

**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
ANGKATAN 2018 SAAT MENGIKUTI PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

Skripsi Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
Di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun oleh :

**VICTORIA FILIALNI RAHAILWARIN AMBAY**

**41170176**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

**YOGYAKARTA**

**2022**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**  
**SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Victoria Filialni Rahailwarin Ambay  
NIM : 41170176  
Program studi : Pendidikan Kedokteran  
Fakultas : Kedokteran  
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN ANGGKATAN 2018 SAAT MENGIKUTI  
PEMBELAJARAN JARAK JAUH”**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada Tanggal : 19 Mei 2022

Yang menyatakan

(Victoria Filialni Rahailwarin Ambay)

NIM.41170176

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Victoria Filialni Rahailwarin Ambay

NIM : 41170176

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### **GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA ANGGARAN 2018 SAAT MENGIKUTI PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 19 Mei 2022

Yang menyatakan



Victoria Filialni Rahailwarin Ambay /41170176

**LEMBAR PENGESAHAN**  
Skripsi dengan judul  
**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA ANGGARAN 2018 SAAT MENGIKUTI**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:  
**Victoria Filialni Rahailwarin Ambay**  
**41170176**  
dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana  
dan dinyatakan **DITERIMA**  
untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran pada tanggal 19 Mei 2022


Nama Dosen	Tanda Tangan
1. Dr. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A (Dosen Pembimbing I/Ketua Tim/Penguji)	
2 dr. Saverina Nungky Dian Hapsari, MHPE (Dosen Pembimbing II)	
3. dr. Lucas Nando Nugraha, M. Biomed (Dosen Penguji)	

**Yogyakarta, 19 Mei 2022**

**Disahkan oleh :**


dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D

Wakil Dekan I  


dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed

**KOMISI ETIK PENELITIAN KEDOKTERAN DAN KOMISI ETIK  
PENELITIAN KEDOKTERAN DAN KESEHATAN FAKULTAS  
KEDOKTERAN UKDW**

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN /  
ANTIPLAGIARISME**

Nama / NIM : Victoria Filialni Rahailwarin Ambay / 41170176  
Instansi : Universitas Kristen Duta Wacana  
Alamat : Jalan Dr. Wahidin Sudirohusodo 5-25 Yogyakarta, 55224  
E-mail : [vfialni@gmail.com](mailto:vfialni@gmail.com) / [41170176@students.ukdw.ac.id](mailto:41170176@students.ukdw.ac.id)  
Judul Artikel : Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran  
Angkatan 2018 Saat Mengikuti Pembelajaran Jauh

Dengan ini saya menyatakan bahwa tulisan ilmiah saya adalah asli dan hasil karya saya sendiri. Saya telah membaca dan memahami peraturan penulisan ilmiah dan etika karya tulis ilmiah yang sudah dikeluarkan oleh FK UKDW. Saya sudah menaati semua peraturan penulisan karya tulis ilmiah yang berlaku. Apabila di kemudian hari, karya ilmiah saya terbukti dalam kategori plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, 19 Mei 2022

Yang menyatakan

  
A11B5AJX835699610

Victoria Filialni Rahailwarin Ambay /41170176

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Victoria Filialni Rahailwarin Ambay

NIM : 41170176

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

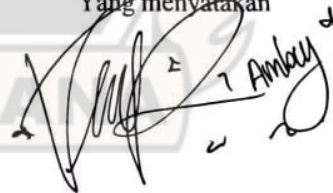
### **GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA ANGKATAN 2018 SAAT MENGIKUTI PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 19 Mei 2022

Yang menyatakan



Victoria Filialni Rahailwarin Ambay /41170176

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur atas kasih karunia yang melimpah dari Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria yang tiada henti memberikan suka cita, berkat, kebijaksanaan, dan kekuatan kepada penulis untuk menyelesaikan Pendidikan preklinik kedokteran dan membimbing penulis untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, serta memberikan penulis kekuatan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sebagai salah satu pencapaian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Perjalanan panjang telah penulis lalui dalam rangka menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Tak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung penulis selama pembuatan karya tulis ilmiah ini sehingga penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah Bapa, Tuhan Yesus Kristus, dan Roh Kudus serta Bunda Maria atas segala berkat, bimbingan, dan penyertaan di setiap langkah kehidupan penulis hingga saat ini.
2. Dr. The Maria Meiwati Widago, Ph.D. selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah memberikan izin dalam proses penulisan karya tulis ilmiah ini.
3. DR. dr. Fx. Wikan Indrarto, Sp.A selaku dosen pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan masukan, saran, serta wejangan pada peneliti dalam menyusun karya tulis ilmiah ini. Terima kasih

juga atas bantuan dokter dalam membuka wawasan penulis sehingga penulis mampu berpikir lebih kritis, sistematis, dan lebih teliti.

