

Stres dan kelulusan blok mahasiswa perantau dan nonperantau tingkat pertama Kedokteran Universitas Andalas.

Aulia Putri ^{*1}
Taufik Ashal ²
Noverika Windasari ³
Yulistini ⁴
Rini Gusya Liza ⁵
Abdiana ⁶

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

^{2,5}Departemen Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

³Departemen Forensik dan Medikolegal, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

⁴Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

⁶Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

*e-mail: ashaltaufik@yahoo.com

Abstrak

Mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi sering dihadapkan pada berbagai tuntutan dan tantangan baru yang dapat menghambat penyesuaian diri. Mahasiswa rantau menghadapi stres tambahan akibat harus hidup mandiri tanpa dukungan langsung keluarga. Mahasiswa kedokteran, khususnya tingkat pertama, sering mengalami tingkat stres tinggi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat stres dengan kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan nonrantau. Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan desain cross-sectional. Sampel terdiri dari 251 mahasiswa tingkat pertama Program Studi Kedokteran Universitas Andalas Tahun Ajaran 2023, dengan 162 orang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan Juni-Oktober 2024 menggunakan Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) untuk mengukur tingkat stres dan nilai kelulusan blok 1.1–1.6 dari bagian akademik. Analisis dilakukan dengan uji chi-square. Hasil menunjukkan 73,5% responden merupakan mahasiswa rantau, dengan 45,4% mahasiswa rantau dan 44,2% mahasiswa nonrantau mengalami stres berat. Academic Related Stressors (ARS) menjadi faktor dominan. Tingkat kelulusan blok mahasiswa rantau adalah 68,1%, sedangkan nonrantau 69,8%. Analisis bivariat menemukan hubungan signifikan antara tingkat stres dan kelulusan blok ($p = 0,002$). Kesimpulannya, tingkat stres berhubungan dengan kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan nonrantau. Mahasiswa disarankan mengelola waktu dengan baik untuk mengurangi stres dan meningkatkan keberhasilan akademik.

Kata kunci: Stres akademik, mahasiswa kedokteran, mahasiswa rantau, kelulusan blok, (MSSQ)

Abstract

The first year of college presents various challenges, particularly for out-of-town students adapting to independent living without direct family support. Medical students, especially first-years, often face high stress levels. This study examines the relationship between stress levels and module completion rates among out-of-town and local students. An observational analytic method with a cross-sectional design was used, involving 251 first-year Medical Study Program students at Universitas Andalas for the 2023 Academic Year. A total of 162 students met the inclusion criteria, with data collected from June to October 2024. Stress levels were measured using the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ), and module completion rates for Modules 1.1–1.6 were obtained from academic records. Data were analyzed using the chi-square test. The results showed that 73.5% of respondents were out-of-town students, with severe stress reported by 45.4% of out-of-town and 44.2% of local students. Academic Related Stressors (ARS) were the dominant stress factor. Module completion rates were 68.1% for out-of-town and 69.8% for local students. Bivariate analysis indicated a significant relationship between stress levels and module completion rates ($p = 0.002$). The study concludes that stress levels significantly affect module completion rates. Students are encouraged to improve time management skills to reduce stress and enhance academic outcomes.

Keywords: Academic stress, medical students, non-local students, module passage, (MSSQ)

PENDAHULUAN

Stres adalah kondisi yang sering dialami oleh individu, termasuk mahasiswa, yang muncul ketika tuntutan yang dihadapi melebihi kemampuan untuk mengatasinya. Sumber stres pada mahasiswa, seperti yang dijelaskan oleh Okoye (2022), mencakup lingkungan, akademik, serta hubungan interpersonal dan intrapersonal. Stresor lingkungan dapat berupa kondisi sosial dan fisik yang tidak nyaman, sedangkan stresor akademik terkait dengan beban dan tanggung jawab akademik. Selain itu, hubungan interpersonal seperti interaksi dengan keluarga, teman, dan dosen, serta kondisi intrapersonal seperti kesehatan fisik, regulasi emosi, dan manajemen waktu, juga berkontribusi terhadap stres. Beberapa kasus menunjukkan bahwa stres berat dapat menyebabkan tindakan nekat, seperti bunuh diri, yang telah terjadi pada mahasiswa di berbagai wilayah Indonesia.

