

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN
PSIKOFISIOLOGIS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN
Studi Observasional Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung**

Semarang

Skripsi

untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai gelar Sarjana Kedokteran



Disusun Oleh :

Arij Fahmi Berliani

30101900031

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

Semarang

2022

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN
PSIKOFISIOLOGIS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN**

Studi Observasional Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung

Semarang

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Arij Fahmi Berliani

30101900031

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji


pada tanggal 25 Oktober 2022


dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Tim Penguji

Pembimbing I

Anggota Tim Penguji


dr. Elly Noerhidajati, Sp.KJ


dr. Arini Dewi Sntari M.Biomed

Pembimbing II


dr Menik Sahariyani, M.Sc


dr.Kamilia Dwi Utami, M.Biomed


Semarang, 25 Oktober 2022

Fakultas Kedokteran

Universitas Islam Sultan Agung

Dekan,




Dr. dr. Setyo Trisnadi, Sp.KF, SH

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Arij Fahmi Berliani

NIM : 30101900031

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN
PSIKOFISIOLOGIS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN Studi
Observasional Pada Mahasiswa 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, 19 Desember 2022



Arij Fahmi Berliani

PRAKATA

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirrabbi lalamin, puji syukur kehadiran Allah SWT atas semua anugerah dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **"HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN GANGGUAN PSIKOFISIOLOGIS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN Studi Observasional Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang"** ini dapat terselesaikan.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan banyak terima kasih kepada:

1. DR.dr. Setyo Trisnadi, Sp.KF.,S.H., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. dr Elly Noerhidajati, Sp.KJ dan dr Menik Sahariyani, M.Sc selaku dosen pembimbing I dan II yang telah dengan sabar meluangkan waktu dan pikiran untuk mengarahkan dan membimbing penulis hingga terselesaikannya Skripsi ini.
3. dr. Arini Dewi Antari M.Biomed dan dr. Kamilia Dwi Utami, M.Biomed, selaku dosen penguji yang telah dengan sabar meluangkan waktu dan pikiran untuk mengarahkan dan membimbing penulis hingga terselesaikannya Skripsi ini.

4. Bapak Mastur dan Ibu Betty Hariyati selaku orang tua tercinta yang selalu memberikan kasih sayang, fasilitas, dukungan dan doa yang tiada henti selama penyusunan skripsi ini. Mas Alif Massahid Amirruloh, dan Arkan Zikri Berlian selaku kakak yang telah memberikan dukungan dan motivasi yang telah memberikan selama penyusunan skripsi ini.
5. Alifia Rachma Choirunnisa, Devi satya Maulida, Dewi Putri Hapsari, Gizka Restianindya Rafitra dan Retno Wulan Ambarsari selaku sahabat dan orang yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis.
6. Semua pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu yang telah turut mendoakan dan mendukung penulis selama proses penyelesaian skripsi
7. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doing all this hard work. I wanna thank me for having no day off. I wanna thank me for never quitting.*

Sebagai akhir kata dari penulis, penulis hanya bisa berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 25 Oktober 2022

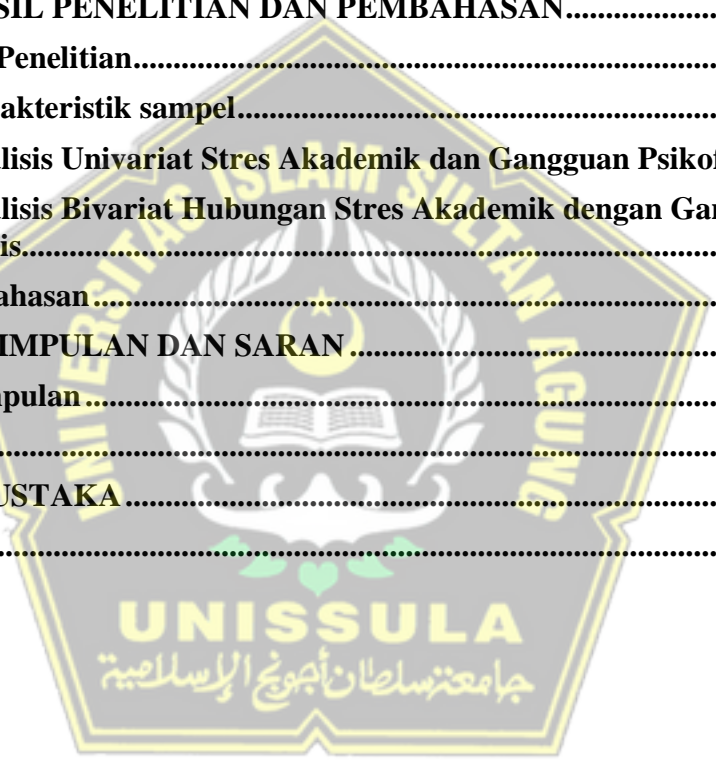
Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
PRAKATA	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR SINGKATAN	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Stres Akademik.....	6
2.1.1 Definisi Stres Akademik	6
2.1.2 Prevalensi Stres Akademik.....	7
2.1.3 Etiologi	7
2.1.4 Tingkat Stres Berdasarkan Masa Studi.....	8
2.1.5 Ujian Mahasiswa Kedokteran.....	8
2.1.6 Aspek-Aspek Stres Akademik.....	9
2.2.7 Faktor yang Mempengaruhi	12
2.2. Gangguan Psikofisiologis	14
2.2.1 Definisi Gangguan Psikofisiologis.....	14

2.2.2	Macam Macam Gangguan Psikofisiologis	16
2.2.3	Faktor Penyebab	17
2.3.	Hubungan Stres Akademik Dengan Gangguan Psikofisologis	18
2.4.	Kerangka Teori.....	20
2.5.	Kerangka Konsep	21
2.6.	Hipotesis	21
BAB III.....		22
METODE PENELITIAN		22
3.1	Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	22
3.2	Variabel dan Definisi Operasional	22
3.2.1	Variabel Penelitian.....	22
3.2.1.1	Variabel Bebas	22
3.2.1.2	Variabel Tergantung	22
3.2.2	Definisi Operasional.....	22
3.2.2.1	Stres Akademik.....	22
3.2.2.2	Gangguan Psikofisiologis.....	23
3.3	Populasi dan Sampel.....	24
3.3.1	Populasi Penelitian.....	24
3.3.1.1	Populasi Target.....	24
3.3.1.2	Populasi Terjangkau.....	24
3.3.2	Sampel Penelitian	24
3.3.2.1	Kriteria Inklusi.....	24
3.3.2.2	Kriteria Eksklusi.....	25
3.4	Instrumen Penelitian.....	26
3.4.1	Kuesioner Somatic Symptomp Scale- 8 (SSS-8).....	26
3.4.2	Kuesioner Depression Anxiety and Stress Scale 42 (DASS 42).....	27
3.5	Cara Penelitian	28
3.5.1	Perencanaan.....	28
3.5.2	Pelaksanaan	28

3.5.3 Penyelesaian.....	29
3.6 Tempat dan Waktu	29
3.6.1 Tempat penelitian.....	29
3.6.2 Waktu Penelitian.....	29
3.7 Analisa Data Penelitian.....	30
3.7.1 Analisis Univariat.....	30
3.7.2 Analisis Bivariat	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Hasil Penelitian.....	31
4.1.1. Karakteristik sampel.....	31
4.1.2. Analisis Univariat Stres Akademik dan Gangguan Psikofisiologis .	32
4.1.3. Analisis Bivariat Hubungan Stres Akademik dengan Gangguan Psikofisiologis.....	34
4.2 Pembahasan	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
5.1 Kesimpulan.....	40
5.2 Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42
Lampiran	47



DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Faktor</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
DASS- 42	: <i>Depression Abxiety Stress Scale – 42</i>
HPA – Axis	: <i>Hipotalamus Hipofisis Adrenal</i>
LPA -Axis	: <i>Limbik Gipotalamus Pituitary Adrenal</i>
SSS-8	: <i>Somatic Symptom Scale-8</i>



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	20
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	21



