2018). Loekmono mengemukakan bahwa

kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam individu sendiri, norma dan pengalaman keluarga, tradisi kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok dimana keluarga itu berasal (Zuntari, 2007).

Menurut Zakiah Daradjat kepercayaan diri adalah percaya kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman – pengalaman yang dilalui sejak kecil (Mubarok, 2016).

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atau *self confident* adalah kepercayaan akan kemampuan terbaik diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat memanfaatkannya secara tepat untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang dan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal pengalaman-pengalaman sejak kecil diri dalam individu sendiri.

2.2.2. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Erikson, hubungan sosial yang penting pada masa tahapan pertama tahun kehidupan seseorang adalah bagaimana hubungannya dengan keluarga. Krisis psikolog yang dapat dialami

oleh individu adalah berkembangnya kepercayaan dan ketidakpercayaan (*basic trust versus basic mistrust*), sehingga hasil yang menguntungkan pada fase tahapan ini ada rasa kepercayaan dan optimis (R, 2017).

Faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang menurut Mangunharja adalah faktor fisik, faktor mental, dan faktor sosial.

a. Faktor Fisik

Keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain. Akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena seseorang amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi dari hal tersebut seseorang tersebut tidak dapat bereaksi secara positif dan timbulkan rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri (Mubarok, 2016).

b. Faktor Mental

Seseorang akan percaya diri karena mempunyai kemampuan yang cenderung tinggi, seperti bakat atau keahlian khusus yang dimilikinya (Mubarok, 2016).

c. Faktor Sosial

Kepercayaan diri terbentuk melalui dukungan sosial dari dukungan orang tua dan dukungan orang sekitarnya. Keadaan

keluarga lingkungan sosial merupakan lingkungan hidup utama dalam kehidupan setiap orang (Mubarok, 2016).

Lauster mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

- a. Kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, tidak tergantung dengan orang lain, dan mengenal kemampuan diri (Islamy, 2018).
- b. Interaksi sosial, yaitu mengenai bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain (Islamy, 2018).
- c. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif mengenai kelebihan dan kekurangannya (Islamy, 2018).

2.2.3. Ciri Kepercayaan Diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala - gejala percaya diri dalam setiap tindakannya. Berikut ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri, diantaranya adalah :

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain.

- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- d. Punya pengendalian diri yang baik.
- e. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi (Zuntari, 2007).

Menurut Lauster ciri – ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri yaitu :

1. Percaya pada kemampuan sendiri

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut (R, 2017).

2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi (R, 2017).

3. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri (R, 2017).

4. Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut (R, 2017).

Sedangkan Taylor mengemukakan ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri sebagai berikut :

- a. Merasa rileks, nyaman dan aman.
- b. Yakin kepada diri sendiri.
- c. Tidak percaya bahwa orang lain selalu lebih baik.
- d. Melakukan sebaik mungkin sehingga pintu terbuka di kemudian hari.
- e. Menetapkan tujuan yang tidak terlalu tinggi sehingga bisa diraihinya.
- f. Tidak melihat adanya jurang yang lebar ketika membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

- g. Tidak mengambil kompensasi atas rasa ketidakamanan dengan bertindak kurang ajar dan agersif.
- h. Memiliki kemampuan untuk bertindak dengan percaya diri sekalipun anda tidak merasa demikian.
- i. Memiliki kesadaran adanya kemungkinan gagal dan melakukan kesalahan.
- j. Merasa nyaman dengan diri sendiri dan tidak khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain.
- k. Memiliki keberanian untuk mencapai apa yang diinginkan (Islamy, 2018).

Berdasarkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang telah dikemukakan oleh para ahli tersebut, maka ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri dapat disimpulkan yaitu percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, berpikir positif, dan berani mengungkapkan pendapat.

2.2.4. Aspek Kepercayaan Diri

Individu yang mempunyai kepercayaan tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Terdapat beberapa aspek kepercayaan diri positif yang dimiliki seseorang seperti yang diungkapkan oleh Lauster sebagai berikut:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Mampu menyesuaikan diri, yaitu seseorang yang ia mampu memanfaatkan potensi yang ada pada dirinya dilingkungan sosialnya.
- d. Mandiri yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- e. Tidak mudah menyerah adalah kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- f. Memiliki dan memanfaatkan kelebihan yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.
- g. Memiliki mental dan fisik yang menunjang (Islamy, 2018).

Kepercayaan diri memiliki beberapa aspek yaitu, kemampuan menghadapi masalah, bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakannya, kemampuan dalam bergaul, kemampuan menerima kritik (Sovitriana & Sari, 2012).

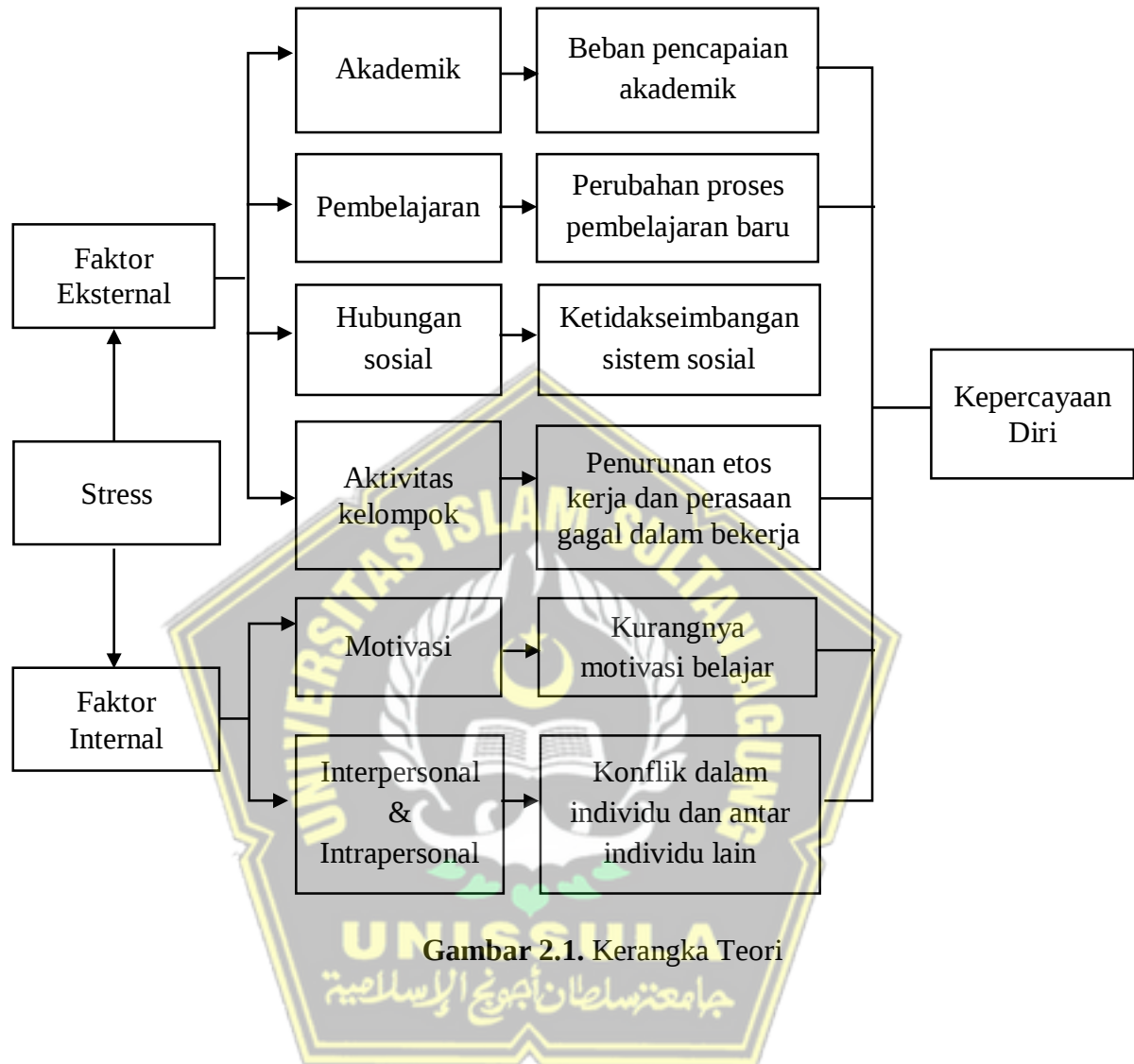
2.3. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Stres

Stres dalam kehidupan adalah sesuatu yang tidak bisa dihindari. Faktor pencetus stres pada mahasiswa kedokteran dapat dikelompokkan menjadi enam yaitu faktor interpersonal dan intrapersonal, faktor motivasi, faktor akademik, faktor proses pembelajaran, faktor hubungan sosial dan faktor aktivitas kelompok (Yusoff & Fuad, 2010). Faktor – faktor tersebut dapat menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang tersebut mengadakan adaptasi atau menganggulangi stresor yang timbul. Tingkatan stres yang berlebihan juga berkaitan dengan menurunnya kepercayaan diri mahasiswa (Habeeb, 2010).

Kepercayaan diri sangat mempengaruhi pada ketahanan diri seseorang dalam menghadapi berbagai hambatan (Suhron, 2017). Faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang adalah keadaan keluarga dan lingkungan sosial. Faktor tersebut dapat menimbulkan hilangnya rasa percaya diri menjadi sesuatu yang amat mengganggu, terlebih ketika dihadapkan pada tantangan ataupun situasi baru, bisa mengakibatkan stres yang bila tidak diatasi akan menghambat seseorang dalam mengembangkan penilaian positif terhadap diri dan lingkungan.

