

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN

Fezagustia Rizdanti¹, Esteria Marhayuni², Sri Maria Puji Lestari³, Asri Mutiara Putri⁴

¹ Universitas Malahayati, Indonesia

² Universitas Malahayati, Indonesia

³ Universitas Malahayati, Indonesia

⁴ Universitas Malahayati, Indonesia

E-mail: fezagustia@gmail.com

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 menyebabkan perubahan pola pembelajaran dari yang umumnya dikerjakan secara tatap muka baik di lingkungan universitas ataupun tempat praktek berubah menjadi pembelajaran daring atau daring yang dilaksanakan dari rumah masing-masing untuk memenuhi hak peserta didik agar mendapatkan pendidikan selama pandemi. Pola pembelajaran ini menjadi suatu permasalahan tersendiri yang akan memicu timbulnya kejadian stres akademik. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial diyakini mampu mengatasi kejadian stres akademik. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa kedokteran Malahayati selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *Accidental sampling* yang berjumlah 121 sampel. Didapatkan responden penelitian berjumlah 121 mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial terbanyak dalam kategori sedang (67,8%) dan tingkat stres akademik terbanyak kategori berat (54,5%). Hasil Penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati selama pandemi Covid-19.

Kata Kunci: Covid-19; dukungan sosial; stres akademik

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has caused a change in learning patterns from generally face-to-face either in the university environment or in a place of practice, turning into bold or online learning that carried out from their respective homes to fulfill the rights of students to receive education during the pandemic. This learning pattern becomes a separate problem that will trigger the occurrence of academic stress. One of the factors that influence academic stress is social support. Social support is believed to be able to overcome academic stress. The research objectives are This study aims to determine whether there is a correlation between social support and academic stress in Malahayati medical students during the Covid-19 pandemic. This study uses a quantitative approach with a correlational type of research, using a sampling technique *Accidental sampling* totaling 121 samples. The research respondents were 121 students with the highest level of social support in the moderate category (67.8%) and the highest level of academic stress in the severe category (54.5%). The results of this study indicate that there is no significant correlation between social support and academic stress in Malahayati University medical students during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Covid-19; social support; academic stress

PENDAHULUAN

Pandemi *Covid-19* ialah wabah yang ditemukan di Wuhan negara China (Sari, 2020). *World Health Organization* (WHO) secara resmi menyebutkan keadaan ini sebagai keadaan pandemi. Pada 30 Januari 2020 kasus pandemi ini telah dinyatakan sebagai keadaan darurat bagi kesehatan masyarakat internasional oleh *Public Health Emergency Of Internasional Concern* (PHEIC) (Sardjoko, 2021).

Seluruh Negara telah melakukan tindakan pencegahan dari penularan Covid-19. Tindakan pencegahan dibagi menjadi 4 yaitu menjaga jarak, melakukan karantina mandiri, isolasi mandiri dan penutupan Lembaga pendidikan (Yoo dan Managi, 2020). Menurut UNESCO pada bulan April 2020, sebanyak 1.600.000.000 pelajar dari berbagai tingkatan pendidikan di rumahkan dari sekolah hingga universitas, hal ini merupakan upaya dari pihak penyelenggara pendidikan untuk menekan penyebaran kasus angka kejadian Covid-19 ini. Mahasiswa merupakan bagian individu dengan jumlah yang paling besar di institusi pendidikan sangat-sangat merasa dampak akibat dari pandemi Covid-19 ini, di mana sistem pembelajaran yang biasanya dilakukan secara langsung yakni dari yang umumnya dikerjakan secara tatap muka baik di lingkungan universitas ataupun tempat praktek berubah menjadi pembelajaran daring (dalam jaringan) (Livana et al., 2020). Belajar daring adalah pola belajar jarak jauh disebabkan pandemi Covid-19 yang dikerjakan dari rumah setiap pelajar atau mahasiswa untuk mencukupi hak pendidikan peserta didik agar memperoleh pendidikan semasa pandemi Covid-19. Pola pembelajaran ini tidak jarang menjadi suatu permasalahan tersendiri. Masalah-masalah yang terjadi diantaranya tidak adanya kuota internet bagi mahasiswa

yang kurang mampu (Gunandha dan Rahmayunita, 2020). Mahasiswa yang kurang memahami isi dari materi pelajaran dan kecepatan internet yang melambat (Panchanov, 2020). Pengajar atau dosen yang kurang menyiapkan materi pembelajaran (Satria, 2020). Masalah-masalah tersebutlah yang akan memicu munculnya kejadian stres akademik pada mahasiswa (Utami et al., 2020).

