

STRESS LEVEL OF MEDICAL STUDENTS IN ONLINE LEARNING DURING COVID-19 PANDEMIC AND ITS IMPACT ON ACADEMIC ACHIEVEMENT

Yanto Sandy Tjang^{1,2*}, Titi Savitri Prihatiningsih³, Yayi Suryo Prabandari⁴

¹Prodi Magister Ilmu Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan, FK-KMK UGM

²Departemen Bedah Toraks Kardiovaskuler, FK UPN Veteran Jakarta

³Departemen Pendidikan Kedokteran dan Bioetika, FK-KMK UGM

⁴Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, FK-KMK UGM

Submitted: 27 Jul 2022 , Final Revision from Authors: 27 Jan 2023, Accepted: 30 Jan 2023

ABSTRACT

Background: Academic demands in online learning cause stress. However, research on its prevalence is still very few and inconclusive. The relationship between stress and academic achievement in medical students remains a matter of debate. This study aims to determine the stress level of medical students in online learning during the COVID-19 pandemic and its impact on academic achievement.

Methods: This descriptive-analytical study used a cross-sectional design on undergraduate medical students from the 2019-2021 class. The questionnaire distributed online contained questions related to characteristics of respondents, 14 questions from DASS-42 questionnaire to measure stress, and questions related to respondents' perceptions of online learning and semester achievement index (IPS). Data were analysed descriptively and analytically using logistic regression method with the help of SPSS Statistics 26 software.

Results: Of 431 students, 411 (95%) students participated in this study. The prevalence of stress in respondents was 41.8%, majority was mild (13.4%) and moderate (13.9%). Lack of interaction between lecturers and students increased 1,691 times the risk of stress. A total of 403 (98.1%) respondents had IPS ≥ 3 . Stress on respondents did not have negative impact on academic achievement, although statistically not significant (OR = 0.831; 95% CI = 0.196-3.524; p-value 0.801).

Conclusion: The prevalence of stress for medical students in online learning during COVID-19 is quite high, majority was mild and moderate. Lack of interaction between lecturers and students increased risk of stress. Majority of respondents have good IPS. Stress on respondents apparently did not have negative impact on academic achievement.

Keywords: stress, online learning, COVID-19, academic achievement

ABSTRAK

Latar belakang: Tuntutan akademik pada pembelajaran dalam jaringan (daring) menyebabkan stres. Namun penelitian mengenai prevalensinya masih sedikit sekali dan bersifat inkonklusif. Hubungan stres dan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran juga masih menjadi bahan perdebatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 dan dampaknya terhadap prestasi akademik.

*corresponding author, contact: ystjang17766@gmail.com

Metode: Penelitian deskriptif analitik ini menggunakan desain potong lintang pada mahasiswa pendidikan sarjana kedokteran angkatan 2019-2021. Kuesioner yang disebarakan secara *online* berisi pertanyaan terkait karakteristik responden, 14 pertanyaan dari kuesioner DASS-42 untuk mengukur stres, dan pertanyaan terkait persepsi responden mengenai pembelajaran daring dan indeks prestasi semester (IPS). Data dianalisis secara deskriptif dan analitik menggunakan metode logistik regresi dengan bantuan perangkat lunak SPSS Statistics 26.

Hasil: Dari total 431 mahasiswa, sebanyak 411 (95%) mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Prevalensi stres responden ditemukan sebesar 41,8%, mayoritas mengalami stres ringan (13,4%) dan sedang (13,9%). Interaksi dosen dan mahasiswa yang kurang dapat menaikkan resiko terjadinya stres sebesar 1,691 kali. Sebanyak 403 responden (98,1%) memiliki rerata IPS lebih tinggi atau sama dengan 3. Stres pada responden tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik, walaupun secara statistik tidak signifikan (OR = 0,831; 95% CI = 0,196-3,524; p-value 0,801).

Kesimpulan: Prevalensi stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama COVID-19 cukup tinggi, dan mayoritas responden mengalami stres ringan dan sedang. Kurangnya interaksi dosen dan mahasiswa meningkatkan resiko terjadinya stres. Mayoritas responden memiliki IPS yang baik. Stres pada responden tampaknya tidak berdampak negatif pada prestasi akademik.

Kata kunci: stres, pembelajaran daring, COVID-19, prestasi akademik

PRACTICE POINTS

- Prevalensi stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama COVID-19 cukup tinggi, mayoritas mengalami stres ringan dan sedang.
- Kurangnya interaksi dosen dan mahasiswa meningkatkan resiko terjadinya stres.
- Stres pada mahasiswa kedokteran tampaknya tidak berdampak negatif pada prestasi akademik.