Pada era globalisasi, banyak mahasiswa melanjutkan studi di perguruan tinggi favorit yang berada jauh dari tempat asalnya. Mahasiswa perantau ini harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan menghadapi tuntutan akademik yang tinggi tanpa dukungan langsung dari keluarga. Kondisi ini dapat menjadi lebih menantang terutama bagi mahasiswa kedokteran, yang cenderung mengalami tingkat stres lebih tinggi dibandingkan mahasiswa program studi lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa stres akademik berlebihan dapat memengaruhi prestasi akademik, menurunkan indeks prestasi, serta memicu gangguan memori, konsentrasi, dan kemampuan pemecahan masalah.

Mahasiswa kedokteran, khususnya di Universitas Andalas, menghadapi beban studi yang berat, terutama di tahun pertama yang terdiri dari 45 SKS dalam berbagai mata kuliah blok dan non-blok. Penelitian sebelumnya mencatat bahwa mahasiswa kedokteran tahun pertama lebih rentan mengalami stres dibandingkan tingkat yang lebih tinggi. Dengan tingkat stres yang tinggi, performa akademik mahasiswa kedokteran sering kali terpengaruh secara signifikan. Stres lingkungan dan akademik yang berkepanjangan menjadi salah satu faktor utama yang perlu mendapatkan perhatian.

Stres adalah kondisi kompleks yang dipengaruhi oleh interaksi antara individu dengan situasi biologis, psikologis, dan sosial. Pendekatan terhadap stres mencakup pandangan sebagai stimulus, respons, hingga proses interaksi antara individu dengan lingkungannya. Kesehatan jiwa yang baik memainkan peran penting dalam mengelola stres, mencakup keseimbangan emosional dan kemampuan beradaptasi. Mahasiswa kedokteran, dengan tekanan akademik yang berat, menghadapi tantangan kesehatan mental yang signifikan, terutama jika tidak memiliki strategi manajemen stres yang memadai. Mereka rentan terhadap berbagai tingkat stres, mulai dari ringan hingga sangat berat, yang dipicu oleh faktor seperti tuntutan akademik, konflik interpersonal, dan tekanan sosial.

Stres dapat menyebabkan dampak negatif pada fisik, emosi, perilaku, dan kognisi. Gejala fisik termasuk kelelahan dan sakit kepala, sementara dampak emosional mencakup iritabilitas dan depresi. Dalam konteks pendidikan kedokteran, stres memengaruhi motivasi belajar, kinerja akademik, dan kesehatan mental mahasiswa. Faktor internal seperti kecerdasan emosional dan eksternal seperti dukungan sosial memengaruhi kemampuan individu mengatasi stres. Penanganan stres yang efektif melibatkan teknik relaksasi, konseling, serta intervensi berbasis hubungan saling percaya antara mahasiswa dan konselor.

Mahasiswa perantau menghadapi tantangan tambahan, termasuk adaptasi dengan lingkungan baru, perubahan dalam kebiasaan hidup, dan manajemen waktu. Proses penyesuaian diri melibatkan kemampuan menghadapi perubahan secara konstruktif, mengelola emosi, dan membangun hubungan interpersonal yang baik. Adaptasi yang buruk dapat memperparah stres dan berdampak negatif pada kesejahteraan mental. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memahami faktor-faktor stresor dan strategi adaptasi yang efektif untuk mendukung keberhasilan akademik mereka.

