

HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP NILAI UJIAN BLOK MAHASISWA PSKPS FK ULM

Kajian terhadap Tahun Pendidikan Selama Pandemi Covid-19

Raditya¹, Pandji Winata Nurikhwan², Didik Dwi Sanyoto²,
Mohammad Bakhriansyah², Sherly Limantara³

¹Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran,
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

²Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran,
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

³Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat,
Banjarmasin, Indonesia

Email korespondensi: radityarully@gmail.com

Abstract: *Students are individuals who are currently studying in higher education. The rapid development of science and technology, coupled with the changes caused by the Covid-19 pandemic, makes students in the educational process required to be able to follow these developments. Academic and non-academic factors, such as family problems, finances, social environment, and others, can cause stress in students. If students cannot cope with their stress, this will affect their learning outcomes. Stress is a pressure that a human being can feel. It can be caused by the mismatch between hope and reality desired by someone, both physical and spiritual desires. The collection of stress level data on PSKPS FK ULM students was carried out using the MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire) questionnaire and PSKPS FK ULM students' block test score data. This study is a cross-sectional study. The method of sample withdrawal in this study is total sampling. The hypothesis test used was Spearman's non-parametric test with a significance value of $p < 0.01$. The study sample was 141 people. The study results were obtained by students who experienced a mild stress level of 16%, a moderate stress level of 50%, a severe stress level of 31%, and very extreme stress, as much as 3%. Students with a score of passing the block exam were 57%, and those who did not give 43%. Based on Spearman's test, $r = -0.251$ was obtained. This study concludes that a low correlation exists between stress levels and student block test scores of PSKPS FK ULM students.*

Keywords: *stress, block test scores, medical student stressor questionnaire*

Abstrak: *Mahasiswa adalah orang yang sedang menjalani proses pendidikan di perguruan tinggi. Ilmu pengetahuan dan teknologi berkembang sangat pesat. Mahasiswa juga dituntut untuk mengikuti berkembang tersebut dalam proses pendidikannya. Stres mahasiswa dapat disebabkan oleh faktor akademik dan non-akademik, seperti faktor persoalan dalam keluarga, faktor ekonomi, faktor tempat sosial dan lain-lain. Jika mahasiswa tidak dapat mengatasi stresnya dengan baik, hal ini akan mengakibatkan pengaruh terhadap hasil belajarnya. Stres merupakan suatu tekanan yang terasa pada diri seorang manusia. Stres pada seseorang mungkin disebabkan adanya konflik antara harapan dan kenyataan yang diinginkan seseorang, baik berupa jasmani maupun rohani. Pengumpulan data tingkat stres pada mahasiswa PSKPS FK ULM dilakukan dengan menggunakan kuesioner MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire) dan data nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM. Penelitian ini merupakan studi *cross-sectional*. Metode penarikan sampel pada penelitian ini adalah *stratified total sampling*. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji non-parametrik Spearman's dengan nilai signifikansi $p < 0,01$. Sampel penelitian berjumlah 141 orang. Hasil penelitian didapatkan mahasiswa yang mengalami tingkat stres ringan sebanyak 16%, tingkat stres sedang sebanyak 50%, tingkat stres berat*

sebanyak 31% dan stres sangat berat sebanyak 3%. Mahasiswa dengan nilai lulus ujian blok sebanyak 57% dan yang tidak lulus 43%. Berdasarkan uji Spearman's didapatkan $r = -0,251$. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang lemah antara tingkat stres dan nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM.

Kata-kata kunci: stres, nilai ujian blok, *medical student stressor questionnaire*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa kedokteran merupakan individu yang mengikuti proses pendidikan kedokteran pada jenjang sarjana.^{1,2} Ilmu pengetahuan dan teknologi berkembang sangat pesat. Mahasiswa juga dituntut untuk mengikuti perkembangan tersebut dalam proses pendidikannya. Hal ini menambah tingkat stres mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran.³

Stres mahasiswa dapat disebabkan oleh faktor akademik dan non-akademik, seperti faktor persoalan dalam keluarga, faktor ekonomi, faktor tempat sosial dan lain-lain. Pendidikan kedokteran yang melaksanakan kurikulum berstandar kompetensi dengan mekanisme belajar yang berpusat pada mahasiswa dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa kedokteran.⁴ Sistem pendidikan ini menuntut mahasiswa untuk berperan langsung dalam mencari ilmunya masing-masing, yang biasanya diselesaikan dengan singkat dan jadwal pembelajaran yang padat. Mahasiswa yang tidak mengelola stresnya dengan benar, maka dapat memparuhi hasil belajarnya.⁵

