

## PERBEDAAN TINGKAT STRES MAHASISWA BERDASARKAN ANGKATAN DAN GENDER TERHADAP PEMBELAJARAN DARING

Melisa Gozali<sup>1</sup>, Goalbertus<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Dokter Gigi, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Trisakti<sup>1</sup>  
Ilmu Kesehatan Gigi Masyarakat dan Kedokteran Gigi Pencegahan (IKGM-P), Fakultas Kedokteran  
Gigi, Universitas Trisakti<sup>2</sup>  
melisagozali16@gmail.com<sup>1</sup>, goalbertus@trisakti.ac.id<sup>2</sup>

### ABSTRACT

*The COVID-19 pandemic has had a negative impact in the form of stress on students. This perceived stress can occur as a result of online learning. The stress level of students doing online learning also varies by grade and gender. Moreover, dental students are more often found to have high stress levels. Knowing the This study was conducted to find out the difference in stress levels of students of the Dentistry Education Study Program (S1) FKG Usakti based on class and gender towards online learning during the COVID-19 pandemic. This research uses observational analytic with cross sectional. The type of data used is primary data taken from the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) with a total sampling technique. The population of the study was students of the Dental Education Study Program (S1) FKG Usakti class 2018-2020. This study showed that students who experience mild stress are 52 people (13.8%), moderate stress are 174 people (46%), severe stress are 143 people (37.8%), and very stressed are 9 people (2.4%). Based on the batch, the majority of students who experienced moderate stress were students of the class of 2019 (52.8%). Based on gender, moderate stress levels were experienced by women (46.4%) while men (43.9%). Based on statistical tests using the Chi-Square between the stress level variable and the year of class,  $p$ -value= 0.085 was obtained, while between the stress level variable and gender,  $p$ -value= 0.136 was obtained. This study showed that there was no difference between stress levels with year of class and gender ( $p$ -value>0.05).*

**Keywords** : Stress level, class, gender, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), online learning

### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 telah memberi dampak negatif berupa stres kepada mahasiswa. Stres yang dirasakan ini dapat terjadi akibat pembelajaran daring. Tingkat stres mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring juga bervariasi berdasarkan angkatan dan gender. Terlebih lagi pada mahasiswa kedokteran gigi yang lebih sering ditemukan memiliki tingkat stres yang tinggi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) FKG Usakti berdasarkan angkatan dan gender terhadap pembelajaran daring saat pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Jenis data yang digunakan adalah data primer yang diambil dari *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) dengan teknik *total sampling*. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) FKG Usakti angkatan 2018-2020. Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan sebanyak 52 orang (13,8%), stres sedang sebanyak 174 orang (46%), stres berat sebanyak 143 orang (37,8%), dan stres sangat berat sebanyak 9 orang (2,4%). Berdasarkan angkatan, mayoritas mahasiswa yang mengalami stres sedang adalah mahasiswa angkatan 2019 (52,8%). Berdasarkan gender, tingkat stres sedang yang di alami oleh perempuan (46,4%) sedangkan laki-laki (43,9%). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* antara variabel tingkat stres dengan tahun angkatan diperoleh  $p$ -value=0,085 sedangkan antara variabel tingkat stres dengan gender diperoleh  $p$ -value=0,136. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan tahun angkatan dan gender ( $p$ -value>0,05).

**Kata Kunci** : stres, angkatan, gender, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), pembelajaran daring

## PENDAHULUAN

Pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) telah dimulai sejak Desember 2019 dan belum berakhir sampai saat ini (Stawicki et al., 2020). Pandemi COVID-19 telah memberi dampak negatif berupa kecemasan, depresi, dan stres (Basheti et al., 2021).

Stres merupakan permasalahan kesehatan mental yang tidak terhindarkan dan sering ditemukan pada aspek kehidupan (Mahmud & Uyun, 2016). Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), hampir dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres (Ambarwati et al., 2019). Di Indonesia, gangguan mental emosional berupa cemas, depresi, dan stres terus meningkat setiap tahun (Mauliah El-Azis & Puji Rahayu, 2017). Pada tahun 2018, data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) mencatat sebesar 9,8% populasi mengalami gangguan kesehatan mental emosional. Hal ini mengalami kenaikan apabila dibandingkan dengan data RISKESDAS tahun 2013 sebesar 6,8% populasi (Khoiriyah & Handayani, 2020), (Mauliah El-Azis & Puji Rahayu, 2017).

