

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN  
Studi Observasional Analitik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran  
Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021**

**Skripsi**

untuk memenuhi sebagai persyaratan  
mencapai gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

**Venus Marchyona Cinta Mahadiva**

**30102100207**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2025**

## SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN**  
**Studi Observasional Analitik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran  
Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh  
**Venus Marchyona Cinta Mahadiva**  
**30102100207**

Telah dipertahankan di depan Dewan  
Penguji pada tanggal 12 Februari 2025  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

### Susunan Tim Penguji

Pembimbing I

dr. Elly Noerhidajati, Sp. KJ.

Pembimbing II

Prof. Dr. Siti Thomas Zulaikhah,  
SKM, M.Kes.

Anggota Tim Penguji

dr. Nurina Tyagita, M. Biomed.

dr. Hesti Wahyuningsih Karvadini,  
Sp. KK.

Semarang, 12 Februari 2025

Fakultas Kedokteran

Universitas Islam Sultan Agung

Dekan,



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

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Venus Marchyona Cinta Mahadiva

NIM : 30102100207

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN (Studi Observasional  
Analitik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan  
Agung Angkatan 2021)”.**

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

Semarang, 11 Februari 2025

Yang menyatakan,



**Venus Marchyona Cinta M**

## PRAKATA

*Alhamdulillahirabbilalaamiin*, puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga dapat menyelesaikan usulan skripsi ini yang diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Usulan skripsi ini berjudul **“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN (Studi Observasional Analitik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021)”**. Dengan selesainya usulan skripsi ini, izinkanlah saya sebagai penulis mengucapkan terima kasih dan memberikan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. dr. H. Setyo Trisnadi, Sp. KF., S.H., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. dr. Menik Sahariyani, M.Sc., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. dr. Elly Noerhidajati, Sp. KJ dan Prof. Dr. Siti Thomas Zulaikhah, SKM, M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah sangat sabar, mengerti kekurangan saya dalam keterbatasan bahasa serta ikhlas untuk meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, motivasi, dan saran sehingga penyusunan usulan skripsi ini dapat selesai.

4. dr. Nurina Tyagita, M. Biomed dan dr. Hesti Wahyuningsih Karyadini, Sp. KK, sebagai dosen penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, serta memberikan masukan yang sangat berharga dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Ayah Mudjijono dan Ibu Rina Kristiyana selaku orang tua tercinta yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi, dan doa yang tidak pernah putus kepada penulis.
6. Putu Ayudhya Cesia Indriani, Meivyta Setyarizky Saputri, Vidya Rahayunda Caesara, Ranti Febriyani Hayat, Luthfia Nabila, Alfi Mumtazul Fawziah, Firda Septia Irnantiwi, Amalia, dan asisten laboratorium fisika selaku sahabat yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari apabila usulan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca. Akan tetapi, penulis berharap usulan skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, khususnya dalam dunia kesehatan.

Semarang, 11Februari 2025

Venus Marchyona Cinta M

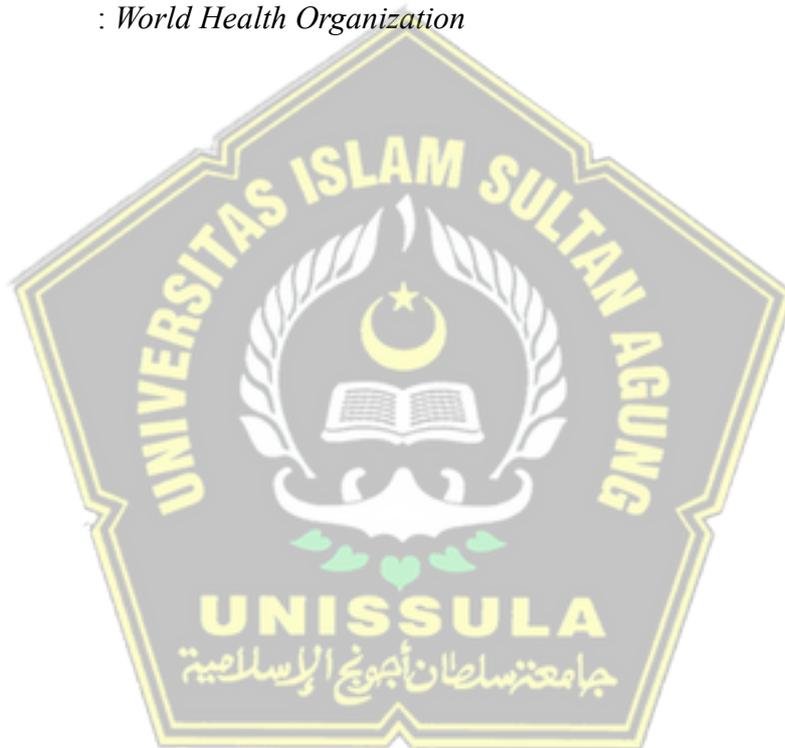
## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR SINGKATAN .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTISARI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	5
1.4. Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Prestasi Akademik .....	6
2.1.1. Definisi Prestasi Akademik .....	6
2.1.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik .....	6
2.2. Stres.....	8
2.2.1. Definisi Stres .....	8
2.2.2. Tanda dan Gejala Stres .....	9
2.2.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres .....	11
2.3. Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik .....	14
2.4. Kerangka Teori.....	15
2.5. Kerangka Konsep.....	15

2.6. Hipotesis.....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>16</b>
3.1. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian .....	16
3.2. Variabel dan Definisi Operasional .....	16
3.2.1. Variabel Penelitian.....	16
3.2.2. Definisi Operasional.....	16
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian .....	17
3.3.1. Populasi Terjangkau .....	17
3.3.2. Sampel.....	18
3.4. Instrumen Penelitian.....	19
3.5. Cara Penelitian .....	20
3.6. Alur Penelitian .....	21
3.7. Tempat dan Waktu.....	22
3.7.1. Tempat Penelitian.....	22
3.7.2. Waktu Penelitian.....	22
3.8. Analisis Hasil .....	22
3.8.1. Analisis Univariat.....	23
3.8.2. Analisis Bivariat.....	23
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>25</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	25
4.1.1. Karakteristik Responden .....	25
4.1.2. Hasil Analisis Univariat Pada Tingkat Stres dan Prestasi Akademik Mahasiswa .....	27
4.1.3. Hasil Analisis Bivariat Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa .....	33
4.2. Pembahasan.....	34
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>39</b>
5.1. Kesimpulan .....	39
5.2. Saran.....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>41</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>47</b>

## DAFTAR SINGKATAN

DASS-42	: <i>Depression Anxiety Stress Scales</i>
IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif
PBL	: <i>Problem Based Learning</i>
PS.Ked	: Program Studi Pendidikan Kedokteran
SIA	: Sistem Informasi Akademik
UNISSULA	: Universitas Islam Sultan Agung
WHO	: <i>World Health Organization</i>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori .....	15
Gambar 2.2. Kerangka Konsep .....	15
Gambar 3.1. Alur Penelitian.....	21



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Karakteristik Responden .....	25
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Berdasarkan Jenis Kelamin.....	27
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Berdasarkan Stresor psikososial	29
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Stresor Psikososial.....	30
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Berdasarkan Uang Saku Mahasiswa.....	31
Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Uang Saku Mahasiswa.....	32
Tabel 4.8. Uji Analisis Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.....	33



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	<i>Informed Consent</i> .....	47
Lampiran 2.	Kuisisioner Penelitian .....	48
Lampiran 3.	<i>Ethical Clearance</i> Penelitian.....	50
Lampiran 4.	Surat Izin Penelitian .....	51
Lampiran 5.	Google Form <i>Informed Consent</i> .....	52
Lampiran 6.	Google Form Penelitian .....	53
Lampiran 7.	Analisis Univariat .....	58
Lampiran 8.	Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Lampiran 9.	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Psikososial.....	61
Lampiran 10.	Distribusi Frekuensi Indeks Prestasi Berdasarkan Stresor Psikososial.....	62
Lampiran 11.	Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Ekonomi .....	63
Lampiran 12.	Distribusi Frekuensi Indeks Prestasi Berdasarkan Stresor Ekonomi .....	64
Lampiran 13.	Distribusi Frekuensi Indeks Prestasi Berdasarkan Tingkat Stress .....	65
Lampiran 14.	Analisis hubungan (Spearman) antara Tingkat Stress terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa.....	66
Lampiran 15.	Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	67
Lampiran 16.	Surat Undangan Ujian Hasil Skripsi .....	68

## INTISARI

Mahasiswa yang tidak dapat mengendalikan stres dapat mengganggu proses belajar dan berdampak pada prestasi akademiknya. Stres yang tidak dapat dikendalikan individu akan memunculkan dampak negatif baik dari aspek kognitif, emosional, fisiologis dan perilaku. Stres juga dapat memberikan efek yang kurang baik terhadap proses pembelajaran dan hasil belajar mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan sampel sebesar 85 mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-42). Uji analisis yang digunakan adalah uji korelasi *Spearman* dengan program, SPSS.