PENDAHULUAN

Meskipun pembelajaran dalam jaringan (*daring*) membuat proses belajar mengajar menjadi terjangkau di berbagai waktu maupun tempat dan memungkinkan siswa mendapatkan informasi lebih luas melalui internet,¹ berbagai kendala juga dilaporkan seperti jaringan internet yang tidak memadai/kurang stabil, keterbatasan kuota internet, dan batas waktu yang terlalu singkat untuk mengerjakan tugas yang menumpuk.² Semua ini menyebabkan stres pada siswa, yang jika tidak ditangani dapat menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius.³

Stres menjadi penyebab utama buruknya kesehatan mental mahasiswa kedokteran.⁴ Prevalensi stres mahasiswa kedokteran dilaporkan sebesar 25%-

75%.⁵ Di Asia, prevalensinya dilaporkan sebesar 47%-74,2%.⁶ Pathmanathan & Husada⁷ melaporkan 35% mahasiswa kedokteran mengalami stres ringan, 61% stres sedang, dan 4% stres berat. Augesti *et al* melaporkan 71% mahasiswa kedokteran mengalami stres.⁸ Sebelumnya, Arista & Tjang melaporkan bahwa 48% mahasiswa kedokteran mengalami stres ringan-berat.⁹

Selama pandemi COVID-19, hampir semua fakultas kedokteran menerapkan pembelajaran daring. Meski sebagian besar kegiatan pembelajaran dapat berfungsi baik, dampak psikologis mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 membutuhkan evaluasi lebih lanjut.¹⁰ Penelitian mengenai stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19

masih minim dan inkonklusif. AlAteeq *et al* menyebutkan mahasiswa kedokteran mengalami stres sedang-berat pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.¹¹ Sebaliknya, Dwivedi *et al* menyebutkan prevalensi stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 justru lebih rendah.¹²

Penelitian dampak stres mahasiswa kedokteran terhadap prestasi akademik masih terbatas dengan luaran beragam. Sohail menunjukkan tingkat stres mahasiswa kedokteran berkaitan dengan jeleknya prestasi akademik.¹³ Stres menjadi masalah signifikan pada mahasiswa kedokteran dan berdampak negatif terhadap prestasi akademik.¹⁴ Silverstein & Kritz-Silverstein dan Kotter *et al.*, membuktikan bahwa mahasiswa dengan tingkat stres tinggi memiliki indeks prestasi kumulatif (IPK) yang rendah.¹⁵⁻¹⁶ Sebaliknya, Siraj *et al.*, tidak menemukan korelasi antara stres mahasiswa kedokteran dengan prestasi akademik.¹⁷

Penelitian mengenai tingkat stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 di Indonesia masih jarang sekali.¹⁸ Sepengetahuan kami, hingga saat ini belum ada penelitian tentang faktor penyebab stres dari berbagai aspek dan bagaimana dampak stres terhadap indeks prestasi akademik mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi Covid-19, faktor penyebab stres, dan dampaknya terhadap prestasi akademik.

METODE

Penelitian deskriptif analitik yang menggunakan desain potong lintang ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta (FK UPN Veteran Jakarta) pada Maret-Juni 2022. Populasi penelitian adalah mahasiswa pendidikan sarjana angkatan 2019-2021. Sampel penelitian diambil secara *total sampling* dari mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi (berstatus aktif, bersedia menjadi responden,

berumur ≥ 17 tahun) dan eksklusi (tidak mengisi kuesioner, memiliki riwayat penyakit mental dan gangguan tidur, konsumsi obat kejiwaan, kebiasaan merokok/minum alkohol/konsumsi obat).

Instrumen penelitian adalah kuesioner berisi: (i) pertanyaan terkait karakteristik responden, (ii) 14 pertanyaan untuk mengukur stres yang diambil dari kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 42/ DASS-42* yang telah diadaptasi dan diterjemahkan ke Bahasa Indonesia disertai uji validitas dan reliabilitas oleh Damanik dengan *Cronbach Alpha* 0.9053 dan $\alpha = 0.9483$.¹⁹⁻²⁰ Total nilai skor diklasifikasikan sebagai normal (1-14), stres ringan (15-18), stres sedang (19-25), stres berat (26-33), dan stres sangat berat (≥ 34), serta (iii) pertanyaan terkait persepsi mahasiswa mengenai pembelajaran daring dan rerata indeks prestasi semester (IPS) selama 2 semester terakhir.

Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan frekuensi distribusi variabel-variabel yang diteliti. Statistik analitik menggunakan metode logistik regresi untuk menilai dampak stres terhadap prestasi akademik. Seluruh analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS Statistics 26.