DAFTAR TABEL

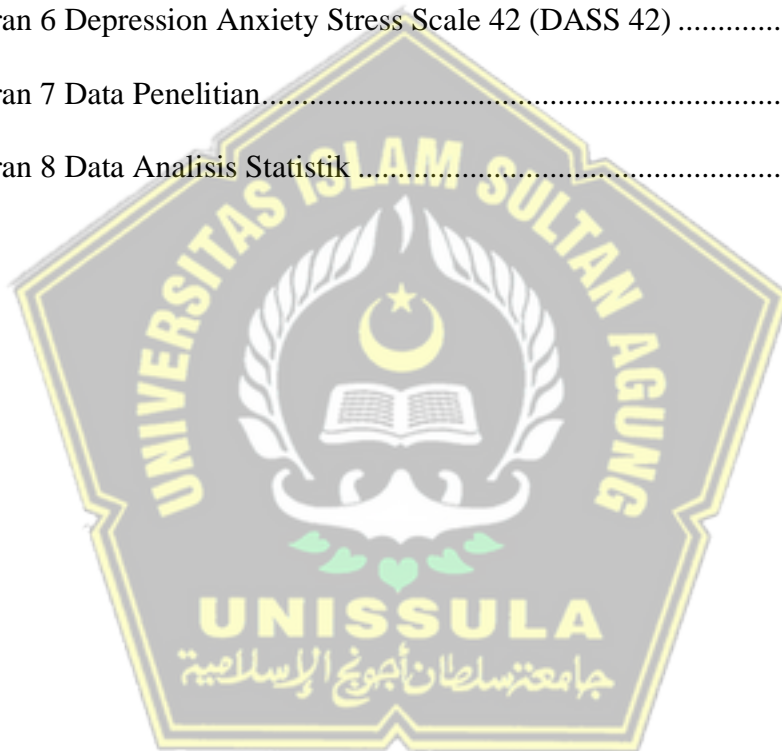
Tabel 2. 1 Hormon Utama Selama Respon Stres (Sadock dan Sadock, 2010)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Tingkatan Depresi, Kecemasan, Stres Menurut DASS 42.....	27
Tabel 4. 1 Karakteristik Sampel Penelitian.....	31
Tabel 4. 2 Gambaran Stres Akademik dan Gangguan Psikofisiologis	32
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Stres Akademik Berdasarkan Angkatan	33
Tabel 4. 6 Hubungan Stres akademik dengan Gangguan Psikofisiologis.....	34





DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan.....	47
Lampiran 2 Ethical Clearance.....	48
Lampiran 3 Lembar Persetujuan.....	49
Lampiran 4 Data Responden.....	50
Lampiran 5 Somatic Symptom Scale-8 (SSS-8).....	51
Lampiran 6 Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42).....	53
Lampiran 7 Data Penelitian.....	56
Lampiran 8 Data Analisis Statistik.....	59



INTISARI

Stres merupakan keadaan yang tidak terpisahkan dari mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran. Stresor yang paling relevan adalah banyaknya materi yang harus dikuasai dalam waktu yang singkat dan banyaknya ujian yang harus diikuti hal ini dapat membuat stres akademik bagi mahasiswa. Jika stres akademik tidak ditangani dengan benar dapat menimbulkan gangguan psikofisiologis seperti pusing, cepat lelah dan sakit kepala. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2019, 2020 dan 2021.

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode stratified random sampling. Sampel penelitian ini berjumlah 138 mahasiswa yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penilaian Stres Akademik menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale – 42 (DASS-42) dan penilaian gangguan psikofisiologis menggunakan kuesioner Somatic Symptom Scale-8 (SSS-8). Uji statistik yang digunakan adalah uji Spearman dengan program SPSS

Pada penelitian ini diperoleh mahasiswa dengan stres akademik sangat parah sebesar (64,5 %), stress akademik berat sebesar (29%), stress akademik sedang (5,1%), stress akademik ringan (1,4%). Gangguan psikofisiologis pada sampel di dapatkan gangguan psikofisiologis berat sebesar (15,9%), gangguan psikofisiologis sedang sebesar (79,7%) dan gangguan psikofisiologis ringan (4,3%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan kekuatan hubungannya cukup antara stres dengan nilai $p=0,035$ dan $r=0,179$

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2019, 2020 dan 2021

Kata kunci : *stres akademik, gangguan psikofisiologis*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan suatu keadaan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang, tanpa terkecuali mahasiswa (Alhogbi, 2017). Stresor pada mahasiswa terbesar bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama pada mahasiswa kedokteran apabila dibandingkan dengan program studi non-medis (Inama, 2021). Savira dan Suharsono (2013) menyatakan bahwa prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres berkisar 38-71%, sementara di Asia 39,6 – 61,3% (Rahmayani, Liza dan Syah, 2019). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Amalia dan Nashori (2021) didapatkan 45,8 –71,6% mahasiswa kedokteran di Indonesia mengalami stres. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Iksan Husnul (2020) menjelaskan bahwa tingginya tingkat stres pada mahasiswa kedokteran terutama pada tahun pertama dibandingkan dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun kedua dan juga tingkat akhir. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa kedokteran tahun pertama memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan tahun tahun sesudahnya.

Stresor yang paling relevan pada mahasiswa kedokteran karena banyaknya materi yang harus dikuasai dalam waktu yang singkat serta ujian yang sering diadakan, mendapatkan nilai yang tidak memuaskan dan menggunakan sistem pembelajaran PBL (*Problem Based Learning*) (Santy, 2017). Masalah tersebut jika terjadi terus-menerus dapat menyebabkan

mahasiswa merasa tertekan dan dapat mengganggu kinerja dari mahasiswa (Inama, 2021). Amini Aisah (2020) mengatakan bahwa stres yang berlangsung lama dan tidak ditangani dapat mengantarkan pada tindakan bunuh diri. Sedangkan akumulasi dari stres akademik merupakan akibat dari ketidakmampuan mahasiswa dalam mengendalikan stres yang nantinya dapat menyebabkan gangguan fisik ataupun psikologis (Sutjiato dan Tucunan, 2015). Selain itu menurut Ambarwati (2019) menjelaskan bahwa dampak dari adanya stres akademik adalah dapat mengganggu proses pembelajaran mahasiswa dan juga menyebabkan gangguan fisik dan psikologis. Sari (2020) menjelaskan adanya peningkatan kejadian dari stres akademik akan meningkatkan kemampuan akademik yang mempengaruhi IPK dan khususnya pada mahasiswi dapat mengganggu dari siklus menstruasi.

Penelitian yang di lakukan oleh Iraks (2020), menunjukkan bahwa hubungan antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir. Deantri dan Sawitri (2020) melakukan penelitian, menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik yang terjadi pada siswa akan meningkatkan gejala psikosomatis seperti cepat lelah, sakit kepala, sakit perut, hilang nafsu makan, nyeri punggung dan mual. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh David (2017), menunjukkan terdapat kolerasi positif, kuat dan bermakna antara tingkat stres akademik dengan gejala somatik pada mahasiswa yang berarti meningkatnya stres akademik akan meningkatkan juga gejala somatik. Saputra dan Suarya (2019), menjelaskan bahwa stres akademik memberikan

peran yang signifikan terhadap kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran yang berarti meningkatnya stres akademik akan diikuti dengan meningkatnya kecenderungan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran. Gangguan psikofisiologis biasanya dapat terjadi karena tekanan social sehingga mempengaruhi dari rangsangan psikologis. Gangguan psikofisiologis yang sering terjadi pada mahasiswa kedokteran seperti pusing, mual, perut mulas, peningkatan produksi asam lambung dan keringat. Pamungkas (2021) menerangkan bahwa adanya hubungan antara stres akademik dengan tingkat gangguan somatik pada mahasiswa selama pandemik.

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa tingginya tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran, belum adanya penelitian terkait di Universitas Islam Sultan Agung dan stress akademik dapat memicu terjadinya gangguan psikofisiologis pada mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tingkat stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Untuk mengetahui stres akademik yang dialami mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Untuk mengetahui tingkat gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan praktek di bidang kesehatan dalam menganalisis hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Penelitian ini nantinya dapat menjadi landasan untuk penelitian selanjutnya

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi Program Studi Pendidikan Kedokteran (PSPK) terkait mahasiswa kedokteran yang sedang mengalami stres akademik dapat segera diberikan bimbingan konseling agar tidak menjadi gangguan psikofisiologis yang nantinya dapat mengganggu dari kegiatan akademik mahasiswa.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Stres Akademik

2.1.1 Definisi Stres Akademik

Barseli (2017) menyebutkan bahwa stres akademik adalah persepsi dari seseorang terhadap stresor akademik yang sedang dialami. Berbagai reaksi yang terjadi terhadap stresor akademik, seperti reaksi fisik, perilaku, emosional dan kognitif. Hamzah (2020) mengatakan stres akademik dapat disebabkan oleh hasil interaksi belajar antara dosen dan mahasiswa yang dapat menimbulkan kecemasan terhadap hasil belajar terhadap pemahaman materi yang diajarkan, berbagai ujian yang akan dihadapi dan kemampuan dalam mengatur waktu, hal tersebut tentunya dapat mempengaruhi dari prestasi akademik.

Barseli (2020) mengatakan bahwa stres akademik dapat terjadi karena seseorang memiliki keinginan untuk memberikan hasil yang terbaik pada ujiannya, namun terdapat batasan waktu dalam memahami materi yang ada. Ambarwati (2019) mengatakan bahwa stres akademik merupakan respon mahasiswa terhadap tuntutan perkuliahan sehingga dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman, tegang serta perubahan perilaku pada mahasiswa.