Penelitian ini diperoleh mahasiswa tidak stres (55,3%), stres sedang (17,6%), stres ringan (10,6%), stres berat (10,6%) dan stres sangat berat (5,9%). Prestasi Akademik mahasiswa pada penelitian ini lulus dengan pujian (2,4%), sangat memuaskan (56,5%), memuaskan (32,9%), dan tidak lulus (8,2%). Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan prestasi akademik dengan nilai  $p = 0,285$ .

Kesimpulan penelitian ini, yaitu tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021.

**Kata kunci:** Prestasi Akademik, Tingkat Stres.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Stres adalah sebuah respon tubuh yang disebabkan adanya tekanan baik berupa fisik ataupun psikologis yang melebihi dari kemampuan individu. Stres juga bisa dianggap dapat mengancam dengan menyebabkan depresi, disfungsi sosial dan memunculkan rasa cemas berlebihan (Sebastian dkk., 2020). Mahasiswa kedokteran lebih banyak mengalami stres daripada mahasiswa di fakultas lain. Tingginya stres yang dirasakan mahasiswa kedokteran disebabkan banyaknya stresor (Moe dkk., 2024). Mahasiswa yang tidak dapat mengendalikan stres dapat mengganggu proses belajar dan berdampak pada prestasi akademiknya (Nurul Hakim dkk., 2023).

Stres pada mahasiswa dikategorikan menjadi dua, yaitu *eustress* merupakan stres yang dapat memotivasi seseorang menjadi bergairah atau bersemangat lagi sehingga konsentrasi belajar menjadi lebih meningkat dan *distress* merupakan stres yang bersifat negative dan berdampak tidak menyenangkan pada mahasiswa (Seto *et al.*, 2020). Kesulitan mahasiswa dalam berkonsentrasi belajar akan berdampak pada prestasi akademik yang kurang memuaskan berdasarkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) (Ramadhani & Siregar, 2024). Secara garis besar stres dapat berdampak pada kondisi psikologis dan kondisi fisik individu. Kondisi psikologis dapat menimbulkan perasaan cemas berlebihan, mudah marah, perasaan sangat sensitif dan merasa mudah menyerah atau putus asa, sehingga menyebabkan

gejala psikologis seperti depresi dan keinginan untuk melakukan tindakan bunuh diri. (Defitri A An dkk., 2021).

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 menyampaikan peluang prevalensi kejadian stres termasuk pada tingkat yang cukup tinggi, lebih dari 190 juta penduduk di dunia. Prevalensi stres mahasiswa di dunia mencapai 38-71%, sedangkan pada mahasiswa di Asia sebesar 39,6 - 61,3% (Nursa'adah, 2022a). Pendidikan kedokteran merupakan salah satu bidang studi yang cukup berat, karena mahasiswa melewati tahapan preklinik selama 3,5 tahun dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) minimal 2,75 agar dapat melanjutkan ke tahap klinik (KOMKORDIK, 2023). Mahasiswa kedokteran dituntut untuk belajar setiap harinya (Kemendikbud, 2020). Bentuk pendidikan yang dilakukan mahasiswa kedokteran meliputi kuliah pakar, praktikum di lab, skill lab, ujian blok, dan penelitian akhir (Prabamurti, 2019). Untuk lulus dari universitas, mahasiswa harus menyelesaikan tugas akhir, yaitu skripsi. Namun, mahasiswa mengalami stres karena mereka sering menghadapi kesulitan saat mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Mahasiswa sering menghadapi masalah seperti proses perbaikan skripsi yang terus-terusan terjadi, kesulitan menemukan referensi dari penelitian yang terkait, waktu yang lama untuk mendapatkan respon balik dari pembimbing setelah skripsi selesai, waktu penelitian yang cukup sedikit, dan dosen pembimbing yang sibuk dan sangat sulit diajak berdiskusi (Nursa'adah, 2022b).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Casogi Adryana di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung pada tahun 2020, menunjukkan mahasiswa semester awal mengalami stres berat sebanyak 23,5%, mahasiswa semester menengah mengalami stres berat 18%, dan mahasiswa semester akhir mengalami stres berat sebanyak 34,7% (Casogi Adryana *et al.*, 2020). Hubungan antara stres dan indeks prestasi belajar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021, 145 mahasiswa (70,4%) mengalami stres sedang dan 149 mahasiswa (72,3%) memiliki IPK lebih dari 3,00 (Helmahani & Biromo, 2022). Studi sebelumnya yang telah diselesaikan oleh peneliti menggunakan kuisioner DASS-42 terhadap 10 mahasiswa fakultas kedokteran UNISSULA angkatan 2021 diperoleh hasil mahasiswa mengalami stres sedang hingga berat selama menjalani perkuliahan di Fakultas Kedokteran UNISSULA. Berbagai upaya telah dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada mahasiswa seperti tersedianya bimbingan konseling, dimana mahasiswa diminta untuk menemui konselor untuk menggali masalah yg terjadi pada mahasiswa dengan IPK yang masih dibawah rata-rata. Akan tetapi, hingga saat ini masih banyak mahasiswa yang IPK nya masih rendah dan mengalami stres sedang hingga berat.

Stres yang tidak dapat dikendalikan akan berdampak negative secara individu baik dari aspek kognitif, emosional, fisiologis dan perilaku. Stres dapat berdampak negatif terhadap efektivitas proses pembelajaran serta hasil akademik yang dicapai oleh mahasiswa. Ketika seseorang mengalami

stres yang berlebihan, kemampuan untuk berkonsentrasi, memahami materi, dan mengingat informasi dapat menurun secara signifikan. Hal ini dapat menyebabkan kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik, menghadapi ujian, serta mengoptimalkan potensi belajar secara maksimal. Jika stres tidak dikelola dengan baik, maka dapat berujung pada penurunan motivasi belajar, rendahnya produktivitas, dan bahkan meningkatkan risiko kegagalan akademik (Al dkk., 2022). Atas dasar tersebut, peneliti berminat untuk meneliti bagaimana tingkat stres berhubungan dengan pencapaian akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Apakah tingkat stres berhubungan dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2021?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1.3.2.1. Untuk mendeskripsikan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.

1.3.2.2. Untuk mendeskripsikan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.

### **1.4. Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai bahan dalam memberikan informasi dan gambaran mengenai hubungan tingkat stres dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2021.

#### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2021.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Prestasi Akademik**

##### **2.1.1. Definisi Prestasi Akademik**

Prestasi akademik merupakan suatu istilah yang menunjukkan tingkat keberhasilan mahasiswa setelah mengikuti proses pembelajaran (Santika, 2020). Prestasi akademik merupakan bagian penting dari pendidikan kedokteran yang digunakan untuk menentukan apakah lulusannya kompeten dan mampu melakukan praktik kedokteran (Satria *et al.*, 2018).

Berdasarkan data IPK mahasiswa Angkatan 2021 yang didapat dari Sistem Informasi Akademik (SIA) FK UNISSULA menunjukkan bahwa 85 mahasiswa dengan IPK < 3,00, mahasiswa dengan IPK  $\geq$  3,00-3,75 sebanyak 117, dan mahasiswa dengan IPK > 3,75 sebanyak 13, hal ini menunjukkan masih rendahnya IPK pada mahasiswa FK UNISSULA pada angkatan 2021.

##### **2.1.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik**

Faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi diantaranya minat dan bakat khusus, dorongan dari dalam diri untuk selalu berprestasi, tingkat intelegensi atau intelektual, kondisi fisik dan psikis, sifat mandiri mahasiswa, sikap

yang baik, dan harga diri akademik. Faktor dari luar termasuk lingkungan sekitar seseorang, seperti sekolah dan keluarga (Mona & Yunita, 2021). Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa kedokteran dalam preklinik diantaranya:

a. *Lifestyle*

Studi menyebutkan antara prestasi akademik yang baik dan durasi tidur 6-9 jam memiliki pengaruh dan hubungan yang signifikan. Selain itu, siswa yang tidur rata-rata 6-7 jam setiap harinya memiliki indeks prestasi lebih tinggi daripada siswa yang tidur kurang atau lebih dari itu. Hal ini terkait dengan dampak tidur yang lebih baik pada memori dan dampak yang besar dari kurangnya jam tidur pada memori jangka panjang. (Rajab Nugraha dkk., 2018). Gaya hidup juga dapat dilihat dari pola makan dan aktifitas fisik mahasiswa. Kebiasaan-kebiasaan kurang baik seperti kurangnya aktivitas fisik yang mempengaruhi pada konsentrasi dan produktivitas belajar dan kebiasaan makan sembarangan atau kurang baik (Ilhamsyah *et al.*, 2023).

b. Rutinitas Belajar

Penelitian terdahulu mengatakan terdapat hubungan dan pengaruh antara prestasi akademik mahasiswa kedokteran dan rutinitas belajar mereka. Ada hubungan antara buruknya manajemen waktu mahasiswa dan penurunan akademik. Hal tersebut berlaku untuk banyak siswa yang sangat bergantung

pada menit-menit terakhir sebelum ujian (Rajab Nugraha dkk., 2018).

c. Motivasi

Mahasiswa kedokteran dapat sukses dalam pendidikan mereka jika mereka memiliki motivasi yang kuat. Kebiasaan sikap yang menunjukkan tingginya motivasi meliputi seperti menyelesaikan tugas yang diberikan baik yang mudah ataupun yang sulit dan bekerja keras dalam pembelajaran (Kapitan *et al.*, 2021).

d. Sosial Ekonomi

Pada penelitian sebelumnya menyatakan sosial ekonomi keluarga memiliki hubungan yang signifikan serta pengaruh yang kuat terhadap tingkat prestasi akademik mahasiswa. Rumah tangga yang stabil secara finansial akan lebih mudah memenuhi kebutuhan primer dan sekundernya menciptakan anak-anak yang berkompeten, terutama dalam hal pendidikan. Ketika orang tua memiliki sumber daya keuangan yang memadai, keadaan keuangan mereka tentulah berdampak pada peningkatan prestasi belajar anak mereka (Zega *et al.*, 2024)..