Salah satu kelompok masyarakat yang mengalami stres adalah mahasiswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19 berlangsung mahasiswa mengalami stres. Suatu penelitian yang pernah dilakukan kepada 2.031 mahasiswa di Amerika menunjukkan bahwa prevalensi mahasiswa yang mengalami peningkatan stres pada saat pandemi COVID-19 sebesar 71,26% (Wang et al., 2020). Penelitian lain yang dilakukan kepada 337 mahasiswa di Ethiopia menunjukkan sebanyak 35,5% mengalami stres (Awoke et al., 2021). Penelitian lain yang dilakukan kepada 71 mahasiswa di Indonesia menunjukkan sebesar 43,66% mengalami stres rendah, 54,92% mengalami stres sedang, dan 1,40% mengalami stres tinggi (Janna, 2021).

Stres yang dirasakan pada mahasiswa selama pandemi COVID-19 dapat terjadi

akibat dari pembelajaran daring (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020). Sesuai dengan kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintahan melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) dalam rangka mencegah penyebaran COVID-19 mengatakan untuk memberlakukan pembelajaran daring (Basheti et al., 2021). Suatu penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa Universitas Sumatera Utara menunjukkan terjadinya peningkatan stres setelah menjalani pembelajaran daring sebanyak 29,1% merasakan stres ringan, 49,1% stres sedang, 19,1% stres berat, dan 2,7% stres sangat berat (Inama, 2021). Pada penelitian lain yang dilakukan kepada mahasiswa Ilmu Keperawatan Stikes Karya Husada juga menunjukkan hasil serupa sebanyak 32,86% merasakan stres ringan, 38,57% stres sedang, dan 28,57% stres berat (Sari, 2020).

Pembelajaran dengan menggunakan metode daring ini memiliki dampak positif salah satunya adalah dapat terlaksananya kegiatan perkuliahan antara dosen dan mahasiswa meskipun berada di tempat yang tidak sama (Herliandry et al., 2020). Sebaliknya, perubahan yang terlalu banyak dalam pembelajaran daring dapat memberikan dampak negatif diantaranya, pengambilan nilai ujian yang telah diubah menjadi sistem daring, pelaksanaan diskusi tatap muka juga telah berubah menjadi diskusi menggunakan *zoom meeting*, praktikum dan *Skills Lab* dilakukan dengan sistem daring atau pada kasus tertentu ditunda (Rose, 2020).

Proses pembelajaran dengan menggunakan metode daring dinilai melelahkan dan membosankan karena terdapat keterbatasan dalam interaksi antara dosen dengan mahasiswa maupun dengan teman lainnya (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020), (Muslim, 2020). Bersamaan dengan itu terdapat berbagai hambatan dalam melaksanakan pembelajaran daring seperti sinyal yang kurang baik, gangguan belajar ketika di rumah, materi yang disampaikan sulit untuk

dipahami, keterbatasan *Skills Lab* karena ketidaktersediaan alat dan pemberian tugas yang terlalu banyak (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020), (Jatira & Neviyarni, 2021). Tuntutan serta tanggung jawab akan kehidupan akademik untuk memperoleh pendidikan yang baik juga memberikan dampak pada tingkat stres (Hasanah et al., 2020), (Astoeti et al., 2021).

Tingkat keparahan stres yang dialami oleh mahasiswa akibat pembelajaran daring tampaknya bervariasi berdasarkan angkatan. Beberapa penelitian mengenai perbedaan prevalensi stres berdasarkan tahun akademik pada mahasiswa juga pernah dilakukan. Penelitian yang dilakukan kepada 40 mahasiswa Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim menunjukkan prevalensi stres berat terdapat pada 50% mahasiswa tingkat pertama, 30% mahasiswa tingkat kedua, dan 60% mahasiswa tingkat ketiga (Aji, 2020). Pada penelitian lain yang dilakukan di Universitas Lampung kepada 98 mahasiswa tingkat pertama, 100 mahasiswa tingkat kedua dan 102 mahasiswa tingkat ketiga menunjukkan bahwa terdapat hasil perbedaan stres untuk setiap tingkatannya dimulai dari tingkat pertama sebesar 32,7%, tingkat kedua sebesar 33,3%, dan tingkat ketiga sebesar 34% (Adryana et al., 2020).

