

# HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN STRATEGI KOPING PADA MAHASISWA KEPANITERAAN KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS RIAU

Suci Martha Dani<sup>1</sup>, M.Yulis Hamidy<sup>2</sup>, Devi Risma<sup>3</sup>

## ABSTRACT

*Stress is a psychological or psychological strain caused by adverse stimuli of physical, mental, or emotional, internal or external that tends to interfere with the function of organism and the organism naturally desires to avoid. To reduce and cope with stress are necessary means of solving the right problem called coping strategies. The purpose of this study was to determine the relationship between levels of stress and coping strategies among clinical students of Riau University. This study used cross sectional design carried out 140 students who were undergoing their clinical education profession in RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Data was collected using a questionnaire Dietetics Clinical Students Stress Questionnaire (DSQ), which has been translated into Indonesian is used to measure the level of stress on clinical students, and The Ways of Coping questionnaire has been translated into Indonesian is used to view coping strategies. The result of this study showed a significant relationship between level of stress and coping strategies ( $p=0,00$ ;  $r=-0,280$ ). The correlations met our expectations in terms of direction, but were weaker or less strong. In conclusion there was a significant relationship between level of stress and coping strategies in clinical students of Riau University.*

**Keywords:** *level of stress, coping strategy, clinical students.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan dokter merupakan pendidikan akademik profesional. Pendidikan ini mengharuskan mahasiswa memiliki pengalaman belajar klinik dalam bentuk Kepaniteraan Klinik.<sup>1</sup> Berbagai masalah dan tantangan dihadapi oleh mahasiswa selama mengikuti program kepaniteraan klinik ini, seperti ujian, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, kegiatan yang begitu padat, dan tidak dapat membagi waktu. Berbagai penelitian mendukung pendapat ini bahwa fakultas kedokteran perlu mendorong mahasiswanya dalam mengidentifikasi tantangan yang terkait dengan kebutuhan mereka selama menempuh pendidikan di fakultas kedokteran.<sup>2</sup>

1 *Correspondent Author*, Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau

2 Bagian Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Riau

3 Bagian Psikologi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau

Alamat korespondensi: [suci.martha@yahoo.com](mailto:suci.martha@yahoo.com) +6285211452782

Penelitian Supe AN (1998), melaporkan lebih dari 73% mahasiswa kedokteran Seth GS Medical College mengalami stres terutama pada tahun ketiga.<sup>3</sup> Sementara hasil penelitian Nurul Annisa (2009), menyimpulkan bahwa mahasiswa FK UR pada tahap kepaniteraan klinik di empat stase besar juga mengalami stres.<sup>4</sup> Hasil penelitian Yoyo Suhoyo (2006) menyatakan pula bahwa mahasiswa tingkat profesi FK UGM juga mengalami stres.<sup>1</sup>

Setiap individu mengalami stres dikarenakan terdapat stimulus (*stressor*). Stimulus tersebut dapat menimbulkan perubahan atau masalah dan memerlukan cara penyelesaian sehingga individu dapat menjadi lebih baik atau adaptif.<sup>5</sup> Lazarus dan Folkman (2006) menjelaskan bahwa individu dapat menggunakan baik *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* dalam episode stres mereka.<sup>6</sup> Berdasarkan hasil penelitian ChandraShekar dkk (2007) pada mahasiswa kedokteran Nepal bahwa strategi koping yang sering digunakan adalah koping aktif, yaitu mengatasi stres dengan kemampuan diri sendiri.<sup>7</sup> Sementara itu hasil penelitian Shaik BT dkk (2004) pada mahasiswa kedokteran Pakistan, strategi koping yang sering digunakan adalah berolahraga, berkumpul dan berbicara dengan teman-teman.<sup>8</sup>

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan tiga orang mahasiswa yang sedang menjalani tahap kepaniteraan klinik pada tanggal 7 Agustus 2011, diketahui bahwa mahasiswa tersebut mengalami stres saat menjalani tahap kepaniteraan klinik. Hal tersebut ditandai dengan timbulnya rasa berdebar, keringat dingin, sering buang air kecil, gangguan tidur, susah berkonsentrasi dan lain sebagainya. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswa tersebut adalah banyaknya tugas atau laporan yang harus diselesaikan, tingkat kesulitan dari tugas yang diberikan, ketidaksiapan dengan suasana baru yaitu peralihan suasana kampus menjadi suasana rumah sakit, rasa takut tidak lulus dalam setiap ujian yang dihadapi, dan adanya kesulitan dalam manajemen waktu.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan tiga orang mahasiswa yang sedang menjalani tahap kepaniteraan klinik tersebut tentang bagaimana cara mereka untuk mengurangi stress diketahui bahwa mereka berusaha untuk mencari solusi dari masalah yang mereka hadapi dengan menceritakan permasalahan tersebut kepada teman sebaya ataupun kepada senior mereka yang sudah terlebih dahulu menjalani tahap kepaniteraan klinik.