## 2.2. Stres

### 2.2.1. Definisi Stres

Hans Selye mendefinisikan stres merupakan reflek tubuh yang spesifik terhadap tekanan, misalnya respon tubuh seseorang jika

menghadapi suatu beban yang berlebihan (Lavari *et al.*, 2019). Llyod, King, dan Chenoweth mendefinisikan stres sebagai reaksi emosi dan fisiologi akibat stresor. Stresor dapat berupa tuntutan, keadaan, atau situasi yang dapat mengganggu keseimbangan batin seseorang sehingga memicu stres (Del Giudice dkk., 2018).

Kamus Cambridge mendefinisikan stres sebagai kekhawatiran besar yang disebabkan oleh situasi yang sulit atau ancaman bagi individu. Proses stres dapat mempengaruhi keadaan fisik, sosial, dan psikologis (Karlsson *et al.*, n.d., 2018).

Stres dapat dikatakan suatu respon tubuh akibat adanya tekanan atau tuntutan yang dapat mempengaruhi fisik, sosial, maupun psikologis individu. Stres juga dapat dianggap sebuah ancaman yang dapat merugikan individu. Keadaan atau situasi yang dapat mengancam, mengganggu keseimbangan hingga menyebabkan stres (Hediaty & Natasha Ayu Shafira, 2022).

### **2.2.2. Tanda dan Gejala Stres**

Setiap individu yang mengalami gejala stress akan menunjukkan reaksi yang berbeda-beda, stres yang terjadi pada seseorang dapat terlihat dari tanda dan gejalanya. Tanda dan gejala stres dapat dilihat dari aspek mental, aspek emosional, aspek fisik, aspek perilaku (Ekawarna, 2022):

a. Aspek Mental

Stres dapat mempengaruhi mental seseorang yaitu sulit berkonsentrasi, menipisnya rasa percaya diri, mudah kelelahan, kelemahan dalam mengingat memori, perasaan tertekan, membuat keputusan secara tergesa-gesa, bingung, mudah lupa, canggung, pandangan yang kosong, sering merasakan kecemasan, ketakutan, dan tempramental kepada orang lain.

b. Aspek Emosional

Gejala stres emosional yang dimunculkan diantaranya seperti kemarahan yang berlebihan, kecemasan yang terlalu sering, rasa takut akan kejadian yang belum terjadi, perasaan putus asa dan mau menyerah, perasaan bersalah yang sangat besar, peningkatan sinisme, depresi, mimpi buruk, merasa tidak aman, mudah murung, menangis atau bersedih, dan takut akan kritik (Musabiq & Karimah, 2018)

c. Aspek Fisik

Gejala stres secara fisik, seperti ketegangan otot yang menyebabkan sakit bahu dan sakit pinggang. Pernafasan yang cepat, telapak tangan berkeringat, jari-jari yang tiba-tiba merasa dingin, mulut selalu kering, kepala terasa pusing, dada mulai berasa nyeri, mual (nausea), frekuensi buang air kecil yang meningkat, diare yang berlebihan, rahang kaku, merasakan kegelisahan, lengan tangan yang gemetar, pembekuan darah yang

lebih cepat, peningkatan asam lambung, peningkatan keringat dingin, kelelahan, lesu, sistem kekebalan tubuh yang lemah, dan jantung berdebar. (Hidayati & Harsono, 2021).

d. Aspek Perilaku

Menggigit kuku, menjambak rambut, menghindari orang lain, menggoyangkan lutut, acuh terhadap penampilan atau kebersiha, meringis, menggigit bibir, berhenti berbicara secara mendadak, perilaku obsesif-kompulsif (seperti memeriksa kunci, berbelanja, atau mencuci), dan perilaku yang tidak perlu, malas bekerja atau tidak memiliki perhatian, ceroboh, dan bertindak tidak sesuai dengan kebutuhan.

### 2.2.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres

Mahasiswa yang merasakan tingkat stress yang berbeda-beda karena dipicu dari banyaknya faktor yang mengakibatkan terjadinya respon stres. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah

1. Stressor Psikososial

Sebuah peristiwa kejadian yang berakibat pada perubahan dalam ranah kehidupan seseorang dan memaksa mereka untuk melakukan adaptasi atau beradaptasi untuk mengatasinya disebut sebagai stres psikososial (Huda *et al.*, 2021). Tidak secara keseluruhan orang mampu beradaptasi dan menyelesaikan pemicu stres tersebut sehingga menimbulkan kondisi seperti stres, kecemasan, dan depresi. Beberapa masalah, seperti

masalah keluarga, teman sebaya, keuangan, trauma, dan pendidikan, merupakan penyebab stres psikososial (Intan *et al.*, 2021).

## 2. Dukungan Sosial

Faktor yang berpengaruh terhadap stres akademik salah satunya adalah dukungan social dari sekitar, yang merupakan bentuk kepedulian, pemberian *achievement*, dan kenyamanan yang secara tulus disebarkan kepada lingkungan sekitarnya. Dukungan sosial bisa didapatkan dari sumber lainnya, seperti dukungan dari keluarga sendiri baik orang tua ataupun saudara, dari teman dekatnya, ataupun berasal dari gurunya. Dukungan sosial ini dapat membantu mengurangi tingkat stres yang dialami siswa dalam pendidikan mereka (Rizdanti *et al.*, 2022).

## 3. Kepribadian

Kepribadian merupakan keseluruhan pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang dalam usaha adaptasi. Seorang mahasiswa cenderung memiliki tingkat stres yang rendah jika mereka tangguh, kuat melewati situasi yang sulit, semangat juang yang tinggi, dan mampu bangkit setelah mengalami keterpurukan. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak berani cenderung merasakan tingkat stres yang cukup tinggi (Suko Rahayu & Saraswati, 2020).

#### 4. Jenis kelamin

Mahasiswa yang berjenis laki-laki lebih menonjol mengalami tingkat stres akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Hal itu dikarenakan mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki otak yang cukup berseberangan secara anatomis, kimiawi, hormonal, dan psikologis. Perbedaan ini berakibat dalam cara mereka berpikir, merasa, dan berperilaku yang berbeda, termasuk cara mereka merespon masalah. Mahasiswa laki-laki memilih untuk menghindari masalah yang membuat stres, sedangkan perempuan lebih sering dan lebih terbuka untuk mengungkapkan emosi mereka melalui perilaku (Sagita *et al.*, 2021).

#### 5. Mekanisme *Coping*

Mekanisme *coping* merupakan cara seseorang menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, dan menanggapi situasi yang mengancam dikenal sebagai (Muhlisa & Aeni, 2021). Mekanisme *coping* adaptif mendukung fungsi integrasi, pembelajaran, pencapaian tujuan, dan pertumbuhan (Putri Tamiya dkk., 2022). Sebaliknya, mekanisme *coping* maladaptif menghambat atau bahkan menolak peran fungsi integrasi. Saat seseorang tidak dapat mengatasi masalah

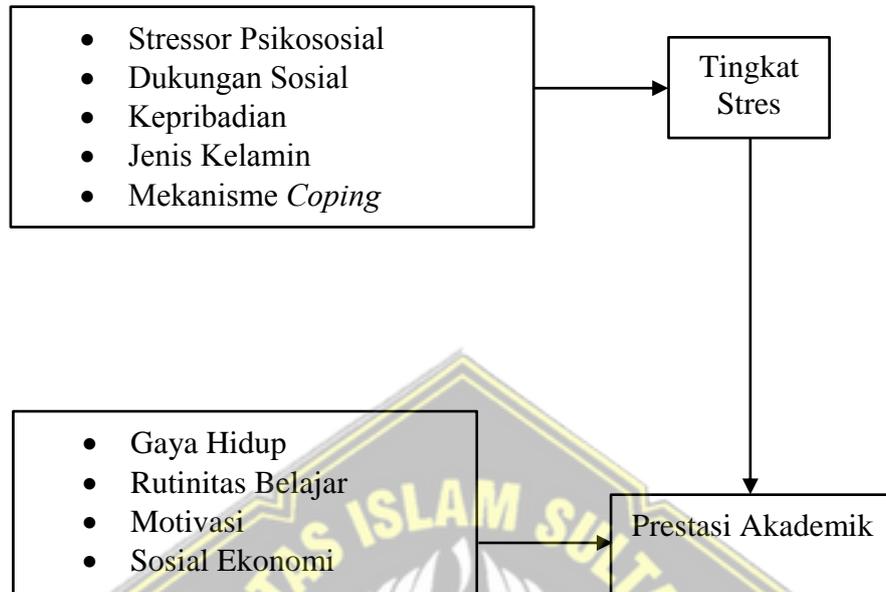
dengan baik, mereka sering menggunakan mekanisme *coping* maladaptif untuk melampiaskan (Ihsan dkk., 2020).