Stres merupakan suatu tekanan yang terasa pada diri seorang manusia. Stres pada seseorang mungkin disebabkan adanya konflik antara harapan dan kenyataan yang diinginkan seseorang, baik berupa jasmani maupun rohani. Stres dapat berdampak positif bagi seseorang apabila dapat diatasi dengan benar. Stres yang tidak dikelola dengan tepat akan berdampak buruk, misalnya menyebabkan hilangnya motivasi, sulit berkonsentrasi dan berkurangnya produktivitas. Apabila diatasi dengan baik, stres dapat berdampak positif memunculkan motivasi seseorang guna melakukan aktivitasnya dengan maksimal. Stres yang tidak dikelola dengan tepat dapat berdampak buruk, misalnya kemampuan mengingat menurun, kesulitan untuk fokus pada pekerjaan, dan berujung pada penurunan produktivitas.^{6,7}

Kasus COVID-19 meningkat pada bulan Maret 2020, WHO menetapkan

COVID-19 sebagai pandemi di dunia.⁸ Untuk menghindari peningkatan jumlah kasus COVID-19 yang cenderung cepat, serta mencegah dan tidak menambah jumlah pasien COVID-19, beberapa negara khususnya Indonesia mulai menerapkan pembatasan jarak, PPKM, isolasi bagi yang terinfeksi dan pembatasan perjalanan antar negara.⁹

Upaya yang dilakukan guna mengurangi dampak penyebaran COVID-19 ternyata berdampak pada perspektif psikososial¹⁰ Sebuah studi menemukan bahwa pandemi global tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik orang yang terinfeksi, tetapi juga psikologi dan kualitas hidup orang yang terinfeksi.¹¹

Sering dilaporkan terdapat masalah kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran. Penelitian sebelumnya menyatakan jika orang yang berkecimpung pada bidang kesehatan berisiko lebih tinggi mengalami tekanan psikologis dibandingkan populasi umum. Hal ini disebabkan oleh masa studi yang lebih panjang serta risiko paparan agen infeksi pada pasien lebih tinggi. Prevalensi stres yang tinggi juga didapatkan pada kalangan mahasiswa kedokteran di beberapa negara Asia maupun Amerika.¹⁶ Stres dapat bersifat negatif dan positif yang bisa membuat seseorang menjadi malas atau semakin rajin, sehingga dapat berdampak pada prestasi belajar.¹²

Berdasarkan latar belakang tersebut, diketahui bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran dapat mempengaruhi hasil belajar. Proses penilaian blok melalui beberapa tahap di Program Studi Kedokteran Program Sarjana, salah satunya Ujian Blok yang mempunyai persentase paling tinggi dalam penilaian. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stres terhadap nilai Ujian Blok Mahasiswa Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran (PSKPS FK ULM) yang akan diukur menggunakan kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang). Data primer penelitian didapatkan melalui pengisian kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) dan data sekunder penelitian didapatkan melalui data nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM dari *Medical Education Unit* FK ULM.

Sampel penelitian ini berjumlah 141 mahasiswa PSKPS FK ULM yang terdiri dari tahun pertama, kedua, dan ketiga. Sampel penelitian dipilih melalui metode *total sampling*. Data yang didapatkan kemudian dianalisis menggunakan program komputer SPSS dengan uji korelasi Spearman's.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan melalui pengisian kuesioner yang dibagikan melalui jejaring komunikasi mahasiswa PSKPS FK ULM tahun Pendidikan 2019-2021. Penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin responden mayoritas merupakan perempuan yang berjumlah 98 orang (69,5%), sedang jenis kelamin laki-laki berjumlah 43 orang (30,5%).

Rerata usia responden pada penelitian ini adalah 20,2 tahun. Pada penelitian ini didapatkan sebaran usia responden dari usia 18 tahun hingga 23 tahun, jumlah usia responden yang paling banyak adalah usia 20 tahun 47 responden, usia 21 tahun 42 responden, usia 22 tahun 16 responden, dan usia 19 tahun sebanyak 30 responden. Sebaran usia responden yang paling sedikit adalah usia 17 tahun, 18 tahun, dan 23 tahun yang masing-masing berjumlah 2 responden.