Stres akademik merupakan stres yang diakibatkan karena munculnya tekanan-tekanan dalam upaya memperlihatkan keunggulan atau pencapaian dalam bidang akademik yang meningkat, yang akan membuat mahasiswa terbebani oleh berbagai tuntutan dan tekanan (Sayekti, 2017). Stres adalah keadaan yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran. Berbagai penelitian membuktikan bahwa level stres mahasiswa Fakultas Kedokteran di Indonesia lebih tinggi daripada dengan program studi yang lain dikarenakan beban akademik seperti banyaknya materi pelajaran yang harus dipelajari (Legiran et al., 2015). Perkuliahan dengan sistem blok yang terdiri dari ujian teori dan ujian pratikum, pratikum laboratorium, pratikum *Clinical Skill Lab*, dan tugas akhir yang mengharuskan mahasiswa untuk mengikutinya (Pala et al., 2021). Hasil riset yang telah dilakukan oleh Harahap, et al (2020) tentang kajian tingkat stres akademik semasa pandemi Covid-19 dengan 300 mahasiswa BKI FITK UINSU Medan. Didapatkan hasil mayoritas mahasiswa di Universitas tersebut memiliki stres akademik di masa pandemi *Coronavirus disease* ini.

Dukungan sosial merupakan dukungan yang terdiri atas tindakan atau bantuan yang diterima secara nyata yang diberikan oleh lingkungan sekitar, dan nasihat secara verbal maupun nonverbal yang memiliki manfaat

baik secara efek perilaku atau emosional bagi individu yang menerimanya. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya baik secara lisan atau non lisan akan mampu membantu mengurangi level tingkatan stres akademik mahasiswa tersebut (Pajarianto et al., 2020).

Dukungan sosial sebagai salah satu upaya dari strategipenting dalam membantu individu dalam menghadapi periode pandemi Covid-19 ini. Hal ini disebabkan saat ini individu akan memerlukan bantuan dan juga dorongan ketika menjalani kesulitan yang akhirnya membutuh kandukungan sosial. Dukungan sosial ialah salah satu faktoryang dapat menyokong individu mengatasi kesulitan yang sedang dialami (Santoso, 2020).House membedakan empat aspek dukungan sosial yaitu:dukungan penghargaan (*appraisalsupport*), dukungan emosional (*emotional support*), dukungan informasi (*informational support*), dukungan instrumental (*instrumental support*) (Smet, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Salmon dan Santi (2021) yakni hubungan dukungan sosial dan stres akademik di periodepandemi Covid-19, yang dilaksanakan 83 mahasiswa perantau Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang selama pembelajaran daring dimasaCovid-19. Didapatkan bahwa apabila dukungan sosial yang didapatkan semakin tinggi, tingkat stres akademik yang dihadapi mahasiswa semakin rendahdan sebaliknya.

Hasil penelitian yang dilakukan Anadita (2021) terkait hubungandukungan sosial dan stres akademiksiswa yang mengikuti pembelajaran jarakjauh sebanyak 72 siswamenunjukkanhasil terdapat hubungan yang berkorelasi antara dukungan sosial dan stres akademik yaitu semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari lingkungannya maka semakin rendah tingkatstres akademik yang dihadapi siswa tersebut dan sebaliknya.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan fenomena yang telah dibahas menunjukkan bahwa adanya kaitan antara keduavariabelsaat pandemi Covid-19. Olehsebabitu, penulis ingin mengetahui lebih spesifik lagi tentang hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati selama pandemi Covid-19.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif serta dengan jenis penelitian yaitu korelasional, dengan teknik pengambilan sampel *Accidental sampling* yang berjumlah 121 sampel.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2021. Pada penelitian ini, peneliti membagikan kuesioner dalam bentuk *google form* kemudian dibagikan di aplikasi *zoom meetings*. Isi dari kuesioner yang dibagikan ke responden berupa kuesioner dukungan sosial berdasarkan aspek dukungan sosial House yang dikembangkan oleh Dinova (2016) kemudian dimodifikasi oleh peneliti untuk menyesuaikan keadaan pandemi Covid-19. Didapatkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,963 yang terdiri dari aspek yang diungkapkan House. Untuk stres akademik peneliti membagikan kuesioner MSSQ (*Medical Student Stressor Questionnaire*) yang dikembangkan oleh Aji (2020) dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,95.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Jenis Kelamin dan usia

Karakteristik Responden	Frekuensi	Precentage (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	27	22,3%
Perempuan	94	77,7%
Usia		
20 tahun	14	11,6%
21 tahun	76	62,8%
22 tahun	21	17,4%
23 tahun	7	5,8%
24 tahun	2	1,7%
26 tahun	1	0,8%
Total	121	100,0%

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin yang mengisi kuesioner pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum angkatan 2018 didominasi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 94 orang (77,7%).