Dalam kondisi yang tertekan, individu tersebut berusaha untuk beradaptasi dan menyelesaikan masalahnya dengan melakukan koping. Penggunaan dan pemilihan strategi koping oleh seseorang, baik yang berorientasi pada masalah (*problem-focused coping*) maupun strategi koping yang berorientasi pada emosi (*emotion-focused coping*) bergantung pada pengalaman dan evaluasi individu, sedangkan efektif atau tidaknya strategi koping yang digunakan oleh individu tersebut sangat bergantung pada lingkungan dimana usaha tersebut dilakukan.<sup>6</sup>

Dari latar belakang yang dijabarkan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Strategi Koping pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan dalam interval waktu tertentu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping yang digunakan mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Arifin Achmad pada bulan Desember 2012. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Sampel pada penelitian diambil dengan teknik *random sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang bersedia mengisi *informed consent*. Kriteria eksklusi adalah mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang tidak hadir atau cuti saat penelitian berlangsung.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres adalah kuesioner yang diadopsi dari penelitian Hsiao (2003) yaitu *Dietetics Students Clinical Stress Questionnaire* (DSQ). Kuesioner ini terdiri dari 16 pertanyaan positif dan 7 pertanyaan negatif dengan total 23 item. Setelah dilakukan uji coba instrumen didapat 22 item lainnya valid dari total 30 item. Reliabilitas pada instrumen penelitian ini adalah baik dengan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,895. Interpretasi tingkat stres yaitu ringan: 22-51, sedang: 52-81, berat: 82-111 yang merupakan nilai dari penjumlahan hasil semua item pertanyaan yang terdiri dari 22 item. Sedangkan untuk mengukur strategi koping digunakan *The Ways Of Coping* yang diadopsi dari penelitian Folkman dan Lazarus (1985). Kuesioner ini terdiri dari 9 pertanyaan tentang *problem-focused coping* dan 15 pertanyaan tentang *emotional-focused coping* dengan total 24 item. Setelah dilakukan uji coba instrumen didapat 23 item lainnya valid dari total 24 item. Reliabilitas pada instrumen penelitian ini adalah baik dengan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,923.

Analisis univariat yang digunakan untuk mengetahui distribusi dan persentase tingkat stres dan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel bebas menggunakan skala ukur ordinal dan variabel terikat menggunakan skala ukur nominal. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan diantara keduanya digunakan uji *Chi-square*. Tingkat kemaknaan ( $p$ ) yang digunakan adalah  $<0,05$ . Selanjutnya untuk melihat kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel dilakukan uji korelasi *r spearman*.<sup>9</sup>

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Gambaran umum responden penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang berjumlah 140 orang. Karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 4.1 sebagai berikut :

**Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin**

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	45	32,2
Perempuan	95	67,8
Total	140	100

Karakteristik responden berdasarkan jumlah stase yang telah dilalui dapat dilihat pada Tabel 4.2, sebagai berikut :

**Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan jumlah stase yang telah dijalani**

Jumlah stase	Frekuensi	Persentase (%)
6	19	14
7	25	18
8	15	11
9	13	9
10	10	7
11	12	8
12	22	16
13	24	17
Total	140	100

### **Distribusi tingkat stres mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau**

Setelah didapatkan data dari kuesioner tingkat stres dan melalui proses penghitungan didapatkan distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau seperti pada Tabel 4.3

Tabel 4.3 Distribusi tingkat stres mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

No	Tingkat stres	Skor	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Ringan	22-51	35	25
2	Sedang	52-81	91	65
3	Berat	82-111	14	10
	Total		140	100

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa tingkat stres yang paling banyak dialami oleh mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau berada pada kategori stres sedang yaitu sebanyak 91 orang (65%) dan yang paling sedikit pada kategori stres berat sebanyak 14 orang (10%), serta tingkat stres ringan sebanyak 35 orang (25%).

### Gambaran strategi koping mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Setelah data dari kuesioner dikumpulkan dan melalui proses penghitungan didapatkan gambaran strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau seperti yang terlihat pada Tabel 4.4

Tabel 4.4 Gambaran strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

No	Strategi koping	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	<i>Problem-focused coping</i>	54	38,6
2	<i>Emotional-focused coping</i>	86	61,4
Total		140	100

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau sebanyak 86 orang (61,4%) cenderung lebih sering menggunakan *emotional-focused coping* dan sebanyak 54 orang (38,6%) menggunakan *problem-focused coping*.

### Hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Sebelum melakukan uji hipotesis untuk melihat hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau, maka dilakukan uji *chi-square* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan masing-masing tingkat stres (ringan, sedang, berat) dengan strategi koping yang digunakan (*problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*), didapatkan hasil seperti yang terlihat pada Tabel 4.5

Tabel 4.5 Hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Tingkat Stres	Strategi Koping				Total		P-value
	<i>Problem-focused coping</i>		<i>Emotional-focused coping</i>				
	n	%	n	%	N	%	
Ringan	9	6,4	26	18,6	35	25	0,012
Sedang	35	25,0	56	40,0	91	65	
Berat	10	7,1	4	2,9	14	10	
Jumlah	54	38,6	86	61,4	140	100	

Hasil analisis hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau diperoleh bahwa sebanyak 56 dari 91 (40%) cenderung lebih sering menggunakan *emotional-focused coping* dan 35 dari 91 (25%) mahasiswa dengan tingkat stres sedang cenderung lebih sering menggunakan *problem-focused coping*. Diantara 4 (2,9%) cenderung lebih sering menggunakan *emotional-focused coping* dan 10 (7,1%)

mahasiswa dengan tingkat stres berat cenderung lebih sering menggunakan *problem-focused coping*. Sebanyak 26 dari 35 (18,6%) mahasiswa dengan tingkat stres ringan cenderung lebih sering menggunakan *emotional-focused coping* dan 9 dari 35 (6,4%) diantaranya cenderung lebih sering menggunakan *problem-focused coping*. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan  $p\text{-value} = 0,012$ , artinya  $p\text{-value} < \alpha$  (0,05).

Selanjutnya dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov karena subyek penelitian ini berjumlah lebih dari 50 orang dan didapatkan hasil  $p > 0,05$  untuk strategi coping, sedangkan untuk tingkat stres  $p < 0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa data variabel tingkat stres tidak terdistribusi normal, sedangkan data variabel strategi coping terdistribusi normal. Hasil uji normalitas kedua variabel tersebut dapat dilihat pada Tabel 4.6

Tabel 4.6 Hasil uji normalitas variabel tingkat stres dan strategi coping

Variabel	<i>p value</i>
Tingkat stres	0,001
Strategi coping	0,335

Uji Kolmogorov-Smirnov

Tabel 4.7 Hasil uji hipotesis hubungan antara tingkat stres dengan strategi coping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Variabel	Kekuatan korelasi (r)	<i>p value</i>	Arah korelasi
Tingkat stres dengan strategi coping	-0,280	0,001	Negatif

Uji Spearman

Pada penelitian ini diperoleh hasil uji hipotesis yang menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat stres dengan strategi coping dengan kekuatan korelasi lemah ( $r = -0,280$ ;  $p = 0,001$ ). Hal ini berarti semakin tinggi tingkat stres maka semakin rendah strategi coping pada mahasiswa.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Sami Abdo dkk (2011) pada mahasiswa Kedokteran Malaysia yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa. Hasil penelitian tersebut juga menyatakan bahwa tingkat stres yang dirasakan oleh mahasiswa akan dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap penggunaan strategi coping. Prevalensi tingkat stres di kalangan mahasiswa Kedokteran Malaysia yaitu 46,3% lebih tinggi dibandingkan dengan dua penelitian Malaysia sebelumnya yaitu hanya 41,9% dan 29,6%, namun masih lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa Kedokteran Arab Saudi yaitu 57,0%.<sup>10</sup>

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Utomo (2008) yang menghubungkan masing-masing tingkatan stres dengan strategi coping pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Malang didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres tingkat rendah dan stres tingkat sedang

terhadap *emotional-focused coping*, penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara stres tingkat tinggi dengan *problem-focused coping*. Artinya *emotional-focused coping* memberikan peran dalam menyelesaikan masalah pada mahasiswa tingkat stres rendah dan sedang dan tidak begitu memberikan peran yang signifikan ketika mahasiswa menghadapi stres tingkat tinggi. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan bahwa ketika mahasiswa menghadapi masalah dengan tingkat stres rendah dan sedang disarankan bagi mahasiswa untuk menggunakan *emotional-focused coping* dan sebaliknya jika mahasiswa menghadapi tingkat stres tinggi lebih menguntungkan menggunakan *problem-focused coping*.<sup>11</sup>

Pendapat ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Folkman dan Lazarus bahwa *emotional-focused coping* berfungsi untuk meregulasi respon emosional terhadap masalah, sedangkan *problem-focused coping* berfungsi untuk mengatur dan merubah masalah penyebab stres.<sup>12</sup>