Penelitian ini mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan FK UPN Veteran Jakarta (Nomor 57/IV/2022/KEPK). Sebelum mengisi kuesioner yang disebar secara *online* dengan memakai Google Form, responden membaca penjelasan singkat mengenai penelitian dan memberikan *informed consent*. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas dan informasi dari responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari total 431 mahasiswa, 411 (95%) mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Mayoritas responden berusia 19 tahun (30,9%) dan 20 tahun (31,9%). Sebanyak 304 (74%) responden berjenis kelamin perempuan. Dari 137 mahasiswa angkatan 2019, 128 (93%) mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian; dari 147 mahasiswa angkatan 2020, 136 (93%) mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian. Untuk mahasiswa angkatan 2021, tingkat partisipasi mencapai 100%. Responden

terbanyak berasal dari Jabodetabek (62,5%). Lebih dari separoh (51,1%) responden tinggal di rumah orang tua. Mayoritas (98,5%) responden dalam kondisi sehat saat penelitian. 164 (39,9%) responden memiliki keluarga yang pernah terpapar COVID-19 (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (N = 411)

Variabel	n (%)
Usia	
17	5 (1,2)
18	71 (17,3)
19	127 (30,9)
20	131 (31,9)
21	58 (14,1)
22	17 (4,1)
23	2 (0,5)
Jenis kelamin	
Laki-Laki	107 (26)
Perempuan	304 (74)
Angkatan	
2021	147 (35,8)
2020	136 (33,1)
2019	128 (31,1)
Asal mahasiswa	
Jabodetabek	257 (62,5)
Jawa Barat	61 (14,8)
Jawa Tengah	43 (10,5)
Sumatra	27 (6,6)
Lain-Lain	23 (5,6)
Tempat tinggal	
Rumah orang tua	210 (51,1)
Kost	201 (48,9)
Kondisi kesehatan sekarang	
Sehat	405 (98,5)
Sakit	6 (1,5)
Riwayat terpapar COVID-19	
Tidak	268 (65,2)
Pernah	143 (34,8)
Riwayat keluarga terpapar COVID-19	
Tidak	247 (60,1)
Pernah	164 (39,9)

Sebanyak 247 (60,1%) responden tertarik mengikuti pembelajaran daring. Kendala sinyal internet dialami 257 (62,5%) responden. 305 (74,2%) responden tidak memiliki kendala pembelian kuota internet. Berkaitan dengan interaksi dosen dan mahasiswa pada pembelajaran daring, 211 (51,3%) responden menyatakan cukup dan 132 (32,1%) responden menyatakan baik. 250 (60,8%) responden setuju bahwa dosen melakukan inovasi secara baik untuk mengatasi kejenuhan. Mayoritas (78,8%) responden menyatakan bahan ajar pada pembelajaran daring cukup berkualitas. 340 (82,7%) responden setuju kalau dosen memberi tugas untuk menunjang pembelajaran. 299 (72,7%) responden tidak setuju jika dosen memberikan tugas melebihi batas kewajaran (Tabel 2).

Tabel 2. Persepsi Responden Mengenai Pembelajaran Daring (N = 411)

Variabel	n (%)
Respon mengikuti pembelajaran daring	
Sangat tidak tertarik	7 (1,7)
Tidak tertarik	112 (27,3)
Cukup tertarik	247 (60,1)
Sangat tertarik	45 (10,9)
Kendala sinyal internet pada pembelajaran daring	
Tidak ada	154 (37,5)
Ada	257 (62,5)
Kendala pembelian kuota internet	
Tidak ada	305 (74,2)
Ada	106 (25,8)
Interaksi dosen dan mahasiswa	
Kurang	53 (12,9)
Cukup	211 (51,3)
Baik	132 (32,1)
Sangat baik	15 (3,6)
Inovasi dosen untuk mengatasi kejenuhan	
Sangat tidak baik	2 (0,5)
Tidak baik	21 (5,1)
Baik	250 (60,8)
Baik sekali	138 (33,6)
Kualitas bahan ajar	
Kurang berkualitas	23 (5,6)
Cukup berkualitas	324 (78,8)

Variabel	n (%)
Sangat berkualitas	64 (15,6)
Tugas dari dosen menunjang pembelajaran	
Sangat tidak setuju	2 (0,5)
Tidak setuju	39 (9,5)
Setuju	340 (82,7)
Sangat setuju	30 (7,3)
Tugas dari dosen melebihi batas kewajaran	
Sangat tidak setuju	19 (4,6)
Tidak setuju	299 (72,7)
Setuju	83 (20,2)
Sangat setuju	10 (2,4)

Responden yang mengalami stres sebanyak 172 orang (41,8%), dan mayoritas mengalami stres ringan (13,4%) dan sedang (13,9%) (Tabel 3).