Tingkat keparahan stres pada mahasiswa diketahui juga dapat disebabkan oleh gender. Penelitian mengenai perbedaan prevalensi tingkat stres berdasarkan gender kepada mahasiswa Universitas Rawalpindi menunjukkan stres yang dialami perempuan sebesar 34,9% dan laki-laki sebesar 31,4% (Filho et al., 2020). Penelitian yang dilakukan di Bangladesh menunjukkan tingkat stres yang dialami perempuan sebanyak 64% sedangkan laki-laki sebanyak 36% (Eva et al., 2015). Penelitian lain juga pernah dilakukan di Indonesia kepada mahasiswa Universitas Andalas menunjukkan tingkat stres yang dialami perempuan sebanyak 69,7% sedangkan laki-laki sebanyak 30,3% (Rahmayani et al., 2019).

Pada mahasiswa kedokteran gigi ditemukan memiliki stres yang tinggi di bandingkan dengan fakultas lain (Atif et al., 2021). Prevalensi stres dan kecemasan, terutama dikalangan mahasiswa kedokteran gigi juga meningkat akibat penutupan universitas dan peraturan jaga jarak sosial (*social distancing*) selama pandemi COVID-19. Hasil penelitian yang dilakukan kepada 422 mahasiswa Program Studi Pendidikan dokter Gigi (S1) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Trisakti (FKG Usakti) angkatan 2017-2019 yang diukur dengan menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan *Dental Environment Stress* (DES) menunjukkan stres yang dirasakan selama pandemi COVID-19 termasuk kedalam tingkat stres yang sedang (Astoeti et al., 2021). Berbeda dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian ini tingkat stres diukur menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) yang secara spesifik membagi *stressor* kedalam enam domain meliputi *Academic Related Stressor* (ARS) yang mengacu pada kegiatan perkuliahan, *Intrapersonal & interpersonal Stressor* (IRS) yang mengacu pada interaksi antara individu dengan individu yang lain, *Teaching & Learning Related Stressor* (TLRS) yang mengacu pada setiap peristiwa yang berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran, *Social related Stressor* (SRS) yang mengacu pada segala bentuk komunitas dan hubungan sosial, *Drive related Stressor* (DRS) yang mengacu pada internal atau eksternal, dan *Group activities related Stressor* (GARS) yang mengacu pada peristiwa dan interaksi didalam kelompok atau grup (Yusoff, 2010).

Keadaan stres yang sering ditemukan pada mahasiswa kedokteran gigi dan keparahannya bisa bervariasi berdasarkan angkatan dan gender (Adryana et al., 2020), (Filho et al., 2020), (Eva et al., 2015), (Rahmayani et al., 2019), (Atif et al., 2021). Pada masa pandemi COVID-19, tingkat stres pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring ditemukan mengalami

peningkatan (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020), (Astoeti et al., 2021).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) FKG Usakti berdasarkan angkatan dan gender terhadap pembelajaran daring saat pandemi COVID-19.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional* atau potong silang. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) FKG Usakti, sejumlah 469 orang. Sampel ini diambil menggunakan teknik *total sampling*. Kriteria yang harus dipenuhi oleh sampel pada penelitian ini antara lain sampel harus merupakan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) yang aktif kuliah di FKG Usakti angkatan 2018, 2019, dan 2020. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2021 sampai 11 Oktober 2021. Sampel yang memenuhi kriteria tersebut diperoleh sebanyak 378 sampel. Jenis data yang digunakan adalah data primer baik untuk variabel bebas (angkatan dan gender) maupun variabel tergantung (tingkat stres) yang diperoleh dengan cara pengisian kuesioner. Penilaian tingkat stres pada penelitian ini menggunakan *Medical Student Stressor*

*Questionnaire* (MSSQ) yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh penelitian sebelumnya (Inama, 2021). Pertanyaan dalam MSSQ dikelompokkan ke dalam enam domain *stressor*. Setiap pertanyaan terdiri dari empat pilihan jawaban 1: menyebabkan stres ringan, 2: menyebabkan stres sedang, 3: menyebabkan stres berat, 4: menyebabkan stres sangat berat. Skala pengukuran tingkat stres yang digunakan adalah 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) (Yusoff, 2010). Setelah data didapatkan selanjutnya dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji *Skewness and Kurtosis* untuk mengetahui sebaran data normal atau tidak. Setelah sebaran diketahui normal dilakukan uji *Chi-Square* untuk melihat perbedaan antara tingkat stres dengan angkatan dan gender.