Mahasiswa tahun pendidikan 2019 menjadi responden terbanyak yaitu 73 orang (52%), kemudian diikuti mahasiswa tahun pendidikan 2021 sebanyak 41 orang (29%), dan mahasiswa tahun pendidikan 2021 sebanyak 27 orang (19%).

Penelitian ini menunjukkan bahwa rerata nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM adalah 66,00 dengan sebaran frekuensi responden yang mendapatkan nilai lulus ujian blok adalah 80 orang (57%) dan yang tidak lulus adalah 61 orang (43%).

Tingkat stres pada penelitian ini didapatkan melalui hasil kuesioner MSSQ yang membagi tingkat stres menjadi stres ringan (0-1,00), stres sedang (1,01-2,00), stres berat (2,01-3,00), dan stres sangat berat (3,01-4,00).¹³ Rerata tingkat stres mahasiswa adalah 1,71 dimana dapat dikatakan mahasiswa PSKPS FK ULM rata-rata mengalami tingkat stres sedang. Mahasiswa yang mengalami tingkat stres ringan sebanyak 22 responden (16%), mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang sebanyak 71 responden (50%), mahasiswa yang mengalami tingkat stres berat sebanyak 44 responden (31%) dan mahasiswa yang mengalami stres sangat berat sebanyak 4 responden (3%).

Penelitian yang dilakukan oleh Handayani di Universitas Andalas pada tahun 2020 menunjukkan hasil yang serupa, dimana didapatkan sebesar 30,1% mahasiswa mengalami stres sedang. Penelitian yang dilakukan oleh Sari pada tahun 2020 juga menyatakan jika kebanyakan mahasiswa keperawatan di STIKES Karya Husada Kediri mengalami stres sedang (38,6%). Melalui penelitian tersebut, dapat dilihat jika tingkat stres pada mahasiswa kedokteran sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan prevalensi tingkat stres pada mahasiswa dari berbagai fakultas.^{14,15}

Telah dilakukan uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov sebelum melakukan uji hipotesis, dimana didapatkan untuk $p < 0,05$ yang bermakna data tidak terdistribusi normal. Akibat dari data yang tidak terdistribusi normal, maka syarat untuk dilakukan uji pearson tidak terpenuhi dan tidak dapat dilakukan sehingga dilakukanlah uji non-parametrik Spearman's.

Tabel 1. Hasil Analisis Korelasi Spearman's terhadap Hubungan Tingkat Stres terhadap Nilai Ujian Blok Mahasiswa PSKPS FK ULM

		Tingkat Stres	
Nilai Ujian Blok Mahasiswa PSKPS FK ULM	<i>r</i>		-0,251
	<i>p</i>		<0,01
	<i>n</i>		141

Tabel 1 menunjukkan hasil $p < 0,05$ yang bermakna terdapat hubungan yang signifikan dan nilai $r = -0,251$ bermakna adanya hubungan yang lemah antara tingkat stress terhadap nilai ujian blok. Arah hubungan negatif pada penelitian ini mempunyai makna adanya hubungan yang berlawanan antara tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM, sehingga semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa PSKSP FK ULM maka semakin tinggi perolehan nilai ujian bloknya, serta sebaliknya. Kekuatan hubungan antara tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM adalah lemah, yang artinya tidak semua mahasiswa dengan nilai ujian blok yang rendah mengalami tingkat stres yang tinggi dan tidak semua mahasiswa yang mengalami stres ringan akan memperoleh nilai ujian blok yang tinggi.

Kekuatan hubungan yang lemah pada penelitian ini ditetapkan berdasarkan panduan interpretasi hasil uji Spearman's dalam buku yang ditulis oleh Dahlan berjudul Statis untuk Kedokteran dan Kesehatan. Kekuatan hasil uji Spearman's dibagi menjadi 5, yaitu 0,00-0,199 adalah sangat lemah, 0,20-0,399 adalah lemah, 0,40-0,599 adalah sedang, 0,60-0,799 adalah kuat dan 0,80-1,00 adalah sangat kuat.¹⁶