Tabel 3. Gambaran Tingkat Stres Responden (N = 411)

Tingkat Stres	n (%)
Tidak stres	239 (58,2)
Stres	172 (41,8)
Ringan	55 (13,4)
Sedang	57 (13,9)
Berat	43 (10,5)
Sangat Berat	17 (4,1)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Handayani yang menyatakan bahwa pada

pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 sebagian besar mahasiswa mengalami stres ringan-sedang, dengan prevalensi sebesar 30,1%.²¹ Menurut Saraswathi *et al.*,²² 24,9% mahasiswa kedokteran mengalami stres. Sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang-berat, dengan prevalensi 64%.²³ Jika dibandingkan dengan sebelum pandemi COVID-19, Adryana melaporkan bahwa 72,3% mahasiswa mengalami stres sedang.²⁴ Di Thailand, prevalensi stres mahasiswa kedokteran dilaporkan sebesar 61,4%,⁶ sementara di Malaysia sebesar 41,9%.²⁵ Menurut Linasari,²⁶ 51,1% mahasiswa tahun pertama mengalami stres. Turunnya prevalensi stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 bisa disebabkan karena aturan physical distancing mengharuskan pembelajaran dilakukan secara daring. Mahasiswa yang belajar dari rumah mendapat dukungan emosional dan supervisi yang optimal dari keluarga sehingga secara tidak langsung dapat menurunkan stres mahasiswa.²³

Pada analisa bivariat, ketidaktertarikan pada pembelajaran daring meningkatkan resiko terjadinya stres sebesar 1,889 kali. Adanya kendala sinyal internet pada pembelajaran daring menaikkan resiko terjadinya stres sebesar 1,718 kali. Interaksi dosen dan mahasiswa yang kurang meningkatkan resiko terjadinya stres sebesar 1,667 kali. Pada analisis multivariat, interaksi dosen dan mahasiswa yang kurang menjadi faktor terpenting terjadinya stres pada responden (OR = 1,691) (Tabel 4).

Tabel 4. Risiko Terjadinya Stres Pada Responden

Variabel	Bivariat			Multivariat		
	OR	95% CI	P-Value	OR	95% CI	P-Value
Usia						
< 18	1 (Ref)		0,328			
≥ 18	1,081	0,179 - 6,537				
Jenis kelamin						
Laki-Laki	1 (Ref)					
Perempuan	1,511	0,956 - 2,390	0,077			
Angkatan						
2021	1 (Ref)					
2020	1,186	0,731-1,923	0,49			
2019	1,361	0,848-2,187	0,202			

Variabel	Bivariat			Multivariat		
	OR	95% CI	P-Value	OR	95% CI	P-Value
Asal mahasiswa						
Jawa	1 (Ref)					
Luar Jawa	1,328	0,734 - 2,404	0,348			
Tempat tinggal						
Rumah orang tua	1 (Ref)					
Kost	0,883	0,596 - 1,307	0,533			
Kondisi sekarang						
Sehat	1 (Ref)					
Sakit	0,691	0,125 - 3,817	0,672			
Riwayat terpapar Covid-19						
Tidak	1 (Ref)					
Pernah	1,099	0,729 - 1,658	0,651			
Keluarga terpapar Covid-19						
Tidak	1 (Ref)					
Pernah	1,321	0,883 - 1,977	0,176			
Respon mengikuti pembelajaran daring						
Tertarik	1 (Ref)			1 (Ref)		
Tidak tertarik	1,889	1,227 - 2,907	0,004*	1,382	0,889 - 2,149	0,151
Kendala sinyal internet pada pembelajaran daring						
Tidak ada	1 (Ref)			1 (Ref)		
Ada	1,718	1,135 - 2,600	0,01*	1,472	0,952 - 2,274	0,082
Kendala pembelian kuota internet						
Tidak ada	1 (Ref)					
Ada	1,208	0,774 - 1,886	0,406			
Interaksi dosen dan mahasiswa						
Baik	1 (Ref)			1 (Ref)		
Kurang	1,667	1,097 - 2,532	0,017*	1,691	1,088 - 2,629	0,02**
Inovasi dosen untuk mengatasi kejenuhan						
Baik	1 (Ref)					
Kurang	0,728	0,302 - 1,759	0,481			
Kualitas bahan ajar						
Baik	1 (Ref)					
Kurang	1,555	0,669 - 3,611	0,305			
Tugas dari dosen menunjang pembelajaran						
Setuju	1 (Ref)					
Tidak setuju	1,225	0,641 - 2,341	0,539			
Tugas dari melebihi batas kewajaran						
Setuju	1 (Ref)					
Tidak setuju	0,84	0,527 - 1,338	0,462			

CI = Confidence interval, OR = Odds ratio, Ref = Reference, * = variabel yang signifikan secara statistik berdasarkan analisis bivariat dan diikutsertakan dalam analisis multivariat, ** = variabel yang signifikan secara statistik berdasarkan analisis multivariat

Sebelum pandemi COVID-19, pembelajaran dilakukan secara tatap muka sehingga interaksi langsung dosen dan mahasiswa dianggap dapat menciptakan kedekatan emosional yang mendukung proses pembelajaran; sementara pada pembelajaran daring, interaksi langsung dosen dan mahasiswa sangat berkurang karena dilakukan melalui berbagai *platform digital*.²⁷