Mahasiswa dengan strategi manajemen stres yang baik cenderung memiliki hasil akademik yang lebih baik. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk menyediakan dukungan yang memadai, termasuk program pelatihan manajemen stres, lingkungan belajar yang mendukung, dan pengembangan keterampilan emosional mahasiswa, untuk membantu mereka mencapai potensi akademik yang optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental untuk mengkaji hubungan antara tingkat stres dan nilai kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non-perantau Program Studi Kedokteran Universitas Andalas. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah nilai kelulusan blok, yang diukur menggunakan nilai akhir dari blok 1.1 hingga 1.6. Sedangkan variabel independen adalah tingkat stres yang diukur dengan menggunakan Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) menilai tingkat stres mahasiswa kedokteran melalui enam dimensi utama. Academic Related Stressors (ARS) mencakup tekanan akademik seperti beban studi, tugas, dan ujian, sementara Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS) berkaitan dengan konflik dalam hubungan pribadi dan antarpribadi. Teaching and Learning Related Stressors (TLRS) menyoroti tekanan dalam proses pembelajaran, seperti metode pengajaran atau interaksi dengan pengajar, sedangkan Social Related Stressors (SRS) mencakup tuntutan sosial dan tekanan lingkungan. Drive and Desire Related Stressors (DRS) mengukur stres terkait ambisi dan motivasi akademik, dan Group Activities Related Stressors (GARS) menilai tekanan dari kerja kelompok dan proyek kolaboratif. Melalui dimensi-dimensi ini, MSSQ memberikan pemahaman menyeluruh tentang berbagai sumber stres yang dihadapi mahasiswa kedokteran.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-square untuk menguji hubungan antara stres dan kelulusan blok, karena kedua variabel merupakan data kategorikal. Nilai Chi-square yang diperoleh dibandingkan dengan nilai kritis dari tabel distribusi Chi-square, dan hasil dianggap signifikan jika $p\text{-value} \leq 0.05$. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang bagaimana tingkat stres memengaruhi prestasi akademik mahasiswa kedokteran, terutama yang merantau.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 162 mahasiswa angkatan 2023 Program Studi Kedokteran Universitas Andalas sebagai responden. Dari jumlah tersebut, mayoritas responden adalah perempuan, sebanyak 112 orang (69,1%), sementara laki-laki berjumlah 50 orang (30,9%). Berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 19 tahun, yaitu sebanyak 106 orang (65,4%).

Tabel 1. Usia Mahasiswa Angkatan 2023

Usia	Frekuensi	Stres ringan	Stress sedang	Stress berat	Stress sangat berat	Persentase
17 Tahun	1	0,0%	100%	0,0%	0,0%	0,6%
18 Tahun	26	7,7%	42,3%	38,5%	11,5%	16%
19 Tahun	106	7,5%	37,7%	44,3%	10,4%	65,4%
20 Tahun	27	11,1%	25,9%	55,6%	7,4%	16,7%
21 Tahun	2	0%	50%	50,0%	0%	1,2%

Sebagian besar responden (119 orang, 73,5%) merupakan mahasiswa perantau yang berasal dari luar Kota Padang. Sementara itu, mahasiswa non-perantau sebanyak 43 orang (26,5%). Mayoritas responden mengalami tingkat stres berat (73 orang, 45,1%), diikuti oleh stres sedang (60 orang, 37,0%), stres sangat berat (16 orang, 9,9%), dan stres ringan (13 orang, 8,0%). Distribusi tingkat stres ini bervariasi antara mahasiswa perantau dan non-perantau. Sebanyak 54 mahasiswa perantau (45,4%) dan 19 mahasiswa non-perantau (44,2%) mengalami stres berat.

Faktor pemicu stres yang paling umum dialami mahasiswa angkatan 2023 Program Studi Kedokteran Universitas Andalas adalah Academic Related Stressors (ARS), yang disebutkan oleh 52 responden (32,1%) sebagai penyebab utama stres. Mahasiswa perantau secara khusus lebih banyak menyebutkan ARS sebagai faktor dominan, dengan 41 orang (34,5%) mengidentifikasi tekanan akademik sebagai sumber utama stres mereka. Selain itu, Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS) merupakan faktor kedua yang paling banyak dialami oleh

mahasiswa perantau, dengan 30 orang (25,2%) yang terpengaruh. Beberapa contoh tekanan dalam kategori ARS meliputi nilai rendah, kurangnya waktu untuk belajar ulang, serta beban dari ujian atau tes yang sering menjadi faktor signifikan penyebab stres.