Hasil yang serupa juga ditunjukkan pada penelitian oleh Putra RPP dkk di Universitas Mataram pada tahun 2014, didapatkan nilai $p = 0,004$ yang menyatakan terdapat hubungan yang sangat lemah ($r = -0,192$) antara tingkat stres dengan prestasi

belajar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang berupa nilai ujian tulis utama blok dengan arah hubungan yang berkebalikan.¹⁷

Hasil yang serupa juga ditunjukkan oleh penelitian Ali dkk di Allama Iqbal Medical College, Lahore, Pakistan yang menyatakan terdapat korelasi antara stres dan prestasi belajar berupa IPK. Semakin rendah tingkat stres, semakin tinggi kesempatan mahasiswa untuk mencapai hasil akademik yang baik, dan sebaliknya, semakin tinggi tingkat stres, semakin rendah peluang mahasiswa tersebut untuk mencapai hasil akademik.

Tabel 2. Hasil analisis korelasi Spearman's tentang Hubungan Tingkat Stres terhadap Nilai Ujian Blok Mahasiswa PSKPS FK ULM berdasarkan tahun pendidikan

		Tingkat Stres	
Nilai Ujian Blok mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2019	<i>r</i>		-0,049
	<i>p</i>		>0,05
	<i>n</i>		73
Nilai Ujian Blok mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2020	<i>r</i>		-0,460
	<i>p</i>		<0,05
	<i>n</i>		27
Nilai Ujian Blok mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2021	<i>r</i>		0,176
	<i>p</i>		>0,05
	<i>n</i>		41

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2019 didapatkan bahwa terdapat hubungan yang sangat lemah dan tidak signifikan antara nilai ujian blok terhadap tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tahun pendidikan 2019. Arah hubungan negatif pada penelitian ini mempunyai makna bahwa hubungan antara tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tahun pendidikan 2019 terhadap nilai ujian blok mahasiswa tahun pendidikan 2019 adalah berlawanan, sehingga semakin

tinggi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tahun pendidikan 2019 maka semakin rendah perolehan nilai ujian bloknya, serta sebaliknya.

Pada mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2020, berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nilai ujian blok terhadap tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tahun pendidikan 2020 dengan kekuatan hubungan sedang. Arah hubungan yang terjadi juga berlawanan. Pada mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2021 didapatkan hubungan yang sangat lemah dan tidak signifikan antara nilai ujian blok terhadap tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tahun pendidikan 2019. Arah hubungan terjadi positif atau searah.

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa tahun pendidikan memiliki pengaruh pada hubungan tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM tahun pendidikan 2021. Hubungan tingkat stres terhadap nilai ujian blok mengalami peningkatan pada mahasiswa tahun pendidikan 2020, dan terjadi penurunan kembali pada hubungan tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa tahun pendidikan 2019. Pada tahun pendidikan 2019 terjadi penurunan hubungan tingkat stres terhadap nilai ujian blok yang bisa diakibatkan oleh data penelitian yang tidak tersebar secara normal dan kemungkinan tingkat kesulitan pada blok yang dijalani oleh mahasiswa tahun pendidikan 2019 lebih mudah untuk dijalani oleh mahasiswa.

Tingkat stres yang dialami mahasiswa dapat terjadi akibat oleh beberapa hal, seperti faktor akademik, mekanisme pembelajaran ketika perkuliahan, hubungan sosial, dan dorongan motivasi dari diri sendiri. Hasil belajar mahasiswa juga dipengaruhi oleh motivasi belajar, cara belajar, faktor inteligensi, kesehatan jasmani dan rohani. Selain faktor internal, bisa juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pengaruh lingkungan sekitar selama pembelajaran, dukungan dari orang lain, dan faktor sistem pembelajaran.^{13,19}

Hubungan tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM pada penelitian ini mempunyai hubungan yang lemah. Hubungan yang lemah tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang tidak diteliti oleh peneliti, seperti motivasi belajar, minat, cara belajar, kesehatan jasmani, inteligensi, pengaruh lingkungan sekitar, dukungan orang tua, faktor sistem pendidikan, dan kondisi kampus.