Nortvig *et al.*, juga melaporkan bahwa salah satu faktor penyebab stres mahasiswa pada pembelajaran daring adalah karena kurangnya interaksi dosen dan mahasiswa.²⁸ Stres yang muncul pada pembelajaran daring bisa disebabkan karena mahasiswa belum terbiasa dan bahkan merupakan pengalaman pertama mereka mengikuti metode pembelajaran baru ini. Pada pembelajaran konvensional, tatap muka antara dosen dan mahasiswa memiliki interaksi dan hubungan yang dekat dan bersifat pendampingan. Namun, pada pembelajaran daring, interaksi dosen dan mahasiswa hanyalah melalui *platform* dan terkadang dilakukan secara non-verbal. Kurangnya interaksi dosen dan mahasiswa berdampak pada kurang sempurnanya penyampaian informasi dan komunikasi sehingga menyulitkan penjelasan terhadap apa yang tidak dipahami mahasiswa.²⁹ Maulana & Hamidi berpendapat bahwa pembelajaran daring hanya efektif untuk penugasan, namun sulit untuk membuat peserta didik memahami materi pembelajaran akibat minimnya umpan balik dan interaksi dengan peserta didik.³⁰

Oleh sebab itu, pemanfaatan teknologi penyedia layanan interaksi antara dosen dan mahasiswa menentukan keberhasilan pembelajaran daring. Sarana penunjang interaksi pada pembelajaran daring banyak disediakan oleh *platform digital* dengan berbagai kelengkapan yang berbeda sesuai dengan tujuan interaksi.²⁷ Tidak semua peserta didik akan sukses dalam pembelajaran daring akibat faktor lingkungan belajar dan karakteristik peserta didik yang berbeda.³¹ Handayani menunjukkan bahwa hambatan keberhasilan pembelajaran daring adalah kurangnya interaksi dosen dan mahasiswa.²¹ Pendidik yang sukses adalah pendidik yang dapat memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam proses penyampaian materi kepada peserta didik.³²

Pada penelitian ini, sebanyak 403 responden (98,1%) memiliki rerata IPS ≥ 3 (Tabel 5). Keberhasilan mahasiswa secara akademik ditandai dengan prestasi akademik yang dicapai, yaitu IPS maupun IPK.³³ IPS digunakan untuk mengetahui indeks prestasi yang diperoleh mahasiswa dari penilaian hasil belajar selama 14 kali pertemuan kuliah terhadap seluruh mata kuliah yang ditempuh dalam semester tersebut. Selain mengukur apa yang sudah dicapai oleh mahasiswa dan menggali potensi yang ada, penilaian setiap semester bermaksud agar mahasiswa mampu melakukan perbaikan-perbaikan dan penyesuaian untuk menjalani semester selanjutnya. IPK digunakan sebagai perhitungan rerata IPS dari semester 1 sampai dengan semester yang ditempuh saat ini. IPK menggambarkan prestasi akademik yang dicapai oleh mahasiswa dalam menempuh suatu program studi.³⁴

Tabel 5. Rerata Indeks Prestasi Semester Responden (N = 411)

Rerata Indeks Prestasi Semester	n (%)
< 3	8 (1,9)
≥ 3	403 (98,1)

Hubungan pembelajaran daring dengan prestasi akademik masih menjadi perdebatan. Lele *et al.*, menyebutkan tidak terdapat perbedaan prestasi akademik mahasiswa pada pembelajaran daring dan tatap muka.³⁵ Bannepadang *et al.*, melaporkan tidak ada hubungan bermakna antara pembelajaran daring dan prestasi akademik.³⁶ Namun menurut Trinandari & Ashari,³⁷ pembelajaran daring tidak menguntungkan mahasiswa dan menyebabkan penurunan prestasi akademik. Hal ini mungkin disebabkan oleh desain belajar, perangkat teknis, dan pembelajaran individu. Turunnya prestasi akademik dapat disebabkan oleh ketidakpuasan mahasiswa terhadap pembelajaran daring dan kinerja pembelajaran daring yang kurang maksimal.³⁸ Sebaliknya, Margiyanti *et al.*, menunjukkan pengaruh positif pembelajaran daring terhadap prestasi akademik. Menurut mereka, hal ini terjadi karena dosen menggunakan metode pembelajaran yang inovatif dan kreatif sehingga menghidupkan suasana belajar mahasiswa menjadi

lebih aktif dan pembelajaran daring menjadi tidak membosankan. Untuk praktikum, dosen merancang dan menggunakan metode pembelajaran yang tepat sehingga mahasiswa dapat belajar dengan memutar ulang rekaman video dan mempraktekkan apa yang telah didemonstrasikan. Untuk memperdalam *skill*, mahasiswa dibagi dalam kelompok kecil dengan beberapa kali pertemuan agar mahasiswa dapat mencoba secara langsung pada phantom.³⁹

Pada Tabel 6 terlihat bahwa stres pada responden tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik, walaupun secara statistik tidak signifikan.

