

## Perbedaan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahap Profesi yang Menjalani Stase Minor dengan Tugas Tambahan Jaga dan Tidak Jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Dwita Oktaria<sup>1</sup>, Merry Indah Sari<sup>1</sup>, Nurul Annisa Azmy<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Bagian Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

### Abstrak

Stres merupakan interaksi individu dengan lingkungan yang terdapat proses penyesuaian di dalamnya, seperti tuntutan pekerjaan maupun tekanan yang tidak selaras dengan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki. Mahasiswa tahap profesi mendapat tugas tambahan jaga dapat menyebabkan stres karena adanya tekanan tersebut. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Merupakan penelitian analitik komparatif dengan pendekatan *cross sectional*. Data diperoleh dengan membagikan kuesioner kepada 63 mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan 63 tidak jaga. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument kuesioner MSSQ. Data dianalisis dengan *Independent Sample T-test*. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dimana nilai kemaknaan untuk tingkat stres  $p=0,011$  ( $p<0,05$ ). Rerata skor mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga sebesar 1,80 lebih tinggi dibandingkan yang tidak jaga sebesar 1,47. Peneliti menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga.

**Kata kunci:** minor, MSSQ, stres, tahap profesi

## Difference in Stress Levels between Medical Students in Clinical Phase at The Minor Department Who Had The Night Shift and Had Not the Night Shift at the Medical Faculty of Lampung University

### Abstract

Stress is the interaction of individuals with the environment that there is a process of adjustment in it, such as work demands and pressure that are not consistent with the knowledge and abilities possessed. The aim of this study is to determine the difference level of stress between medical students in clinical phase at the minor department who had the night shift and not had the night shift at the Medical Faculty of Lampung University. The method use in this study is an comparative analytic research with cross sectional approach. Data collected by distributing questionnaires to 63 of medical students in clinical phase at the minor department who had the night shift and 63 not had the night shift. Sampling methods done by simple random sampling. The research instrument used was questionnaire MSSQ. Data were analyzed with Independent Sample T-test. The results showed significant differences in stress levels between medical students in clinical phase at the minor department who had the night shift and not had the night shift at the Medical Faculty of Lampung University in which the value of significance  $p=0.011$  ( $p<0.005$ ). The mean score of the medical students in clinical phase at the minor department who had the night shift is 1.80 higher than not had the night shift is 1.47. These a significant difference in stress levels between medical students in clinical phase at the minor department who had the night shift and not had the night shift.

**Keywords:** clinical phase, minor, MSSQ, stress

Korespondensi: Nurul Annisa Azmy, alamat Jl. Krakatau 4 Perum Antasari Permai, Sukabumi Indah, Bandar Lampung, Lampung, HP 089624445956, e-mail nurulannisaazmy@gmail.com

### Latar Belakang

Stres muncul pada individu apabila terdapat adanya tuntutan yang dirasakan menentang, menekan, membebani atau melebihi daya penyesuaian dan kemampuan yang dimiliki. Stres pada mahasiswa tahap profesi di rumah sakit disebabkan karena mereka dihadapkan langsung dengan pasien,

mengambil tindakan medis, dituntut lebih aktif dalam belajar, lebih kompetitif, lebih aplikatif kepada pasien serta jadwal yang semakin padat membuat mereka terbebani oleh itu semua. Berdasarkan penelitian, mahasiswa kedokteran memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa profesi lain. Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan terhadap 83 dokter muda pada tahap profesi dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Riau, didapatkan hasil bahwa yang memiliki tingkat stres berat berjumlah 25 orang (30,1%), tingkat stres sedang berjumlah 57 orang (68,7%) dan tingkat stres ringan berjumlah 1 orang (1,2%).<sup>1,2</sup>

Pada tahap kepaniteraan klinik, mahasiswa tahap profesi terbagi dalam 4 bagian mayor yang berlangsung 40 minggu dan 9 bagian minor yang berlangsung 40 minggu. Pendidikan klinik pada mahasiswa dibidang kedokteran merupakan komponen yang sangat penting dari pendidikan profesi, sehingga tingkat kesuksesan saat ini menentukan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat saat ini maupun yang akan datang. Sehingga stres akan mempengaruhi pencapaian yang nantinya akan berpengaruh terhadap karir yang ditekuninya, terhadap kesehatan pribadi dan kapasitas untuk memberikan perawatan pasien yang profesional serta dengan kasih sayang.<sup>3,4,5</sup>