4. dr. Saverina Nungky Dian Hapsari, MHPE yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga serta memberikan masukan, petunjuk, kritikan dan saran untuk membantu peneliti dalam menyusun karya tulis ilmiah ini. Terima kasih juga atas wawasan yang diberikan kepada penulis mulai dari cara penulisan, format penulisan, penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar, serta perhatian dokter kepada peneliti dengan menanyakan perkembangan karya tulis ilmiah penulis.
5. dr. Lucas Nando Nugraha, M.Biomed dosen penguji yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan kritik dan saran yang membangun sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi sebuah karya tulis yang baik.
6. Dosen dan karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah membantu penulis dalam bentuk saran serta dukungan, dan keperluan administrasi dalam proses pembuatan karya tulis ilmiah ini.
7. dr. Daniel Chriswananto Adityo Nugroho, MPH selaku dosen pembimbing akademik yang senantiasa meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan terakit akademik, serta telah membantu peneliti dalam mencari bantuan terapi kesehatan jiwa peneliti.
8. Markus Nikolaus Rahailwarin dan Gemma Yasinta Ambay selaku orang tua penulis yang memberikan cinta kasih, doa, semangat, motivasi, dan materi



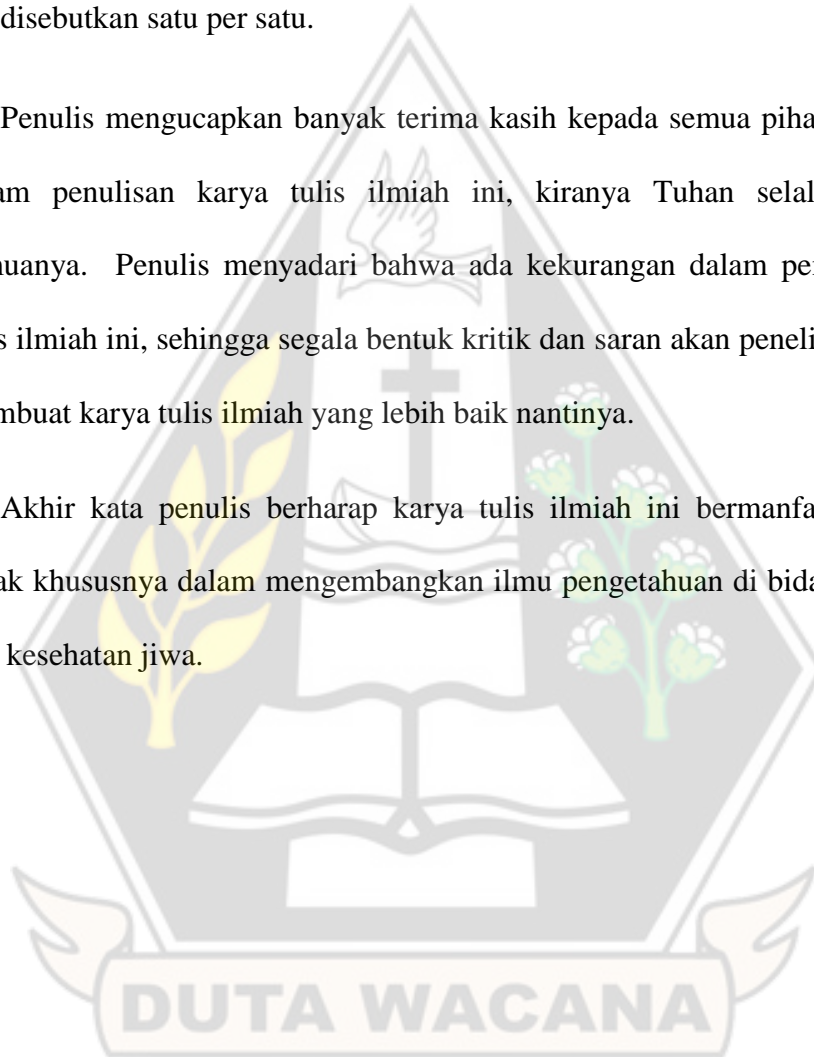
yang berlimpah kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan segala tuntutan akademik dan karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.

9. Thadeus Filialno Rahailwarin Ambay, Clara Anjeli Rosari Rahailwarin Ambay, dan Engelberth Yudhawastu C. Rahailwarin Ambay selaku saudara kandung penulis yang senantiasa menyayangi dan mendoakan kesuksesan penulis. Terima kasih juga kepada anak Gabriel Filialno S. yang telah hadir di dunia dan menjadi salah satu sumber kebahagiaan dan semangat peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Keluarga besar Ambay : Mama tua Diana Ambay dan keluarga, mama Maria Ambay dan keluarga, mama Helda Ambay dan keluarga, serta ucapan terima kasih kepada seluruh keluarga besar Rahailwarin dan Ambay yang tidak bisa diucapkan satu per satu atas doa dan dukungannya kepada penulis.
11. Trystan Josef Ticoalu dan Henricka R.A Tewu sebagai sahabat penulis yang senantiasa setia dalam memberikan semangat, motivasi, dan mendampingi penulis dalam menyelesaikan masa pre-klinik dan menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
12. Anathasya Astritaningsih Marjadi, Valaenthina C. Bemey, dan Daniel G. Ambarita yang senantiasa meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
13. Valentino, Stanley, Jessica, Ivon, Cynthia, Tiara K., Fehren K.B., Ian, Meka, dan Virgin selaku teman peneliti yang membantu dan memberi semangat pada peneliti selama menjalani pendidikan Program Sarjana (S1).

14. Teman sejawat Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Angkatan 2017 “Leukosit” yang saling mendukung dan memberi semangat.
15. Seluruh pihak yang terlibat dalam penulisan karya ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, kiranya Tuhan selalu memberkati semuanya. Penulis menyadari bahwa ada kekurangan dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini, sehingga segala bentuk kritik dan saran akan peneliti terima untuk membuat karya tulis ilmiah yang lebih baik nantinya.

Akhir kata penulis berharap karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak khususnya dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan dan kesehatan jiwa.