Tabel 6. Dampak Stres Terhadap Prestasi Akademik

Variabel	OR	95% CI	P-Value
Tidak Stres	1 (Ref)		
Stres	0,831	0,196 - 3,524	0,801

Individu yang mampu mengatasi stressor akan mempunyai toleransi stres yang lebih baik. Nurhafizah *et al.*, melaporkan hubungan antara toleransi stres dengan indeks prestasi. Toleransi yang baik dapat menghadapi permasalahan dengan baik tanpa menimbulkan gangguan proses belajar sehingga dapat mencapai prestasi yang diinginkan.⁴⁰ Meningkatnya stres mahasiswa menyebabkan menurunnya prestasi akademis dan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental.⁴¹ Sebaliknya, Sari menyatakan tidak ada hubungan antara toleransi stres dengan prestasi akademik. Perbedaan hasil penelitian ini dapat terjadi karena keberhasilan dalam belajar selain dipengaruhi oleh faktor internal (kesehatan, intelegensi dan bakat, minat dan motivasi, dan cara belajar), juga dipengaruhi oleh faktor eksternal (keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar).⁴²

Dampak stres mahasiswa kedokteran terhadap prestasi akademik masih menjadi perdebatan hangat. Beberapa penelitian melaporkan tidak adanya dampak stres terhadap prestasi akademik.⁴³⁻⁴⁷ Namun, beberapa penelitian lain melaporkan adanya dampak stres mahasiswa kedokteran terhadap prestasi akademik.⁴⁸⁻⁵⁰ Perbedaan hasil penelitian ini mungkin disebabkan karena instrumen yang digunakan berbeda dan penentuan pembagian toleransi stres yang berbeda.⁴⁰

Dalam penelitian ini, ditemukan 41,8% responden mengalami stres. Analisis statistik menunjukkan bahwa stres pada responden tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik, walau hasil ini secara statistik tidak bermakna. Pada umumnya mahasiswa kedokteran memiliki respon adaptif dan mekanisme pertahanan yang besar karena sudah terbiasa menerima materi atau tugas kuliah yang banyak dan sulit serta tanggung jawab lainnya. Kemampuan pertahanan dan adaptasi ini membuat tingkat stres yang dirasakan mahasiswa kedokteran menjadi lebih ringan dan tidak mempengaruhi prestasi akademiknya.

Kelebihan dari penelitian ini adalah: (i) dilakukan dalam konteks pembelajaran daring selama COVID-19 sehingga bermanfaat sebagai masukan dalam membuat kebijakan pembelajaran, (ii) mencakup seluruh mahasiswa FK UPN Veteran Jakarta sehingga dapat memberikan gambaran stres secara utuh, (iii) memakai instrument DASS-42 yang sudah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia dan diuji validitas dan reliabilitasnya, (iv) pertanyaan dalam kuesioner menyangkut berbagai aspek terkait kondisi sosial, ekonomi, kesehatan, dan keluarga mahasiswa. Sedangkan keterbatasan penelitian ini adalah: (i) kuesioner disebarluaskan secara *online* sehingga meningkatkan subyektivitas dalam mengartikan pertanyaan, (ii) pengisian kuesioner bersifat *self-reported* atas hal-hal bersifat pribadi sehingga ada kemungkinan responden tidak memberikan jawaban yang sesungguhnya. Instrumen DASS-42 tidak menggambarkan tingkat stres individu yang sesungguhnya karena hanya ditujukan untuk screening massal, (iii) beberapa variabel yang di luar penelitian ini tidak diteliti karena berbagai keterbatasan, dan (iv) penelitian ini kemungkinan berbeda dengan hasil penelitian lain karena populasi dan instrumen yang digunakan berbeda. Tingkat stres responden yang berkurang dapat disebabkan karena responden sudah terbiasa dengan pembelajaran daring.

KESIMPULAN

Prevalensi stres mahasiswa kedokteran pada pembelajaran daring selama COVID-19 adalah 41,8%, mayoritas mengalami stres ringan (13,4%)

dan sedang (13,9%). Interaksi dosen dan mahasiswa yang kurang meningkatkan resiko terjadinya stres. Mayoritas responden memiliki IPS yang baik. Stres pada responden tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik, walau secara statistik tidak bermakna.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan/perhatian bagi pimpinan institusi dalam mencegah stres mahasiswa kedokteran dan memahami dampaknya terhadap prestasi akademik. Penelitian rutin perlu dilakukan agar diperoleh data serial mengenai tingkat stres dan indeks prestasi akademik mahasiswa. Penelitian selanjutnya perlu mengeksplorasi variabel bebas lainnya, terutama strategi *coping* agar dapat lebih komprehensif memahami stres mahasiswa kedokteran. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya mengenai stres mahasiswa kedokteran dan dampaknya terhadap prestasi akademik.

DEKLARASI KEPENTINGAN

Para penulis mendeklarasikan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan apapun terkait studi pada naskah ini.