2.1.2 Prevalensi Stres Akademik

Berbagai penelitian yang dilakukan oleh beberapa universitas yang ada di dunia terhadap mahasiswa kedokteran seperti yang dilakukan di Malaysia menunjukkan prevalensi stres sebesar 46,3%, di Brazil menunjukkan prevalensi stres sebesar 40,95% (Linajari, 2018). Sementara itu, Ramli (2012) mengatakan terdapat tiga penelitian yang dilakukan di Asia menunjukkan hasil sebagai berikut: (1) Di Thailand, Ramathibodi Hospital University, prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran adalah 61,4% (2) Di Pakistan, Ziauddin Medical University, prevalensi stres mahasiswa fakultas kedokteran tahun pertama, kedua, ketiga, dan keempat berturut-turut adalah 73%, 66%, 49%, dan 47%. (3) Di Indonesia, sebanyak 36,7 - 71,6% mahasiswa mengalami stres. Penelitian yang dilakukan oleh Inama (2021) ditemukan bahwa 45,8 – 71,6% mahasiswa kedokteran di Indonesia mengalami stres.

2.1.3 Etiologi

Stres yang dialami mahasiswa dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu tuntutan universitas, masalah keuangan, tuntutan sosial, tuntutan dari diri sendiri, tuntutan keluarga dan manajemen waktu (Hadianto, 2014). Selain itu juga dapat disebabkan oleh faktor personal seperti jauhnya jarak dengan orang tua dan kerabat, adanya masalah dalam pengelolaan uang, masalah interaksi dengan teman (Dixit *et al.*, 2018). Terdapat juga faktor akademik yang

mempengaruhi dari stres akademik, misalnya mengenai perubahan gaya belajar dari Sekolah Menengah Atas (SMA) ke perguruan tinggi, tugas kuliah, target pencapaian nilai dan masalah akademik lainnya (Alhogbi, 2017).

2.1.4 Tingkat Stres Berdasarkan Masa Studi

Penelitian yang dilakukan di Iran menjelaskan banyaknya mahasiswa kedokteran tahun pertama yang mengalami stres sebesar 33%, sedangkan tahun kedua dan ketiga sebesar 26% dan 16% (Ii dan Pustaka, 2002). Prevalensi stres akademik di Arab Saudi, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alhogbi (2017), menyatakan bahwa prevalensi stres akademik tertinggi dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran tahun pertama sebesar 74,2% dan pada tahun berikutnya prevalensinya stres akademiknya menurun menjadi 69,8% dan 48,6%. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa kedokteran yang mengalami stres akademik tertinggi yaitu pada tahun pertama dan akan berkurang seiring dengan meningkatnya lamanya perkuliahan (Siregar and Putri, 2020).

2.1.5 Ujian Mahasiswa Kedokteran

a. MCQ dengan CBT

MCQ dengan CBT singkatan dari *Multiple Choice Questions with Computer-based testing* adalah metode ujian dengan jawaban pilihan ganda yang terdapat satu jawaban terbaik diantara pilihan jawaban lainnya serta dilaksanakan dengan berbasis komputer (Savira

et al., 2021). Ujian MCQ pada Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung dilakukan dua kali dalam satu modul yang sedang berlangsung.

b. OSCE

OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*) merupakan ujian dilaksanakan untuk menguji kemampuan klinis mahasiswa fakultas kedokteran yang telah dilakukan sejak tahun 1979 (Wijaya, 2019). Biasanya OSCE dilakukan sekali dalam satu semester dan mahasiswa dituntut dapat memahami keterampilan klinis yang sudah diajarkan selama satu semester tersebut.

c. Praktikum

Praktikum merupakan kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menguji dan menerapkan teori serta melakukan pembuktian dari materi di beberapa mata kuliah yang ada (Riezky dan Akmalia, 2019).

2.1.6 Aspek-Aspek Stres Akademik

Menurut Kartika (2015) ada lima aspek dari stres akademik, seperti :

a) Tekanan Belajar

Tekanan belajar berhubungan dengan tekanan yang dialami oleh seseorang ketika sedang belajar di kampus atau di rumah. Tekanan belajar sendiri dapat berasal dari orang tua, teman perkuliahan dan ujian.

b) **Beban Tugas**

Beban tugas adalah tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa. Beban tugas bisa seperti tugas laporan praktikum, membuat presentasi beberapa mata kuliah dan ujian yang harus diikuti oleh mahasiswa.

c) **Kekhawatiran terhadap Nilai**

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan. Aspek ini juga berhubungan dengan proses kognitif seseorang, ketika seseorang sedang mengalami stres akademik maka akan sulit untuk berkonsentrasi, menjadi mudah lupa dengan materi yang dapat berdampak pada penurunan kualitas belajar mahasiswa.

d) **Ekspektasi Diri**

Ekspektasi diri berhubungan dengan ekspektasi atau harapan seseorang untuk dirinya. Seseorang yang sedang mengalami stres akademik akan memiliki harapan yang rendah terhadap dirinya seperti merasa selalu gagal untuk mendapatkan nilai yang baik dan juga merasa mengecewakan orang tua apabila mendapatkan nilai yang rendah.

e) Keputusasaan

Keputusasaan adalah respon emosional ketika seseorang merasa tidak bisa mencapai target yang diinginkan. Seseorang yang mengalami stres akademik akan mengeluh dan merasa tidak mampu untuk mengerjakan tugas yang ada.

Menurut Hamzah (2020) terdapat empat aspek stres akademik, yaitu:

- a) Aspek fisik yaitu hal yang bersifat fisik yang dapat dilihat seperti tingkah laku. Biasanya aspek fisik yang berkaitan dengan stres akademik yaitu sakit kepala yang pening, sulit tidur, sakit pingang, otot-otot tegang terutama pada bagian leher dan bahu, berkeringat dan naiknya tekanan darah.
- b) Aspek emosional merupakan perasaan seseorang atau respon dari sesuatu hal yang sedang dialami. Aspek emosional yang berhubungan dengan stres akademik seperti sering merasa cemas mengenai masa depan, mudah merasa sedih karena takut gagal ujian, depresi dan mood yang cepat berubah.
- c) Aspek intelektual berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mendapatkan ilmu pengetahuan yang baru dan berkaitan dengan proses berfikir atau kognitif seseorang. Aspek intelektual yang terjadi pada saat stres akademik seperti akan merasa sulitnya untuk berkonsentrasi saat

belajar, kesulitan membuat keputusan, kualitas kerja akan menurun, dan daya ingat akan menurun.

- d) Aspek interpersonal yaitu kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain. Aspek interpersonal pada orang yang sedang mengalami stres akademik seperti akan merasa kehilangan kepercayaan dengan orang lain yang berdampak sulitnya dalam melakukan sosialisasi dengan orang sekitar.

2.2.7 Faktor yang Mempengaruhi

Menurut Rinawati dan Sucipto (2019) mengatakan bahwa terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi dari stres akademik, yaitu:

- a) Hubungan dengan Orang Lain

Hubungan dengan orang lain bisa mempengaruhi stres akademik seperti adanya konflik antar teman di kampus, adanya masalah keluarga dapat menyebabkan frustrasi.

- b) Faktor Personal

Faktor personal adalah hal-hal yang bersifat personal, seperti pola tidur, pola makan, masalah keuangan dan gangguan kesehatan.

c) Faktor Akademis

Faktor akademis dari stres akademik adalah beban tugas kuliah yang banyak, nilai ujian yang rendah, waktu belajar yang sedikit, kesulitan dalam memahami bahasa ketika sedang membaca jurnal dan banyaknya ujian yang harus diikuti.

d) Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan dari stres akademik berupa kurangnya liburan atau waktu untuk istirahat, kondisi tempat tinggal kurang mendukung, perceraian pada orang tua serta pindah ke tempat yang baru.

Selanjutnya Hamzah (2020) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi stres akademik antara lain:

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor dari stres akademik yang berasal dari diri sendiri atau kepribadian seseorang. Contoh faktor internal yang mempengaruhi stres akademik adalah

- 1) *Self imposed* yaitu merasa membebani dirinya sendiri misalnya harus mendapatkan nilai tertinggi dan harus mengalahkan teman temannya, hal ini dapat membuat

tekanan yang dibentuk oleh dirinya sendiri sehingga bisa membentuk ambisi dari seseorang.