## DAFTAR ISI

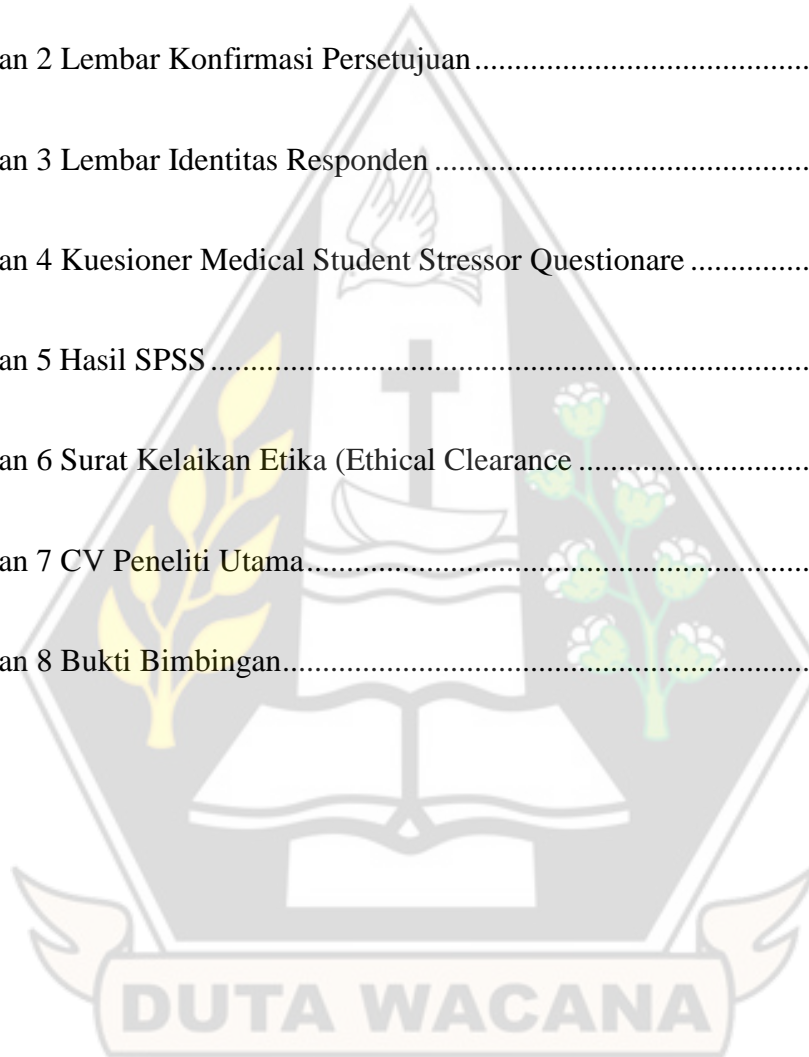
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAAN PENELITIAN/ANTIPLAGIARISME.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I Pendahuluan .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Masalah Penelitian .....	3
1.3. Tujuan Penelitian .....	4
1.4. Manfaat Penelitian .....	4
1.5. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II. Tinjauan Pustaka.....</b>	<b>9</b>

2.1. Tinjauan Pustaka .....	9
2.1.1 Dampak Pandemi COVID-19 .....	9
2.1.2 Pembelajaran Jarak Jauh .....	9
2.1.3 Stres.....	13
2.1.4 Mahasiswa.....	21
2.1.5 Hubungan Pembelajaran Jauh dengan Tingkat Stres .....	22
2.1.6 Pengukuran Tingkat Stres .....	23
2.2. Landasan Teori.....	24
2.3. Kerangka Teori.....	25
2.4. Kerangka Konsep.....	26
2.5 Hipotesis.....	27
<b>BAB III. Metode Penelitian.....</b>	<b>28</b>
3.1. Desain Penelitian.....	28
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
3.3. Populasi dan Sampling.....	28
3.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	30
3.5. Besar Sampel.....	32

3.6. Bahan dan Alat.....	32
3.7. Pelaksanaan Penelitian.....	33
3.8. Analisis data.....	34
3.9. Etika Penelitian.....	34
3.10. Jadwal Penelitian.....	36
<b>BAB IV. Hasil dan Pembahasan.....</b>	<b>37</b>
4.1. Hasil Penelitian.....	37
4.1.1 Karakteristik Responden.....	37
4.1.2 Analisis Univariat.....	39
4.1.3 Analisis Bivariat.....	42
4.2 Pembahasan.....	43
4.2.1 Analisis Univariat.....	43
4.2.2 Analisis Bivariat.....	47
4.3 Keterbatasan.....	49
<b>BAB V. Kesimpulan dan Saran.....</b>	<b>50</b>
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>52</b>
<b>Lampiran.....</b>	<b>59</b>