KONTRIBUSI PENULIS

Yanto Sandy Tjang – pembuatan proposal penelitian, pengumpulan data, analisis data, penulisan naskah penelitian

Titi Savitri Prihatiningsih – pembuatan proposal penelitian, penulisan naskah penelitian

Yayi Suryo Prabandari – pembuatan proposal penelitian, analisis data, penulisan naskah penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Shukla T, Dosaya D, Nirban VS, Vavilala MP. Factors extraction of effective teaching-learning in online and conventional classrooms. *International Journal of Information and Education Technology*, 2020; 10(6): 422-7.
- Hastini LY, Fahmi R, Lukito H. Apakah pembelajaran menggunakan teknologi dapat meningkatkan literasi manusia pada generasi Z di Indonesia? *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*, 2020; 10(1): 12-28.
- Harahap ACP, Harahap DP, Harahap SR. Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa COVID-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 2020; 3(1): 10-4.
- Bergmann C, Muth T, Loerbroks A. Medical students' perceptions of stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: a qualitative study. *Medical Education Online*. 2019; 24(1): 1603526.
- Mosley TH Jr, Perrin SG, Neral SM, Dubbert PM, Grothues CA, Pinto BM. Stress, coping, and well-being among third-year medical students. *Academic Medicine*, 1994; 69(9): 765-7.
- Saipanish R. Stress among medical student in a Thai Medical School. *Medical Teacher*. 2003; 25(5): 502-6.
- Pathmanathan VV & Husada MS. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013. *E-Journal FK USU*, 2013; 1(1): 1-4.
- Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O, Nisa K. Differences in stress level between first and last year medical students in Medical Faculty of Lampung University. *J Majority*, 2015; 4(4): 50-56.
- Arista M & Tjang YS. Pengaruh stress terhadap kejadian sleep paralysis pada mahasiswa fakultas kedokteran. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 2017; 3(2): 41-5.
- Rose S. Medical student education in the time of COVID-19. *JAMA*, 2020; 323(21): 2131-2.
- AlAteeq DA, Aljhani S, AlEesa D. Perceived stress among students in virtual classrooms during the COVID-19 outbreak in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 2020; 15(5): 398-403.

12. Dwivedi D, Kaur N, Shukla S, Gandhi A, Tripathi S. Perception of stress among medical undergraduate during coronavirus disease-19 pandemic on exposure to online teaching. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 2020; 10(8): 657-62.
13. Sohail N. Stress and academic performance among medical students. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, 2013; 23(1): 67-71.
14. Melaku L, Mossie A, Negash A. Stress among medical students and its association with substance use and academic performance. *Journal of Biomedical Education*, 2015(4): 1-9.
15. Silverstein ST & Kritz-Silverstein D. A longitudinal study of stress in first-year dental students. *Journal of Dental Education*, 2010; 74: 836-48.
16. Kötter T, Wagner J, Brüheim L, Voltmer E. Perceived Medical School stress of undergraduate medical students predicts academic performance: an observational study. *BMC Medical Education*, 2017; 17(1): 256.
17. Siraj HH, Salam A, Roslan R, Hasan NA, Jin TH, Othman MN. Stress and its association with the academic performance of undergraduate fourth year medical students at Universiti Kebangsaan Malaysia. *International Medical Journal Malaysia*, 2014; 13(1): 19-24.
18. Pala MGT, Nurina RL, Sagita S. Hubungan study from home terhadap tingkat stress mahasiswa kedokteran saat pandemi COVID-19 di Nusa Tenggara Timur. *Cendana Medical Journal*, 2021; 21(1): 169-77.
19. Lovibond PF & Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 1995; 33(3): 335-43.
20. Damanik ED. Pengujian reliabilitas, validitas, analisis item dan pembuatan norma Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Berdasarkan penelitian pada kelompok sampel Yogyakarta dan Bantul yang mengalami gempa bumi dan kelompok sampel Jakarta dan sekitarnya yang tidak mengalami gempa bumi. Thesis: Universitas Indonesia, 2006.
21. Handayani M. Gambaran tingkat stres, kecemasan dan depresi pada mahasiswa Universitas Andalas dalam menghadapi pandemi COVID-19. e- Skripsi: Universitas Andalas, 2020.
22. Saraswathi I, Saikarthik J, Senthil Kumar K, Madhan Srinivasan K, Ardhanaari M, Gunapriya R. Impact of COVID-19 outbreak on the mental health status of undergraduate medical students in a COVID-19 treating medical college: a prospective longitudinal study. *PeerJ*. 2020; 8: e10164.
23. Kumari A, Singh SB, Mahajan S, Sharma V, Ranjan R, Vohra P, et al. Stress assessment in MBBS first year students before and after stress management training during COVID-19 lockdown: A North Indian Study. *International Journal of Medical and Biomedical Studies*, 2020; 4(9): 33-38.
24. Adryana NC, Oktavany, Apriliana E, Oktaria D. Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Majority*. 2020; 9(2): 142-9.
25. Sherina MS, Rampal L, Kaneson N. Psychological stress among undergraduate medical students. *Medical Journal Malaysia*, 2004; 59(2): 207-11.
26. Linasari FS. Hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2016. Skripsi: Universitas Andalas, 2017.
27. Assidiqi MH, Sumarni W. Pemanfaatan platform digital di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*, 2020.
28. Nortvig AM, Petersen AK, Balle SH. A literature review of the factors influencing e-learning and blended learning in relation to learning outcome, student satisfaction and engagement. *Electronic Journal of e-Learning*, 2018; 16(1): 45-55.