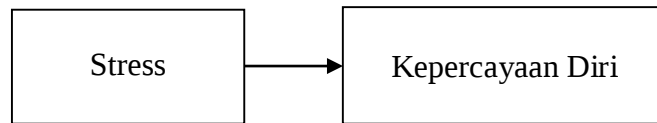
Kondisi tersebut dapat menyebabkan stres dan hilangnya rasa percaya diri dimana seseorang yang kurang mampu mengadaptasikan keinginan dengan kenyataan yang ada akan menyebabkan stres.

2.4. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori

2.5. Kerangka Konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

2.6. Hipotesis

Terdapat korelasi tingkat stres terhadap kepercayaan diri mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian

Jenis Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

3.2. Variabel dan Definisi Operasional

3.2.1. Variabel Penelitian

3.2.1.1 Variabel Bebas
Kepercayaan diri

3.2.1.2 Variabel Terikat
Tingkat stres

3.2.2. Definisi Operasional

3.2.2.1 Stres

Pada penelitian ini, stres didefinisikan sebagai derajat tekanan psikologis yang dialami oleh subjek berdasarkan penilaian kuesioner MSSQ (*Medical Student Stress Questionnaire*) yang terdiri dari 40 item pernyataan. Poin-poin tersebut terdiri dari *Academic Related Stressors* (ARS) – stresor terkait akademik, *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors* (IRS) – stresor terkait hubungan antar individu, *Teaching and Learning Related Stressors* (TLRS) – stresor terkait kegiatan belajar mengajar, *Social Related*

Stressors (SRS) – stresor terkait kegiatan sosial, *Drive and Desire Related Stressors* (DRS) – stresor terkait minat, dan *Group Activities Related Stressors* (GARS) – stresor terkait kegiatan kelompok. Hasil pengukuran diinterpretasikan menjadi 5 tingkat, yaitu 0 tidak stres, 0,01 – 1 stres ringan, 1,01 – 2 stres sedang, 2,01 – 3 stres berat, dan 3,01 – 4 stres sangat berat.

Skala pengukuran data : Ordinal

3.2.2.2 Kepercayaan diri

Pada penelitian ini, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri yang dinilai menggunakan kuesioner kepercayaan diri. Kuesioner tersebut menggunakan skala Likert. Hasil kuesioner tersebut kemudian diinterpretasikan menjadi 123 - 163 tinggi, 82 – 122 sedang, dan 41 – 81 rendah.

Skala pengukuran data : Ordinal

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2019.

3.3.2. Sampel

3.3.2.1. Kriteria Inklusi

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi di bawah ini:

- a. Mahasiswa program studi kedokteran umum tahun akademik 2019/2020 (semester II, IV, VI)

3.3.2.2. Besar Sampel

Jumlah sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus besaran sampel Issac dan Michael. Rumus besaran sampel Issac dan Michael digunakan untuk mewakili populasi yang dapat dihitung jumlahnya, agar keseluruhan lapisan populasi terwakili. Sehingga, penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang populasi yang sesungguhnya. Rumusan besaran sampel menurut Issac dan Michael (Sugiyono, 2007), yaitu :

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{d^2(N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Keterangan :

n : perkiraan jumlah sampel

N : perkiraan jumlah populasi

Z : derajat kepercayaan untuk $\alpha = 5\%$, nilainya adalah 1,96

P : harga proporsi pada populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah 50% = 0,5

q : 1 – p

Sehingga besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah, jika N dalam populasi diketahui sebanyak 575 mahasiswa, maka :

$$n = \frac{575 \cdot (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{(0,05)^2 \cdot (575 - 1) + 1,96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}$$

$$n = 230,53 = 231$$

Maka, total besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini sebanyak 231 mahasiswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *proportional stratified random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel pada populasi heterogen dan berstrata dengan mengambil sampel dari tiap – tiap subpopulasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota dari masing – masing subpopulasi secara acak.

Jika total besar sampel yang dibutuhkan sebanyak 231 mahasiswa yang dibagi menjadi tiga tingkatan semester dan diketahui jumlah mahasiswa masing masing tiap semester yaitu 210 mahasiswa semester 2, 190 mahasiswa semester 4, dan 175 mahasiswa semester 6, dengan total populasi 575

mahasiswa, maka didapatkan besar sampel masing masing tiap semester yaitu:

$$\text{Semester 2 (2019)} = \frac{231}{575} \times 210 = 84,36 = 84$$

$$\text{Semester 4 (2018)} = \frac{231}{575} \times 190 = 76,33 = 76$$

$$\text{Semester 6 (2017)} = \frac{231}{575} \times 175 = 70,30 = 70$$

Dari perhitungan diatas, didapatkan besar sampel yang dibutuhkan sebanyak 84 mahasiswa semester 2, 76 mahasiswa semester 4, dan 70 mahasiswa semester 6 dengan total besar sampel sebanyak 231 mahasiswa.

3.4. Instrumen Penelitian

3.4.1. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukur (Mubarok, 2016). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat – tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument (Mubarok, 2016). Untuk mengetahui apakah item pernyataan yang disusun pada kuesioner merupakan instrument yang valid dan reliabel maka diperlukan uji coba instrument. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan aplikasi SPSS. Pertanyaan dinyatakan valid jika nilai *r* hitung *Corrected Item-Total Correlation* memiliki

nilai lebih besar dari pada nilai r tabel untuk sejumlah subjek yang diambil data.

3.4.2. Instrumen Pengukuran Tingkat Stres

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner MSSQ (*Medical Student Stress Questionnaire*) untuk mengukur tingkat stres dan lembar kuesioner kepercayaan diri untuk mengukur faktor kepercayaan diri.

Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) adalah kuesioner yang digunakan untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa kedokteran, kuesioner ini sudah diteliti oleh Yusoff & Fuad (2010) dan diteliti di Indonesia oleh Puspitha (2017). MSSQ (*Medical Student Stressor Questionnaire*) terdiri dari 6 komponen berdasarkan penyebab stres pada mahasiswa kedokteran, yaitu *Academic Related Stressors* (ARS), *Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors* (IRS), *Teaching and Learning Related Stressors* (TLRS), *Social Related Stressors* (SRS), *Drive and Desire Related Stressors* (DRS), dan *Group Activities Related Stressors* (GARS).

Kuesioner ini terdiri dari 40 item pernyataan yang merupakan penyebab stres pada mahasiswa kedokteran yang terbagi menjadi dua bagian yaitu A yang terdiri dari 1 – 20 pernyataan dan B yang terdiri dari 21 – 40 pernyataan. Berikut ini tabel cetak biru dari masing – masing pernyataan pada kuesioner :

Tabel 3.1. Cetak Biru MSSQ

Komponen	Jumlah item	No item
ARS	13	1, 4, 7, 10, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 30, 33, 36
IRS	7	3, 5, 9, 26, 28, 31, 39
TLRS	7	8, 14, 16, 20, 22, 35, 37
SRS	6	2, 18, 21, 24, 29, 38
DRS	3	6, 32, 40
GARS	4	11, 13, 15, 34

Penilaian tingkat stres dapat dinilai dengan cara menjumlahkan total nilai bagian A dan B kemudian dibagi dengan jumlah pernyataan perkomponen stres. Berikut tabel mengenai cara penilaian MSSQ perkomponen :

Tabel 3. 2 Cara Penilaian MSSQ Perkomponen

Bagian soal	I	II	III	IV	V	VI
Bagian A						
Bagian B						
Total A + B						
Dibagi skor	13	7	7	6	3	4

Penilaian stres secara umum dapat dilakukan dengan cara menjumlahkan total nilai bagian A dan B dari masing-masing komponen dan dibagi dengan total 40 item pernyataan. Selanjutnya, hasil dari penilaian stres yang telah diketahui diinterpretasikan sesuai dengan tabel dibawah ini :

Tabel 3.3. Interpretasi skor MSSQ

Skor	Interpretasi
0 – 1	Stres ringan
1,01 – 2	Stres sedang
2,01 – 3	Stres berat
3,01 – 4	Stres sangat berat

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada penelitian ini, kuesioner MSSQ telah terbukti valid setelah dilakukan uji validitas dari 40 item pernyataan dan didapatkan nilai r hitung berkisar 0,306 – 0,766. Nilai r tabel untuk 40 item pernyataan pada penelitian ini adalah 0,112. Karena seluruh r hitung pada *Corrected Item-Total Correlation* lebih dari r table, maka tiap pernyataan dapat dikatakan valid. Kuesioner MSSQ telah terbukti reliabel setelah dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Cronbach alpha* dan didapatkan nilai *Cronbach alpha* 0,937 > 0.6 instrument MSSQ dinyatakan reliabel dan dapat dipergunakan untuk menggali data .

3.4.3. Instrumen Kepercayaan Diri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri yaitu menggunakan kuesioner kepercayaan diri yang telah di uji coba terpakai sebelumnya oleh Mubarak (2016) dan diteliti lagi oleh R Mardiana (2017), Kuesioner ini dikembangkan dengan menggunakan skala Likert. Dengan menggunakan skala Likert, variabel yang diukur dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item – item instrumen berupa pernyataan. Pernyataan tersebut terdapat pernyataan *favourable* yang menunjukkan sikap setuju, perasaan puas, dan sebagainya dari sikap objek yang diukur dan pernyataan *unfavourable* yang menunjukkan sikap tidak setuju, tingkatan rendah, dan sebagainya dari sikap objek yang diukur.