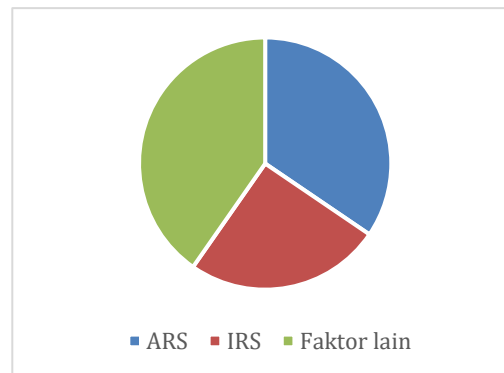


Diagram 1. Faktor penyebab stress mahasiswa perantau

Dari total responden, 112 mahasiswa (69, 1%) lulus seluruh blok, sedangkan 50 mahasiswa (30,9%) tidak lulus. Tingkat stres berpengaruh signifikan terhadap kelulusan blok. Sebanyak 84,6% mahasiswa dengan stres ringan lulus, sedangkan hanya 43,8% mahasiswa dengan stres sangat berat yang lulus. Hasil uji Chi-square menunjukkan hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan kelulusan blok ($p = 0,002$).

Sebagian besar mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2023 merupakan mahasiswa perantau (73,5%). Mahasiswa perantau menghadapi berbagai tantangan, termasuk adaptasi dengan lingkungan baru, kesulitan mengelola keuangan, serta tekanan akademik yang lebih berat. Tinggal jauh dari orang tua membuat mereka harus hidup mandiri, yang sering kali menjadi sumber stres tambahan. Perubahan pola hidup, seperti kebiasaan belajar dan lingkungan sosial, menjadi faktor signifikan yang memengaruhi kesejahteraan mental mahasiswa rantau.

Sebanyak 45,1% mahasiswa mengalami stres berat, dengan proporsi stres berat lebih tinggi pada mahasiswa perantau (45,4%) dibandingkan nonperantau (44,2%). Stres berat ini terutama dipicu oleh faktor akademik, termasuk ujian, beban studi, dan kurangnya waktu untuk mereview materi. Faktor jenis kelamin juga memengaruhi tingkat stres, di mana mahasiswi lebih sering mengalami kecemasan menjelang ujian. Tingkat stres yang tinggi berpotensi menurunkan kinerja akademik dan indeks prestasi mahasiswa.

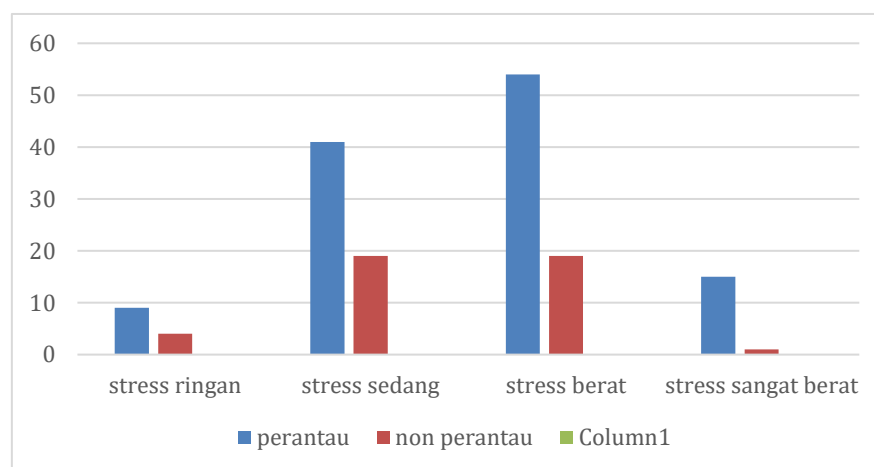


Diagram 2. Tingkat stress mahasiswa perantau dan non perantau

Faktor pemicu stres yang dominan adalah Academic Related Stressors (ARS) (32,1%), diikuti oleh Intrapersonal and Interpersonal Related Stressors (IRS) (25,6%). Mahasiswa

perantau cenderung lebih terpengaruh oleh ARS (34,5%) dibandingkan nonperantau (25,6%). Tantangan dalam memenuhi tuntutan akademik menjadi beban utama bagi mahasiswa. Selain itu, konflik interpersonal dengan dosen dan teman sebaya menjadi stresor yang signifikan, terutama bagi mahasiswa yang kurang memiliki dukungan sosial dan kemampuan manajemen waktu yang baik.