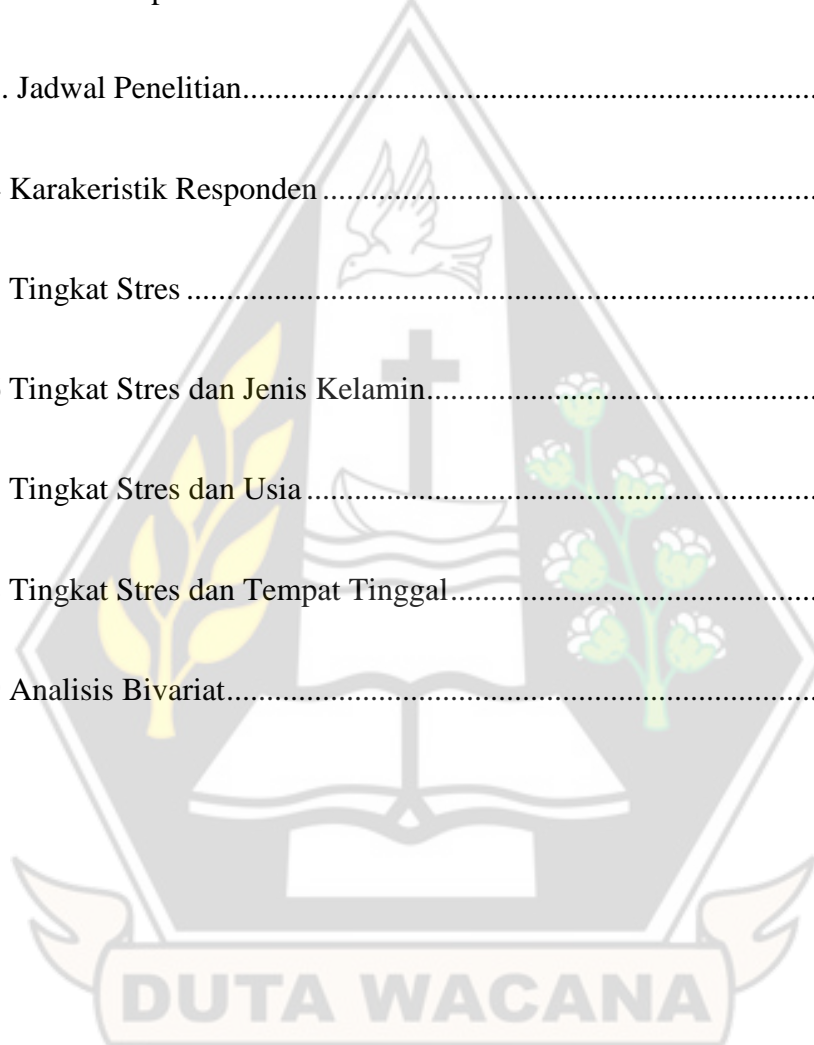
## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Subjek .....	59
Lampiran 2 Lembar Konfirmasi Persetujuan .....	64
Lampiran 3 Lembar Identitas Responden .....	66
Lampiran 4 Kuesioner Medical Student Stressor Questionare .....	67
Lampiran 5 Hasil SPSS .....	71
Lampiran 6 Surat Kelaikan Etika (Ethical Clearance) .....	73
Lampiran 7 CV Peneliti Utama .....	74
Lampiran 8 Bukti Bimbingan .....	76



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Definisi Operasional .....	31
Tabel 3. Jadwal Penelitian.....	36
Tabel 4 Karakteristik Responden.....	38
Tabel 5 Tingkat Stres .....	39
Tabel 6 Tingkat Stres dan Jenis Kelamin.....	40
Tabel 7 Tingkat Stres dan Usia.....	41
Tabel 8 Tingkat Stres dan Tempat Tinggal.....	42
Tabel 9 Analisis Bivariat.....	43



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	26
Gambar 3. Pelaksanaan Penelitian.....	32





## **GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN ANGKATAN 2018 SAAT MENGIKUTI PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

Victoria Filialni Rahailwarin Ambay<sup>1</sup>, Dr. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A<sup>2</sup>, dr.  
Saverina Nungky Dian Hapsari, MHPE<sup>2</sup>, dr. Lucas Nando Nugraha, M.Biomed<sup>2</sup>

1. Mahasiswa, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

2. Dosen, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Korespondensi : Victoria Filialni Rahailwarin Ambay Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen

Duta Wacana Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No.5-25 Yogyakarta 55224, Indonesia

Email : [penelitian@staff.ukdw.ac.id](mailto:penelitian@staff.ukdw.ac.id)

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Pembelajaran jarak jauh berdampak besar dalam dunia pendidikan salah satu contoh berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa. Apalagi saat metode PJJ diterapkan mahasiswa harus mengalami perubahan kebiasaan yang signifikan dimana mahasiswa yang awalnya kuliah secara tatap muka harus melakukan pembelajaran secara *online*.

**Tujuan :** Mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa saat mengikuti pembelajaran jarak jauh.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode potong lintang (*cross-sectional*). Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* disebarakan secara *Online* dengan menggunakan *Google Form*. Jumlah sampel yang diambil adalah 83 mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018. Metode analisis menggunakan uji univariat.

**Hasil Penelitian:** Penelitian ini diperoleh tingkat stres yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 didominasi oleh stres sedang 44,58%, stres ringan 30,12%, diikuti oleh stres berat 19,28%, dan mahasiswa yang tidak stres 6,02%.

**Kesimpulan:** Tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas angkatan 2018 didominasi oleh stres sedang.

**Kata Kunci:** Tingkat Stres, Pembelajaran Jarak Jauh

## DESCRIPTION OF STRESS LEVEL OF MEDICINE FACULTY OF 2018 STUDENTS WHILE FOLLOWING DISTANCE LEARNING

Victoria Filialni Rahailwarin Ambay<sup>1</sup>, Dr. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A<sup>2</sup>,  
dr. Saverina Nungky Dian Hapsari, MHPE<sup>2</sup>, dr. Lucas Nando Nugraha, M.Biomed<sup>2</sup>

*1. Student, Faculty of Medicine, Duta-Wacana-Christian-University*

*2. Lecture, Student, Faculty-of- Medicine, Duta-Wacana-Christian-University*

*Correspondence: Victoria Filialni Rahailwarin-Ambay Faculty of Medicine, Duta Wacana Christian University*

Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No.5-25 Yogyakarta 55224, Indonesia

Email : [penelitian@staff.ukdw.ac.id](mailto:penelitian@staff.ukdw.ac.id)

### ABSTRACT

**Background :** Distance learning has a big impact in the world of education, one example of which is the effect on student stress levels. Especially when the Distance Learning method is applied, students must experience a significant change in habits where students who start face-to-face lectures must do online learning.