Untuk menilai skala Likert jawaban diinterpretasikan sesuai dengan tabel dibawah ini :

Tabel 3.4. Interpretasi skor Likert

Interpretasi	Skor <i>favourable</i>	Skor <i>unfavourable</i>
Sangat setuju	4	1
setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

Kepercayaan diri disusun berdasarkan ciri – ciri kepercayaan diri menurut Lauster yang memuat empat komponen yaitu percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat. Berikut tabel cetak biru kepercayaan diri:

Tabel 3.5. Cetak Biru Skala Kepercayaan Diri

Komponen	Deskriptor	No item		Jumlah item
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
Percaya pada kemampuan sendiri	a. Selalu bersikap optimis	2, 4	1, 3	12
	b. Yakin dalam mengerjakan sesuatu	6, 8	5, 7	
	c. Tidak tergantung dengan orang lain	10, 12	, 11	
Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	a. Selalu mengambil keputusan sendiri tanpa ada keterlibatan orang lain	14, 16	13, 15	8
	b. Yakin terhadap keputusan yang telah diambil	18, 20	17, 1	
Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	a. Adanya penilaian yang baik dari dalam diri	22, 24	21, 23	12
	b. Mempunyai cita – cita	26, 28	25, 27	
	c. Semua tindakan yang dilakukan menimbulkan rasa positif terhadap diri	30, 32	29, 31	
Berani mengungkapkan pendapat	a. Mampu mengutarakan pendapat	34, 36	33, 35	8
	b. Berani mengungkapkan ide – ide yang dimiliki	38, 40	37, 39	

Penilaian skala kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan rentang skor 1 - 4 dengan banyak item skala kepercayaan diri berjumlah 40 item. Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a. Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- b. Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- c. Jumlah kelas interval = skala hasil penilaian.
- d. Penentuan jarak interval (J_i) diperoleh dengan Rumus:

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

J_k = jumlah kelas interval

Berdasarkan pendapat Eko (2014), maka interval kriteria

kepercayaan diri dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi = $4 \times 40 = 160$
- b. Skor terendah = $1 \times 40 = 40$
- c. Rentang = $160 - 40 = 120$
- d. Jarak interval = $120 : 3 = 40$

Berdasarkan keterangan tersebut maka interpretasi kriteria Kepercayaan Diri adalah sebagai berikut :

Tabel 3. 6 Kriteria Kepercayaan Diri

Skor	Interpretasi
123 – 163	Tinggi
82 – 122	Sedang
41 – 81	Rendah

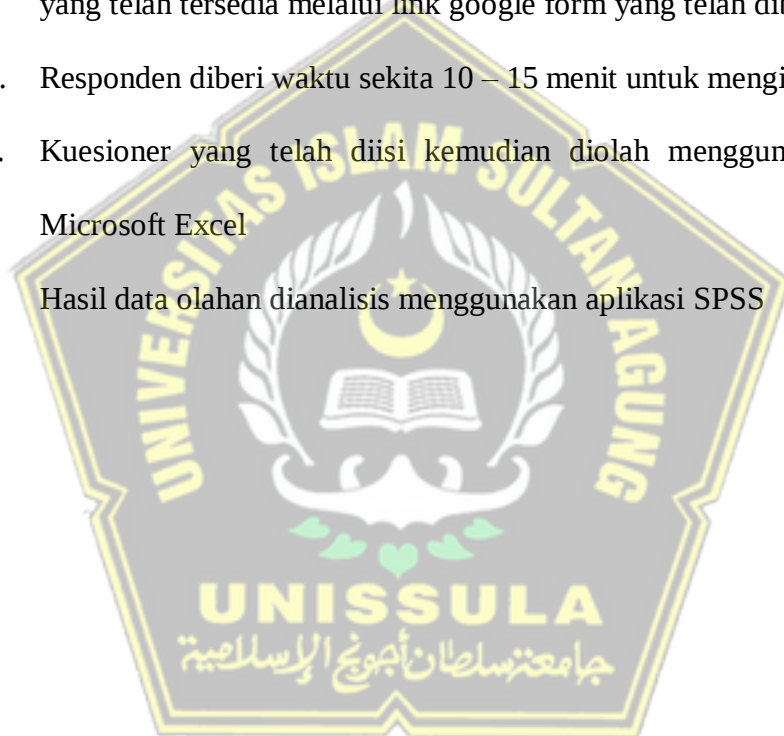
Berdasarkan hasil yang didapatkan pada penelitian ini, kuesioner Kepercayaan Diri telah terbukti valid setelah dilakukan uji validitas dari 40 item pernyataan dan didapatkan nilai r hitung berkisar 0,149 – 0,549. Nilai r tabel untuk 340 subjek penelitian ini adalah 0,112. Karena seluruh r hitung pada *Corrected Item-Total Correlation* lebih dari r table, maka tiap pernyataan dapat dikatakan valid. Kuesioner Kepercayaan Diri telah terbukti reliabel setelah dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Cronbach alpha* dan didapatkan nilai *Cronbach alpha* $0,881 > 0,6$ sehingga instrument tersebut dinyatakan reliabel dan dipergunakan untuk menggali data.

3.5. Cara Penelitian

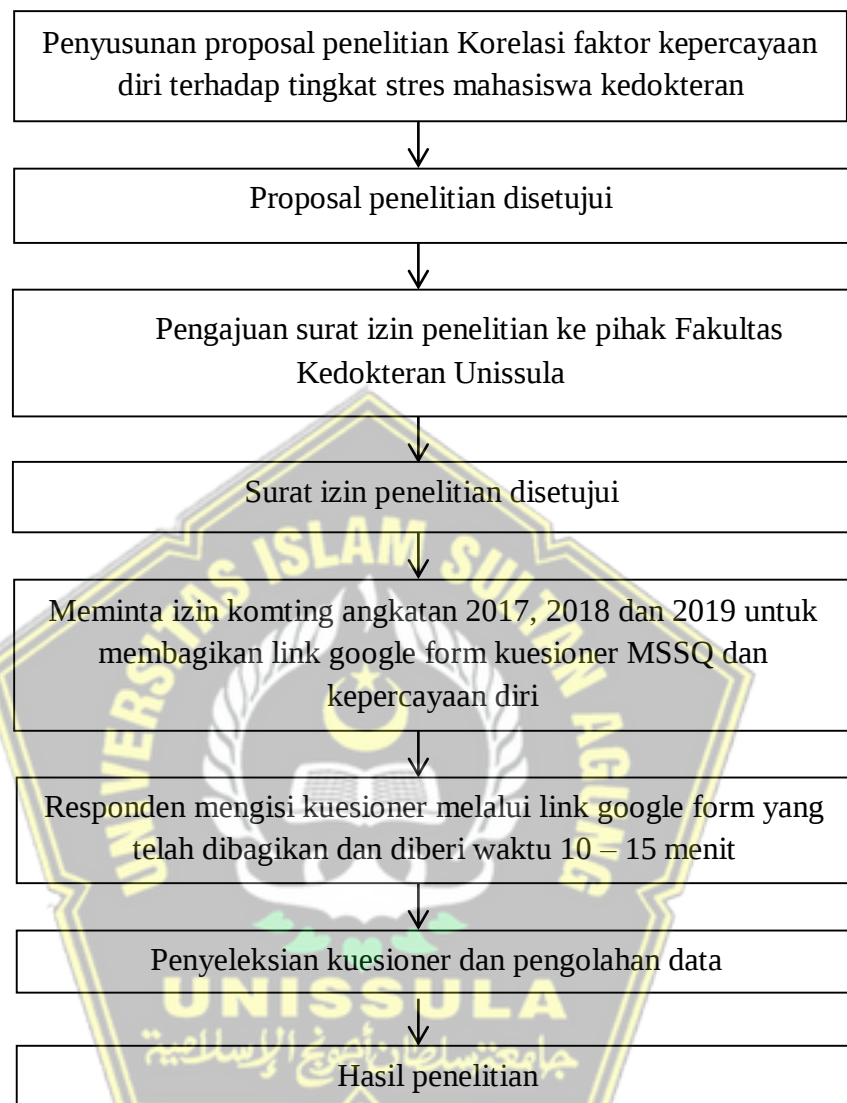
Cara penelitian mengacu pada prosedur yang telah ditetapkan sebagai berikut :

- Setelah proposal disetujui oleh pembimbing, peneliti mengajukan surat permohonan izin ke pihak Fakultas Kedokteran UNISSULA untuk dapat mengambil data.

- b. Peneliti meminta izin kepada masing masing komandan tingkat mahasiswa angkatan 2017, 2018 dan 2019 untuk membagikan link google form kuesioner MSSQ dan kepercayaan diri (https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfAxGfN_Aa8SRJJv3_PatW3OOZsAJNXy1AuH8JDEvv00CpiQ/viewform?vc=0&c=0&w=1)
- c. Mahasiswa tiap angkatan mengisi kuesioner MSSQ dan kepercayaan yang telah tersedia melalui link google form yang telah dibagikan
- d. Responden diberi waktu sekita 10 – 15 menit untuk mengisi kuesioner.
- e. Kuesioner yang telah diisi kemudian diolah menggunakan aplikasi Microsoft Excel
- f. Hasil data olahan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS



3.6. Alur Penelitian



Gambar 3.1. Alur Penelitian

3.7. Tempat dan Waktu

3.7.1. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

3.7.2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini pada bulan Agustus 2020

3.8. Analisis Hasil

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik subjek berdasarkan frekuensi

Analisis bivariate digunakan untuk menguji hubungan antara kedua variable, yaitu variable bebas dan variable terikat. Uji yang digunakan dalam penelitian yaitu uji statistic korelasi *spearman* dengan program SPSS, karena variable bebas dan variable terikat berskala ordinal.