### 2.3. Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik

Mahasiswa kedokteran banyak mengalami tekanan sehingga timbulnya stres. Stres adalah suatu respon tubuh akibat adanya tekanan baik berupa fisik ataupun psikologis yang melebihi dari kemampuan individu (Amalia Ramadhan dkk., 2022). Stres muncul karena dipengaruhi oleh banyak faktor seperti stresor psikososial, dukungan sosial, kepribadian, jenis kelamin dan mekanisme *coping*. Dampak stres bergantung pada kemampuan seseorang untuk menangani stres, yaitu berusaha untuk kabur dari masalah. Mahasiswa yang tidak dapat menangani stres akan mengalami masalah seperti kesusahan untuk konsentrasi, malas menyelesaikan tugas, mengerjakan tugas dengan buruk, menjadi tidak percaya diri, dan acuh terhadap orang lain dan lingkungan sekitar (Lubis *et al.*, 2021).

Stres dapat menyebabkan perasaan tidak menyenangkan sehingga mahasiswa tidak berkonsentrasi atau tidak focus dalam pendidikannya terganggunya kesehatan, perubahan perilaku secara signifikan, dan perubahan emosional dapat disebabkan oleh stres yang tidak dapat dikendalikan, yang dapat mengganggu proses belajar seseorang. Semakin lama stres tersebut berlangsung, semakin terganggunya kemampuan seseorang untuk konsentrasi atau focus untuk belajar. Akan berdampak pada penurunan prestasi akademik jika kondisi tersebut dibiarkan berlanjut (Hadi & Tadjudin, 2023).

## 2.4. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori

## 2.5. Kerangka Konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

## 2.6. Hipotesis

Tingkat stres berhubungan dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan penelitian observasional analitik, penelitian dilakukan tanpa intervensi pada subjek penelitian. Rancangan penelitian dilakukan dengan pendekatan *cross sectional*.

#### **3.2. Variabel dan Definisi Operasional**

##### **3.2.1. Variabel Penelitian**

###### **3.2.1.1. Variabel Bebas**

Variabel bebas adalah tingkat stres

###### **3.2.1.2. Variabel Terikat**

Variabel terikat adalah prestasi akademik

##### **3.2.2. Definisi Operasional**

###### **3.2.2.1. Tingkat Stres**

Stres adalah tekanan psikologis yang dialami oleh subjek berdasarkan penilaian kuisioner *Depression Anxiety Stress Scales (DASS-42)* yang terdiri dari 42 item pertanyaan. DASS-42 terdiri dari 3 indikator depresi, kecemasan, dan tingkat stres, yang telah dimodifikasi menjadi 14 pertanyaan untuk tingkat stres (Nainar & Maisarah, 2022). Hasil pengukuran diinterpretasikan menjadi 5 tingkat, yaitu :

- Skor 0 – 14 berarti normal
- Skor 15-18 berarti stres ringan
- Skor 19-25 berarti stres sedang
- Skor 26-33 berarti stres berat
- Skor >34 berarti sangat berat

Skala pengukuran data: Ordinal

#### 3.2.2.2. Prestasi Akademik

Prestasi akademik adalah Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) semester 1 hingga semester 6 yang didapat dari Program Studi Pendidikan Kedokteran (PS. Ked) Universitas Islam Sultan Agung. Prestasi akademik dikelompokkan menjadi 4, yaitu:

- a) Tidak Lulus jika nilai IPK <2,75
- b) Memuaskan jika nilai IPK 2,75 – 3,00
- c) Sangat Memuaskan jika nilai IPK 3,01-3,50
- d) Pujian jika nilai IPK 3,50 – 4,00

Skala pengukuran data: Ordinal

### 3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

#### 3.3.1. Populasi Terjangkau

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2021.

### 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:

- 1) Mahasiswa fakultas kedokteran umum tahun angkatan 2021 yang aktif.
- 2) Mahasiswa fakultas kedokteran umum tahun angkatan 2021 yang bersedia menjadi responden.

#### 3.3.2.2. Kriteria Eksklusi

- 1) Mahasiswa fakultas kedokteran umum angkatan 2021 yang sedang menjalani terapi kejiwaan.

#### 3.3.2.3. Besar Sampel

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus analisis korelatif, yaitu sebagai berikut

(Dahlan, 2010)

$$n = \left\{ \frac{Za + Zb}{0,5 \ln \left( \frac{1+r}{1-r} \right)} \right\}^2 + 3$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel.

Za : Derivat baku alfa (1,6)

Zb : Derivat baku beta (1,28)

R : Korelasi minimal yang dianggap bermakna (0,32)

$$n = \left\{ \frac{1,6 + 1,28}{0,5 \ln \left( \frac{1 + 0,32}{1 - 0,32} \right)} \right\}^2 + 3$$

$$n = \frac{21316}{625 \ln \left( \frac{33}{17} \right)^2} + 3$$

$$= 80,5 \text{ (dibulatkan menjadi 85)}$$

$$= 85$$

Dengan demikian, jumlah keseluruhan sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah 85 mahasiswa. Proses pemilihan sampel dilakukan menggunakan teknik simple random sampling, yaitu metode pengambilan sampel di mana setiap individu dalam populasi, baik secara individu maupun berkelompok, memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai bagian dari sampel penelitian.

### 3.4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scale)*. *DASS-42* digunakan untuk mengukur tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada orang dewasa. Kuesioner ini terdiri dari 42 pertanyaan, yang dibagi menjadi tiga bagian dan menilai tingkat depresi, kecemasan, dan stres individu. Karena memiliki nilai Cronbach Alpha sebesar 0,84, semua pertanyaan dianggap valid (Manurung *et al.*, 2023). Setiap bagian terdiri dari 14 pertanyaan

yang disebar secara merata di dalam kuesioner. Penyebaran pertanyaan pada kuesioner *DASS-42* adalah sebagai 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 stress : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

Interpretasi jumlah skor *DASS-42* menurut *Psychology Foundation of Australia* (2018) ialah sebagai berikut:

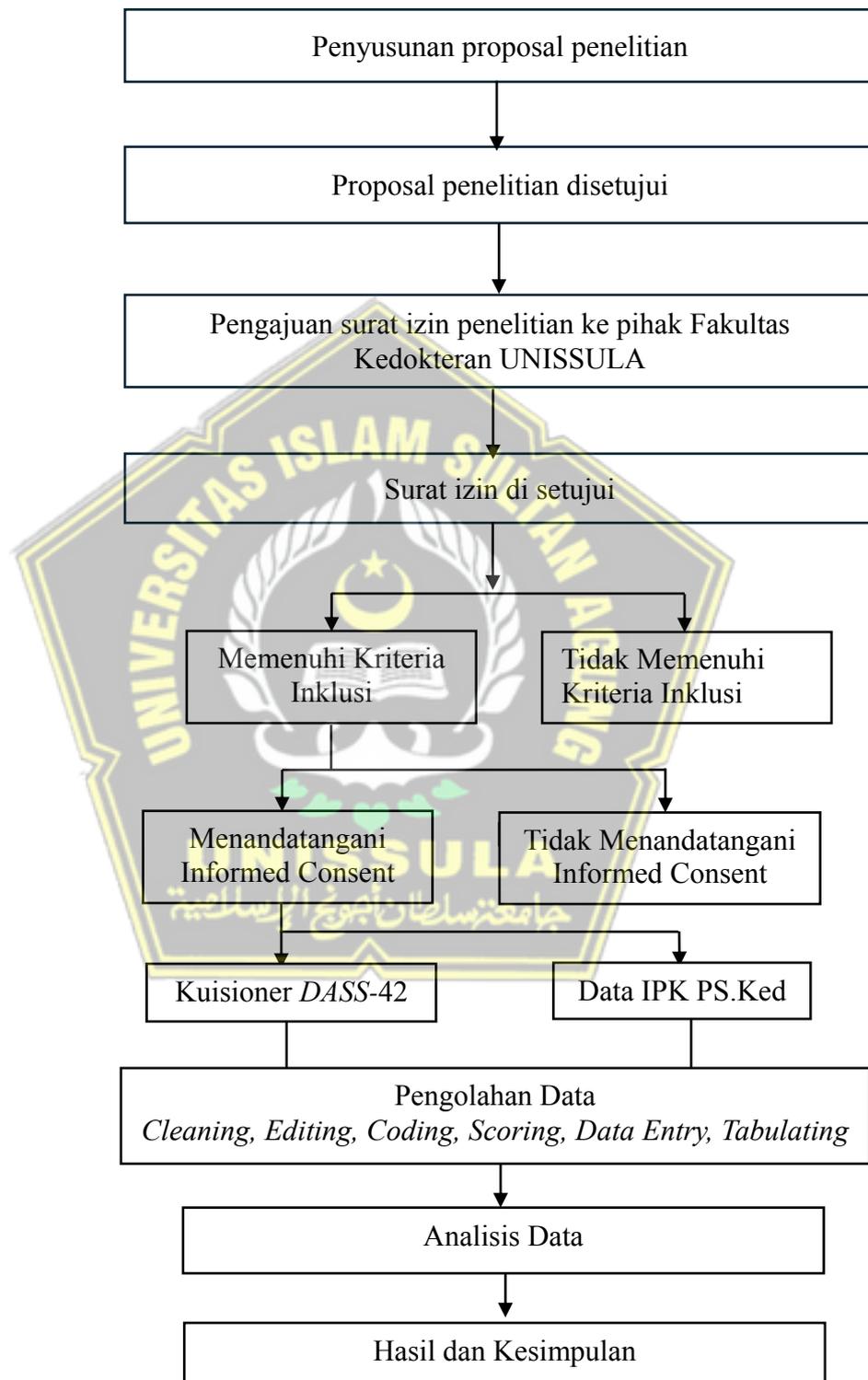
Tingkat	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0-9	0-7	0-14
Ringan	10-13	8-9	15-18
Sedang	14-20	10-14	19-25
Berat	21-27	15-19	26-33
Sangat berat	>28	>20	>34

### 3.5. Cara Penelitian

Cara penelitian berdasarkan prosedur yang telah ditetapkan sebagai berikut :

- a. Setelah proposal disetujui oleh pembimbing, peneliti mengajukan surat permohonan izin ke PS. Ked untuk pengambilan data IPK.
- b. Peneliti meminta izin kepada komandan tingkat mahasiswa angkatan 2021 untuk dapat membagikan kuisisioner *DASS-42*.
- c. Mahasiswa yang sudah menandatangani *informed consent*, selanjutnya mengisi kuisisioner *DASS-42* yang telah dibagikan.
- d. Kuisisioner yang telah diisi oleh mahasiswa, kemudian diolah menggunakan aplikasi *Microsoft Excel*.
- e. Hasil data olahan dianalisis dengan 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 Desember 2024 – Januari 2025.

### 3.8. Analisis Hasil

Sebelum dianalisis, data yang diperoleh selanjutnya diproses sebagai berikut.

#### 1. *Cleaning*

Data yang diperoleh ditinjau kembali dan dilakukan *cleaning* untuk menyeleksi data yang tidak dibutuhkan.

#### 2. *Editing*

Pada tahap ini, data diedit untuk membetulkan kesalahan dalam penulisan.

#### 3. *Coding*

Data yang merupakan jawaban pertanyaan dari setiap variabel kemudian dikode untuk memudahkan analisis data di perangkat lunak komputer.

#### 4. *Tabulating Data*

Data yang telah dikode dimasukkan ke dalam tabel untuk memudahkan dan mengurangi ketidaktepatan dalam menganalisis hasil.

## 5. *Entry*

Data yang telah mengalami proses *cleaning, editing, coding, dan tabulating data* selanjutnya dimasukkan untuk kemudian dianalisis dengan perangkat lunak IBM-SPSS 25.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 3.8.1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik subjek berdasarkan frekuensi tingkat stres dengan capaian prestasi akademik subjek.

### 3.8.2. Analisis Bivariat

Dalam penelitian ini, analisis bivariat diterapkan untuk mengevaluasi keterkaitan antara tingkat stres dengan pencapaian akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021. Metode uji statistik yang digunakan adalah korelasi Spearman, yang dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS. Uji korelasi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa kuat hubungan antara variabel independen, yaitu tingkat stres, dengan variabel dependen, yaitu prestasi akademik mahasiswa.

Penentuan signifikansi hubungan antara kedua variabel dilakukan dengan menetapkan batas toleransi kesalahan sebesar 5% atau tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05. Nilai  $p = 0,285$  yang

artinya nilai  $p$  lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ), maka hipotesis penelitian ditolak, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1. Hasil Penelitian

##### 4.1.1. Karakteristik Responden

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan desain *cross sectional* tentang hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021. Penelitian ini melibatkan sebanyak 109 mahasiswa aktif sebagai populasi penelitian, diperoleh sebanyak 85 mahasiswa sebagai sampel penelitian. Analisis karakteristik responden adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	Jumlah (n = 85)	Presentase (100%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	31	36,5
Perempuan	54	63,5
<b>Jenis Stessor</b>		
Tidak Terdapat	45	47
Masalah Keluarga	8	9,4
Hubungan Teman	13	15,3
Pendidikan	18	21,2
Ekonomi	0	0
Lainnya (Skripsi)	6	7,1
<b>Sosial Ekonomi</b>		
< 1.000.000	2	2,4
1.000.000-3.000.000	32	37,6
>3.000.000	51	60
<b>Tingkat Stres</b>		
Tidak Stres	47	55,3
Ringan	9	10,6
Sedang	15	17,6
Berat	9	10,6
Sangat Berat	5	5,9

Karakteristik	Jumlah (n = 85)	Presentase (100%)
<b>IPK</b>		
Tidak Lulus < 2,75	7	8,2
Memuaskan (2,75-3,00)	28	32,9
Sangat Memuaskan (3,01-3,50)	48	56,5
Pujian > 3,51	2	2,4

Tabel 4.1 memperlihatkan bahwa karakteristik responden yang ditampilkan tersebut menjelaskan bahwa jenis kelamin mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021. Sampel penelitian melibatkan mahasiswa laki-laki sebanyak 31 (36,5%) dan mahasiswa perempuan sebanyak 54 (63,5%). Hasil penelitian mengenai permasalahan stresor psikososial menunjukkan bahwa sebanyak 40 mahasiswa (47%) tidak memiliki stresor psikososial, jenis stresor psikososial terendah pada masalah ekonomi dan tertinggi pada pendidikan. Mahasiswa diberikan uang saku tertinggi sebanyak 51 mahasiswa (60) yaitu > 3.000.000 dan saku terendah sebanyak 2 mahasiswa (2,4) yaitu < 1.000.000.

Hasil penelitian mengenai tingkat stres menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tidak stres sebanyak 47 mahasiswa (55,3%) dan tingkat stres terendah berada pada tingkat stres sangat berat sebanyak 5 mahasiswa (5,9%). Hasil penelitian mengenai IPK menunjukkan mayoritas responden memiliki kategori sangat memuaskan sebanyak 48 mahasiswa (56,5%) dan paling sedikit memiliki kategori Pujian sebanyak 2 mahasiswa (2,4%).

#### 4.1.2. Hasil Analisis Univariat Pada Tingkat Stres dan Prestasi Akademik Mahasiswa

##### 4.1.2.1. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Tingkat Stres					Total
	Tidak stres	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Laki-Laki	21	3	5	2	0	31
Perempuan	26	6	10	7	5	54
Total	47	9	15	9	5	85

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa pada responden laki-laki sebanyak 21 mahasiswa tidak mengalami stres, 3 mahasiswa mengalami stres ringan, 5 mahasiswa mengalami stres sedang, 2 mahasiswa mengalami stres berat dan tidak terdapat mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yang mengalami stres sangat berat. Sedangkan untuk responden atau mahasiswa berjenis kelamin perempuan sebanyak 26 tidak mengalami stres, 6 mahasiswa mengalami stres ringan, 10 mahasiswa mengalami stres sedang, 7 mahasiswa mengalami stres berat dan sebanyak 5 mahasiswa berjenis kelamin perempuan mengalami tingkat stres yang sangat berat. Hasil tersebut didapatkan mahasiswa perempuan lebih mendominasi daripada mahasiswa laki-laki.

## 4.1.2.2. Gambaran Prestasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Indeks Prestasi Kumulatif				Total
	Tidak Lulus	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Pujian	
Laki-Laki	5	11	13	2	31
Perempuan	2	17	35	0	54
Total	7	28	48	2	85

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan responden berjenis kelamin laki-laki terdapat 5 mahasiswa memiliki indeks prestasi kumulatif tidak lulus, 11 mahasiswa dengan IPK memuaskan, 13 mahasiswa sangat memuaskan dan 2 mahasiswa dengan pujian. Sedangkan pada responden berjenis kelamin perempuan terdapat 2 mahasiswa memiliki IPK yang tidak lulus, 17 mahasiswa dengan memuaskan, 35 mahasiswa dengan sangat memuaskan dan tidak terdapat mahasiswa berjenis kelamin perempuan yang memiliki IPK dengan pujian. Berdasarkan hal tersebut, didapatkan walaupun didominasi oleh mahasiswa berjenis kelamin perempuan, mahasiswa berjenis kelamin laki-laki mampu mendapat prestasi akademik yang memuaskan dengan jumlah 2 mahasiswa.