- 2) Merasa frustrasi dan depresi jika tujuan atau harapan tidak tercapai, biasanya frustrasi ini bersumber dari dalam seseorang.
- 3) Pola fikir, ada dua bentuk pola pikir yang terbentuk yaitu pola pikir yang positif dan pola pikir yang negatif. Mahasiswa yang mempunyai pola pikir positif mampu memandang masalah dari sisi positif sehingga dapat membuat suasana emosi dan pikiran lebih positif dan lupa pada stressor tersebut.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang dapat memicu timbulnya stres akademik berasal dari faktor lingkungan rumah, belajar dan masyarakat sekitar. Contoh dari faktor eksternal stres akademik seperti tuntutan belajar di perkuliahan seperti tuntutan untuk berpikir kritis dan detail, hidup mandiri karena jauh dengan rumah dan juga harus berperan dalam kehidupan sosial bermasyarakat.

2.2. Gangguan Psikofisiologis

2.2.1 Definisi Gangguan Psikofisiologis

Gangguan psikofisiologis adalah gangguan fisik yang dialami oleh seseorang disebabkan oleh faktor psikologis atau faktor

emosional (Kawuryan, 2015). Pada awal 1900-an gangguan yang berhubungan dengan gangguan fisik dengan gangguan psikologis disebut dengan gangguan psikosomatis namun, saat ini dikenal sebagai gangguan psikofisiologis (Yenawati Sri, 2010). Dalam Diagnostic dan Statistical Manual of Mental Disorder edisi ke empat (DSM – IV), istilah psikofisiologis telah digantikan dengan kategori diagnostic faktor psikologis yang mempengaruhi kondisi medis. Criteria DSM – IV untuk faktor psikologis yang mempengaruhi kondisi medis (yaitu gangguan psikofisiologis), menyatakan bahwa faktor psikologis secara merugikan mempengaruhi kondisi medis seseorang dalam salah satu dari bermacam-macam cara. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi perjalanan kondisi medis umum, dimana ditunjukkan oleh hubungan yang erat antara faktor psikologis dengan perkembangan dari pemulihan yang lambat dari kondisi umum (Yenawati Sri, 2010).

Gangguan psikofisiologis merupakan interaksi dari komponen somatis dan psikologis dengan tingkat yang berbeda beda. Gangguan psikofisiologis dapat disebabkan oleh adanya tekanan sosial yang tinggi sehingga mempengaruhi dari rangsangan psikologis (Sadock dan Sadock, 2010). Gangguan tersebut biasanya melibatkan berbagai sistem organ yang dipersarafi oleh bagian otonom dari sistem saraf pusat dan dapat terjadi perubahan secara struktural jika terjadi terus menerus dapat mengancam jiwa (Kowalski dan Schermer, 2019).

Mund (2016) menjelaskan bahwa, gangguan psikofisiologi adalah gangguan fisik yang bisa disebabkan oleh tekanan emosional dan psikologis. Yenawati Sri (2010) menjelaskan bahwa keluhan psikofisiologis seperti jantung berdebar-debar, sakit maag, sakit kepala (pusing, migrain), sesak napas dan lesu.

Deantri (2020) menyebutkan bahwa ciri utama dari gangguan psikosomatik adalah adanya keluhan gejala fisik yang berulang, yang disertai dengan pemeriksaan medis, meskipun sudah berkali-kali terbukti hasilnya negatif dan juga telah dijelaskan oleh dokter bahwa tidak ditemukan kelainan fisik yang menjadi dasar keluhannya.

2.2.2 Macam Macam Gangguan Psikofisiologis

Menurut Sri (2010) macam macam gangguan psikofisiologis yaitu :

- a. Sakit kepala atau pusing
- b. Perut mulas,
- c. Mual,
- d. Peningkatan produksi keringat
- e. Peningkatan produksi asam lambung jika jangka panjang dapat menyebabkan ulcer atau lubang pada dinding lambung.
- f. Peningkatan detak jantung dan tekanan darah
- g. Nyeri dada
- h. Sulit tidur

- i. Mudah merasa lelah
- j. Sakit punggung, lengan, kaki, tangan maupun persendian

2.2.3 Faktor Penyebab

Menurut Freed (2014), gangguan psikofisiologis bisa terjadi pada seseorang yang mempunyai organ tubuh yang lemah atau sensitif secara biologis. Kelemahan tersebut dapat terjadi karena dipengaruhi faktor genetik, penyakit atau adanya cedera sebelumnya.

Menurut Jourdon (2020) menjelaskan bahwa tubuh bereaksi terhadap stresor dalam tiga tahap:

- A. Reaksi alami merupakan respon tubuh untuk mengatur sumber daya tubuh untuk melakukan pertahanan diri. Pada tahap ini tubuh memberikan reaksi, seperti sistem saraf otonom akan dirangsang sehingga meningkatkan aktivitas jantung, meningkatkan tekanan darah.
- B. Resistensi merupakan batas untuk adaptasi dari seseorang. Jika stresor berlanjut dan tubuh terus menerus berusaha untuk mempertahankan diri, maka sumber daya tubuh akan habis serta resistensi tidak bisa dilanjutkan atau mengalami kelelahan.
- C. Kelelahan merupakan keadaan dimana sumber daya tubuh habis sehingga pertahanan untuk menghadapi stresor menjadi tidak ada.

Svitych (2021) berpendapat bahwa faktor utama yang menyebabkan gangguan psikofisiologi adalah stres dan emosi. Seseorang yang mempunyai emosi yang stabil tidak akan terganggu oleh rangsangan dari luar ataupun dari dalam dirinya. Dengan demikian, seseorang yang memiliki emosi yang tidak stabil akan mudah mengalami gangguan. Jika keadaan emosi ini berlanjut dapat menyebabkan kerusakan diberbagai organ mengontrol emosinya.

Umary (2018) menjelaskan ada beberapa faktor yang mempengaruhi pasien gangguan psikofisiologis seperti:

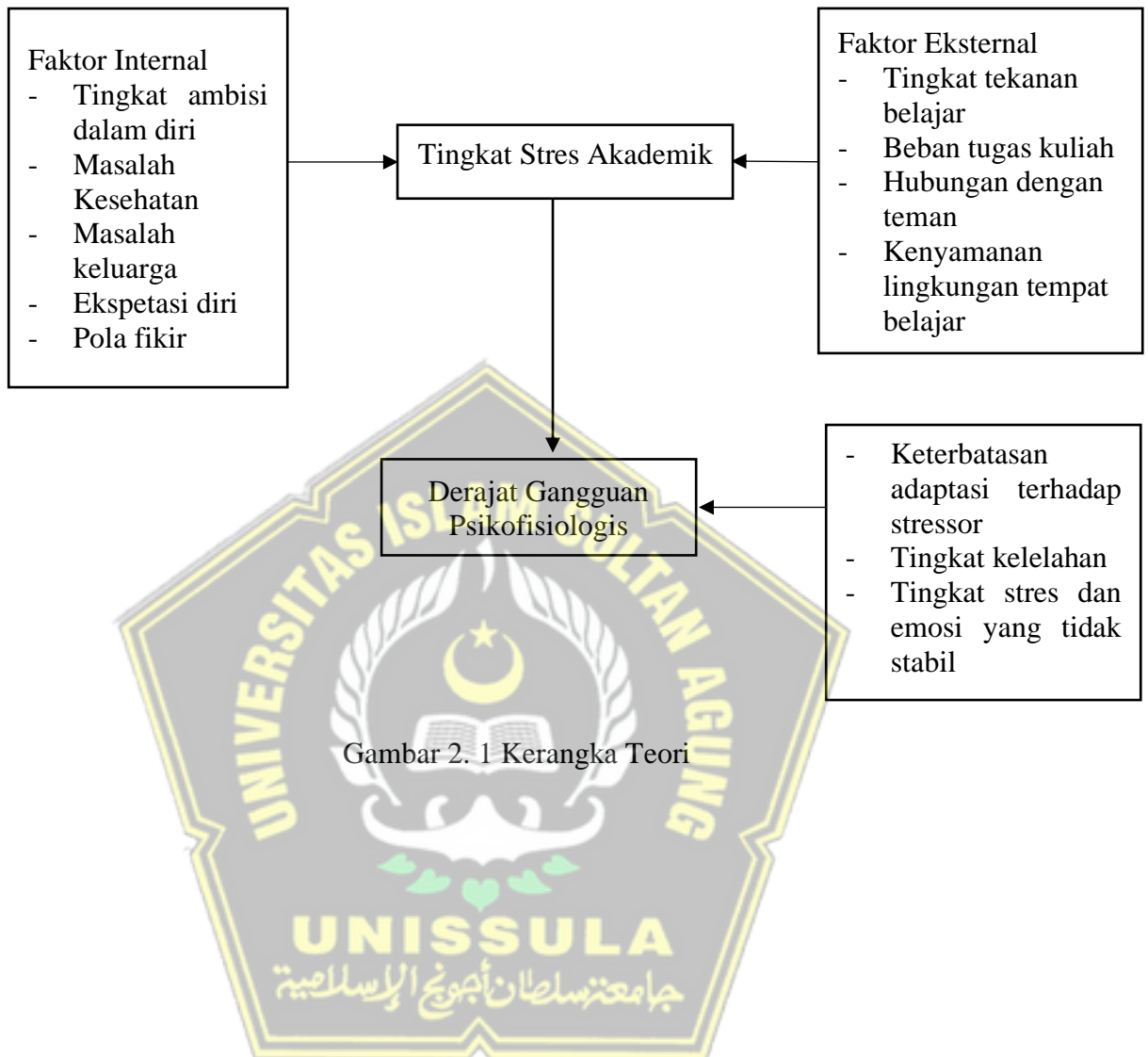
- a) Faktor sosial dan ekonomi, kesukaran ekonomi, pekerjaan yang tidak tentu, hubungan dengan dengan keluarga dan orang lain, minatnya dan kurang istirahat.
- b) Faktor perkawinan, perselisihan, perceraian dan kekecewaan dalam hubungan seksual.
- c) Faktor kesehatan, penyakit-penyakit yang menahun, pernah masuk rumah sakit, pernah dioperasi, adiksi terhadap obat-obatan, tembakau.
- d) Faktor psikologik, stres psikologik, keadaan jiwa saat ujian, mempunyai penyakit berat dan status didalam keluarga.