Dan tabel di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan usia yang mengisi kuesioner pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum angkatan 2018 paling banyak berusia 21 tahun dengan jumlah frekuensi 76 orang (62,8%).

2. Dukungan Sosial

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan dukungan sosial

Kategorisasi	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah ($X < 40$)	20	16,5%
Sedang ($40 \geq X < 66$)	82	67,8%
Tinggi ($X \geq 66$)	19	15,7%
Total	121	100,0%

Berdasarkan tabel 2 di atas dari 121 responden paling banyak adalah yang memiliki dukungan sosial sedang yaitu berjumlah 82 orang (67,8%) dan responden paling sedikit memiliki dukungan sosial tinggi yaitu berjumlah 19 orang (15,7%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahputra, et al (2020) yang berjudul hubungan dukungan sosial dengan

tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional yang memperoleh hasil bahwa tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa adalah tingkat dukungan sosial sedang (55,5%) yang artinya dukungan sosial yang didapatkan pada rentang tengah yaitu dukungan sosial sedang.

3. Stres Akademik

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan stres akademik

Skor Stres Akademik	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	14	11,6%
Sedang	31	25,6%
Berat	66	54,5%
Sangat berat	10	8,3%
Total	121	100,0%

Dari tabel 3 di atas menunjukkan paling banyak mengalami stres akademik yang berat yaitu berjumlah 66 orang (54,5%) dan responden paling sedikit mengalami stres akademik sangat berat yaitu berjumlah 10 orang (8,3%). Menurut penelitian Rahmayani, et al (2019) diketahui bahwa mahasiswa profesi lebih banyak mengalami tingkatan stres akademik yang berat karena harus berhadapan dengan mendiagnosa dengan pasien secara langsung

Hasil penelitian ini berkaitan dengan hasil survei yang diteliti oleh lembaga ACHA pada tahun 2017 dengan total responden sebanyak 31,463 orang, sebanyak 31,7% mahasiswa mengalami stres yang berasal dari dampak proses akademik seperti menerima nilai yang kecil saat ujian, praktikum, atau gangguan dalam pengerjaan skripsi, penelitian dan lain-lain (ACHA, 2017).

4. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik

Tabel 5. Hubungan variabel Dukungan Sosial dengan Stres Akademik

Variabel	Median (Min – Max)	P-value	r
Dukungan Sosial	52.00 (33-84)	0.885	-0.013
Stres Akademik	84.00 (9-160)		

Berdasarkan tabel 4 di atas hasil uji *spearman* didapatkan bahwa tidak terjadi hubungan yang signifikan antar variabel dukungan sosial dan variabel stres akademik yakni $p = 0.885$. Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa kontribusi dukungan sosial sangat sedikit memiliki pengaruh terhadap stres akademik. Didapatkan nilai median 50.00, nilai minimum 33, dan nilai maksimum 84 untuk dukungan sosial dan didapatkan nilai median 84.00, nilai minimum 9, dan nilai maksimum 160 untuk stres akademik.

Hasil pengkajian yang dilaksanakan oleh Daawi dan Nisa (2021) didapatkan tidak adanya korelasi yang berarti antara variabel dukungan sosial dan stres semasa pandemi bagi pelajar maupun mahasiswa. Dukungan sosial tidak mempunyai efek terhadap stres dikarenakan dukungan yang diterima bertentangan dengan apa yang dibutuhkan bagi mahasiswa. Putri, et al (2021) menyebutkan faktor-faktor yang berkaitan dari penetapan sebuah dukungan yang diterima tersebut, antara lain bantuan yang diterima dari orang lain tidak dirasa sebagai sebuah kebutuhan. Dikarena individu tidak menginginkan bantuan dari orang lain.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri, et al (2021) memperlihatkan hasil tidak berarti antara dukungan sosial dengan stres akademik. Dimana dukungan sosial memegang sumbangan yang efektif hanya sebesar 5%. Penelitian lain dilakukan Hasan (2012) menunjukkan hasil yang sejalan dengan hasil riset peneliti ini yakni variabel dukungan sosial tidak memiliki

korelasi yang signifikan dengan stres akademik pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan pola antara lingkungan sekitar yang tidak mendukung dalam mengurangi stres akademik yang kemungkinan untuk terjadi ketidakseimbangan antar pola korelasi dalam lingkungan sekitar individu yang akan membuat individu tersebut lebih mengandalkan atau memilih kemampuan individual yang dimiliki individu tersebut daripada mengandalkan lingkungan di sekitarnya.