Data yang diperoleh dalam penelitian diolah dengan software computer. Tingkat kemaknaan untuk semua uji hipotesis $p < 0,05$.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Analisis Univariat

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada bulan Agustus 2020. Data penelitian ini diperoleh melalui pengisian kuesioner. Penelitian ini melibatkan 81 dari 175 total mahasiswa angkatan 2017, 121 dari 190 total mahasiswa angkatan 2018 dan 138 dari 210 total mahasiswa angkatan 2019. Dari data tersebut, maka didapatkan *response rate* untuk responden angkatan 2017 = 46,3 %; angkatan 2018 = 63,7 % dan angkatan 2019 = 65,7 %. Karakteristik subjek penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 4. 1 Karakteristik Subjek Penelitian

Variabel	Frekuensi	Persentase
Angkatan		
2017	81	23,8
2018	121	35,6
2019	138	40,6
Usia		
17 – 18	24	7,1
19 – 20	241	70,9
21 – 22	75	22,1
Gender		
Laki-laki	87	25,6
Perempuan	253	74,4
Academic Related Stress (ARS)		
Tidak Stres	69	20,3
Stres Ringan	164	48,2
Stres Sedang	94	27,6
Stres Berat	13	3,8

Variabel	Frekuensi	Persentase
Intra and Interpersonal Related Stress (IRS)		
Tidak Stres	101	29,7
Stres Ringan	137	40,3
Stres Sedang	88	25,9
Stres Berat	14	4,1
Teaching and Learning Related Stress (TLRS)		
Tidak Stres	136	40,0
Stres Ringan	147	43,2
Stres Sedang	51	15,0
Stres Berat	6	1,8
Social Related Stress (SRS)		
Tidak Stres	134	39,4
Stres Ringan	163	47,9
Stres Sedang	41	12,1
Stres Berat	2	6
Drive and Desire Related Stress (DRS)		
Tidak Stres	112	32,9
Stres Ringan	125	36,8
Stres Sedang	80	23,5
Stres Berat	23	6,8
Group Activities Related Stress (GARS)		
Tidak Stres	163	47,9
Stres Ringan	149	43,8
Stres Sedang	25	7,4
Stres Berat	3	9
Kepercayaan Diri		
Rendah	0	0
Sedang	297	87,4
Tinggi	43	12,6

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian ini dengan Angkatan 2019 (40,6%), memiliki rentang usia 19 – 20 (70,9%), gender perempuan (74,4%), ARS dengan stres ringan (48,2%), IRS dengan stres ringan (40,3%), TLRS dengan stres ringan (43,2%), SRS dengan stres ringan (47,9%), DRS dengan stres

ringan (36,8%), GARS dengan tidak stres (47,9%), dan tingkat kepercayaan diri yang sedang (87,4%).

Variabel	Rerata	Standar Deviasi	Median	Min-Maks
Skor Total MSSQ	13,49	3,85	13	8-24
Skor Total Kepercayaan Diri	112,59	10,17	113	87-152

Tabel di atas menunjukkan bahwa rerata skor MSSQ adalah 13,49 dan rerata skor kepercayaan diri adalah 112,59.

4.1.2. Analisis Bivariat

Data hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres dianalisis menggunakan metode korelasi *Spearman*. Metode ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beberapa fenomena. Uji hipotesis ini dilakukan di aplikasi SPSS versi 22.

Tabel 4. 2 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain ARS pada Mahasiswa

		ARS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	57	145	83	12	0,272
		16,8	42,6	24,4	3,5	
	Tinggi	12	19	11	1	
		3,5	5,6	3,2	0,3	
	Total	69	164	94	13	
		20,3	48,2	27,6	3,8	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan ARS ($p = 0,272$).

Tabel 4. 3 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain IRS pada Mahasiswa

		IRS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	86	121	79	11	0,594
		25,3	35,6	23,2	3,2	
	Tinggi	15	16	9	3	
		4,4	9	3	0,9	
	Total	69	137	88	14	
		29,7	44,6	26,2	4,1	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan IRS ($p = 0,594$).

Tabel 4. 4 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain TLRS pada Mahasiswa

		TLRS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	117	133	42	5	0,959
		34,4	39,1	12,4	1,5	
	Tinggi	12	19	11	1	
		3,5	5,6	3,2	0,3	
	Total	129	152	53	4	
		37,9	44,7	15,6	1,8	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan TLRS ($p = 0,959$).

Tabel 4. 5 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain SRS pada Mahasiswa

		SRS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	114	144	37	2	0,270
		33,5	42,4	10,9	0,6	
	Tinggi	20	19	4	0	
		5,9	5,6	1,2	0,0	
	Total	134	163	41	2	
		39,4	48	12,1	0,6	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan SRS ($p = 0,270$).

Tabel 4. 6 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain DRS pada Mahasiswa

		DRS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	97	110	67	23	0,661
		28,5	32,4	19,7	6,8	
	Tinggi	15	15	13	0	
		4,4	4,4	3,8	0,0	
	Total	112	125	80	23	
		32,9	36,8	23,5	6,8	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan DRS ($p = 0,661$).

Tabel 4. 7 Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Tingkat Stres Domain GARS pada Mahasiswa

		GARS				Nilai <i>p</i>
		Tidak Stres	Stres Ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Keper- cayaan Diri	Sedang	141	130	24	2	0,528
		41,5	38,2	7,1	0,6	
	Tinggi	22	19	1	0	
		6,5	5,6	0,3	0,0	
	Total	163	149	25	2	
		48	43,8	7,4	0,6	

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan GARS ($p = 0,528$).

4.2. Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa rerata skor total MSSQ adalah 13,49 dan rerata skor total kepercayaan diri adalah 112,59. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa kedokteran dilihat dari enam domain, yaitu stres terkait akademik, hubungan intrapersonal, hubungan interpersonal, pembelajaran, sosial, minat, dan aktivitas kelompok (seluruhnya memiliki

nilai $p > 0,05$). Hasil ini sejalan dengan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Willda dan Firdaus (2016) di Fakultas Kedokteran Universitas Riau dengan jumlah sampel 83 dokter muda dan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau (Willda & Firdaus, 2016).

Hasil berbeda ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Sutanto (2019) di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian tersebut menggunakan metode pendekatan *cross-sectional* yang melibatkan mahasiswa Fakultas Kedokteran tingkat akhir yang berjumlah 50 orang. Kesimpulan dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa dalam $p = 0,000$ ($p < 0,01$) (Sutanto, 2019). Hasil berbeda juga ditunjukkan oleh sebuah penelitian yang dilakukan oleh Syafrullah, Rokayah, dan Nurdini (2017) di STIKes Dharma Husada Bandung. Penelitian tersebut menggunakan metode pendekatan *cross-sectional* yang melibatkan 70 sampel pada mahasiswa kelas alih tranfertingkat akhir program studi sarjana keperawatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada mahasiswa ($p\text{-value} = 0,009$) (Syafrullah *et al.*, 2019). Penelitian lain yang juga menunjukkan hasil berbeda adalah penelitian yang dilakukan oleh Berot (2019) pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang. Penelitian tersebut melibatkan 39 responden

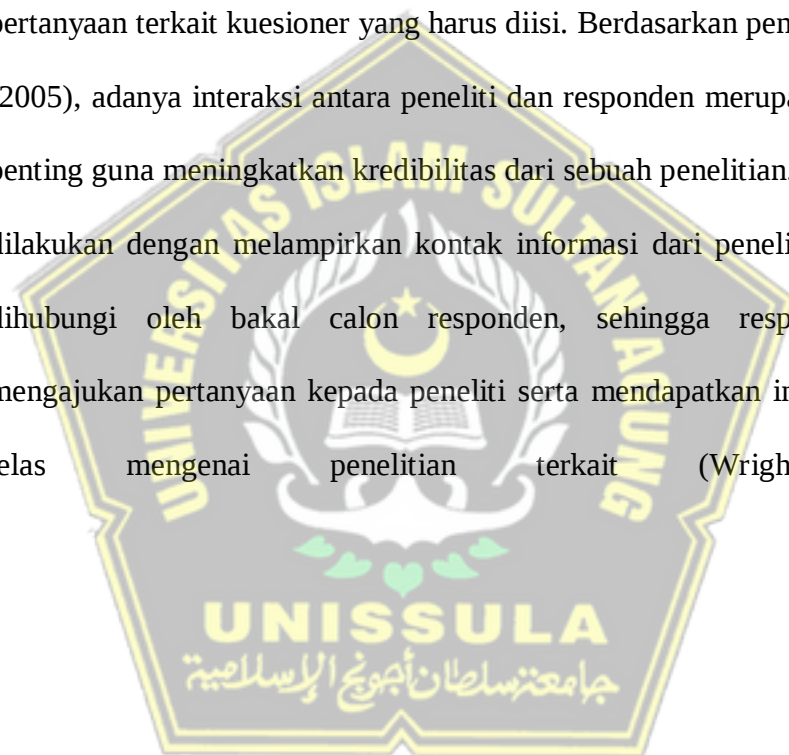
dengan metode pendekatan *cross-sectional*. Kesimpulan dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri dan tingkat stres dalam menyusun skripsi pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang tahun 2019 dengan p value = 0,038 (Berot, 2019). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa (2014) di STIKES Aisyiyah Yogyakarta juga menunjukkan hasil berbeda. Desain penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional* yang melibatkan 63 mahasiswa DIV Bidan Pendidik Anvullen STIKES Aisyiyah Yogyakarta sebagai responden. Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang erat antara kepercayaan diri dengan tingkat stres pada Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Pendidik Anvullen STIKES Aisyiyah Yogyakarta ($0,000 < 0,05$) (Khoirunnisa', 2014).