Tenaga kesehatan yang ada di sana bekerja dengan sistem *shift* yang terdiri dari *shift* pagi 07.30-14.00, *shift* sore 14.00-21.00, dan *shift* malam 21.00-07.00. Mahasiswa tahap profesi harus datang pukul 07.00-14.00 sesuai jadwal, namun berdasarkan survei pendahuluan ada beberapa stase yang memiliki tugas tambahan jaga seperti jaga malam yang dilakukan oleh minimal 2 orang yaitu pada stase syaraf, anastesi, forensik dan jiwa yang berakibat kurangnya istirahat sehingga menyebabkan kelelahan. Sedangkan stase mata, kulit, radiologi, THT dan IKAKOM tidak mendapat tugas tambahan jaga atau tugas diluar *shift*.

*Shift* yang berbeda tersebut dapat menyebabkan salah satu faktor terjadinya stres. Menurut Marchella *shift* malam lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan dengan *shift* pagi dan *shift* siang. Untuk itu peneliti tertarik meneliti perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.<sup>6,7,8</sup>

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif dengan pendekatan secara *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel

pada penelitian kali ini yaitu dengan *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Sampel penelitian terdiri dari 126 yang terdiri dari 63 mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan 63 tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian kali ini menggunakan kuisisioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas pada kuesioner MSSQ pada subjek mahasiswa tahap profesi dengan hasil  $r$  tabel 0,361 dan *cronbach's alpha* 0,973 sehingga kuesioner ini dapat dipakai.

## Hasil

Pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor mengalami stres ringan 19 orang (15,1%), stres sedang 68 orang (54,0%), stres berat 34 orang (27,0%) dan stres sangat berat 5 orang (4,0%). Dalam penelitian ini dari 126 responden frekuensi terbanyak yaitu tingkat stres sedang, hal ini dapat dilihat pada grafik di bawah ini:

**Tabel 1. Data sebaran tingkat stres secara umum**

Tingkat Stres	Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Stase Minor	19	15,1	68	54,0	34	27,0	5	4,0

Dari penelitian ini didapatkan hasil tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga yaitu stres ringan sebanyak 8 orang (6,3%), stres sedang 27 orang (21,4%), stres berat 24 orang (19,0%), stres sangat berat 4 orang (3,2%). Dan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan tidak jaga yaitu stres ringan sebanyak 11 orang (8,7%), stres sedang 41 orang (32,5), stres berat 10 orang (7,9%), stres sangat berat 1 orang (0,8%) dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Tingkat Stres Stase Minor dengan Jaga dan Tidak Jaga**

Tingkat Stres	Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Minor Jaga	8	6,3	27	21,4	24	19,0	4	3,2
Minor Tidak Jaga	11	8,7	41	32,5	10	7,9	1	0,8

Data yang telah diperoleh, dilakukan uji normalitas. Penelitian kali ini didapatkan bahwa data berdistribusi normal dengan nilai 0,20. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat dengan menggunakan uji *independent sample t-test* dan jika hasil penelitian didapatkan nilai  $p < 0,05$  maka penelitian dikatakan bermakna. Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa rerata tingkat stres mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan jaga sebesar 1,80 dan rerata tingkat stres mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tidak jaga sebesar 1,47 dan nilai  $p < 0,05$  yaitu sebesar 0,011 dengan demikian penelitian dikatakan bermakna. Sehingga terdapat perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga.

**Tabel 3. Hasil Uji T Tidak Berpasangan**

Stase	Rerata Tingkat Stres (SD)	Nilai p	Perbedaan Rerata (IK95%)
Tingkat stres minor jaga	1,80(0,79)	0,011	0,5 (0,07-0,57)
Tingkat stres minor tidak jaga	1,47(0,60)		

### Pembahasan

Stres menurut Hans Selye dalam (Fink, 2009) merupakan suatu kondisi non spesifik dari tubuh terhadap segala tuntutan yang ada. Sehingga segala ancaman terhadap tubuh dan pengaruh spesifiknya akan memicu respons umum terhadap stres. Stres sendiri memiliki makna yang berbeda-beda dalam setiap orang pada keadaan maupun kondisi yang berbeda pula. Karenanya semakin berat tingkat stres seseorang maka akan memungkinkan terjadinya berbagai gangguan. Menurut Yusoff dan Rahim terdapat enam penyebab stres

pada mahasiswa kedokteran yaitu stres akibat akademik, akibat masalah interpersonal, akibat kegiatan pembelajaran, akibat hubungan sosial, akibat dorongan dan keinginan serta akibat aktivitas kelompok.<sup>9,10</sup>