## 4.1.2.3. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Psikososial

**Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Stresor psikososial**

Stresor Psikososial	Tingkat Stres					Total
	Tidak Stres	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Tidak ada	25	4	7	3	1	40
Masalah keluarga	2	1	3	2	0	8
Hubungan dengan teman	7	3	1	1	1	13
Pendidikan	10	0	3	3	2	18
Ekonomi	0	0	0	0	0	0
Lainnya (Skripsi)	3	1	1	0	1	6
Total	47	9	15	9	5	85

Berdasarkan Tabel 4.4 dapat diketahui bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini tidak mengalami stres sebanyak 47 dari 85 orang. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden tidak terdampak oleh stresor psikososial yang ada. Tingkat stres yang paling umum terjadi adalah 9 stres ringan, 15 stres sedang, 9 stres berat dan 5 sangat berat. Stresor yang paling dominan dalam menyebabkan stres adalah faktor pendidikan sebanyak 18 mahasiswa mengalami stres sedang dan berat. Selain itu, hubungan dengan teman juga menjadi faktor yang cukup signifikan, dengan total 13 mahasiswa mengalami stres yang mengalami stres sangat berat. Hubungan dengan keluarga juga berkontribusi terhadap stres, meskipun jumlahnya lebih kecil, yaitu 8 orang dengan sebagian besar mengalami stres ringan hingga sedang.

Faktor lain yang tidak termasuk dalam kategori utama juga tercatat sebagai sumber stres bagi 6 orang dengan 1 orang mengalami stres sangat berat.

#### 4.1.2.4. Gambaran Prestasi Akademik Berdasarkan Stresor Psikososial

**Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Stresor Psikososial**

Stresor Psikososial	Prestasi Akademik				Total
	Tidak Lulus	Memuaskan	Sangat Memuaskan	Pujian	
Tidak Ada	1	11	26	2	40
Masalah Keluarga	1	5	2	0	8
Hubungan dengan Teman	2	3	8	0	13
Pendidikan	3	7	8	0	18
Ekonomi	0	0	0	0	0
Lainnya	0	2	4	0	6
Total	7	28	48	2	85

Berdasarkan tabel 4.5 terlihat pada responden yang tidak mengalami stressor psikososial cenderung memiliki prestasi akademik lebih baik, dengan 26 mahasiswa dengan IPK sangat memuaskan dan 2 orang meraih pujian, sementara hanya 1 mahasiswa dengan yang tidak lulus. Di sisi lain, stressor terkait pendidikan memiliki dampak yang cukup signifikan, dengan 3 mahasiswa dengan IPK tidak lulus, yang merupakan jumlah tertinggi dibandingkan stressor lainnya. Hubungan dengan teman juga menunjukkan dampak terhadap prestasi, di mana 2 dari 13 mahasiswa tidak lulus, meskipun mayoritas dengan IPK

sangat memuaskan. Sementara itu, hubungan dengan keluarga berdampak lebih ringan, dengan mayoritas mahasiswa dengan IPK memuaskan dan hanya 1 mahasiswa dengan IPK tidak lulus.

#### 4.1.2.5. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Sosial Ekonomi Mahasiswa

**Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Berdasarkan Sosial Ekonomi Mahasiswa**

Sosial Ekonomi	Tingkat Stres					Total
	Tidak Stres	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
< 1.000.000	1	0	0	1	0	2
1.000.000 - 3.000.000	21	3	6	1	1	32
> 3.000.000	25	6	9	7	4	51
Total	47	9	15	9	5	85

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui gambaran tingkat stres mahasiswa kedokteran di Universitas Islam Sultan Agung berdasarkan sosial ekonomi yang didapatkan perbulan. Responden yang mendapatkan sosial ekonomi dibawah satu juta hanya terdapat 2 mahasiswa masing-masing mengalami stres berat dan tidak mengalami stres. Mahasiswa yang mendapatkan sosial ekonomi diantara satu juta dan tiga juta sebanyak 21 mahasiswa tidak mengalami stres, 3 mahasiswa mengalami stres ringan, 6 mahasiswa mengalami stres sedang, 1 mahasiswa mengalami stres berat dan terdapat 1 mahasiswa yang mengalami stres sangat berat. Sedangkan untuk responden yang

mendapatkan sosial ekonomi lebih dari tiga juta terdapat sebanyak 25 tidak mengalami stres normal, 6 mahasiswa mengalami stres ringan, 9 mahasiswa mengalami stres sedang, 7 mahasiswa mengalami stres berat dan sebanyak 4 mahasiswa mengalami tingkat stres yang sangat berat. Hasil tersebut didapatkan secara keseluruhan didominasi oleh responden yang mendapatkan sosial ekonomi di atas tiga juta yang tidak mengalami stres.

#### 4.1.2.6. Gambaran Prestasi Akademik Berdasarkan Stresor Ekonomi Mahasiswa

**Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Berdasarkan Sosial Ekonomi Mahasiswa**

Sosial Ekonomi	Indeks Prestasi			Pujian	Total
	Tidak Lulus	Memuaskan	Sangat Memuaskan		
<1.000.000	1	1	0	0	2
1.000.000 - 3.000.000	3	7	20	2	32
> 3.000.000	3	20	28	0	51
Total	7	28	48	2	85

Berdasarkan tabel 4.7 terlihat pada responden yang dengan sosial ekonomi kurang dari satu juta masing-masing satu orang memiliki yang IPK tidak lulus dan memuaskan. Responden dengan sosial ekonomi diantara satu juta sampai tiga juta terdapat 3 mahasiswa memiliki IPK yang tidak lulus, 7 mahasiswa memiliki IPK yang memuaskan, 20 mahasiswa memiliki IPK yang sangat memuaskan dan terdapat 2 mahasiswa yang memiliki IPK yang pujian.

Sedangkan pada responden dengan sosial ekonomi di atas tiga juta terdapat 3 mahasiswa dengan IPK tidak lulus, 20 mahasiswa memiliki IPK yang memuaskan, 28 mahasiswa memiliki IPK yang sangat memuaskan dan tidak terdapat mahasiswa yang memiliki IPK dengan pujian.

#### 4.1.3. Hasil Analisis Bivariat Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa

Hasil analisis bivariat terhadap hubungan antara tingkat stres dan indeks prestasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung sebagai berikut:

**Tabel 4.8. Uji Analisis Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021.**

IPK	Tingkat Stres				Total	p
	Tidak Stres	Ringan	Sedang	Berat		
Sangat Kurang	5	0	2	0	7	0,285
Kurang Memuaskan	16	4	2	4	28	
Cukup Memuaskan	26	5	10	4	48	
Sangat Memuaskan	0	0	1	1	2	
Total	47	9	15	9	85	

Uji analisis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman* untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021. Tabel 4.8, diperoleh nilai p sebesar 0,285. Taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ , hasil pengujian korelasi Spearman menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak, karena nilai  $p =$

0,285 lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan prestasi akademik.

#### 4.2. Pembahasan

Hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik mahasiswa pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara keduanya, dengan nilai  $p$  sebesar 0,285. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Akbar (2024) juga menemukan hasil serupa, di mana tidak ada hubungan signifikan antara tingkat stres dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa kedokteran. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengelola stres dengan baik, sehingga tidak berdampak negatif pada prestasi akademik mereka. Oleh karena itu, penting untuk melihat faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prestasi akademik, seperti motivasi belajar dan dukungan sosial (Ajeng Hardianto *et al.*, 2024).

Faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa mencakup keadaan ekonomi keluarga, dukungan mental dari teman dan keluarga, serta kemampuan individu dalam mengelola stres. Penelitian oleh Alotaibi *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dapat membantu mahasiswa mengatasi stres dan meningkatkan prestasi akademik mereka. Selain itu, motivasi belajar juga berperan penting dalam menentukan seberapa baik mahasiswa dapat berprestasi di lingkungan akademik yang menantang. Mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan dan tantangan yang muncul

selama proses belajar (Rauf *et al.*, 2024). Dengan demikian, meskipun tingkat stres tidak berhubungan langsung dengan prestasi akademik, faktor-faktor lain seperti dukungan sosial dan motivasi belajar dapat berkontribusi secara signifikan.