Perbedaan hasil antara penelitian ini dengan beberapa penelitian di atas disebabkan oleh perbedaan mendasar antara karakteristik subjek penelitian ini dengan karakteristik beberapa subjek penelitian yang telah ada. Penelitian yang dilakukan oleh Sutanto menggunakan mahasiswa kedokteran yang sedang menyelesaikan proses skripsi sebagai subjek penelitiannya. Mahasiswa yang sedang menyelesaikan proses skripsi kemungkinan besar memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, sehingga mempengaruhi hasil penelitian tersebut. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Syafrullah, Rokayah, dan Nurdini, serta Hardin menggunakan mahasiswa keperawatan sebagai subjek penelitiannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa dan Mamnuah menggunakan mahasiswa kebidanan. Mahasiswa keperawatan dan kebidanan menghadapi beban akademik yang berbeda dengan mahasiswa kedokteran, sehingga tingkat stres yang dihadapi juga akan berbeda.

Pada penelitian ini, didapatkan tingkat stres yang paling banyak dialami mahasiswa pada keenam domain yaitu stres ringan. Kepercayaan diri dapat dihubungkan dengan stresor yang berkaitan dengan emosi seseorang. Hal ini menyebabkan meningkatnya sekresi kortisol yang akan menimbulkan reaksi stres pada tingkatan tertentu (Galanakis *et al.*, 2016). Tingkat kepercayaan diri yang baik dapat meningkatkan keberhasilan seseorang untuk melakukan mekanisme koping terhadap situasi yang dapat menyebabkan stres, kecemasan dan depresi (Nima *et al.*, 2013). Hal tersebut sejalan dengan penelitian ini yang menunjukkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri sedang. Mahasiswa dengan kepercayaan diri sedang hingga tinggi, memiliki tingkat stres yang lebih ringan dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri rendah (Reilly *et al.*, 2014). Hasil analisis data pada penelitian ini didapatkan tidak terdapat adanya korelasi antara kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa kedokteran UNISSULA. Hal ini kemungkinan dapat disebabkan karena mahasiswa dengan kepercayaan diri sedang-tinggi tetap menghadapi stres namun dengan tingkat yang ringan dan bersifat akut yang dapat muncul secara tiba-tiba dan hanya sementara saja, serta masih dapat dikendalikan (Mustapa & Maryadi, 2017).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Salah satunya yaitu penelitian ini dilakukan secara online melalui link *google form* sehingga tidak adanya interaksi tatap muka antara peneliti dan responden. Hal ini menyebabkan peneliti tidak dapat menjelaskan secara langsung mengenai maksud, tujuan serta tata cara pengisian kuesioner yang harus di isi kepada calon responden serta adanya keterbatasan responden untuk mengajukan pertanyaan terkait kuesioner yang harus diisi. Berdasarkan penelitian Wright (2005), adanya interaksi antara peneliti dan responden merupakan hal yang penting guna meningkatkan kredibilitas dari sebuah penelitian. Hal ini dapat dilakukan dengan melampirkan kontak informasi dari peneliti yang dapat dihubungi oleh bakal calon responden, sehingga responden dapat mengajukan pertanyaan kepada peneliti serta mendapatkan informasi yang jelas mengenai penelitian terkait (Wright, 2005).



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

- 5.1.1 Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2017, 2018, dan 2019 memiliki tingkat kepercayaan diri tingkat sedang
- 5.1.2 Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2017, 2018, dan 2019 memiliki tingkat stres ringan
- 5.1.3 Tidak terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

5.2. Saran

- 5.2.1 Bagi penelitian selanjutnya agar mengidentifikasi faktor risiko lain yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa kedokteran.
- 5.2.2 Bagi penelitian selanjutnya agar dapat memberikan penjelasan mengenai tata cara pengisian kuesioner ke calon responden untuk meminimalisir kekeliruan.
- 5.2.3 Memfasilitasi media tanya jawab bagi calon responden sebelum melakukan pengisian kuesioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkadhi, K. (2013). Brain Physiology and Pathophysiology in Mental Stress. *ISRN Physiology*, 2013(1), 1–24.
- Alsulami, S., Omar, Z. Al, Bihnwejim, M. S., Alhamdan, F., Aldrees, A., Al-Bawardi, A., ... Alhabeeb, M. (2018). Perception of Academic Stress Among Health Science Preparatory Program Students in Two Saudi Universities. *Advance in Medical Education and Practice*, 2018(9), 159–164.
- Amelia, S. H., Tanjung, Z., Riyant, E., M, R. A. A., Novita, M. N. N., & Ranny. (2016). Perilaku Menyontek dan Upaya Penanggulangannya. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 1(1), 1–6.
- Anwar, M. K. (2016). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Interaksi Sosial Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Surakarta*. Universitas Negeri Sebelas Maret.
- Atziza, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *Jurnal Agromed UNILA*, 2(3), 317–320.
- Australia, P. F. of. (2010). Depression Anxiety Stress Scales (DASS). Diambil 27 Oktober 2019, dari <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/>
- Berot, F. H. (2019). Hubungan Konsep Diri Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Ramin 2019. *Journal of Social and Economics Research*, 1(1), 22–29.
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2003). The Depression Anxiety Stress Scales (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 42(2), 111–131.
- Firth, J. (1986). Contemporary Themes Levels and sources of stress in medical students. *Brish Medical Journal*, 292(May), 1177–1180.
- Galanakis, M., Palaologou, A., Patsi, G., Velegraki, I., & Darviri, C. (2016). A Literature Review on the Connection Between Stress and Self-Esteem. *Psychology*, 7(May), 687–694.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori Stres : Stimulus , Respons , dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Habeeb, K. A. (2010). Prevalence of Stressors among Female Medical Students Taibah University. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 5(2), 110–119.
- Islamy, R. M. (2018). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosisal Pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 3 Bandar Lampung*. Universitas Islam Negeri Raden Intan.
- Khoirunnisa'. (2014). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Stres Pada*

Mahasiswa Program Studi DIV Bidan Penyidik Aanvullen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014.

- Lal, K. (2014). Academic Stress Among Adolescent In Relation To Intelligence and Demographic Factors. *American International Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, 5(1), 123–129.
- Legiran, Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 2(2), 197–202.
- Maulana, Z. F., Soleha, T. U., Saftarina, F., & Siagian, J. (2014). Differences in Stress Level Between First-Year and Second-Year Medical Students in Medical Faculty of Lampung University. *Jurnal Majority*, 3(4), 154–162.
- Mubarok, M. H. (2016). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kreaivitas Pada Siswa Kelas VIII SMPN 10 Malang*. Universitas Islam negeri Maulana Ibrahim Malang.
- Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(Juli), 183–200.
- Mustapa, Z., & Maryadi. (2017). *Kepemimpinan Pelayan : Dimensi Baru Dalam Kepemimpinan*. Makassar: Celebes Media Perkasa.
- Nima, A. Al, Rosenberg, P., Archer, T., & Garcia, D. (2013). Anxiety, Affect, Self-Esteem and Stress : Mediation and Moderation Effects on Depression. *PLOS*, 8(9), 1–8. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0073265>
- Nirwana, Wardani, D. A., Abiyoga, A., & Novial, L. D. (2019). *Hubungan Antara Tigkat Stres Dengan Efikasi Diri Mahasiswa Semester Akhir S1 Keperawatan Reguler Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wiyata Husada*. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan* (Vol. 4). Online. <https://doi.org/10.35728/JMKIK.V4I2.96>
- Prabamurti, G. A. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Pemicu Level Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*.
- Puspitha, F. C. (2017). *Hubungan Stres terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Universitas Lampung.
- Putra, W. Y. D., Hadiati, T., & AS, W. S. (2017). Perbedaan Tingkat Stres dan Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Dipenogoro yang Berasal Dari Semarang dan Non-Semarang. *Jurnal Kedokteran Dipenogoro*, 6(2), 1361–1369.
- R, A. D. M. (2017). *Pengaruh Antara Kepercayaan Diri dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kemandirian Siswa Kelas VIII MTs Al-Yasini*. Univrsitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Reilly, E., Dhingra, K., & Boduszek, D. (2014). Teachers ' Self-Efficacy Beliefs , Self-Esteem , and Job Stress as Determinants of Job Satisfaction. *International Journal of Educational Management*, 28(4), 365–378. <https://doi.org/10.1108/IJEM-04-2013-0053>
- Rizvi, F., Qureshi, A., Rajput, A. M., & Afzal, M. (2015). Prevalence of Depression , Anxiety and Stress (by DASS Scoring System) Among Medical Students in Islamabad, Pakistan. *British Journal of Medicine & Medical Research*, 8(1), 69–75. <https://doi.org/10.9734/BJMMR/2015/17193>
- Saipanish, R. (2003). Stress Among Medical Students in a Thai Medical School. *Medical Teacher*, 25(5), 502–506. <https://doi.org/10.1080/0142159031000136716>
- Sani, M., Ms, M., Bani, I., Ah, A., Alagi, D., Ny, A., ... Madkhali, R. (2012). Prevalence of stress among medical students in Jizan University , Kingdom of Saudi Arabia. *Gulf Medical Journal*, 1(1), 19–25.
- Sherina, M. S., Rampal, L., & Kaneson, N. (2004). Psychological Stress Among Undergraduate Medical Students. *Med J Malaysia*, 59(2), 207–211.
- Sherwood, L. (2014). *Introduction to Human Physiology: From Cell to System*. (Suzannah Alexander, Ed.) (8 ed.). Jakarta: EGC.
- Sovitriana, R., & Sari, T. P. (2012). Studi Kasus kepercayaan Diri dan Harga Diri Pada Wanita Tuna Susila di Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan PKM: Sosial, Ekonomi, dan Humaniora*, 1(1), 333–338.
- Suhron, M. (2017). *Asuhan Keperawatan Konsep Diri : Self Esteem*. Ponorogo: Unmuh Ponorogo Press.
- Sukadiyanto. (2010). Stress dan Cara Mengurangnya. *Cakrawal Pendidikan*, 1(29), 55–66.
- Susilowati, R. N. (2019). *Hubungan Stress Dengan Efikasi Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* (Vol. 5).
- Sutanto, F. A. (2019). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyelesaikan Skripsi*. Surakarta.
- Syafrullah, H., Rokayah, C., & Nurdini, R. (2019). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Kelas Alih Transfer Progra Sarjana Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 72–76. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.72-76>
- Tsigos, C., Kyrou, I., Kassi, E., & Chrousos, G. P. (2016). Stress, Endocrine Physiology and Pathophysiology. In *Endotext [Internet]*. MDText. com, Inc.
- Widoyoko, E. P. (2014). *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Willda, T., & Firdaus, E. N. (2016). *Hubungan Resiliensi Diri Terhadap Tingkat*