Tingkat stres memiliki hubungan signifikan dengan kelulusan blok ($p = 0,002$). Responden dengan stres ringan atau sedang memiliki tingkat kelulusan yang lebih tinggi (84,6% dan 83,3%), sedangkan stres berat atau sangat berat cenderung menurunkan kelulusan (60,3% dan 43,8%). Stres berat dapat menghambat konsentrasi dan kemampuan penyelesaian tugas, sementara stres ringan atau sedang dapat menjadi motivasi untuk berprestasi. Sebaliknya, beberapa mahasiswa yang tidak mengalami stres tetap tidak lulus blok karena kurangnya motivasi belajar atau kesibukan di luar akademik.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap beberapa temuan penting terkait tingkat stres dan faktor-faktor yang memengaruhi kelulusan mahasiswa kedokteran angkatan 2023 Universitas Andalas. Hampir separuh mahasiswa, yaitu 73 orang (45,1%), dilaporkan mengalami stres berat, yang menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kesejahteraan mental mahasiswa. Lebih dari sebagian besar responden, yaitu 119 orang (73,5%), merupakan mahasiswa perantau yang menghadapi tantangan tambahan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, sehingga berpotensi memperburuk tingkat stres. Faktor utama pemicu stres adalah Academic Related Stressors (ARS), yang dialami oleh 52 responden (32,1%). Hal ini mencerminkan tekanan akademik seperti beban tugas, ujian, dan waktu belajar yang panjang sebagai tantangan signifikan yang dihadapi oleh mahasiswa.

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa 112 mahasiswa (69,1%) berhasil memperoleh kelulusan blok, yang menunjukkan adanya kemampuan sebagian besar mahasiswa untuk mengatasi tekanan akademik. Namun, terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan nilai kelulusan blok pada mahasiswa perantau dan non-perantau ($p = 0,002$). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat stres, baik pada mahasiswa perantau maupun non-perantau, dapat memengaruhi pencapaian akademik mereka. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi dan menangani faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres guna mendukung keberhasilan akademik mahasiswa secara keseluruhan.

Institusi diharapkan menyediakan kegiatan penghilang kejenuhan seperti organisasi, komunitas, atau olahraga, serta layanan konseling yang mudah diakses. Pelatihan manajemen stres dan kesejahteraan mental juga perlu diadakan, dengan dukungan dosen dan staf akademik yang terbuka terhadap keluhan mahasiswa. Mahasiswa disarankan mengatur jadwal belajar, istirahat, dan kegiatan sosial secara seimbang, serta menghindari penundaan tugas. Mahasiswa perantau perlu lebih membuka diri terhadap lingkungan baru dan menjalin komunikasi untuk mengurangi stres, sementara mahasiswa non-perantau diharapkan berdiskusi dengan keluarga dan menetapkan target realistis. Semua mahasiswa sebaiknya fokus pada pengembangan diri tanpa membandingkan diri dengan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Seto SB, Wondo MTS, Mei MF. Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*. 2020 Jun 3;4(3):733–9.
- Okoye OC. Perceived Stress and Stressors among Undergraduate Medical Students of a Nigerian Institution. *Malawi Medical Journal* [Internet]. 2022 Dec 1 [cited 2024 Mar 3];34(4):245. Available from: [/pmc/articles/PMC10645827/](https://pmc/articles/PMC10645827/)
- Mahasiswa yang Bunuh Diri di Pinang Tangerang Sempat Tinggalkan Surat Wasiat Halaman all - Kompas.com [Internet]. [cited 2024 Mar 3]. Available from: <https://megapolitan.kompas.com/read/2022/08/08/18305911/mahasiswa-yang-bunuh->