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang mengalami stres tingkat ringan dan sedang cenderung menggunakan *emotional-focused coping* untuk menghadapi masalah, sehingga mereka dapat meregulasi respon emosional dalam menghadapi stresor dan mengurangi tingkat stres. Sementara yang mengalami stres tingkat berat cenderung menggunakan *problem-focused coping* dalam menghadapi masalahnya dengan cara melipatgandakan usaha dan juga meminta informasi atau dukungan dari orang lain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

Dari hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan strategi koping ( $p=0,001$ ,  $r=-0,280$ ) menunjukkan korelasi kearah negatif dengan kekuatan korelasi lemah. Kekuatan korelasi lemah menunjukkan bahwa tingkat stres tidak hanya dipengaruhi oleh strategi koping tapi masih ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres pada seseorang. Menurut Lazarus dan Folkman terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres individu yang tergantung pada pengalaman individu tersebut dalam menghadapi masalah. Faktor internal diantaranya strategi koping, tipe kepribadian, dan kecerdasan emosional. Sedangkan faktor eksternal yaitu jenis stres, kehadiran stres lain dan dukungan sosial.<sup>13</sup>

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara stres yang dirasakan dan strategi koping, yang juga dapat berarti bahwa cara mahasiswa mengatasi stres dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap stres. Oleh karena itu, mengajarkan mahasiswa untuk menggunakan strategi koping yang diinginkan dapat mengurangi stres.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan kebutuhan untuk program manajemen stres di semua perguruan tinggi medis (Fakultas Kedokteran). Pendekatan lain yang dapat dilakukan oleh Fakultas Kedokteran adalah untuk melakukan lokakarya tentang stres dan strategi penanggulangan yang efektif atau melalui kegiatan pembekalan sebelum mahasiswa Fakultas Kedokteran melakukan kepaniteraan klinik

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau dapat disimpulkan bahwa, distribusi tingkat stres pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau paling banyak mengalami stres tingkat sedang dan paling sedikit mengalami stres tingkat berat. Strategi koping yang cenderung lebih sering digunakan mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau adalah *emotional-focused coping*. Dan berdasarkan uji statistik didapatkan hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Yoyo S, Emilia O, Hadianto T. Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada, Jurnal Pendidikan Kedokteran dan Profesi Kesehatan Indonesia, Vol.1, No.1.2006.
2. Kiessling C, Schubert B, Scheffner D, Burger W. First Year Medical Students' Perceptions Of Stress And Support: A Comparison Between Reformed And Traditional Track Curricula.2004. [Diakses tanggal 11 Oktober 2011] diunduh dari : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
3. Supe AN. A study of stress in medical students at Seth G.S. Medical College.1998. [Diakses tanggal 11 Oktober 2011] diunduh dari : <http://www.jpgmonline.com>
4. Annisa, Nurul. Gambaran mekanisme pertahanan diri terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahap kepaniteraan klinik di empat stase besar (skripsi). FK Universitas Riau.2009.
5. Keliat, B.A. *Penatalaksanaan Stres*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran; EGC. 1999.
6. Taylor, Shelley E. *Health Psychology*, Singapore:McGraw-Hill Companies, Inc. 2006.
7. Chandrashekhar T Sreeramareddy, Pathiyil R Shankar, VS Binu, Chiranjoy Mukhopadhyay, Biswabina Ray, and Ritesh G Menezes. Psychological morbidity, sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal.2007. [ di akses tanggal 19 Oktober 2011] diunduh dari : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17953068>



8. Shaikh BT, Kahloon A, Kazmi M, Khalid H, Nawaz K, Khan N, Khan S. Students, stress and coping strategies: a case of Pakistani medical school. *Educ Health (Abingdon)* 2004;**17**:346–53. doi: 10.1080/13576280400002585 [diakses tanggal 19 Oktober 2011 ] diunduh dari : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17953068>
9. Dahlan MS. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan. Edisi 5. Jakarta: Salemba Medika; 2010
10. Abdo S, Ahmed S, Ahmed A, & Gopal K. Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Malaysia. 2011.
11. Utomo. Hubungan Antara Model-Model Koping Stres dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang: Fakultas Psikologi. 2008.
12. Folkman, S. The ways of coping. 1988. [diakses tanggal 19 November 2011] diunduh dari : <http://www.caps.ucsf.edu/tools/surveys/pdf>
13. Folkman, S, Lazarus, R.S. Gruen, R.J., & DeLongis, A. Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social*, 1984;50,576-9.