Stres Pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Jom FK (Vol. 3).

Yusoff, M. S. B., & Fuad, A. (2010). *The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual*. Kelantan: KKMED Publications.

Zuntari, E. S. (2007). *Hubungan Antara Stres Dengan Rasa Percaya Diri Wanita Lajang di Desa Krenceng Kecamatan Ngeglok Kabupaten Blitar*. Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang.



LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis Univariat

Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2017.00	81	23.8	23.8	23.8
	2018.00	121	35.6	35.6	59.4
	2019.00	138	40.6	40.6	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17- 18	24	7.1	7.1	7.1
	19-20	241	70.9	70.9	77.9
	21-22	75	22.1	22.1	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

Gender

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	87	25.6	25.6	25.6
	Perempuan	253	74.4	74.4	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

ARS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	69	20.3	20.3	20.3
	Stres Ringan	164	48.2	48.2	68.5
	Stres Sedang	94	27.6	27.6	96.2
	Stres Berat	13	3.8	3.8	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

IRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	101	29.7	29.7	29.7
	Stres Ringan	137	40.3	40.3	70.0
	Stres Sedang	88	25.9	25.9	95.9
	Stres Berat	14	4.1	4.1	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

TLRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	136	40.0	40.0	40.0
	Stres Ringan	147	43.2	43.2	83.2
	Stres Sedang	51	15.0	15.0	98.2
	Stres Berat	6	1.8	1.8	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

SRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	134	39.4	39.4	39.4
	Stres Ringan	163	47.9	47.9	87.4
	Stres Sedang	41	12.1	12.1	99.4
	Stres Berat	2	.6	.6	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

DRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	112	32.9	32.9	32.9
	Stres Ringan	125	36.8	36.8	69.7
	Stres Sedang	80	23.5	23.5	93.2
	Stres Berat	23	6.8	6.8	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

GARS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Stres	163	47.9	47.9	47.9
	Stres Ringan	149	43.8	43.8	91.8
	Stres Sedang	25	7.4	7.4	99.1
	Stres Berat	3	.9	.9	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

Kepercayaan_Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	297	87.4	87.4	87.4
	Tinggi	43	12.6	12.6	100.0
	Total	340	100.0	100.0	

Descriptives

			Statistic	Std. Error
MSSQ	Mean		13.4971	.20909
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.0858	
		Upper Bound	13.9083	
	5% Trimmed Mean		13.3497	
	Median		13.0000	
	Variance		14.864	
	Std. Deviation		3.85542	
	Minimum		8.00	
	Maximum		24.00	
	Range		16.00	
	Interquartile Range		6.00	
	Skewness		.322	.132
	Kurtosis		-.709	.264
Kep_Diri_Num	Mean		112.5941	.55189
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	111.5086	
		Upper Bound	113.6797	
	5% Trimmed Mean		112.2582	
	Median		113.0000	
	Variance		103.557	
	Std. Deviation		10.17632	
	Minimum		87.00	
	Maximum		152.00	
	Range		65.00	
	Interquartile Range		13.00	
	Skewness		.558	.132
	Kurtosis		1.174	.264

Lampiran 2. Analisis Bivariat

Correlations

			Kepercayaan _Diri
Spearman's rho	ARS	Correlation Coefficient	-.060
		Sig. (2-tailed)	.272
		N	340
	IRS	Correlation Coefficient	-.029
		Sig. (2-tailed)	.594
		N	340
	TLRS	Correlation Coefficient	.003
		Sig. (2-tailed)	.959
		N	340
	SRS	Correlation Coefficient	-.060
		Sig. (2-tailed)	.270
		N	340
	DRS	Correlation Coefficient	-.024
		Sig. (2-tailed)	.661
		N	340
	GARS	Correlation Coefficient	-.034
		Sig. (2-tailed)	.528
		N	340
	Kepercayaan_Diri	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	340

Lampiran 3. Uji Validitas

Kuesioner Kepercayaan Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	110.0676	98.464	.412	.	.877
Item_2	109.5706	100.269	.370	.	.878
Item_3	109.6794	98.248	.431	.	.877
Item_4	109.5824	98.037	.461	.	.877
Item_5	110.0912	98.083	.330	.	.879
Item_6	109.4206	99.000	.433	.	.877
Item_7	109.8676	97.903	.489	.	.876
Item_8	109.9059	99.460	.366	.	.878
Item_9	108.9500	100.874	.231	.	.880
Item_10	110.1382	99.282	.291	.	.880
Item_11	109.8529	99.170	.283	.	.880
Item_12	110.2118	99.843	.294	.	.879
Item_13	110.0000	100.684	.194	.	.881
Item_14	109.6588	98.821	.381	.	.878
Item_15	110.0353	97.692	.440	.	.877
Item_16	109.4206	100.339	.264	.	.880
Item_17	109.7294	101.177	.196	.	.881
Item_18	109.8647	99.297	.304	.	.879
Item_19	109.2971	99.914	.326	.	.879
Item_20	109.4471	100.165	.394	.	.878
Item_21	109.4853	99.737	.279	.	.880
Item_22	109.9324	98.122	.453	.	.877
Item_23	110.2088	95.959	.457	.	.876
Item_24	109.6676	97.951	.424	.	.877
Item_25	109.9735	97.784	.359	.	.879
Item_26	110.7824	101.858	.149	.	.881
Item_27	109.6588	97.618	.441	.	.877
Item_28	109.8265	98.793	.387	.	.878
Item_29	109.3206	100.313	.211	.	.881
Item_30	109.2176	99.911	.347	.	.879
Item_31	109.4941	98.693	.392	.	.878
Item_32	109.5794	98.610	.332	.	.879
Item_33	110.3471	96.463	.507	.	.875
Item_34	109.7941	97.185	.490	.	.876
Item_35	110.2265	96.482	.450	.	.877
Item_36	109.8735	96.288	.547	.	.875
Item_37	109.8824	96.022	.549	.	.875
Item_38	109.6618	98.696	.424	.	.877
Item_39	110.1882	96.991	.435	.	.877
Item_40	109.2588	99.608	.363	.	.878

Kuesioner MSSQ

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	58.6618	658.242	.572	.541	.963
Item_2	60.0029	671.006	.352	.237	.963
Item_3	59.1176	654.311	.568	.495	.963
Item_4	58.8618	652.143	.568	.470	.963
Item_5	59.1676	656.813	.496	.499	.963
Item_6	59.0794	655.649	.455	.572	.963
Item_7	59.6912	667.601	.306	.407	.964
Item_8	58.8471	651.274	.616	.540	.962
Item_9	58.9471	646.634	.621	.627	.962
Item_10	58.5559	648.655	.698	.621	.962
Item_11	59.7294	662.186	.568	.501	.963
Item_12	58.4882	643.383	.740	.649	.962
Item_13	59.9118	665.556	.438	.361	.963
Item_14	59.0500	649.605	.693	.621	.962
Item_15	58.6529	648.127	.671	.623	.962
Item_16	58.9824	649.056	.662	.650	.962
Item_17	59.1912	651.058	.660	.554	.962
Item_18	59.0706	653.452	.581	.429	.963
Item_19	58.6853	644.995	.751	.635	.962
Item_20	59.2853	650.960	.682	.639	.962
Item_21	58.7912	645.700	.710	.637	.962
Item_22	59.0029	649.850	.701	.561	.962
Item_23	58.6353	645.141	.766	.724	.962
Item_24	58.2412	648.532	.582	.445	.963
Item_25	58.1471	645.949	.732	.656	.962
Item_26	58.8059	645.815	.729	.681	.962
Item_27	58.7941	646.618	.760	.706	.962
Item_28	58.6735	643.200	.693	.705	.962
Item_29	59.3647	652.757	.633	.549	.962
Item_30	59.1441	648.631	.700	.659	.962
Item_31	58.3206	639.157	.736	.742	.962
Item_32	58.9765	648.401	.522	.444	.963
Item_33	58.8324	648.571	.697	.612	.962
Item_34	58.9235	646.879	.651	.588	.962
Item_35	59.5765	655.779	.620	.603	.962
Item_36	58.6441	648.495	.662	.644	.962
Item_37	59.2353	652.464	.636	.603	.962
Item_38	59.6588	664.839	.375	.373	.964
Item_39	59.1412	651.874	.583	.585	.963
Item_40	58.4971	644.516	.621	.594	.962