2.3. Hubungan Stres Akademik Dengan Gangguan Psikofisologis

Stres tidak bisa dipisahkan dari aspek kehidupan seseorang, stres dapat terjadi oleh siapapun dan bisa menimbulkan efek negatif apabila terjadi dalam waktu yang lama tanpa adanya penyelesaian yang tepat

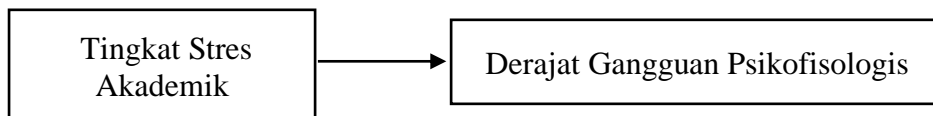
(Husnul Ikhsan, Widya Murni dan Rustam, 2020). Begitupun mahasiswa dalam melakukan kegiatan juga tidak bisa terlepas dari stres. Stresor yang biasa terjadi pada mahasiswa dapat bersumber dari aktivitas akademiknya seperti tuntutan internal maupun eksternal misalnya tugas kuliah, beban pelajaran dan juga penyesuaian dengan kegiatan yang ada di kampus (Inama, 2021). Karena banyaknya tuntutan tersebut dapat menyebabkan stres akademik pada mahasiswa (Barseli dan Ifdil, 2017). Salah satu faktor psikologis yang menjadi penyebab terjadinya gangguan psikofisiologis adalah stres akademik (Siregar dan Putri, 2020). Stres akademik dapat menyebabkan perubahan-perubahan pada seseorang misalnya adanya perubahan pada tubuh yang mempunyai efek jangka panjang dan jangka pendek untuk kesehatan (Widyastuti, 2020). Ketika seseorang dalam keadaan stres, respon fisiologis dari stresor bisa menyebabkan berbagai rangsangan seperti meningkatkan denyut jantung, produksi asam lambung yang meningkat (Sadock dan Sadock, 2010). Apabila peningkatan dari rangsangan tersebut berlangsung dalam waktu yang lama maka dapat menyebabkan gangguan fisik seperti hipertensi, serangan jantung dan sakit kepala (Hadianto, 2014).

2.4. Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

2.5. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

2.6. Hipotesis

Ada hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Observasional Analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Dimana pada penelitian ini mencari hubungan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung.

3.2 Variabel dan Definisi Operasional

3.2.1 Variabel Penelitian

3.2.1.1 Variabel Bebas

Stres akademik

3.2.1.2 Variabel Tergantung

Gangguan psikofisiologis

3.2.2 Definisi Operasional

3.2.2.1 Stres Akademik

Stres akademik adalah stres yang disebabkan karena tuntutan akademik melebihi dari kemampuan yang dimiliki pada mahasiswa kedokteran. Stres akademik diukur menggunakan Kuesioner DAAS 42 (*Depression Anxiety and Stres Scale 42*). Stres akademik yang ada pada DASS 42 seperti normal, rendah, sedang, berat, dan sangat berat. Skala

data yang digunakan yaitu ordinal. Pembagian tingkatan stres menurut kuesioner tersebut terdiri dari 5 tingkatan yaitu

- skor 0-69 berarti normal,
- skor 69-78 berarti ringan,
- skor 78-86 berarti stres sedang,
- skor 86-89 berarti berat dan
- >90 berarti sangat parah

3.2.2.2 Gangguan Psikofisiologis

Gangguan psikofisiologis adalah gangguan fisik seperti masalah perut, sakit di daerah punggung, lengan, kaki, atau persendian, sakit kepala, nyeri dada, merasa cepat lelah dan kesulitan tidur yang disebabkan oleh berbagai faktor psikologis terutama stres pada mahasiswa kedokteran.

Gangguan psikofisiologis diukur menggunakan kuesioner *Somatik Symptom Scale-8* (SSS-8). Skala data yang digunakan yaitu ordinal. Gangguan psikofisiologis yang ada pada SSS-8 seperti normal, rendah, sedang, berat, dan sangat berat. Skor total dari pernyataan, mempunyai arti seperti berikut:

- 0-3 menandakan dalam keadaan yang normal,
- 4-7 dalam keadaan gangguan psikofisiologis ringan,
- 8-11 dalam keadaan gangguan psikofisiologis sedang,

- 12-34 dalam keadaan gangguan psikofisiologis yang berat
- >34 dalam keadaan gangguan psikofisiologis yang sangat parah.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi Penelitian

3.3.1.1 Populasi Target

Populasi target pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

3.3.1.2 Populasi Terjangkau

Populasi Terjangkau yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2019, 2020 dan 2021.

3.3.2 Sampel Penelitian

Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2019, 2020 dan 2021 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, adapun kriterinya adalah :

3.3.2.1 Kriteria Inklusi

1. Mahasiswa yang tidak mempunyai riwayat psikiater
2. Mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner dengan lengkap

3.3.2.2 Kriteria Ekslusi

1. Mahasiswa yang sedang cuti atau tidak aktif

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling* yaitu metode *stratified random sampling*. Metode ini menggunakan semua subjek yang nantinya akan diambil secara acak. Sampel ini diambil berdasarkan kriteria inklusi dan mengeluarkan sampel yang termasuk dalam kriteria ekslusi. Seluruh sampel yang memenuhi kriteria selanjutnya akan diacak dengan menentukan jumlah sampel yang akan diambil serta dapat mewakili seluruh populasi. Penentuan ukuran sampel dari populasi penelitian ini menggunakan rumus oleh (Retnawati, 2015) sebagai berikut:

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

Keterangan

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah populasi

Z = derajat Kepercayaan (pada tingkat 95% = 1,96)

P = proporsi suatu kasus tertentu terhadap populasi, bila tidak diketahui maka bisa di tetapkan 50% (0,50)

d = derajat kesalahan terhadap populasi yang diinginkan contoh 10% (0,10), 5% (0,05)

Berdasarkan rumus tersebut, dengan batas toleransi kesalahan sebesar 5%, maka ukuran sampel minimum dalam penelitian ini adalah 138 mahasiswa dengan perhitungan rumus sebagai berikut :

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

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,5) (1 - 0,5) 215}{(0,05)^2 (215 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{206}{1,4954}$$

$$n = 137,75 \approx 138$$

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Kuesioner Somatic Symptom Scale- 8 (SSS-8)

Gangguan psikofisiologi dapat di ukur menggunakan Kuesioner *Somatic Symptom Scale-8* (SSS-8) yang dikembangkan oleh (Saputra dan Suarya, 2019). Kuesioner Somatic symptom ini terdiri dari 8 item yang mengukur tingkat keparahan gangguan psikofisiologi yang umum yang berisi sakit punggung, sakit dada atau sesak napas, pusing, sakit kepala, kelelahan atau kekurangan energi, nyeri pada lengan, kaki atau tulang belakang, sakit perut dan kesulitan tidur. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitasnya diketahui bahwa kuesioner SSS-8 juga layak untuk digunakan dalam penelitian ini. Adapun indeks validitasnya berkisar antara 0,469 - 0,829 dan nilai reliabilitas dengan *alpha cronbach* = 0,867.

3.4.2 Kuesioner Depression Anxiety and Stress Scale 42 (DASS 42)

Kuesioner DASS 42 bisa digunakan untuk mengukur dari stres akademik yang mencakup perilaku, reaksi tubuh, pemikiran dan perasaan. Peneliti akan mengembangkan pertanyaan dari DASS 42 menjadi 42 pertanyaan yang akan diajukan mencakup 3 subvariabel yaitu tingkat depresi, kecemasan, dan stres (Widyana, Sumiharso dan Safitri, 2020). Kuesioner ini juga melalui proses adaptasi sebelum digunakan oleh peneliti. Berdasarkan nilai bivariante *Pearson correlation* dengan rentang 0,254 sampai 0,630. Hasil uji reliabilitas menunjukkan Koefisien Alpha (α) sebesar 0,867.