**Aim :** Knowing the description of the stress level of students when participating in distance learning.

**Methods :** This research is a descriptive study using cross-sectional method. Data was collected using the Medical Student Stressor Questionnaire distributed online using a Google Form. The number of samples taken were 83 students of the 2018 Faculty of Medicine. The method of analysis used is univariate tests.

**Result :** In this study, the stress level experienced by students of the Faculty of Medicine class 2018 was dominated by moderate stress 44.58%, mild stress 30.12%, followed by severe stress 19.28%, and students who were not stressed 6.02%.

**Conclusion :** The stress level of students from the Faculty of Medicine class 2018 is dominated by moderate stress.

**Keywords :** Stress Level, Distance Learning

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang Penelitian

Pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau dikenal dengan istilah *e-learning* merupakan proses pembelajaran antara pendidik dan peserta didik yang dilakukan tanpa tatap muka secara langsung. Komunikasi dalam pembelajaran jarak jauh dilakukan dua arah dan menggunakan media seperti internet, komputer, telepon, video, dan sebagainya (Ahmad, 2020). Penggunaan *platform online* seperti *Whats App Group* (WAG), *Google Classroom*, dan *Gmeet* digunakan untuk membantu proses belajar-mengajar saat pandemi berlangsung (Rachamawati et al., 2020).

Pembelajaran jarak jauh umumnya dilaksanakan pada daerah perkotaan tetapi saat ini menjadi metode pembelajaran yang diterapkan di berbagai daerah di Indonesia (Oktaviani.J, 2015). Penetapan metode pembelajaran jarak jauh dilakukan sebagai upaya pencegahan penyebaran COVID-19 (Ahmad, 2020). Pembelajaran jarak jauh menjadi solusi terbaik yang dapat dilakukan oleh pemerintah terhadap kegiatan belajar mengajar yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keselamatan pendidik dan peserta didik saat pandemi COVID-19 berlangsung (Maulana & Iswari, 2020). *United Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO) pada tanggal 18 Maret 2020 telah memperhitungkan kurang lebih 850 juta pelajar dan mahasiswa yang sudah melakukan pembelajaran jarak jauh dari rumah (UNESCO, 2020).

Berdasarkan pengumuman resmi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, beberapa perguruan tinggi di Indonesia telah melakukan pembelajaran jarak jauh pada daerah zona merah, orange, dan kuning sebanyak 94% dan 6% pada daerah zona hijau dapat melakukan pembelajaran tatap muka langsung (Napitupulu, 2020).

Pembelajaran jarak jauh berdampak besar dalam dunia pendidikan salah satu contoh berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa. Stres yang dialami mahasiswa cenderung tinggi. Mahasiswa yang tergolong dalam usia remaja akhir yang mengalami peningkatan stres hal ini disebabkan oleh tingginya tuntutan akademik yang harus dilewati mahasiswa (Mahmud & Uyun, 2016). Apalagi saat metode PJJ diterapkan mahasiswa harus mengalami perubahan kebiasaan yang signifikan dimana mahasiswa yang awalnya kuliah secara tatap muka harus melakukan pembelajaran secara *online*. Mahasiswa juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dan menyelesaikan tuntutan akademik yang banyak sehingga mempengaruhi tingkat stres mahasiswa (Putri et al., 2020).

Tekanan akademis mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki resiko lebih besar daripada mahasiswa non-kedokteran terhadap masalah kesehatan fisik dan mental. Mahasiswa Kedokteran lebih rentan terhadap depresi dan kecemasan. Saat pandemi berlangsung, mahasiswa Kedokteran juga yang harus mengikuti pembelajaran jarak jauh yang membuat mahasiswa Kedokteran merasa sedih dan tertekan. Hal ini disebabkan banyaknya tugas, ujian tengah blok, ujian blok, praktikum, dan *skill lab*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Abdul et al , 2020 menunjukkan bahwa kejadian

stres berada di puncak antara mahasiswa kedokteran tahun kedua dan ketiga yang memiliki presentasi tingkat stres lebih tinggi (Abdulghani et al., 2020). Menurut penelitian yang dilakukan di Universitas Kebangsaan Malaysia, mahasiswa tahun ketiga mengalami stres lebih tinggi dibandingkan tahun pertama. Hal ini terjadi akibat mahasiswa dituntut harus menyesuaikan diri dengan lingkungan rumah sakit dimana mahasiswa harus dapat melakukan pemeriksaan klinis pada pasien (Salam et al., 2015). Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Abdul et dijelaskan bahwa mahasiswa Perempuan rentan terhadap stres (48,6%) dibandingkan mahasiswa Fakultas Kedokteran yang laki-laki (Abdulghani et al., 2020).

Penelitian mengenai pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres mahasiswa sudah pernah dilakukan di beberapa Universitas di Indonesia akan tetapi belum pernah dilakukan penelitian yang berfokus pada mahasiswa Kedokteran. Selain itu, berdasarkan latar belakang mengenai stres mahasiswa Fakultas Kedokteran tahun ketiga yang lebih tinggi, peneliti juga tertarik untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana angkatan 2018 saat mengikuti pembelajaran jarak jauh, dimana angkatan 2018 merupakan mahasiswa angkatan tahun ketiga.