Lampiran 4. Uji Reliabilitas

Kuesioner Kepercayaan Diri

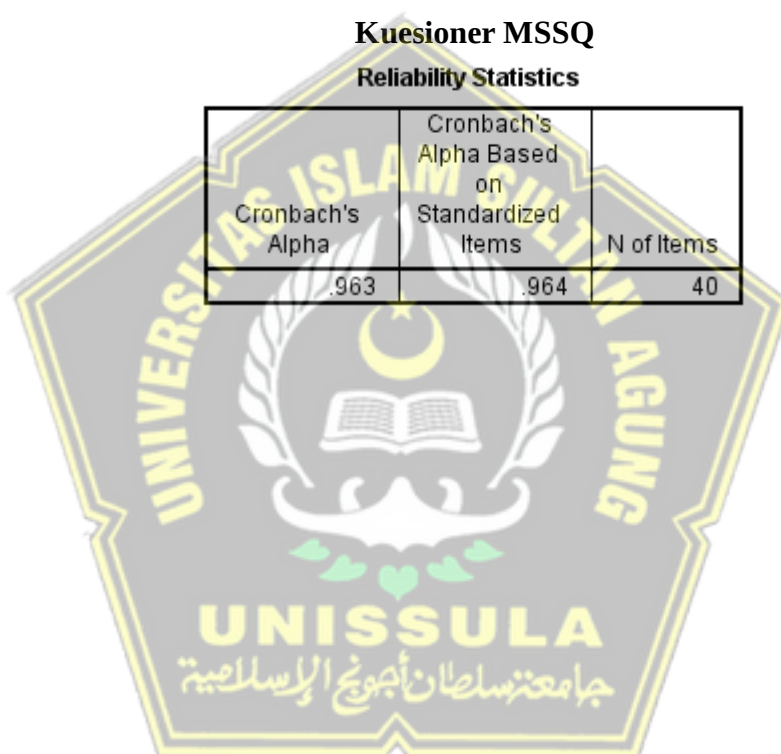
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.881	.882	40

Kuesioner MSSQ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.963	.964	40



Lampiran 5. Surat Keterangan Selesai Penelitian



SURAT KETERANGAN

No:11 /A.1/SA-K-PSPK/VIII/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dr. Ulfah Dian Indrayani, MSc

Jabatan : Ka. Prodi Pendidikan Kedokteran

Menerangkan bahwa :

Nama : Nurfauziati Pasaribu

Nim : 30101607711

Telah menyelesaikan penelitian di prodi Pendidikan Kedokteran Unissula, pada 15 – 20 Agustus 2020 dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul “ **Korelasi faktor kepercayaan diri terhadap tingkat stress mahasiswa kedokteran**”.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 10 September 2020

Ka. Prodi PSPK

dr. Ulfah Dian I, MSc

Lampiran 6. *Ethical Clearance*

**KOMISI BIOETIKA PENELITIAN KEDOKTERAN/KESEHATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

Sekretariat : Gedung C Lantai I Fakultas Kedokteran Unissula
Jl. Raya Kaligawe Km 4 Semarang, Telp. 024-6583584, Fax 024-6594366

Ethical Clearance

No. 271/VIII/2020/Komisi Bioetik

Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran/Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang, setelah melakukan pengkajian atas usulan penelitian yang berjudul :

**KORELASI FAKTOR KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP TINGKAT
STRESS MAHASISWA KEDOKTERAN
Studi Observasi Analitik di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan**

Agung Semarang

Peneliti Utama : Nurfauziati Pasaribu
Pembimbing : Endang Lestari, SS.M.Pd.M.Pd.Ked
dr. Yani Istadi, MMedEd
Tempat Penelitian : Prodi PSPK Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

dengan ini menyatakan bahwa usulan penelitian diatas telah memenuhi prasyarat etik penelitian. Oleh karena itu Komisi Bioetika merekomendasikan agar penelitian ini dapat dilaksanakan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip yang dinyatakan dalam Deklarasi Helsinki dan panduan yang tertuang dalam Pedoman Nasional Etik Penelitian Kesehatan (PNEPK) Departemen Kesehatan RI tahun 2004.

Semarang, 15 Agustus 2020

Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran/Kesehatan
Fakultas Kedokteran Unissula

Ketua,



(dr. Sofwan Dahlan, Sp.F(K))

Lampiran 7. Instrument Penelitian (Google Form)

KUESIONER KEPERCAYAAN DIRI DAN MSSQ

Assalamualaikum wr.wb

Mahasiswa FK Unissula, berikut adalah kuesioner untuk mengambil data penelitian mengenai "pengaruh kepercayaan diri terhadap stress akademik pada mahasiswa kedokteran." Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian Tim peneliti Medical Education FK Unissula, yang didanai menggunakan dana penelitian internal FK Unissula. Data yang terkumpul selanjutnya juga akan dipergunakan oleh beberapa mahasiswa FK Unissula angkatan 2016 untuk menyusun skripsi. Kami berharap mahasiswa angkatan 2019, 2018, 2017 berkenan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini dengan mengisi kuesioner secara online. Kuesioner ini membutuhkan waktu 10 – 15 menit untuk menyelesaikan semua bagiannya.

Identitas Anda sebagai responden beserta jawaban yang Anda berikan menjadi RAHASIA peneliti. Atas bantuan dan partisipasinya Kami menyampaikan terimakasih.

TTD

Ibu Endang Lestari, M.Pd.Ked

Ketua peneliti

* Wajib



Lampiran 8. Kuesioner Tingkat Stress – MSSQ

Kuesioner Tingkat Stres

Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)

Nama : Usia :
NIM : Jenis Kelamin :

Petunjuk pengisian

Bagian I :

Apakah saudara selama satu bulan terakhir **pernah** mengalami hal-hal dibawah ini?

Apabila **pernah**, saudara **boleh** memilih **lebih dari satu** pernyataan dengan memberikan tanda (√) pada jawaban yang sesuai.

Akan tetapi jika saudara **tidak pernah** mengalami hal dibawah ini saudara diperbolehkan untuk **langsung melanjutkan ke Bagian II :**

	Melakukan penarikan diri dari sekitar (misal tidak mau bergaul dengan orang lain)
	Suka melamun memikirkan berbagai permasalahan walaupun permasalahan tersebut dianggap sepele oleh orang lain
	Mengalami halusinasi (misal mendengar suara aneh atau melihat sesuatu yang aneh dari biasanya)
	Merasa takut berlebihan terhadap hal-hal yang dianggap biasa saja oleh orang lain
	Menggunakan obat penenang atau obat tidur
	Memiliki emosi yang berubah-ubah dalam waktu singkat (misal perubahan emosi berbahagia berlebihan menjadi sedih berlebihan atau sebaliknya dalam waktu singkat)

Bagian II :

Pertanyaan ini diisi untuk melihat apakah anda mengalami stres atau tidak dengan cara menconteng (√) pada kolom jawaban berdasarkan jawaban yang sesuai dengan jawaban anda.

0 = tidak menyebabkan stres

3 = menyebabkan stres berat

1 = menyebabkan stres ringan

4 = menyebabkan stres yang sangat berat

2 = menyebabkan stres sedang

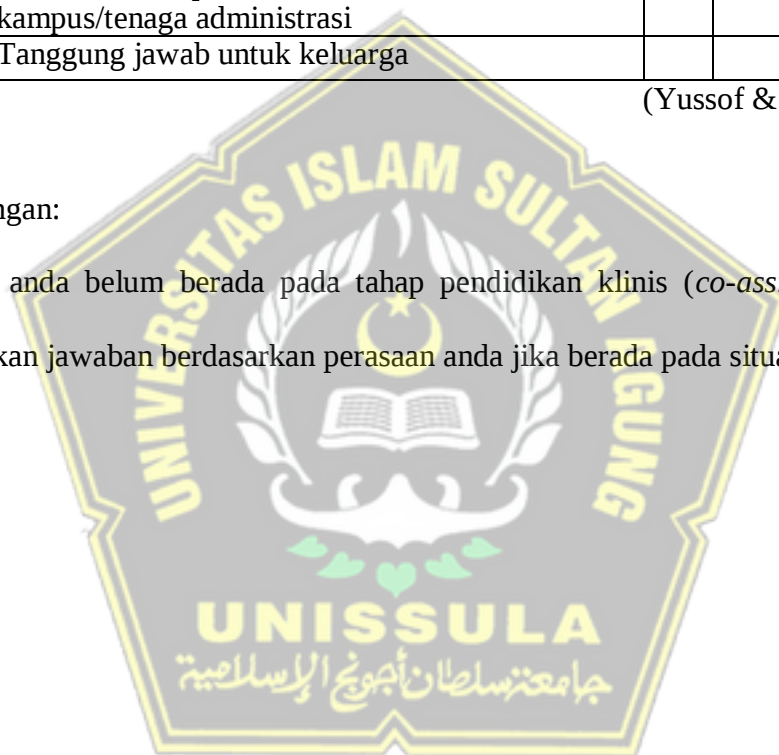
No.	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Ujian					
2.	Berbicara dengan pasien tentang masalah pribadi*					
3.	Konflik dengan mahasiswa lain					
4.	Sistem penilaian pada ujian					
5.	Perkataan atau perbuatan kasar dari teman					
6.	Keinginan orang tua terhadap studi kedokteran anda					
7.	Harus melakukan sesuatu dengan baik (keinginan sendiri)					
8.	Tidak memiliki cukup bahan belajar					
9.	Konflik dengan staf kampus					
10.	Beban kuliah yang banyak					
11.	Diskusi tutorial					
12.	Ketinggalan dalam belajar					
13.	Partisipasi dalam persentasi kelas					
14.	Kurangnya petunjuk atau bimbingan dari dosen					
15.	Merasa tidak kompeten					
16.	Ketidak pastian terhadap diri sendiri					
17.	Praktik <i>skill lab</i> yang tidak mencukupi*					
18.	Kurangnya waktu dengan keluarga dan teman					
19.	Konteks belajar yang rumit (penuh kompetisi)					
20.	Kurangnya keterampilan mengajar dosen					
21.	Tidak bisa menjawab pertanyaan pasien*					
22.	Tugas yang tidak tepat					
23.	Kesulitan dalam memahami pelajaran					
24.	Menghadapi kematian pasien*					
25.	Mendapat nilai yang jelek					
26.	Motivasi yang kurang dalam belajar					
27.	Kurangnya waktu untuk mengulangi pelajaran					
28.	Perkataan atau perlakuan kasar dosen					
29.	Interupsi ketika belajar oleh sesama siswa					
30.	Tidak bisa menjawab pertanyaan dosen					