Motivasi belajar dapat mempengaruhi bagaimana prestasi belajar seorang mahasiswa. Menurut Sardiman, seseorang dapat mendapatkan prestasi belajar yang maksimal, jika ada motivasi. Semakin sesuai motivasi, proses pendidikan juga akan mendapatkan hasil yang baik. Minat menjadi komponen utama berjalannya proses pendidikan. Proses pendidikan yang tidak sesuai dengan minat dapat berdampak buruk pada prestasi belajar.²⁰

Kesehatan jasmani dan faktor inteligensi juga dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa. Seseorang yang memiliki Kesehatan jasmani bagus dan melakukan aktivitas fisik yang teratur dapat meningkatkan inteligensi atau kemampuan kognitifnya. Menurut Neisser, korelasi antara faktor inteligensi dengan prestasi akademik ditimbulkan melalui adanya perbedaan dalam daya tangkap pembelajaran seseorang. Seseorang yang mempunyai skor inteligensi lebih tinggi cenderung mempunyai daya tangkap pelajaran yang lebih optimal dibandingkan seseorang dengan skor inteligensi lebih rendah. Penentuan keputusan yang tepat dalam menjawab pertanyaan ujian juga dipengaruhi oleh faktor inteligensi.^{21,22}

Faktor eksternal dari seseorang juga dapat mempengaruhi hasil belajar, misalnya dari pengaruh lingkungan sekitar, dukungan orang tua, faktor sistem pendidikan, dan kondisi kampus. Menurut Slameto, lingkungan masyarakat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik seseorang. Seseorang yang berada pada lingkungan masyarakat yang baik, berkembang, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan masyarakat tersebut

akan membuat seseorang mampu bersaing selama proses pendidikan.²³

Lingkungan kampus dan sistem pendidikan yang sesuai kriterianya dapat menimbulkan kenyamanan bagi mahasiswa dalam menempuh pendidikan. Hal lain yang bisa mendukung meningkatnya prestasi belajar yaitu dari cara mengajar yang diterapkan oleh dosen, fasilitas yang memadai dalam proses pembelajaran, dan pemberian tugas yang efektif bagi mahasiswa. Faktor dukungan orang tua dalam prestasi belajar mahasiswa merupakan hal yang krusial, karena keluarga merupakan tempat terpenting dalam proses pendidikan mahasiswa. Keluarga memegang peranan yang penting dalam keberhasilan mahasiswa selama proses pembelajaran.²³

Stres diklasifikasikan menjadi stres negatif (*distress*) dan stres positif (*eustress*). *Distress* adalah interpretasi negatif dari suatu peristiwa yang membangkitkan reaksi ketakutan atau kemarahan. Ketegangan ini biasa disebut sebagai stres. *Eustress* merupakan jenis stres yang dapat berdampak positif terhadap individu yang mengalaminya berupa peningkatan motivasi untuk membuat sesuatu yang lebih baik. Hal ini juga dapat mempengaruhi hasil penelitian yang mendapati hubungan yang lemah antara tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM. Apabila mahasiswa mendapatkan stres yang positif, maka akan berdampak baik juga pada mahasiswa tersebut melalui peningkatan motivasi untuk bisa lebih baik lagi. Sebaliknya, jika mahasiswa tersebut mendapatkan stres yang negatif, maka akan berdampak buruk juga bagi mahasiswa tersebut.^{24,25,26}

Tingkat stres yang memiliki hubungan lemah terhadap nilai ujian blok juga dapat disebabkan oleh kemampuan mahasiswa menghilangkan penyebab stres saat ujian blok atau perkuliahan, misalnya melalui *active coping strategies*. Mahasiswa dapat merencanakan dan membuat pilihan yang positif untuk mengeliminasi penyebab

stres, misalnya dengan belajar lebih aktif, mengatur jadwal aktivitas, melakukan diskusi bersama orang lain, atau menayakan terkait materi perkuliahan yang kurang jelas baik pada dosen maupun narasumber.²⁷

PENUTUP

Berdasarkan hasil uji statistik korelasi Spearman's yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara tingkat stres terhadap nilai ujian blok mahasiswa PSKPS FK ULM dengan nilai $r=-0,251$, serta terdapat hubungan yang negatif atau berkebalikan antar 2 variabel.

Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk melakukan penelitian terhadap faktor yang menyebabkan stres selain ujian pada mahasiswa, seperti motivasi belajar, minat, cara belajar, kesehatan jasmani, inteligensi, pengaruh lingkungan sekitar, dukungan orang tua, faktor sistem pendidikan, dan kondisi kampus. Penelitian selanjutnya juga disarankan menggunakan metode kohort atau *case control* untuk mengetahui bagaimana pengaruh seseorang yang mengalami stres dan tidak stres terhadap nilai ujian blok atau sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Putri A. Pengaruh kelelahan emosional terhadap perilaku belajar pada mahasiswa yang bekerja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2013;1(2):1- 20.
2. Dommy BAM, Wilson, Zakiah M. Hubungan tingkat stress dalam menghadapi ujian Objective Structured Clinical Examination dan gejala insomnia pada mahasiswa kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura* 5.3b. 2019:1425-2432.
3. Australian psychological society. *Understanding and managing stress*. Melbourne: The Australian Psychological Society Limited; 2012. Available from: <http://www.psychology.org.au/Assets/>

- [Files/StressTipSheet.pdf](#)
4. Direktorat pembelajaran dan kemahasiswaan & direktorat jenderal pendidikan tinggi kementerian pendidikan dan kebudayaan. Buku kurikulum pendidikan tinggi. Jakarta;2014.
 5. Sohail N. Stress and academic performance among medical student. *Journal of the college of physicians and surgeons Pakistan*. 2013;23(1):67-71. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23286627>
 6. Sukadiyanto S. Stress dan cara menguranginya. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*. 2010; 1(1): 55-66.
 7. Klinik Community Health Centre. Stress and stress management. Canada; 2010 Jan. 29p. Available from: <http://hydesmith.com/de-stress/files/StressMgt.pdf>
 8. Horesh D, Brown A. Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2020; 12(4): 331-335.
 9. Setiati S, Azwar MK. COVID-19 and Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*. 2020; 52(1): 84-89.
 10. Wang J, Korczykowski M, Rao H, Fan Y, Pluta J, Gur R et al. Gender difference in neural response to psychological stress. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2007;2(3):227-239.
 11. Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. Social Capital and Sleep Quality in Individuals Who Self-Isolated for 14 Days During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China. *Medical Science Monitor*. 2020; 26(1): 1-8.
 12. Suganda KD. Tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara angkatan 2013. *Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2013*. 2013.
 13. Yussof MSB, Rahim AFA. The medical student stressor questionnaire (MSSQ). Malaysia: KKMED Publications; 2010. P.12- 16.
 14. Handayani M. Gambaran tingkat stres, kecemasan dan depresi pada mahasiswa Universitas Andalas dalam menghadapi pandemi COVID-19. Doctoral dissertation. 2020
 15. Sari MK. Tingkat stres mahasiswa S1 keperawatan tingkat satu dalam menghadapi wabah COVID 19 dan perkuliahan daring di Stikes Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pemenang*. 2020;2(1):31-35.
 16. Dahlan MS. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Penerbit Salemba Medika. 2011.
 17. Putra RPP, Widiastuti IAE, Affarah WS. Hubungan antara tingkat stres dengan prestasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran universitas mataram. *Unram Medical Journal*. 2017;3(1):1-10.
 18. Ali M, Asim H, Edhi AI, et al. Does academic assessment system type affect levels of academic stress in medical students? A cross-sectional study from Pakistan. *Med Educ Online*. 2015;20(1):1-10.
 19. Riezky AK, Sitompul AZ. Hubungan motivasi belajar dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. *J Aceh Med*. 2017;1(2):79–86.
 20. Sardiman AM. *Interaksi & motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2020.
 21. Auweele. *Psychology for physical educators*. United Kingdom: Human Kinetics Publishers. 1999.
 22. Neisser U, Boodoo G, Bouchard TJ, et al. Intelligence: knowns and unknowns. *Am Psychol*. 1996;51(2):77–101.
 23. Slameto. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Bumi Aksara. 2010.

24. Teresi JA, Burnes D, Skowron EA, et al. State of the science on prevention of elder abuse and lessons learned from child abuse and domestic violence prevention: Toward a conceptual framework for research. *Journal of elder abuse & neglect*. 2016;28(4-5):263-300.
25. Stress: The different kind of stress. American Psychological Association. Washington DC; 2016. Available from: <http://www.apa.org/helpcenter/stresski>
26. Javaheri A. Psychological capital: an internal resource for counseling students coping with academic and clinical stress (Doctoral dissertation, The College of William and Mary). [nds.aspx](#)
27. Tantra MA, Irawaty E. Hubungan antara tingkat stres dengan hasil belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014. *Tarumanagara Med J*. 2019;1(2):367–372.