Berdasarkan tabel 2 tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga lebih banyak mengalami tingkat stres berat yaitu berjumlah 34 orang, sedangkan mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan tidak jaga hanya sedikit yang mengalami tingkat sangat berat yaitu berjumlah 5 orang. Tingkat stres berat ini paling banyak disebabkan oleh akademik. Menurut Jain tuntutan akademik, frekuensi dan kinerja dalam pemeriksaan serta persaingan dengan sesama mahasiswa lainnya merupakan sumber stres umum dikalangan mahasiswa kedokteran.<sup>11</sup>

Hal ini disebabkan oleh kegiatan mereka yang sangat sibuk saat menjalani kepaniteraan klinik, dimana mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga banyak menangani pasien setiap harinya yaitu pada jam kerja pukul 07.00-14.00 WIB ditambah lagi dengan tugas tambahan jaga dari jam 14.00-07.00 WIB esok harinya untuk menangani pasien pada saat itu. Mereka dituntut untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan yang luas dengan waktu yang terbatas sehingga menyebabkan stres. Tingkat stres ini berkaitan dengan stressor kehidupan sehari-hari seperti beban kerja, kurangnya waktu luang, materi yang harus dipelajari dan tekanan akademik yang penuh kompetitif dalam lingkungan sehari-hari.<sup>11,12</sup>

Mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga memiliki waktu tambahan jaga yaitu dari jam 14.00-07.00 esok harinya. Sehingga mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga tidak memiliki banyak waktu luang seperti istirahat di sela-sela kegiatan dan memiliki tambahan kegiatan *monitoring* pasien, *follow up* pasien seperti pemeriksaan keadaan umum pasien dan atau selalu *standby* di ruangan masing-masing yang memberikan tekanan bagi mereka sehingga menyebabkan stres. Dalam penelitian ini diperoleh hasil yang sesuai dengan hipotesis

yang menyatakan bahwa tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan tidak jaga. Dengan dengan perbedaan rerata 0,5 dan nilai  $p < 0,05$  yaitu sebesar 0,011.

Tingkat stres yang berat pada mahasiswa tahap profesi disebabkan oleh persepsi tentang perlakuan tidak adil, dinamika tim yang buruk serta adanya peristiwa traumatis yang terjadi selama rotasi klinis dan kematian pasien menyebabkan stres yang lebih tinggi. Ditambah lagi jam kerja yang berlebih, adanya masalah dengan konsulen, masalah dengan teman sebaya, kontak dengan penyakit serius dan cedera menyebabkan tingkat stres yang berbeda antara mahasiswa. Serta adanya paparan yang berasal dari pasien-pasien yang sakit, pasien yang mengalami penderitaan seperti pasien gawat darurat dan adanya kematian pasien.<sup>13,14,15</sup>

Jika dilihat tingkatan stres dari yang paling banyak dialami oleh mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga pada tiap dimensi kuesioner adalah tingkat stres ringan yang diakibatkan oleh hubungan sosial. Sebagai mahasiswa kedokteran, mereka selalu berusaha keras untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu menjadi dokter yang kompeten kelak dengan cara melatih diri mereka pada tahap profesi ini yaitu dengan menjalani segala kegiatan yang ada di tiap stase yaitu seperti pemeriksaan kepada pasien dan monitoring pasien yang dapat melatih mereka untuk berinteraksi dengan pasien. Dimana mereka disibukan akan itu semua sehingga dapat menyebabkan keterbatasan waktu untuk diri sendiri, keluarga dan teman-teman. Kurangnya dukungan dari keluarga, teman dan dosen dapat menyebabkan stres. Menurut Brissie bahwa orang yang merasa didukung dengan baik cenderung tidak mengalami stres.<sup>16,17</sup>

Menurut Linn & Zeppa menyatakan bahwa beberapa tekanan dalam tahap kepaniteraan klinik diperlukan untuk refleksi diri dalam proses pembelajaran. Sehingga dapat menjadi stres yang menguntungkan atau stres yang merugikan. Hal ini dapat dirasakan

berbeda oleh mahasiswa kedokteran yang berbeda pula, tergantung pada latar belakang budaya, sifat-sifat pribadi, pengalaman dan keterampilan coping mereka. Dibutuhkan manajemen stres yang tepat seperti strategi coping yang terdiri atas *emotional-focused coping* yang merupakan usaha untuk meredakan atau mengelola stres emosional yang muncul dan *problem-focused coping* dengan cara menghadapi masalahnya secara langsung baik dengan usaha sendiri maupun dengan meminta dukungan dari orang lain.<sup>17,18</sup>