Teori *eustress* menjadi relevan untuk dipertimbangkan, *eustress* atau stres positif adalah jenis stres yang dapat memotivasi individu untuk mencapai tujuan dan meningkatkan kinerja (Shafira & Zahara Nasution, 2022). *Eustress* dapat muncul ketika mahasiswa menghadapi tantangan yang dianggap menstimulasi dan bermanfaat, seperti ujian atau proyek besar. Ketika mahasiswa mampu mengubah stres menjadi *eustress*, mereka dapat meningkatkan fokus dan produktivitas, dapat berkontribusi pada prestasi akademik yang lebih baik. Tingkat stres secara keseluruhan tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan prestasi akademik, *eustress* dapat menjadi faktor yang mendukung pencapaian akademik mahasiswa (Chua *et al.*, 2018).

Mahasiswa dalam penelitian ini mayoritas mengalami stresor psikososial yang berkaitan dengan pendidikan sebesar 21,2%, yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mereka. Penelitian oleh Raditya (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa sering menghadapi tekanan untuk meraih kesuksesan akademik, yang dapat menjadi sumber stres yang signifikan. Mahasiswa mungkin merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi akademik yang tinggi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kinerja mereka. Namun, jika mahasiswa memiliki strategi *coping* yang baik dan dukungan

dari lingkungan sosial, mereka mungkin dapat mengatasi stres tersebut tanpa mengorbankan prestasi akademik (Rachmah, 2013). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana mahasiswa mengelola stres dan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hasil akademik mereka.

Perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin juga menjadi perhatian dalam penelitian ini, di mana mahasiswa perempuan cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Responden penelitian ini didominasi oleh perempuan sebanyak 63,5%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saptaning Wilujeng (2023), yang menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung merasakan dampak emosional dari stres. Hal ini disebabkan oleh cara masing-masing gender mengelola stres dan menghadapi tekanan, di mana perempuan lebih cenderung mengalami kecemasan dan ketidakpastian dalam situasi yang menantang. Sebaliknya, laki-laki mungkin lebih mampu melihat tekanan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga mereka dapat mengelola stres dengan lebih baik. Dengan memahami perbedaan ini, institusi pendidikan dapat merancang program dukungan yang lebih efektif untuk membantu mahasiswa dari berbagai latar belakang.

Dalam konteks akademik, penting untuk memahami bahwa stres dapat memiliki dampak yang berbeda pada setiap individu, tergantung pada cara mereka mengelola dan merespons tekanan yang dihadapi. Beberapa mahasiswa mungkin dapat mengubah stres menjadi motivasi untuk belajar lebih giat, sementara yang lain mungkin merasa tertekan dan tidak mampu

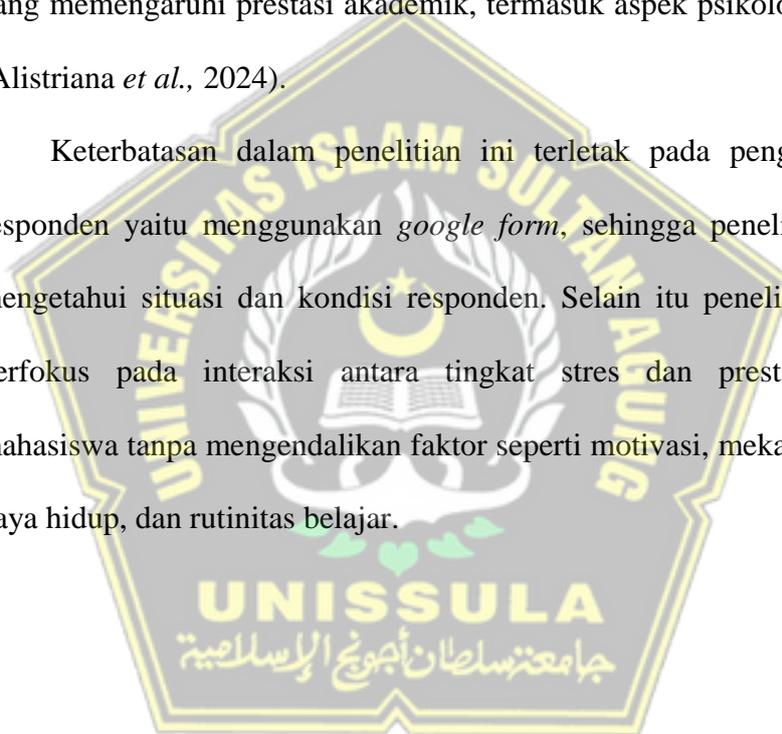
berfungsi dengan baik. Penelitian oleh Lumban Gaol, (2016) menunjukkan bahwa eustress, atau stres positif, dapat meningkatkan kewaspadaan dan kinerja, sedangkan distress, atau stres negatif, dapat menghambat kemampuan akademik. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan manajemen stres yang efektif, sehingga mereka dapat memanfaatkan stres sebagai pendorong untuk mencapai prestasi yang lebih baik (Aryuni *et al.*, 2025).

Selain itu, dukungan dari lingkungan sosial, seperti teman, keluarga, dan dosen, juga memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi stres. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung lebih mampu menghadapi tantangan akademik dan mengelola stres dengan lebih baik. Dukungan emosional dan praktis dari orang-orang terdekat dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi situasi yang menantang (Deodor *et al.*, 2023). Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu menciptakan program dukungan yang dapat membantu mahasiswa membangun jaringan sosial yang kuat dan memberikan sumber daya yang diperlukan untuk mengatasi stres, sehingga mereka dapat mencapai prestasi akademik yang optimal.

Meskipun tidak ada hubungan signifikan yang ditemukan antara tingkat stres dan prestasi akademik, penting untuk mempertimbangkan bagaimana individu mengelola stres dan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil akademik. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk

mengeksplorasi interaksi antara stres, dukungan sosial, dan motivasi belajar dalam konteks akademik. Dengan memahami hubungan ini, institusi pendidikan dapat mengembangkan strategi yang lebih baik untuk mendukung mahasiswa dalam menghadapi stres dan mencapai prestasi akademik yang optimal. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih holistik dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi prestasi akademik, termasuk aspek psikologis dan sosial (Alistriana *et al.*, 2024).

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada pengambilan data responden yaitu menggunakan *google form*, sehingga peneliti tidak dapat mengetahui situasi dan kondisi responden. Selain itu penelitian ini hanya berfokus pada interaksi antara tingkat stres dan prestasi akademik mahasiswa tanpa mengendalikan faktor seperti motivasi, mekanisme *coping*, gaya hidup, dan rutinitas belajar.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

5.1.1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021, dengan nilai  $p > 0,05$  yaitu 0,285.

5.1.2. Tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021, stres sangat berat 5,9%, stres berat 10,6%, stres sedang 17,6%, stres ringan 10,6%, sedangkan yang tidak mengalami stres 55,3%.

5.1.3. Prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2021, yang lulus dengan pujian 2,4%, sangat memuaskan 56,5%, memuaskan 32,9%, dan 8,2% tidak lulus.

#### 5.2. Saran

5.2.1. Penelitian selanjutnya dapat melakukan pengambilan data penelitian secara langsung sehingga mengetahui situaso dan kondisi reponden saat mengisi kuisisioner

5.2.2. Bagi peneliti selanjutnya, perlu diperiksa kembali faktor lain yang mempengaruhi seperti motivasi, mekanisme *coping*, gaya hidup, dan

rutinitas belajar yang dapat mempengaruhi tingkat stres dan prestasi akademik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng Hardianto, A., Salsabilla Ardine Pranindy, J. & Tri Siwi Agustina, T. 2024. Pengaruh Budaya Pembelajaran Organisasi Dan Efikasi Diri Terhadap Kinerja Akademik Mahasiswa Melalui Mediasi Motivasi. *Jurnal GeoEkonomi*, 15(2): 187–196. <https://jurnal.fem.uniba-bpn.ac.id/index.php/geoekonomi/article/view/501>.
- Akbar, T.R., Fithriyah, I., Dewanti, L. & Akbar Nyong husain. 2024. Relationship Between Stress Level and Academic Grade in Medical Students of Universitas Airlangga. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 13(1): 12–18.
- Al, A., Nainar, A., Maisarah, S., Studi, P., Keperawatan, S. & Tangerang, U.M. 2022. Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Keperawatan Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Kota Tangerang The Relationship between Stress Levels and Learning Achievements of Nursing Students During the COVID-19 Pandemic in the City of Tangerang. <https://jurnal.ruangide.org/JKMD>.
- Alistriana, A., Indah Suci Wulandari & Ichsandy Tanaya Abiyaksa. 2024. Pedekatan Holistik dalam Manajemen Kesiswaan : Akademik, Karakter, dan Bakat. *Karakter : Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(1): 302–315. <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Karakter/article/view/400>.
- Alotaibi, A., Alosaimi, F., Alajlan, A. & Bin Abdulrahman, K. 2020. The relationship between sleep quality, stress, and academic performance among medical students. *Journal of Family and Community Medicine*, 27(1): 23–28.
- Amalia Ramadhan, D., Karim, D., Nishfa Dewi, W. & Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan, P. 2022. Hubungan Stres Akademik Dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Tingkat Pertama. *Jurnal Online Mahasiswa*, 9(1): 171–179.
- Aryuni, M., Mariem Monepa, J. & Patodo, M.S. 2025. Pelatihan Manajemen Stres pada Mahasiswa Stress Management Training for Student in University. *Indonesia Berdaya*.
- Casogi Adryana, N., Apriliana, E. & Oktaria, D. 2020. Perbandingan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 9: 142–149.
- Chua, R.Y., Ng, Y.L. & Park, M.S.-A. 2018. Mitigating Academic Distress: The Role of Psychological Capital in a Collectivistic Malaysian University Student Sample. *The Open Psychology Journal*, 11(1): 171–183.