Pembagian tingkatan stres menurut kuesioner tersebut terdiri dari 5 tingkatan yaitu skor 0-69 berarti normal, skor 69-78 berarti ringan, 78-86 berarti stres sedang, skor 86-89 berarti berat dan >90 berarti sangat parah. Interpretasi jumlah skor DASS 42 menurut *Psychology Foundation of Australia* (2018) ialah sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Tingkatan Depresi, Kecemasan, Stres Menurut DASS 42

Tingkatan	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0-9	0-7	0-14
Ringan	10-13	8-9	15-18
Sedang	14-20	10-14	19-25
Berat	21-27	15-19	26-33
Sangat parah	>28	>20	>34

Distribusi pembagian pertanyaan kuesioner pada DASS 42 seperti berikut :

- a) Skala depresi : 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31,34, 37, 38, 42.
- b) Skala kecemasan : 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30,36,40, 41.
- c) Skala stres : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

3.5 Cara Penelitian

3.5.1 Perencanaan

1. Melakukan survey pendahuluan pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung
2. Peneliti meminta surat permohonan izin yang berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Agung untuk melakukan penelitian.
3. Pengajuan izin untuk melakukan penelitian kepada Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Agung
4. Setelah semua perizinan selesai, peneliti akan berkordinasi dengan komting Angkatan 2019, 2020 dan 2021 untuk melakukan penyebaran kuesioner.

3.5.2 Pelaksanaan

1. Peneliti mengutaran maksud, tujuan dan manfaat penelitian kepada calon responden yang telah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi serta melakukan informed consent padanya
2. Peneliti membagikan kuesioner kepada komting Angkatan yang sudah disiapkan untuk dibagikan melalui grup *whatsapp*

3. Responden mengisi dua kuesioner yang telah diberikan yaitu kuesioner SSS-8 untuk menilai gangguan psikofisiologis, kuesioner DASS 42 untuk menilai stres akademik
4. Setelah mengumpulkan semua data, kemudian peneliti melakukan olah data, analisis dan penyajian data penelitian
5. Peneliti menarik kesimpulan dan saran penelitian

3.5.3 Penyelesaian

1. Peneliti melakukan pengolahan data dan menginterpretasikan hasil penelitian
2. Menyusun laporan hasil penelitian
3. Melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing untuk konsultasi hasil serta perbaikan hasil penelitian
4. Pelaksanaan sidang penelitian, merevisi hasil penelitian dan mengesahkan hasil penelitian

3.6 Tempat dan Waktu

3.6.1 Tempat penelitian

Penelitian dilakukan di Prodi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

3.6.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada 30 Mei - 16 Juli 2022, pada semester genap tahun Ajaran 2021/2022.

3.7 Analisa Data Penelitian

3.7.1 Analisis Univariat

Pada penelitian ini menggunakan variabel stres akademik dan gangguan psikofisiologis akan dianalisis secara analisis univariat dengan menggunakan *descriptive variasi*. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi stres akademik dengan gangguan psikofisiologis yang akan disajikan dalam bentuk tabel.

3.7.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis data yang bertujuan untuk mengetahui kolerasi antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2019,2020 dan 2021. Penelitian ini menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* sebagai uji analisisnya. Uji korelasi *Rank Spearman*.digunakan untuk mengetahui kolerasi antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis (Sugiyono, 2017).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1. Karakteristik sampel

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan desain *cross sectional* tentang hubungan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis. Total pada fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung berjumlah 210 mahasiswa pada Angkatan 2019, 201 mahasiswa pada Angkatan 2020 dan 215 mahasiswa pada Angkatan 2021. Jumlah mahasiswa yang mengisi kuesioner sebanyak 160 mahasiswa. Sampel Penelitian ini berjumlah 138 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2019, 2020 dan 2021 yang sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Berikut ini karakteristik deskripsi mahasiswa sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Karakteristik Sampel Penelitian

Karakteristik (n = 138)	n (%)
Jenis kelamin	
- Laki-laki	45 (32,6)
- Perempuan	93 (67,4)
Angkatan	
- 2019	46 (33,3)
- 2020	46 (33,3)
- 2021	46 (33,3)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menjadi responden adalah mahasiswa perempuan berjumlah 93 (67,4%)

sedangkan responden laki laki berjumlah 45 (32,6%). Jumlah responden berdasarkan Angkatan memiliki jumlah yang sama yaitu 46 mahasiswa (33,3%).

4.1.2. Analisis Univariat Stres Akademik dan Gangguan Psikofisiologis

Hasil analisis stres akademik dan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang disajikan pada Tabel 4.2 berikut:

Tabel 4. 2 Gambaran Stres Akademik dan Gangguan Psikofisiologis

Variabel	n (%)
Stres Akademik	
- Normal	0 (0,0)
- Stres akademik ringan	2 (1,4)
- Stres akademik sedang	7 (5,1)
- Stres akademik berat	40 (29)
- Stres akademik sangat parah	89 (64,5)
Gangguan Psikofisiologis	
- Normal	0 (0,0)
- Gangguan psikofisiologis ringan	6 (4,3)
- Gangguan psikofisiologis sedang	110 (79,7)
- Gangguan psikofisiologis berat	22 (15,9)
- Gangguan psikofisiologis sangat parah	0

Tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa (64,5%) dalam kondisi stres akademik sangat parah. Akan tetapi terdapat juga mahasiswa (29%) menunjukkan stres akademik berat, (5,1%) mahasiswa mengalami stres akademik sedang dan (1,4%) mahasiswa dengan stres akademik ringan serta tidak ada mahasiswa yang tidak mengalami stres akademik atau dalam keadaan yang normal. Gangguan psikofisiologis sebagian besar (79,9%) ditemukan pada tingkat yang sedang dan tidak

terdapat mahasiswa dengan gangguan psikofisiologis yang sangat parah serta dalam keadaan normal atau tidak ada gangguan psikofisiologis.

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin

	Normal		Stres Akademik Ringan		Stres Akademik Sedang		Stres Akademik Berat		Stres Akademik Sangat Parah		Total		p
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Perempuan	0	0	1	0,7%	5	3,6%	18	13,0%	69	50%	93	100	0,001
Laki-laki	0	0	1	0,7%	2	1,4%	22	15,9%	20	14,5%	45	100	

Bedasarkan Tabel 4.3 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan terhadap variabel jenis kelamin dengan stres akademik dilihat dari nilai p 0,001 ($p < 0,05$). Walaupun demikian frekuensi stres akademik lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Stres Akademik Berdasarkan Angkatan

	Normal		Stres Akademik Ringan		Stres Akademik Sedang		Stres Akademik Berat		Stres Akademik Sangat Parah		Total		p
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
2019	0	0	2	4,3%	4	8,7%	23	50%	17	37%	46	100	0,00
2020	0	0	0	0	3	6,5%	16	34,8%	27	58,7%	46	100	
2021	0	0	0	0	0	0	1	2,2%	45	97,8%	46	100	

Bedasarkan tabel 4.4 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan terhadap stres akademik dengan tahun angkatan dilihat dari nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Mahasiswa terbanyak mengalami stres akademik sangat parah adalah mahasiswa Angkatan 2021 sebanyak 45

mahasiswa (97,8%) dan 1 mahasiswa (2,2%) mengalami stres akademik berat.

4.1.3. Analisis Bivariat Hubungan Stres Akademik dengan Gangguan

Psikofisiologis

Hasil analisis bivariat terhadap hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2019, 2020 dan 2021 sebagai berikut :

Tabel 4. 5 Hubungan Stres akademik dengan Gangguan Psikofisiologis

Stres Akademik	Gangguan Psikofisiologis					Total	p	r
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Parah			
Normal	0	0	0	0	0	0	0,035	0,179
Ringan	0	0	2	0	0	2		
Sedang	0	1	6	0	0	7		
Berat	0	1	36	3	0	40		
Sangat Parah	0	4	66	19	0	89		
Total	0	6	110	22	0	138		

Dari Tabel 4.6 didapatkan data bahwa mahasiswa yang memiliki stres akademik ringan dan gangguan psikofisiologis sedang berjumlah 2 mahasiswa. Mahasiswa dengan stres akademik sedang dan gangguan psikofisiologis ringan berjumlah 1 mahasiswa sedangkan mahasiswa dengan stres akademik yang sedang dan gangguan psikofisiologis sedang berjumlah 6 mahasiswa. Adapun mahasiswa dengan stres akademik berat dan gangguan psikofisiologis ringan berjumlah 1 mahasiswa, mahasiswa dengan stres akademik berat dan gangguan

psikofisiologis sedang berjumlah 36 mahasiswa sedangkan mahasiswa dengan stres akademik berat dan gangguan psikofisiologis berat terdapat 3 mahasiswa. Terdapat 4 mahasiswa dengan stres akademik sangat parah dan gangguan psikofisiologis ringan, mahasiswa dengan stres akademik sangat parah dan gangguan psikofisiologis sedang berjumlah 66 mahasiswa dan mahasiswa dengan stres akademik sangat parah dan gangguan psikofisiologis berat berjumlah 19 mahasiswa.

Bedasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa hasil korelasi antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis mendapatkan nilai p value = 0,035 ($p < 0,05$) menandakan adanya hubungan yang signifikan diantara kedua variable tersebut dan nilai p value = 0,035 mengarah positif mempunyai arti bahwa semakin tinggi stres akademik maka akan semakin tinggi juga gangguan psikofisiologis pada mahasiswa. Hasil nilai koefisien korelasi *Spearman Test* (r) menunjukkan 0,179 yang berarti korelasi antara variable stres akademik dengan gangguan psikofisiologis memiliki kekuatan cukup.

4.2 Pembahasan

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan jumlah responden sebanyak 138 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menjadi responden adalah mahasiswa perempuan. Pada hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik sangat parah sebesar 89%. Serta mahasiswa dengan jenis

kelamin perempuan memiliki kecenderungan mengalami stres akademik lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh David (2017) pada 102 mahasiswa di Universitas Katolik Widya Mandala menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran yang mengalami stres akibat akademik sebesar 83,5%. Hasil penelitian ini tidak jauh dari penelitian yang dilakukan oleh Sutjiato et al (2015) menyatakan bahwa responden yang paling banyak mengalami stres akademik adalah mahasiswa perempuan dengan presentase 51,7% dan juga penelitian yang dilakukan oleh Suwartika et al (2014) yaitu responden terbanyak yang mengalami stres akademik adalah perempuan dengan presentase 58%.

Stres akademik sangat parah terbanyak terdapat pada Mahasiswa tahun Angkatan 2021. Stres akademik dengan tahun Angkatan memiliki hubungan yang bermakna dibuktikan dengan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Desmayani dan Pradnyaswari (2020) pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana sebanyak 158 mahasiswa baru menunjukkan bahwa terdapat peran signifikan dari stres akademik terhadap tahun pertama mahasiswa kedokteran. Hal ini bisa disebabkan karena pada mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun pertama merupakan masa transisi dari murid Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju mahasiswa maka terdapat berbagai kendala yang dihadapi seperti takut mendapatkan nilai yang tidak memuaskan, pembelajaran menggunakan sistem pembelajaran PBL

(*Problem Based Learning*) dan banyaknya materi yang harus dikuasai dalam waktu yang singkat serta ujian yang sering diadakan (Santy, 2017).

Pada hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2019,2020 dan 2021 yang memiliki nilai p sebesar 0,035 ($p < 0,05$) dan nilai r memperoleh nilai sebesar 0,179 (0,10-0,29). Hal ini selaras dengan hasil Viton Surya Irlaks (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dengan uji statistik didapatkan $p = 0,00$ dimana nilai $p < 0,05$. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Saputra dan Suarya (2019) bahwa dari hasil uji statistik dengan hasil nilai signifikansi $p = 0,028$ ($p < 0,05$) yang berarti stres akademik berperan secara signifikan terhadap gangguan psikofisiologis. Yenawati Sri (2010) adanya peran yang signifikan dari stres akademik terhadap gangguan psikofisiologis pada mahasiswa kedokteran tahun pertama dapat disebabkan oleh sistem pembelajaran yang mempengaruhi. Dimana mahasiswa kedokteran dituntut untuk mempelajari banyak sekali materi perkuliahan dalam waktu yang singkat sebelum akhirnya mengikuti ujian modul. Hal ini dapat mencetuskan gangguan psikofisiologis berupa pusing, kelelahan, sakit kepala, sulit tidur dan lain sebagainya.

Stres dapat menimbulkan gangguan psikofisiologis karena pengaruh dari mekanisme HPA-axis yang akan memberikan sinyal pada kelenjar adrenal untuk meningkatkan sekresi dari hormone kortisol dan adrenalin (Febyan *et al.*, 2020). Peningkatan sekresi dari aksis HPA akan melepaskan glukokortikoid dan kortisol sebagai hormone stres utama, selanjutnya hormon kortisol akan mengatur aktivitas reaksi melawan atau lari (*fight or flight*) (Sadock dan Sadock, 2010). Selain itu Axis HPA akan mengeluarkan hormon katekolamin yang berperan sebagai neurotransmitter, seperti dopamin (DA), adrenalin (A), dan noradrenalin (NA). Selain itu hormone epinefrin, glucagon, insulin, renin, angiotensis, aldosterone dan vasopressin akan dikeluarkan ketika seseorang dalam keadaan yang stres hal ini dapat memicu peningkatan kerja jantung, asam lambung dan vasokonstriksi arteriol yang nantinya dapat mencetuskan dari berbagai gangguan psikofisiologis seperti berdebar-debar, gangguan pencernaan, dada sakit, kesulitan tidur dan lain - lain.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini memiliki keterbatasan. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional yang belum cukup kuat untuk menilai sebab akibat antar kedua variable tersebut. Selain itu, penelitian ini hanya menggambarkan hubungan stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun Angkatan 2019, 2020 dan 2021 sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk menilai gangguan psikofisiologis yang

akibatkan oleh faktor lain dari stres akademik seperti dari masalah keluarga atau lingkungan dan riwayat berobat ke psikiater.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Adanya hubungan yang bermakna antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis dengan nilai $p = 0,035$ ($p < 0,05$) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2019, 2020 dan 2021
- 5.1.2 Hubungan Keeratan antara stres akademik dengan gangguan psikofisiologis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2019,2020 dan 2021 menunjukkan nilai $r = 0,179$ yang berarti memiliki hubungan yang cukup
- 5.1.3 Stres akademik sangat parah paling banyak dialami oleh mahasiswa dengan jumlah 89 mahasiswa (64,5%), mahasiswa dengan stres akademik berat berjumlah 40 mahasiswa (29%), terdapat 7 mahasiswa (5,1%) dengan stres akademik sedang, 2 mahasiswa (1,4%) dengan stres akademik ringan.
- 5.1.4 Sedangkan mahasiswa yang mengalami gangguan psikofisiologis berat dengan jumlah 22 mahasiswa (15,9%), mahasiswa dengan gangguan psikofisiologis sedang berjumlah 110 mahasiswa (79,7%), terdapat mahasiswa (4,3%) dengan gangguan psikofisiologis ringan.

5.2 **Saran**

- 5.2.1 Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan lebih lanjut menggunakan desain penelitian cohort sehingga peneliti dapat menjelaskan keterkaitan antara faktor resiko yang berpengaruh.
- 5.2.2 Untuk penelitian selanjutnya, dapat menilai gangguan psikofisiologis akibatkan oleh faktor lain dari stres akademik seperti dari masalah keluarga atau lingkungan dan riwayat berobat ke psikiater.



DAFTAR PUSTAKA

- aisah Amini, N., Noor Prastia, T. dan Dewi Pertiwi, F. (2020) 'Factors Related To Adolescent Depression Levels In Yph Plus Bogor High School Bogor 2019', *Promotor*, 3(4). Doi:10.32832/Pro.V3i4.4195.
- Alhogbi, B.G. (2017) 'Stres Akademik', *Journal Of Chemical Information and Modeling*, 53(9), Pp. 21–25. Available At: [Http://Www.Elsevier.Com/Locate/Scp](http://Www.Elsevier.Com/Locate/Scp).
- Amalia, V.R. dan Nashori, H.F. (2021) 'Religiusitas, Efikasi Diri, Dan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi', *Jurnal Psikologi*, 3(1).
- Ambarwati, P.D., Pinilih, S.S. dan Astuti, R.T. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1). Doi:10.26714/Jkj.5.1.2017.40-47.
- Andriyani, J. (2019) 'Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis', *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2). Doi:10.22373/Taujih.V2i2.6527.
- B, H. And Hamzah, R. (2020) 'Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa', *Indonesian Journal For Health Sciences*, 4(2).
- Barseli, M. And Ifdil, I. (2017) 'Konsep Stres Akademik Siswa', *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3). Doi:10.29210/119800.
- Barseli, M., Ifdil, I. And Fitria, L. (2020) 'Stress Akademik Akibat Covid-19', *Jpgi (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2).
- Bienertova-Vasku, J., Lenart, P. dan Scheringer, M. (2020) 'Eustress And Distress: Neither Good Nor Bad, But Rather The Same?', *Bioessays*, 42(7). Doi:10.1002/Bies.201900238.
- Deantri, F. dan Sawitri, A.A.S. (2020) 'Proporsi Stres Dan Gejala Psikosomatik Pada Siswa Kelas Xii Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar', *Jurnal Bios Logos*, 10(1), P. 27. Doi:10.35799/Jbl.10.1.2020.27465.
- Desmayani, N.M.M.R. dan Pradnyaswari, L.G.D.A. (2020) 'Kepribadian Hardiness Sebagai Pemoderasi Pengaruh Role Stress, Intensi Turn Over Pada Kinerja Auditor', *Jurnal Ecodemica*, 4(1).