Ketidakkampuan mahasiswa tahap profesi dalam mengatur waktu merupakan stressor yang terdapat di lingkungan pendidikan profesi, seperti halnya mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga yang telah memiliki jadwal waktu jaga dalam 2-3 kali seminggu pastinya akan membuat mereka merencanakan waktu dengan baik agar semua berjalan dengan lancar. Sekalipun dimana mereka berada mahasiswa dituntut lingkungan untuk mandiri, bertanggung jawab, dewasa, memiliki penyesuaian diri yang baik, berprestasi dan dapat menyelesaikan tugas-tugas tepat waktu.<sup>19</sup>

## Simpulan

Terdapat perbedaan tingkat stres pada mahasiswa tahap profesi yang menjalani stase minor dengan tugas tambahan jaga dan tidak jaga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

## Daftar Pustaka

1. Willda T, Elda N, Firdaus. Hubungan resiliensi diri terhadap tingkat stres pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Jom FK. 2016; 3(1):1–9.
2. Widosari YW. Perbedaan derajat kecemasan dan depresi mahasiswa kedokteran preklinis dan ko-asisten di FK UNS Surakarta [Skripsi]. Surakarta: Pusat Dokumentasi dan Informasi Ilmiah UNS; 2010.
3. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Peraturan akademik Fakultas Kedokteran Universitas Lampung 2017. Bandar Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung; 2017.
4. Suhoyo Y, Emilia O, Hadianto T. Tingkat stres pada mahasiswa tingkat profesi

- Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada. *Jurnal Pendidikan Kedokteran dan Profesi Kesehatan Indonesia*. 2006; 1(1):1–18.
5. Rosenzweig S, Reibel DK, Greeson JM, Brainard GC, Hojat M. Mindfulness-based stress reduction lowers psychological distress in medical students. *Teach Learn Med*. 2003; 15(2):88–92.
  6. Hasanah L, Saftarina F, Wintoko R. Gambaran shift kerja dan gangguan pola tidur pada perawat instalasi rawat inap RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. *Majority*. 2013; 3(6):84–90.
  7. Noviadini D. Perbedaan tingkat stres kerja antara shift pagi, siang dan malam pada perawat di ruang intensif care unit (ICU) RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 1 Tromol I Pos Kartasura. 2015; 717417–102.
  8. Marchella V. Stres kerja ditinjau dari shift kerja pada karyawan. *Jipt Issn*. 2014; 2301-8267 02(1):1–5.
  9. Fink G. *Stress: Definition and History*. The Mental Health Research Institute of Victoria, Melbourne, VIC, Australia. Elsevier Ltd; 2009.
  10. Yusoff MSB dan Rahim AFA. *The medical student stressor questionnaire (MSSQ) manual*. Kota Bharu: KKMED Publication; 2010.
  11. Jain S, Jain, P, Jain AK. Prevalence, sources and severity of stress among new undergraduate medical entrants. *South-East Asian Journal of Medical Education*. 2017; 11(1).
  12. Sohail N. Stress and academic performance among medical students. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*. 2013; 23(1):67-71.
  13. Houpy JC, Lee WW, Woodruff JN, dan Pincavage AT. Medical student resilience and stressful clinical events during clinical training. *Medical Education Online*. 2017; 22(1).
  14. Kasa AS dan Tesfaye TD. A study on perceived stress among undergraduate medical students of Bahir Dar University, Bahir Bar, North West Ethiopia, 2016. *Journal of Case Reports and Studies*. 2017; 5(5).
  15. Moutinho ILD, Maddalena NDCP, Roland RK, Lucchetti ALG, Tibirica SHC, Ezequiel ODS, Lucchetti G. Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. *Rev Assoc Med Bras*. 2014; 63(1):21-28.
  16. Salgar ST. Stress in first year medical students. *International Journal of Biomedical And Advance Research*; 2014.
  17. Yusoff MSB dan Rahim AFA. *The medical student stressor questionnaire (MSSQ) manual*. Kota Bharu: KKMED Publication; 2010.
  18. Dani SM, Hamidy MR, Risma D. Hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa kepaniteraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Riau [Skripsi]. Riau: Fakultas Kedokteran Universitas Riau; 2012.
  19. Wolf TM. Stress, coping and health: enhancing well-being during medical school. *MedEduc*. 1994; 28(1):8-17.