## **1.2 Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas

Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana angkatan 2018 saat mengikuti pembelajaran jarak jauh?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa saat mengikuti pembelajaran jarak jauh.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik dan distribusi tingkat stress mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
- b. Mengetahui faktor lain yang berpengaruh pada kejadian stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian yang didapatkan pada penelitian ini adalah :

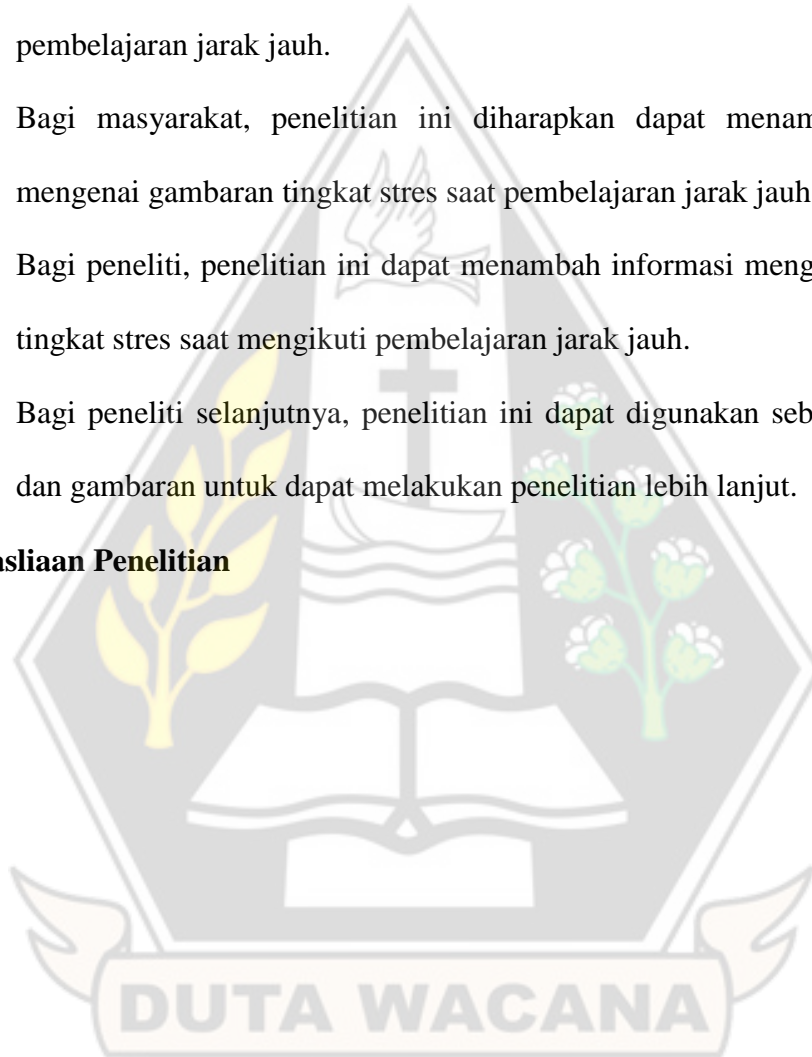
#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai gambaran tingkat stres mahasiswa saat mengikuti pembelajaran jarak jauh dan dapat digunakan untuk menjadi acuan untuk penelitian berikutnya.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi insitusi pendidikan yang menerapkan metode pembelajaran jarak jauh, penelitian ini diharapkan menjadi bahan acuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran jarak jauh.
- b. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai gambaran tingkat stres saat pembelajaran jarak jauh berlangsung.
- c. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah informasi mengenai gambaran tingkat stres saat mengikuti pembelajaran jarak jauh.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal dan gambaran untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut.

#### 1.5 Keaslian Penelitian



Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Desain	Subyek	Hasil
<b>Mualan, Iswara (2020)</b>	Analisis Tingkat Stres Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistik Bisnis di Pendidikan Vokasi	<i>Cross Sectional</i>	Melibatkan 60 Sampel mahasiswa usia 17-20 tahun	Pembelajaran daring mata kuliah statik bisnis mengakibatkan 3% mahasiswa memiliki tingkat stress kategori sangat berat, 52% kategori berat, 8% kategori sedang, 24% kategori ringan, dan 52% dalam kategori normal.
<b>Kusnayar et al., (2020)</b>	Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Era COVID-19 dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa	<i>Cross Sectional</i>	Melibatkan 30 Mahasiswa dari Telkom Univesity Bandung (Tel-U) dan Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung (UIN)	Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan erat antara perkuliahan online dengan sikap mental para mahasiswa yang mengikuti perkuliahan