29. Cumming C, Mason D, Abshire S, Borel DA. Learner Interaction in E learning. In: Khan BH & Ally M. (Editors). *International Handbook of E-Learning, Vol. 1. Theoretical Perspective and Research*. London: Routledge, 2017.
30. Maulana HA & Hamidi M. Persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring pada mata kuliah praktik di pendidikan vokasi. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 2020; 8(2): 224-31.
31. Nakayama M, Yamamoto H, Santiago R. Investigating the impact of learner characteristics on blended learning among Japanese students. *Proceedings ICEL*, 2006: 361-70.
32. Mastur M, Afifulloh M, Dina LNAB. Upaya guru dalam melaksanakan pembelajaran Daring pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. 2020; 2(3): 72-81.
33. Rini QK, Majorsy U, Hapsari RM. Hubungan metokognisi, efikasi diri akademik dan prestasi akademik pada mahasiswa. *Prosiding PESAT*, 2015; 6: 66-71.
34. Yulianti P, Fitri MEY. Evaluasi prestasi belajar mahasiswa terhadap perilaku belajar dan motivasi belajar mahasiswa di perguruan tinggi Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Akuntansi, Ekononmi dan Manajemen Bisnis*. 2017; 5(2): 242-51.
35. Lele JI, Sine JS, Sole AIS, FoeH Y. Perbedaan prestasi belajar mahasiswa saat pembelajaran daring dan tatap muka ditinjau dari prokrastinasi akademik. *Harati: Jurnal Pendidikan Kristen*, 2022; 2(1): 1-17.
36. Bannepadang C, Palette T, Siagian DR. Hubungan pembelajaran daring dengan prestasi akademik mahasiswa semester V STIKES Tana Toraja tahun 2021. *LPPM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 2022; 6(2): 1-11.
37. Trinandari PN & Ashari H. Menurunnya prestasi akademis mahasiswa akuntansi pada pembelajaran daring di masa pandemic COVID-19. *Jurnal Revenue*, 2021; 2(2): 233-51.
38. Hakim M & Mulyapradana A. Pengaruh penggunaan media daring dan motivasi belajar terhadap kepuasan mahasiswa pada saat pandemi COVID-19. *Widya Cipta: Jurnal Sekretari dan Manajemen*, 2020; 4(2): 154-60.
39. Margiyanti NJ, Handayani TY, Roza N. Pengaruh pembelajaran berbasis daring terhadap prestasi mahasiswa prodi Diploma III Kebidanan. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 2021; 13(2): 132-7.
40. Nurhafzah, Risma D, Hamidy MY. Hubungan toleransi stres dengan indeks prestasi mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Riau. Fakultas Kedokteran Universitas Riau, 2013.
41. Legiran, Azis MZ, Bellinawati N. Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 2015; 2(2): 197-202.
42. Sari DF. Hubungan antara toleransi stres dengan indeks prestasi pada mahasiswa baru di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia semester dua angkatan 2004. Skripsi: Universitas Islam Indonesia, 2007.
43. Priharyuni CY, Maryani, Wicaksono B. Pengaruh tingkat stres mahasiswa kedokteran yang mengerjakan Sskripsi terhadap prestasi akademik di Universitas Sebelas Maret. *Nexux Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan*, 2015; 4(2): 55-63.
44. Wilda. Hubungan antara stress dengan indeks prestasi akademik kumulatif pada mahasiswa fakultas kedokteran. Skripsi: Universitas Trisakti, 2015.
45. Hasmarina D. Hubungan stress dengan prestasi belajar pada mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Skripsi: Universitas Syiah Kuala, 2012.
46. Purwati S. Tingkat stres akademik pada mahasiswa regular angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Skripsi: Universitas Indonesia, 2012.

47. Seppo MDA. Hubungan antara tingkat stress dengan indeks prestasi akademik mahasiswa angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Skripsi: Universitas Hasanuddin, 2020.
48. Usman NU. Hubungan stress dengan indeks prestasi mahasiswa keperawatan di Universitas Islam Negeri Alaudin Makassar Tahun 2010. Skripsi: Universitas Islam Negeri Alaudin Makassar, 2010.
49. Mentari DO. Hubungan stress akademik dengan indeks prestasi mahasiswa tahun pertama di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Skripsi: Universitas Jember, 2918.
50. Harvani AH. Hubungan tingkat stress dengan indeks prestasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung Angkatan 2014 Tahun 2016. Skripsi: Universitas Malahayati, 2016.