- Febyan, F. *Et Al.* (2020) 'Peranan Sitokin Pada Keadaan Stres Sebagai Pencetus Depresi', *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 6(4).
Doi:10.7454/Jpdi.V6i4.285.
- Freed, D., Stevens, E.L. And Pevsner, J. (2014) 'Somatic Mosaicism In The Human Genome', *Genes*. Doi:10.3390/Genes5041064.
- Gallo-Payet, N. (2016) 'Adrenal And Extra-Adrenal Functions Of Acth', *Journal Of Molecular Endocrinology*. Doi:10.1530/Jme-15-0257.
- Hadianto, H. (2014) 'Prevalensi Dan Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Tingkat Gejala Depresi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura', *Untan.Ac.Id* [Preprint].
- Husnul Ikhsan, M., Widya Murni, A. dan Rustam, E.R. (2020) 'Hubungan Depresi, Ansietas, Dan Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebelum Dan Sesudah Ujian Blok', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(1s).
Doi:10.25077/Jka.V9i1s.1158.
- Inama, S. (2021) 'Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi Covid-19', P. 46.
- Iqbal, S., Gupta, S. dan Venkatarao, E. (2015) 'Stress, Anxiety & Depression Among Medical Undergraduate Students & Their Socio-Demographic Correlates', *Indian Journal Of Medical Research, Supplement*, 141(Mar2015). Doi:10.4103/0971-5916.156571.
- Irlaks, V.S., Murni, A.W. dan Liza, R.G. (2020) 'Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Kecenderungan Gejala Somatisasi Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2015', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(3), P. 334.
Doi:10.25077/Jka.V9i3.1366.
- Jourdon, A. *Et Al.* (2020) 'The Role Of Somatic Mosaicism In Brain Disease', *Current Opinion In Genetics And Development*.
Doi:10.1016/J.Gde.2020.05.002.
- Karos, K.A., Suarni, W. dan Sunarjo, I.S. (2021) 'Self-Regulated Learning Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa', *Jurnal Sublimapsi*, 2(3).
Doi:10.36709/Sublimapsi.V2i3.17962.

- Kartika (2015) 'Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Mahasiswa', *Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Preprint], (1994).
- Kawuryan, F. (2015) 'Identifikasi Stresor Mahasiswa Universitas Muria Kudus', *Seminar Nasional Educational Wellbeing*, Pp. 173–189.
- Kedokteran, P.S. *Et Al.* (2017) 'Oleh David Rajawali Yusuf Nrp: 1523013015'.
- Kenny, K. And Satrianto, H. (2019) 'Pengertian Produktivitas', *Primanomics : Jurnal Ekonomi & Bisnis*, 17(3).
- Kowalski, C.M. And Schermer, J.A. (2019) 'Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, And Health-Related Outcomes: A Case For And Against Psychological Hardiness', *Psychological Reports*, 122(6). Doi:10.1177/0033294118800444.
- Kupriyanov, R V *Et Al.* (2014) 'The Eustress Concept: Problems And Outlooks', *World Journal Of Medical Sciences*, 11(2).
- Kusumajati, D.A. (2010) 'Sumber-Sumber Stres Kerja', *Psychology*, 1(45).
- Linasari, F. (2018) 'Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas', *Jurnal Kesehatan Andalas*, (2010), Pp. 103–111.
- Mund, P. (2016) 'Kobasa Concept Of Hardiness (A Study With Reference To The 3cs)', *International Research Journal Of Engineering*, 2(1).
- Pamungkas, B.B. (2021) 'Hubungan Level Stres Akademik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia', *Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Preprint].
- Rahmayani, R.D., Liza, R.G. And Syah, N.A. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1). Doi:10.25077/Jka.V8i1.977.
- Ramli, M., Rosnani, S. And Fasrul, A.A. (2012) 'Psychometric Profile Of Malaysian Version Of The Depressive , Anxiety And Stress Scale 42-Item (Dass-42)', *Mjp Online Early*, 1(1).
- Retnawati, H. (2015) 'Teknik Pengambilan Sampel_', *Ekp*, 13(3).

- Riezky, A.K. And Akmalia, R. (2019) 'Hubungan Gaya Belajar Dengan Kelulusan Ujian Blok Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama', *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2). Doi:10.33024/Jikk.V6i2.2218.
- Rinawati, F. And Sucipto, S. (2019) 'Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1). Doi:10.26714/Jkj.7.1.2019.95-100.
- Sadock, B. And Sadock, V. (2010) 'Buku Ajar Psikiatri Klinis', *Naspa Journal*, 42(4), P. 1.
- Santy, R.I. (2017) 'Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dengan Kualitas Tidur Buruk Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang', *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), P. 287.
- Saputra, I.M.R.A. And Suarya, L.M.K.S. (2019) 'Peran Stres Akademik Dan Hardiness Terhadap Kecenderungan Gangguan Psikofisiologis Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama', *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01). Doi:10.24843/Jpu.2019.V06.I01.P04.
- Sari, I.N. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres Akademik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Program Studi D3 Farmasi Tingkat 1 (Satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram Tahun 2019', *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan Um. Mataram*, 5(1). Doi:10.31764/Mj.V5i1.1082.
- Savira, F. And Suharsono, Y. (2013) 'Pengertian Stres', *Journal Of Chemical Information And Modeling*.
- Savira, L.A. Et Al. (2021) 'Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Disaat Pandemi Covid-19', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1). Doi:10.35816/Jiskh.V10i1.577.
- Siregar, I.K. And Putri, S.R. (2020) 'Hubungan Self-Efficacy Dan Stres Akademik Mahasiswa', *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(2). Doi:10.37064/Consilium.V6i2.6386.
- Sri Yenawati (2010) 'Gangguan Psikosomatik Dan Psikofisiologis (Anorexia Nervosa, Enuresis, Ashma)', *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1).
- Subramaniam, V. (2015) 'Hubungan Antara Stres Dan Tekanan Darah Tinggi Pada Mahasiswa', *Intisari Sains Medis*, 2(1). Doi:10.15562/ism.V2i1.74.

- Sugiyono (2017) 'Teknik Random Sampling', *Resources Policy*, 7(1).
- Suhandiah, S., Ayuningtyas, A. And Sudarmaningtyas, P. (2021) 'Tugas Akhir Dan Faktor Stres Mahasiswa', *Jas-Pt (Jurnal Analisis Sistem Pendidikan Tinggi Indonesia)*, 5(1). Doi:10.36339/Jaspt.V5i1.424.
- Sutjiato, M. And Tucunan, G.D.K. A A T. (2015a) 'Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado', *Jikmu*, 5(1), Pp. 30–42.
- Sutjiato, M. And Tucunan, G.D.K. A A T. (2015b) 'Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado', *Jikmu*, 5(1).
- Suwartika, I., Nurdin, A. And Ruhmadi, E. (2014) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D Iii Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya', *The Soedirman Journal Of Nursing*, 9(3), Pp. 173–189. Available At: [Http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/viewfile/612/337](http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/viewfile/612/337).
- Svitych, S. (2021) 'Somatic Weakness Of Primary School Pupils As A Cause Of Difficulties In Various Areas Of Adaptation To School', *Lviv University Herald. Series: Psychological Sciences* [Preprint], (8). Doi:10.30970/PS.2021.8.20.
- Umary, M.A. (2018) 'Pengaruh Hipnoterapi Pada Santriwati Yang Menderita Psikosomatis Di Ma Muallimat Nw Pancor', *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1). Doi:10.18860/Psi.V15i1.6664.
- Widyana, R., Sumiharso And Safitri, R.M. (2020) 'Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression, Anxiety And Stress Scales (Dass-42) In Sample Indonesian Adult', *Talent Development & Excellence*, 12(2s).
- Widyastuti, W. (2020) 'Self Compassion, Stress Akademik Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru', *Jurnal Psikologi Talenta*, 3(1). Doi:10.26858/Talenta.V1i2.13031.
- Wijaya, D.P. (2019) 'Kemampuan Clinical Reasoning Pada Ujian Osce Mahasiswa Kedokteran Tahun Ketiga', *Jambi Medical Journal 'Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan'*, 7(1). Doi:10.22437/Jmj.V7i1.7057.
- Zaini, M. (2019) *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial Di Pelayanan Klinis Dan Komunitas, 1*.