SIMPULAN

Kesimpulan penelitian adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dan variabel stres akademik selama pandemi Covid-19 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Penelitian ini memperoleh hasil tingkat dukungan sosial terbanyak dalam kategori sedang (67,8%) dan tingkat stres akademik terbanyak kategori berat (54,5%). Pada penelitian selanjutnya agar dapat mempertimbangkan jumlah sampel agar memperoleh hasil pengkajian yang lebih baik lagi serta peneliti mengawasi responden saat mengisi kuesioner untuk mengantisipasi data yang bias.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, A. G. H. S. (2020). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. In *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Anadita, D. 2021. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Siswa Yang Mengikuti

Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychology Review*, 1(1): 38–45. <https://doi.org/10.31603/bpsr.4867>

- Association, A. C. H. 2017. *National college health assessment II: Reference group executive summary fall 2012* In *American College Health Association*. Amerika.
- Daawi, M. M., dan Nisa, W. I. 2021. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap

- Stres Dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi. *Psikodiamika: Jurnal Literasi Psikolog*, 1(1): 67–75.
- Gunandha, R., dan Rahmayunita, H. 2020. Kuliah Online saat Corona Picu Ketimpangan Akses Bagi Mahasiswa Miskin. *mahasiswa-miskin?page=all*. 21 September 2021.
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., dan Harahap, S. R. 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>
- Hasan, A. B. P. 2012. Disiplin Beribadah: Alat Penenang Ketika Dukungan Sosial Tidak Membantu Stres Akademik. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 1(3): 136-144.
<https://doi.org/10.36722/sh.v1i3.63>
- Legiran, Azis, M. Z., dan Bellinawati, N. 2015. Faktor Risiko Stres Dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2): 197–202.
- Livana, Mubin, M. F., dan Basthomi, Y. 2020. Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2): 203–208.
- Pajarianto, H., Kadir, A., Galugu, N., Sari, P., dan Februanti, S. (2020). Study From Home In The Middle Of The COVID-19 Pandemic: Analysis Of Religiosity, Teacher, and Parents Support Against Academic Stress. *Journal of Talent Development and Excellence*, 12(2): 1791–1807.
- Pala, M. G., Nurina, R., dan Sagita, S. 2021. Hubungan Study From Home Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Saat Pandemi Covid-19 Di Nusa Tenggara Timur. *Cendana Medica Journal*, 21(1): 169–177.
- Panchanov, R. 2020. Keluh Kesah Mahasiswa Kuliah Online, Dari Internet Lelet Hingga Gagal Paham. <https://radarlampung.co.id/keluh-kesah-mahasiswa-kuliah-online-dari-internet-lelet-hingga-gagal-paham/>. 15 September 2021.
- Putri, R. N., Hidayah, N., dan Mujidin. 2021. Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial, Dan Gaya Belajar Visual: Kontribusi Terhadap Stres Akademik Siswa Di Masa Pandemi. *Psyche 165 Journal*, 14(4): 329–335.
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., dan 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): 103–111.
- Salmon, A. G., dan Santi, D. E. 2021. Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Perantau dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi. *Buku Abstrak Seminar Nasional*, 1(1): 128–135.
- Santoso, M. D. Y. 2020. Dukungan Sosial Dalam Situasi Pandemi Covid 19. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1): 11–26.
- Sardjoko, S. 2021. *Proyeksi COVID-19 di Indonesia*. Jakarta: Kementrian PPN/Bappenas.
- Sari, V. Y. 2020. Analisis Respons Pemerintah Tiongkok dalam Upaya Penanganan Covid-19. *Jurnal Sentris*, 1(2): 173–186.
- Satria, A. 2020. Wabah Corona dan Adaptasi Perguruan Tinggi. <https://news.detik.com/kolom/d-4977685/wabah-corona-dan-adaptasi-perguruan-tinggi>. 15 September 2021.
- Sayekti, E. 2017. Efektifitas Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksi Stress Akademik Pada Siswa Kelas XI MA

- Yarobi Kec. Grobogan, Kab. Grobogan Tahun 2016/2017. *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam (IAIN). Salatiga.
- Smet, B. 2018. *psikologi kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Syahputra, A., Theresa, R. M., dan Bustamam, N. 2020. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Angkatan 2018. *Seminar Nasional Riset*
- Utami, S., Rufaidah, A., dan Nisa, A. 2020. Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020. *Terapeutik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1): 20–27.
- Yoo, S., dan Managi, S. 2020. Global Mortality Benefits Of COVID-19 Action. *Elsevier: Technological Forecasting and Social Change*, 160: 1-11.