31.	Konflik dengan dosen					
32.	Tidak adanya keinginan untuk belajar di kedokteran					
33.	Luasnya cakupan yang harus dipelajari					
34.	Keinginan untuk harus menjadi baik (dipengaruhi siswa lain)					
35.	Kurangnya umpan balik dari dosen					
36.	Proses penilaian yang tidak adil					
37.	Kurangnya pengakuan atas tugas yang diberikan					
38.	Bekerja dengan komputer/laptop					
39.	Perkataan atau perlakuan kasar dari staf kampus/tenaga administrasi					
40.	Tanggung jawab untuk keluarga					

(Yussof & Rahim, 2010)

Keterangan:

- * Jika anda belum berada pada tahap pendidikan klinis (*co-assistant*), tolong berikan jawaban berdasarkan perasaan anda jika berada pada situasi tersebut



Lampiran 9. Kuesioner Kepercayaan Diri

KUESIONER PENELITIAN

Sebelum mengisi kuesioner silahkan isi identitas dibawah ini:

Nama Lengkap :

Umur/Jenis kelamin :

Angkatan :

Petunjuk Pengisian :

1. Berilah tanda silang (X) dengan memilih salah satu dari 4 pilihan jawaban pada masing-masing pertanyaan yang sesuai dengan yang anda yakini dan yang anda rasakan. Keterangan :

SS	= Sangat Setuju	TS	= Tidak Setuju
S	= Setuju	STS	= Sangat Tidak Setuju
2. Kuesioner ini membutuhkan waktu **15 — 20 menit untuk menyelesaikan** semua bagiannya.
3. Jika terdapat pertanyaan yang belum dimengerti silahkan menggunakan intuisi anda.
4. Identitas anda sebagai responden menjadi **RAHASIA** peneliti.
5. Terima kasih atas kesediaan anda telah mengisi kuesioner ini.

SKALA KEPERCAYAAN DIRI

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya sering bingung bila ditanya dosen mengenai mata kuliah.				
2	Saya merasa mampu menyelesaikan tugas dengan baik.				
3	Saya kurang bersemangat menjalankan aktivitas di kampus.				
4	Saya optimis mendapat nilai baik dalam mengerjakan tugas.				
5	Saya kesulitan untuk mengatur pengeluaran pribadi dengan baik.				
6	Keyakinan kuat membuat saya bisa dapat memecahkan masalah dengan baik.				
7	Saya merasa kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang saya alami.				
8	Saya bisa menyelesaikan soal-soal dengan baik.				
9	Ketika ujian saya melihat jawaban teman saya.				
10	Saya adalah mahasiswa yang mandiri dan tidak pernah bergantung kepada orang lain.				
11	Saya khawatir jika teman dekat saya tidak mau menemani saya kemanapun saya pergi.				
12	Saya rajin mengerjakan tugas sendiri tanpa meminta bantuan teman saya.				
13	Saya lebih suka mendengarkan saran orang lain daripada membuat keputusan sendiri.				
14	Saya berusaha mengembangkan bakat yang saya miliki, dengan cara mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.				
15	Saya sering merasa bingung bila memutuskan sesuatu sendiri.				
16	Saya memilih tinggal di asrama/rumah/kos/kontrakan atas kemauan saya sendiri.				
17	Jika saya mempunyai masalah, teman saya lebih mampu memutuskan jalan keluar yang terbaik untuk saya .				

18	Saya menetapkan jam belajar di asrama/rumah/kos/kontrakan setiap hari.				
19	Saya akan menyalahkan orang lain jika keputusan yang saya ambil ternyata salah.				
20	Saya berani mengambil keputusan sesuai aturan yang berlaku.				
21	Bila saya marah, saya suka melampiaskan kemarahan pada orang lain.				
22	Saya adalah mahasiswa yang giat belajar.				
23	Saya merasa canggung bila bertemu orang baru.				
24	Saya memiliki banyak teman.				
25	Saya masih belum bisa membayangkan masa depan saya kelak.				
26	Saya selalu mendapatkan nilai 100.				
27	Saya kurang yakin dengan masa depan saya.				
28	Saya adalah mahasiswa yang bersemangat dalam meraih cita-cita, dibuktikan dengan nilai tugas dan ujian saya selalu baik.				
29	Bagi saya, mencontek saat ujian adalah hal biasa.				
30	Saya senang membantu teman yang membutuhkan.				
31	Saya kurang bisa bersikap ramah dengan teman.				
32	Saya mengikuti ekstrakurikuler di kampus agar memiliki banyak pengalaman.				
33	Saya sering gugup bila ditanya dosen.				
34	Saya berani mengungkapkan pendapat ketika berdiskusi di kelas.				
35	Saya malu ketika berbicara didepan banyak orang .				
36	Rasa ingin tahu yang besar, membuat saya berani bertanya jika ada materi yang tidak saya pahami.				
37	Saya lebih memilih diam daripada banyak berbicara ketika berdiskusi.				
38	Saya dapat mengutarakan apa yang ada di dalam pikiran saya tanpa ada paksaan.				
39	Saya mengalami kesulitan ketika berbicara				

	dengan orang yang belum saya kenal sepenuhnya.				
40	Saya merasa senang bertukar pendapat dengan teman.				



Lampiran 10. Undangan Ujian Hasil Penelitian

	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG Jl. Raya Kaligawe Km. 4, Semarang 50112, Jawa Tengah	No. Dokumen	FORM-SA-K-PPSK-018
		Tgl Berlaku	01 Oktober 2013
		No. Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

No : 007/Skripsi-UH/FK/IX/2020
Hal : Pengantar Ujian Hasil Penelitian Skripsi
Lamp : 1 lembar

Kepada Yth. 1. dr. Elly Noerhidajati Sp.KJ (Ketua)
2. dr. Ken Wirastuti M.KesSp.SKIC (Anggota)
3. Endang Lestari SSM.Pd.M.Pd.Ked. (Anggota)
4. dr. Yani Istadi M.Med. Ed. (Anggota)

Penguji Skripsi FK UNISSULA
di
Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Bersama ini kami hadapkan mahasiswa sesuai yang tercantum di bawah ini :

Nama : NURFAUZIATI PASARIBU
NIM : 30101607711
Judul Skripsi : Korelasi Faktor Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Kedokteran

Untuk dapat diuji pada waktu yang telah disepakati oleh mahasiswa ybs dengan ketiga/keempat Penguji. Adapun untuk memperlancar pelaksanaan ujian, para penguji dimohon untuk dapat hadir tepat waktu.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 12 September 2020
Ka. Unit Skripsi,

dr. Mohamad Riza, M.Si

	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG Jl. Raya Kaligawe Km. 4, Semarang 50112, Jawa Tengah	No. Dokumen	FORM-SA-K-PPSK-019
		Tgl Berlaku	01 Oktober 2013
	Surat Keterangan Pelaksanaan Ujian Hasil Penelitian Skripsi	No. Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

No. HP Mahasiswa : 082340715190

Yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Tim Penguji Skripsi untuk mahasiswa :

Nama	: NURFAUZIATI PASARIBU
NIM	: 30101607711
Judul Skripsi	: Korelasi Faktor Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Kedokteran

Menyatakan persetujuan untuk menguji mahasiswa tersebut, pada :

Hari / Tgl	: Jumat, 25 September 2020
Pukul	: 16.00 WIB - Selesai
	Shift I (06.30 - 08.10) Shift II (08.10 - 09.50) Shift III (09.50 - 11.30) Shift IV (13.00 - 14.40) Shift V (14.40 - 16.40) V
Tempat	: Online Via Zoom

TIM PENGUJI

1	dr. Elly Noerhidajati Sp.KJ
2	dr. Ken Wirastuti M.KesSp.SKIC
3	Endang Lestari SSM.Pd.M.Pd.Ked.
4	dr. Yani Istadi M.Med. Ed.

Catatan :

1 lembar surat keterangan ini (yang sudah ditandatangani seluruh penguji) diserahkan ke sekretariat pada saat melaporkan waktu ujian yang sudah disepakati (paling lambat 2 hari sebelum ujian). Tanpa itu, ujian bagi mahasiswa ybs tidak akan dipersiapkan.