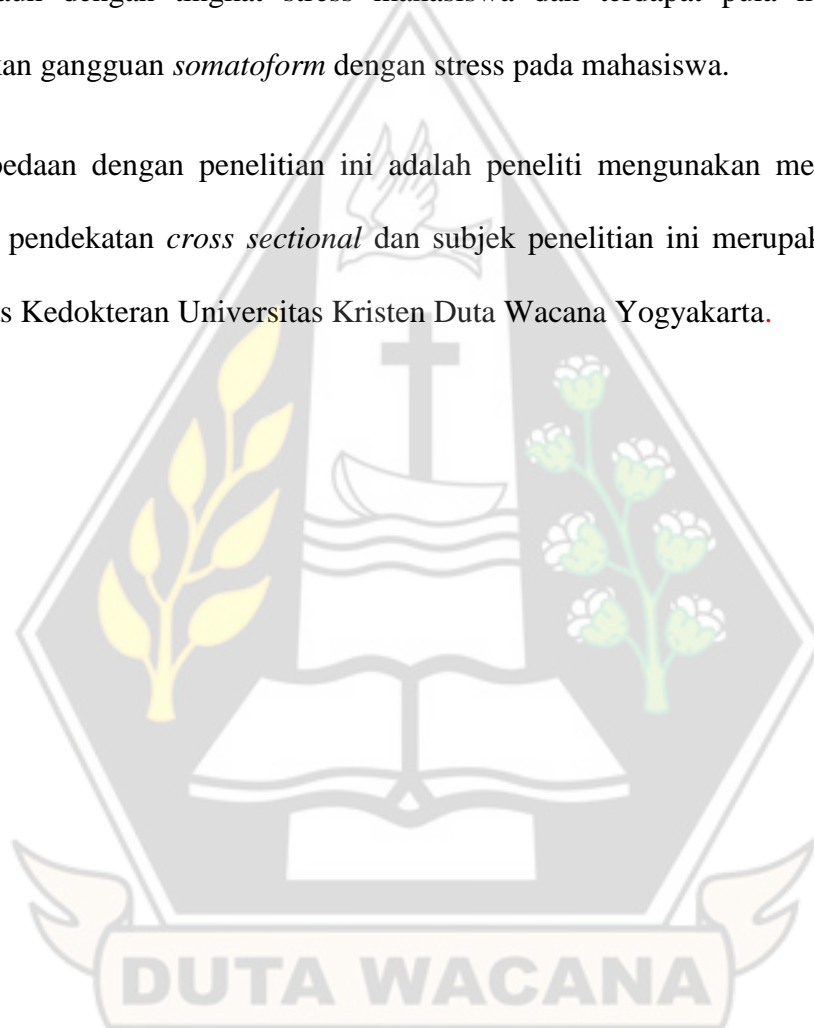
<b>Putri et al., (2020)</b>	Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan <i>Somatoform</i> dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syair Hidayatullah Jakarta	<i>Cross Sectional</i>	Melibatkan 470 sampel mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta	Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi pelaksanaan PJJ dengan tingkat stress mahasiswa ( $p=0,039$ ). Kemudian terdapat pula hubungan tidak signifikan gangguan <i>somatoform</i> dengan stress pada mahasiswa ( $p=0,225$ ).
-----------------------------	---	------------------------	---	---

Tabel di atas menunjukkan penelitian –penelitian sebelumnya yang terkait hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stress mahasiswa. Pada penelitian Mulan, Iswara (2020) menggunakan metode studi *cross sectional* yang melibatkan 60 sampel mahasiswa usia 17-20 tahun. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya tingkat stress terhadap pembelajaran daring yang bervariasi.

Kemudian penelitian yang telah dilakukan oleh Kusnayar et al., (2020) menggunakan metode penelitian *cross sectional* yang melibatkan 30 sampel mahasiswa dari Telkom Univesity Bandung (Tel-U) dan Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung (UIN). Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan erat antara perkuliahan online dengan sikap mental para mahasiswa.

Penelitian oleh Putri et al., (2020) menggunakan desain *cross sectional* yang melibatkan 470 sampel mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara frekuensi pelaksanaan Pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stress mahasiswa dan terdapat pula hubungan tidak signifikan gangguan *somatoform* dengan stress pada mahasiswa.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah peneliti menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dan subjek penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.



## BAB V

### Kesimpulan dan Saran

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana angkatan 2018 saat mengikuti pembelajaran jarak jauh yaitu mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang.
2. Terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa terhadap jenis kelamin, dimana mahasiswa perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki.
3. Terdapat perbedaan tingkat stres terhadap tempat tinggal, dimana mahasiswa yang tinggal di kost/mengontrak memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama orang tua.

#### 5.2 Saran

1. Bagi Institusi

Bagi Universitas Kristen Duta Wacana diharapkan mampu memperhatikan stres yang dialami oleh mahasiswa sehingga dengan memberikan pendampingan melalui Dosen Pembimbing Akademik (DPA) terkait menghadapi *stressor* yang dialami. Hal ini dapat membantu mahasiswa dalam mengungkapkan masalah atau *stressor* akademik yang sedang dialami.

2. Bagi Responden

Bagi responden sebaiknya dapat mengenal kesehatan jiwanya dengan lebih baik sehingga dapat mengurangi kejadian stres pada responden. Bagi responden yang mengalami stres yang mengganggu aktifitas dan kegiatan belajar mengajar dapat menghubungi Dosen Pembimbing Akademik (DPA) dan mencari bantuan tenaga kesehatan jiwa yang kompeten.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait tingkat stres dengan jumlah responden yang diteliti yang lebih banyak sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat mencakup keseluruhan dalam suatu populasi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H. M., Sattar, K., Ahmad, T., & Akram, A. (2020). Association of covid-19 pandemic with undergraduate medical students' perceived stress and coping [response to letter]. *Psychology Research and Behavior Management, 13*, 1101–1102. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S292018>
- Ahmad, I. F. (2020). *Alternative Assessment in Distance Learning in Emergencies Spread of Coronavirus Disease ( Covid-19 )*. Jurnal Pedagogik. <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/pedagogik>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya, 8*(2), 99. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Atziza, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *J Agromed Unila, 2*(3), 317–320. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/1367>
- B, H., & Hamzah, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences, 4*(2), 59. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan*

*Pendidikan*, 5(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>

BPS Provinsi DI Yogyakarta. (2019). *Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka 2019 i*. 1–522.

Chita Putri Harahap, A., Permatasari Harahap, D., & Rivai Harahap, S. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>

Christyanti, D., Mustami'ah, D., & Sulistiani, W. (2010). *Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan KEcenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya*. 12(03), 153–159.

Development, T. H. E. (2010). The Development And Validity Of The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) ASEAN Journal of Psychiatry, Vol.11 (1): Jan – June 2010: XX XX. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 11(June), 1–12.

Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>

Fink, G. (2016). Stress: Concepts, definition and history. *The Curated Reference*

*Collection in Neuroscience and Biobehavioral Psychology, January 2016, 549–555. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.02208-2>*

Khasanah, N. (2016). EVALUASI PELAKSANAAN PROGRAM RINTISAN PPJJ (PENGEMBANGAN PENDIDIKAN JARAK JAUH) IAIN WALISONGO MENUJU PEMBELAJARAN ONLINE (Kerjasama DBE 2 USAID dengan IAIN Walisongo Semarang). *Phenomenon : Jurnal Pendidikan MIPA*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.21580/phen.2012.2.1.417>

Kholidah, E., & Alsa, a. (2012). Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 67–75. <http://jurnal.psikologi.ugm.ac.id/index.php/fpsi/article/view/180>

Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. C. (2018). Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*, 7(5), 1-7III.

Kusnayat, A., Sumarni, N., Mansyur, A. S., Zaqiah, Q. Y., & Bandung, U. T. (2020). *PENGARUH TEKNOLOGI PEMBELAJARAN KULIAH ONLINE DI ERA COVID-19 DAN DAMPAKNYA*. 1(2), 153–165.

Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>

Mahmud, R., & Uyun, Z. (2016). Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada

- Mahasiswa Praktikum. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 52–61.
- Maulina, B., & Sari, D. R. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 1.  
<https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>
- Napitupulu, R. M. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap kepuasan pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 7(1), 23–33.
- Oktaviani, J. (2015). Difusi Program Dalam Program Pembelajaran Jarak di Yayasan Trampil Indonesia. *Sereal Untuk*, 2(1), 51.
- Pathmanathan, V. V. (2013). Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012 / 2013 Overview of Stress Level Among the Students in Medical Faculty of North Sumatera University Odd Semester Academic Year 2012 / 2. *E-Journal FK USU*, 1, 2–5.
- PDDikti. (2020). *Higher Education Statistics 2020*. 81–85.  
<https://pddikti.kemdikbud.go.id/publikasi>
- Postpartum, W., Stress, T., On, E., Progesterone, T., Levels, H., Wistar, O., & Postpartum, R. (2015). *Andria : Pengaruh Stres Terhadap Kadar Hormon*



*Progesteron pada Tikus Wistar Postpartum Pengaruh Stres Terhadap Kadar Hormon Progesteron pada Tikus Wistar Postpartum The Stress Effect On The Progesterone Hormone Levels Of Wistar Rats Postpartum. 2(1), 23–29.*

Putri, R. M., Oktaviani, A. D., Utami, A. S. F., Ni` maturrohmah, Addiina, H. A., & Nisa, H. (2020). Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Somatoform dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Journal of Health Promotion and Behaviour, Vol.2 No.1(1)*, 38–45.

Rachamawati, Y., Ma'arif, M., Fadhillah, N., Inayah, N., Ummah, K., Siregar, M. N. F., Amalyaningsih, R., A.C, F. A., & F, A. A. (2020). Indonesian Journal of Science Learning. *Indonesia Journal of Science Learning, 1(1)*, 32–36.

Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & 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)*, 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1.977>

Rizkyta, D. P., & Fardana N., N. A. (2017). *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dan Kematangan Emosi Pada Remaja, 06*, 1–13. Father's involvement in parenting can affect many aspect in adolescent, including emotion. The survey that was conducted by the writer showed that adolescent in Surabaya, in those case were students of SMKN 6 Surabaya, in general have a

moderate emotional

Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *Biodik*, 6(2), 109–119. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>

Saheera, K. T., & Manikandan, K. (2015). Psychological Distress of Young Adults in Relation to Certain Demographic Variables. *International Journal of Indian Psychology*, 3(1). <https://doi.org/10.25215/0301.098>

Saiful, M., & Yusoff, B. (2014). *The Medical Student Stressor Questionnaire ( MSSQ ) Manual An explanatory guide on stress and stressors in medical study to help you. February 2010.*

Salam, A., Mahadevan, R., Rahman, A. A., Abdullah, N., Harith, A. A. A., & Shan, C. P. (2015). Stress among First and Third Year Medical Students at University Kebangsaan Malaysia. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(1), 169–173. <https://doi.org/10.12669/pjms.311.6473>

Setiawan, A. R. (2020). Lembar Kegiatan Literasi Saintifik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 28–37. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.80>

Setiyono, A., Prasetyo, B., & Maramis, M. (2015). Pengaruh Tingkat Stres dan Kadar Kortisol dengan Jumlah Folikel Dominan pada Penderita Infertilitas yang Menjalani Fertilisasi Invitro. *Majalah Obstetri & Ginekologi*, 23(3), 128.

<https://doi.org/10.20473/mog.v23i3.2078>

Shahsavarani, A. M., Azad, E., Abadi, M., & Kalkhoran, M. H. (2015). Stress: Facts and Theories through Literature Review. *International Journal of Medical Reviews*, 2(2).

Tangerang, D. I. S. M. A. X., Pardamean, E., Lazuardi, M. J., Kunci, K., Psikologis, S., Kelamin, J., & Atas, S. M. (2019). *SISWA-SISWI KELAS XI JURUSAN IPA THE RELATIONSHIP BETWEEN GENDER AND PSYCHOLOGICAL STRESS OF SCIENCE STUDENTS GRADE XI IN SMA X TANGERANG* Stres adalah kondisi medis psikologis Data dari Riset Kesehatan Dasar stres , dan dari jumlah tersebut yang sampai. 7(1).

Tantra, M. A., & Irawaty, E. (2019). Hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 367–372.

Widayatun, & Fatoni, Z. (2013). Health Problems in a Disaster Situation : the Role of Health Personnels and Community Participation. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 8(1), 37–52.