- diri-di-pinang-tangerang-sempat-tinggalkan-surat?page=all
- Mahasiswi Baru Tewas Diduga Lompat dari Apartemen di Semarang [Internet]. [cited 2024 Mar 4]. Available from: <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20220902140947-20-842452/mahasiswi-baru-tewas-diduga-lompat-dari-apartemen-di-semarang>
- Seorang Mahasiswi Kedokteran di Padang Ditemukan Tewas Tergantung di Rumahnya [Internet]. [cited 2024 Jul 30]. Available from: <https://www.detik.com/sumut/hukum-dan-kriminal/d-7226421/seorang-mahasiswi-kedokteran-di-padang-ditemukan-tewas-tergantung-di-rumahnya>
- Widodo A. Hubungan Antara Self Regulation Learning dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Perantau di Surakarta. <https://eprints.ums.ac.id> [Internet]. 2022 [cited 2024 Mar 3]; Available from: <https://eprints.ums.ac.id> › naskah publikasi
- Ulfa F, Erindana N, Fuad Nashori H, Novvaliant M, Tasaufi F. Penyesuaian Diri Dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama Self Adjustment And Academic Stress In First-Year University Student. *Motiva: Jurnal Psikologi*. 2021;4(1):11-8.
- Saiful M, Yusoff B. Manual Kuesioner Stresor Mahasiswa Kedokteran (MSSQ). Yusoff M saiful B, Rahim AFA, editors. 2014 [cited 2024 Jul 30];6–16. Available from: https://www.researchgate.net/publication/200640404_The_Medical_Student_Stressor_Questionnaire_MSSQ_Manual
- Sarafino EP, Smith TW. Part II Stress, Illness, and Coping. *Health psychology : biopsychosocial interactions* [Internet]. 2021 [cited 2024 Mar 3];57–135. Available from: <https://www.wiley.com/en-us/Health+Psychology%3A+Biopsychosocial+Interactions%2C+10th+Edition-p-9781119577829>
- Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas* [Internet]. 2019 Mar 31 [cited 2024 Mar 3];8(1):103. Available from: https://www.researchgate.net/publication/335897640_Gambaran_Tingkat_Stres_Berdasarkan_Stressor_pada_Mahasiswa_Kedokteran_Tahun_Pertama_Program_Studi_Profesi_Dokter_Fakultas_Kedokteran_Universitas_Andalas_Angkatan_2017
- osta C, Briguglio G, Mondello S, Teodoro M, Pollicino M, Canalella A, et al. Perceived Stress in a Gender Perspective: A Survey in a Population of Unemployed Subjects of Southern Italy. *Front Public Health* [Internet]. 2021 Apr 1 [cited 2024 Mar 3];9. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33869130/>
- Hasnan ST. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa yang Tinggal Dengan Orang Tua dan Tinggal Sendiri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Andalas [Internet]. Padang: Andalas University; 2018 [cited 2024 Jul 30]. Available from: <http://scholar.unand.ac.id/32907/5/Tugas%20Akhir%20full%20text.pdf>
- Aji AGHS. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim; 2020.
- Savira LA, Setiawati OR, Husna I, Pramesti W. Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2021 Jun 30;10(1):183–8.
- Agusmar AY, Vani AT, Wahyuni S. Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health and Medical Journal* [Internet]. 2019 Aug 5 [cited 2024 Mar 4];1(2):34–8. Available from: <https://jurnal.unbrah.ac.id/index.php/heme/article/view/238>
- Universitas Andalas. Kurikulum program studi pendidikan dokter. Padang: Universitas Andalas; 2022. [Internet]. 2022 [cited 2024 Mar 4]. Available from: <https://fk.unand.ac.id/kurikulum/>

- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Standar kompetensi lulusan program studi sarjana kedokteran. Jakarta: Kemdikbudristek; 2021.
- Obbarius N, Fischer F, Liegl G, Obbarius A, Rose M. A Modified Version of the Transactional Stress Concept According to Lazarus and Folkman Was Confirmed in a Psychosomatic Inpatient Sample. *Front Psychol* [Internet]. 2021 Mar 5 [cited 2024 Mar 3];12. Available from: [/pmc/articles/PMC7973375/](https://pmc/articles/PMC7973375/)
- World Health Organization. Regional Office for South-East Asia. Addressing mental health in. 2022 [cited 2024 Mar 3]; Available from: <http://apps.who.int/bookorders>.
- Ambarwati PD, Pinilih SS, Astuti RT. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2019 Feb 6;5(1):40.
- Zsidó AN. The Effect of Emotional Arousal on Visual Attentional Performance: A Systematic Review. *Psychological Research* 2023 88:1 [Internet]. 2023 Jul 7 [cited 2024 Mar 3];88(1):1–24. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00426-023-01852-6>
- D.P Paramita. Tingkat Stres Pada Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 2021;87–95.
- Lauralee S. Introduction to Human Physiology. 10th ed. New York: New York: McGraw-Hill Education; 2021.
- Fikry MN, Susanti S, Rasyid MA. Dampak stres pada mahasiswa: Suatu tinjauan sistematis. *Jurnal Psikologi Terapan*. 2021;125-39.
- Marsidi SR. Identification of Stress, Anxiety, and Depression Levels of Students in Preparation For The Exit Exam Competency Test. *Journal of Vocational Health Studies* [Internet]. 2021 Nov 8 [cited 2024 Mar 3];5(2):87–93. Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/JVHS/article/view/29686>
- Purnami CT. Instrumen “Perceive Stress Scale” online. Suatu alternatif alat pengukur tingkat stress secara mudah dan cepat. In: *Prosiding Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Masyarakat UNDIP-UNNES 2019*. 2019 Nov 30; Published 2020 Jun 12. Open Access. Available From : <https://proceedings.undip.ac.id/index.php/semnasppm2019/article/view/119>
- Larzabal-Fernandez A, Pilco K, Moreta-Herrera R, Rodas JA. Psychometric Properties of the Kessler Psychological Distress Scale in a Sample of Adolescents from Ecuador. *Child Psychiatry Hum Dev* [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 3];1. Available from: [/pmc/articles/PMC9910781/](https://pmc/articles/PMC9910781/)
- (PDF) The Development and Validity of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) [Internet]. [cited 2024 Jul 31]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/228486045_The_Development_and_VValidity_of_the_Medical_Student_Stressor_Questionnaire_MSSQ
- Nurullah AS, Imam SS, Maksum O, Safaria T. Adaptation and validation of the Malay version of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ-M) among Indonesian medical students. *Malaysian Journal of Medical Sciences*. 2014;21:48–56.
- Ruiz C. The Importance of Diversity in Obtaining Trust with Faculty. *Academic Medicine* [Internet]. 2019 Jun 1 [cited 2024 Mar 10];94(6):753. Available from: https://journals.lww.com/academicmedicine/fulltext/2019/06000/the_importance_of_diversity_in_obtaining_trust.16.aspx
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia; 2016.
- Rima, Hidayanti. Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Undergraduate thesis, UIN Raden Intan Lampung. 2021. Available from : <http://repository.radenintan.ac.id/15917/>
- Kneavel M. Relationship Between Gender, Stress, and Quality of Social Support. *Psychol Rep* [Internet]. 2021 Aug 1 [cited 2024 Mar 3];124(4):1481–501. Available from:

- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32635816/>
- Kajian Konseling dan Pendidikan J, Darma Sagita D, Rhamadona W. Perbedaan Stres Akademik Antara Mahasiswa Tahun Awal dan Mahasiswa Tahun Akhir. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan* [Internet]. 2021 Mar 30 [cited 2024 Mar 3];4(1):47–54. Available from: <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/5049>
- Rahmawati HK (Heny), Djoko SW (Sri), Diwyarthi NS (Ni DM), Aldryani W (Wibby), Ervina D (Dina), Miskiyah M (Miskiyah), et al. psikologi perkembangan. N. Rismawati, editor. 2022 Nov 28 [cited 2024 Mar 3];1–253. Available from: <https://repository.penerbitwidina.com/publications/558608/>
- Adhi Pratama Duarsa H, Isti Angraini D. Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Tahun 2018. 10.
- Fitri AD, Zulfan Z. Faktor yang Mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa. *Averrous: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*. 2019;1:94–107.
- Wu H, Li S, Zheng J, Guo J. Medical Students' Motivation and Academic Performance: The Mediating Roles of Self-efficacy and Learning Engagement. *Med Educ Online* [Internet]. 2020 Jan 1 [cited 2024 Mar 10];25(1). Available from: [/pmc/articles/PMC7144307/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32635816/)
- Dani Feriyanto D, Sulistyani S, Ichsan B, Herawati Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta E, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta Koresponden D, Dani Feriyanto Alamat D. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Fakultas Kedokteran Relationship Level Of Stress With Cumulative Achievement Index Of Medical Faculty Students.
- Nur salam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Thesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan Ed.2 (75). 2019 Oct 9;
- Triwidianingsih mgs. Hubungan Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. 2023;
- Bariyyah, K., & Latifah, L. 2015. Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kanjuruhan Malang. *Foreign Affairs*, 1(1), 270. Retrieved from <http://repository.unikama.ac.id/823/>