- Dahlan, M.S. 2010. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel ddam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. 3rd ed. Salemba Medika. <http://www.penerbitsalemba.com>.
- Defitri A An, Zukhra Ririn Muthia & Nopriadi. 2021. Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10: 287–296.
- Deodor, M.A., Morintosh, F., Kasingku, J.D., Frans, N., Keperawatan, I. & Keperawatan, F. 2023. Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa: Studi Literatur. *Jurnal Pendidikan Mandala*, 8: 507–14. <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JUPE/index>.
- Ekawarna. 2022. *Manajemen Konflik dan Stres*. B. S. Fatmawati, ed. Bumi Aksara.
- Del Giudice, M., Buck, C.L., Chaby, L.E., Gormally, B.M., Taff, C.C., Thawley, C.J., Vitousek, M.N. & Wada, H. 2018. What Is Stress? A Systems Perspective. *Integrative and comparative biology*, 58(6): 1019–1032.
- Hadi, M.F. & Tadjudin, N.S. 2023. Pengaruh Stress Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4): 6694–6701.
- Hediaty, S. & Natasha Ayu Shafira, N. 2022. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Journal of Medical Studies (JOMS)*, 2.
- Helmahani, M.A. & Biromo, A.R. 2022. Hubungan Tingkat Stres Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017. *EBERS PAPHYRUS*, 28(2).
- Hidayati, L.N. & Harsono, D.M. 2021. Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18.
- Huda, T., Rusyani, H. & Wahyudin. 2021. Hubungan Faktor Stresor Psikososial Terhadap Kejadian Depresi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerang Kabupaten Garut.
- Ihsan, Jaliil, A., Dewi, Y.I. & Wahyuni, S. 2020. Mekanisme Koping Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Yang Ikut Dan Yang Tidak Ikut Organisasi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1. <https://www.online-journal.unja.ac.id/JINI>.
- Ilhamsyah, A., Karepsina, J. & Sulistiyorini, D. 2023. Hubungan Antara Pola Hidup Sehat terhadap Prestasi Belajar pada Mahasiswa. *Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia (JMSI)*, 2: 103–107.

- Intan, N., Zola<sup>1</sup>, R., Fathra, A., Nauli<sup>2</sup>, G., Tri, U., Fakultas, K. & Universitas, R. 2021. Gambaran Stres Psikososial dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya Pada Remaja. *JKEP*, 6(1).
- Kapitan, I.K., Kareri, D.G.R. & Amat, L. 2021. Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Nusa Tenggara Timur. *Hubungan Motivasi Belajar Cendana Medical Journal*, 21(1): 64–71.
- Karlsson, L., Rischer, K., Annett, J., Persson, B. & Macgregor, O. 2018. Stress From a Biological, Social, and Psychological Perspective. *Cognitive Neuroscience Basic* : 1–43.
- Kemendikbud. 2020. *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020*. [www.peraturan.go.id](http://www.peraturan.go.id).
- KOMKORDIK. 2023. *Buku Pedoman Akademik Program Studi Profesi Dokter (PSPD) Tahun Akademik 2023/2024*. : 1–99.
- Lavari, W., Erianti, S. & Rasyid, A. 2019. Gambaran Mekanisme Koping Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Di Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8: 32–41. <http://jurnal.alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan>.
- Lubis, H., Ramadhani, A. & Rasyid, M. 2021. Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1): 31–39.
- Lumban Gaol, N.T. 2016. Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1): 1.
- Manurung, V., Christanto & Citrayani, R. 2023. Tingkat Stres Pada Anak dalam Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi COVID-19. *Media Bina Ilmiah*, 17(10): 2485–2494.
- Moe, S.N., Munayang, H. & Kaunang, T.M.D. 2024. Faktor-faktor yang Berperan terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Medical Scope Journal*, 6(2): 263–268.
- Mona, S. & Yunita, P. 2021. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Factors Related To Achievement Student Learning. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah* , 15: 117–125.
- Muhlisa, N. & Aeni, N.'. 2021. Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Relationship Between Coping Strategies And Academic Resilience In Students Of The

- Faculty Of Medicine. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi (PSIMPHONI)*, 1(2): 2775–1805.
- Musabiq, S.A. & Karimah, I. 2018. Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa Description Of Stress And Its Impact On Students. *Jurnal Ilmiah Psikologi InSight* , 20(2): 75–83.
- Nainar, A. & Maisarah, S. 2022. Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Keperawatan Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Kota Tangerang. *Jurnal Kesehatan Masa Depan*, 1(1): 58–70. <https://jurnal.ruangide.org/JKMD>.
- Nursa'adah. 2022a. Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. *Jurnal Sains dan Aplikasi*, 10(2): 116–120.
- Nursa'adah. 2022b. Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. *Jurnal Sains dan Aplikasi*, 10(2): 116–120.
- Nurul Hakim, A., Kusumawati, A., Budi, Y.H. & Qoimatun, I. 2023. Tingkat Stres dan Pencapaian Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter: Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19: 173–186. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>.
- Prabamurti, G.A. 2019. Analisis Faktor-Faktor Pemicu Level Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Putri Tamiya, A., Wahyuni, S. & Hasneli Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Y.N. 2022. Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Pada Masa Pandemi Covid-19. *JKEP*, 7(1).
- Rachmah, D.N. 2013. *Hubungan Self Efficacy, Coping Stress Dan Prestasi Akademik Correlation Self Efficacy, Coping Of Stress And Academic Achievement*.
- Raditya, Nurikhwan, P.W., Dwi Sanyoto, D., Bakhriansyah, M. & Limantara, S. 2023. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Nilai Ujian Blok Mahasiswa Pskps Fk Ulm. *Homeostasis*, 6: 485–494.
- Rajab Nugraha, F., Aryo Damara, F., Saskya Prameswari, P., Sani Rachman Soleman, dr, Khairun Nisa, dr, Kes, M., Lampung dr Razmaeda Sarastry, U., Sc, M., Lia Faridah, dr, Si, M. & Sumatra Utara dr Firdaus Hamid, U. 2018. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia. *JIMKI*, 5(2): 130–137.
- Ramadhani, S. & Siregar, I. 2024. Hubungan Tingkat Stress Dengan Indeks Prestasi Pada Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Farmasi

Fakultas Farmasi Dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Journal on Education*, 06(03): 16122–16127.

- Rauf, M.A., Puspitasari, N. & Aprilya, N. 2024. *Jurnal Kesehatan Pertiwi Hubungan Motivasi Belajar dengan Kecemasan Mahasiswa saat Menghadapi Ujian Pelaksanaan Objective Structured Clinical Examination (OSCE) Periode III Program Studi Sarjana Terapan Gizi Klinik Politeknik Negeri Jember*.
- Rizdanti, F., Marhayuni, E., Lestari, M.P. & Putri, A.M. 2022. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Consuleza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1): 32–39. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>.
- Sagita, D.D., Fairuz, S.U.N. & Aisyah, S. 2021. Perbedaan Stres Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 5(1): 9–16.
- Santika, P.L.D. 2020. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 21: 1–17.
- Saptaning Wilujeng, C., Gizi, D., Ilmu Kesehatan, F., Yusuf Habibie, I. & Dwi Indiah Ventyaningsih, A. 2023. *Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kategori Stres pada Remaja di SMP Brawijaya Smart School*.
- Satria, M., Catur, P., Rahmatika, A. & Oktaria, D. 2018. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik pada Mahasiswa Kedokteran Tahap Preklinik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 6(2).
- Sebastian, J., Sondakh, P., Theresa, R.M. & Kunci, K. 2020. Hubungan Stres Dengan Timbulnya Kecenderungan Gangguan Mental Emosional Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta. *Jurnal Kedokteran*, 8(1).
- Seto, S.B., Wondo, M.T.S. & Mei, M.F. 2020. Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3): 733–739.
- Shafira, N. & Zahara Nasution, F. 2022. Peran Stres Kerja Positif (Eustress) Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/Psikologi>.
- Suko Rahayu, D. & Saraswati, S. 2020. Hubungan antara Kepribadian Tangguh dengan Tingkat Stres Akademik dan Organisasi. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(2): 91–97. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>.

Zega, P., Harefa, Y., Telaumbanua, W.A. & Laoli, B. 2024. Pengaruh Kondisi Ekonomi Keluarga Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Pada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan di Universitas Nias. *Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran: JPPP*, 5(3): 291–300.  
<https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JPPG/article/view/20938>.