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 378 mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran daring saat pandemi COVID-19, berasal dari angkatan 2018 yaitu sebanyak 143 orang (39,8%), angkatan 2019 yaitu sebanyak 106 orang (28,0%), dan angkatan 2020 yaitu sebanyak 129 orang (34,1%), Berdasarkan gender, responden penelitian mayoritas adalah perempuan yaitu sebanyak 323 orang (85,4%) sedangkan laki-laki sebanyak 55 orang (14,6%)

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Tingkat Stres**

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	52	13,8
Sedang	174	46,0
Berat	143	37,8
Sangat Berat	9	2,4
Total	378	100

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat stres sebanyak 52 orang (13,8%) mengalami stres ringan, 174

orang (46%) mengalami stres sedang, 143 orang (37,8%) mengalami stres berat, dan 9 orang (2,4%) mengalami stres sangat berat.

**Tabel 2. Hasil Uji *Chi-Square* Tingkat Stres Berdasarkan Angkatan**

Angkatan	Tingkat Stres								Total	p-value	
	Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat				
	n	%	n	%	n	%	n	%			
2020	22	17,1	64	49,6	40	31,0	3	2,3	129	100	0,085
2019	13	12,3	56	52,8	35	33,0	2	1,9	106	100	
2018	17	11,9	54	37,8	68	47,6	4	2,8	143	100	
Total	52	13,8	174	46,0	143	37,8	9	2,4	378	100	

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat stres berat lebih banyak di temukan pada mahasiswa tahun angkatan 2018 (47,6%), sedangkan tingkat stres sedang lebih sering di temukan pada mahasiswa tahun angkatan 2019 (52,8%) dan mahasiswa tahun angkatan 2020 (49,6%).

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square* antara variabel tingkat stres dengan tahun angkatan didapatkan p-value sebesar 0,085. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan tahun angkatan ( $p\text{-value} > 0,05$ ).

**Tabel 3. Hasil Uji *Chi-Square* Tingkat Stres Berdasarkan Gender**

Gender	Tingkat Stres								Total	p-value	
	Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat				
	n	%	n	%	n	%	n	%			
Laki-Laki	13	23,6	24	43,9	17	30,9	1	1,8	55	100	0,136
Perempuan	39	12,1	150	46,4	126	39,0	8	2,5	323	100	
Total	52	13,8	174	46,0	143	37,8	9	2,4	378	100	

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa perempuan (46,4%) mengalami tingkat stres sedang yang lebih tinggi di bandingkan dengan laki-laki (43,9%). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square* antara variabel

tingkat stres dengan gender didapatkan p-value sebesar 0,136. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan gender ( $p\text{-value} > 0,05$ ).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Tingkat Stres Berdasarkan Penyebab Stres (*Stressor*)**

Stressor	Tingkat Stres							
	Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%
ARS	30	7,9	134	35,4	177	46,8	37	9,8
IRS	81	21,4	169	44,7	110	29,1	18	4,8
TLRS	73	19,3	189	50,0	105	27,8	11	2,9
SRS	134	35,4	196	51,9	46	12,2	2	0,5
DRS	143	37,8	134	35,4	81	21,4	20	5,3
GARS	107	28,3	181	47,9	81	21,4	9	2,4

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat stres pada *stressor* akademik (ARS)

paling banyak menyebabkan stres berat yaitu sebanyak 177 orang (46,8%). Pada

*stressor* interpersonal dan intrapersonal (IRS) paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu sebanyak 169 orang (44,7%). Pada *stressor* pengajaran dan pembelajaran (TLRS) paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu sebanyak 189 orang (50,0%). Pada *stressor* hubungan sosial (SRS) paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu sebanyak 196 orang (51,9%). Pada *stressor* keinginan (DRS) paling banyak menyebabkan stres ringan yaitu sebanyak 143 orang (37,8%). Pada *stressor* kegiatan kelompok (GARS) paling banyak menyebabkan stres sedang yaitu sebanyak 181 orang (47,9%).

## PEMBAHASAAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Trisakti (FKG Usakti) angkatan 2018, 2019, dan 2020 yang telah melaksanakan pembelajaran daring saat pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) mengalami stres.

Stres yang dirasakan pada mahasiswa selama pandemi COVID-19 dapat terjadi akibat dari pembelajaran daring (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020). Sesuai dengan kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintahan melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) dalam rangka mencegah penyebaran COVID-19 mengatakan untuk memberlakukan pembelajaran sistem daring bagi mahasiswa dan bagi dosen melakukan pemberian materi kuliah melalui *WhatsApp*, *Google Classroom*, atau *video conference* seperti *Zoom*, *Google Meet* hingga aplikasi kuis seperti *Kahoot*, *Quizizz*, dan sarana daring lainnya (Basheti et al., 2021), (Alidiyah, 2021). Hal tersebut telah mengubah pendidikan mahasiswa medis, seperti pengambilan nilai ujian yang telah diubah menjadi sistem daring, pelaksanaan diskusi tatap muka yang juga telah berubah menjadi diskusi menggunakan *zoom meeting*, dan praktikum serta *Skills Lab* yang dilakukan

dengan sistem daring atau pada kasus tertentu ditunda (Rose, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini tingkat stres mahasiswa yang telah menjalani pembelajaran sistem daring saat pandemi COVID-19 yaitu sebanyak 52 orang (13,8%) merasakan stres ringan, 174 orang (46%) merasakan stres sedang, 143 orang (37,8%) merasakan stres berat, dan 9 orang (2,4%) merasakan stres sangat berat. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa mahasiswa paling banyak mengalami stres sedang (46%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa Universitas Sumatera Utara yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang melakukan pembelajaran dengan sistem daring saat pandemi COVID-19 paling banyak mengalami stres sedang yaitu sebesar 49,1% (Inama, 2021). Pada penelitian lain yang dilakukan kepada mahasiswa Ilmu Keperawatan Stikes Karya Husada juga menunjukkan hasil serupa yaitu sebagian besar mahasiswa merasakan stres sedang yaitu sebesar 38,57% (Sari, 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan kepada 422 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Trisakti (FKG Usakti) angkatan 2017-2019 menunjukkan stres yang dirasakan selama pandemi COVID-19 termasuk kedalam tingkat stres yang sedang (Astoeti et al., 2021).

Kondisi stres pada mahasiswa tersebut dapat terjadi karena pembelajaran dengan menggunakan sistem daring memiliki berbagai hambatan seperti sinyal yang kurang baik, gangguan belajar ketika di rumah, materi yang disampaikan sulit untuk dipahami, keterbatasan *Skills Lab* karena ketidaktersediaan alat, pemberian tugas yang terlalu banyak dan keterbatasan dalam interaksi antara dosen dengan mahasiswa maupun dengan teman lainnya (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020), (Muslim, 2020), (Jatira & Neviyarni, 2021). Tingkat stres juga didapatkan mahasiswa kedokteran gigi dalam situasi yang saling bertentangan di mana mereka harus

memilih antara menghabiskan waktu untuk belajar, bersantai, atau melakukan kegiatan lain di luar lingkup kedokteran gigi (Alhaji et al., 2018). Tuntutan serta tanggung jawab akan kehidupan akademik untuk memperoleh pendidikan yang baik juga memberikan dampak pada tingkat stres (Hasanah et al., 2020), (Astoeti et al., 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stressor* yang paling sering menyebabkan stres berat adalah akademik (ARS) yaitu sebanyak 177 orang (46,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada 179 mahasiswa di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang menunjukkan sebesar 84% mahasiswa mengalami stres berat pada *stressor* akademik (Siraj et al., 2014). Pada penelitian lain yang dilakukan kepada 120 mahasiswa di India juga menunjukkan hasil serupa yaitu *stressor* akademik merupakan faktor yang paling membuat stres bagi mahasiswa yang melakukan pembelajaran sistem daring saat pandemi COVID-19. Mengerjakan tes/ujian dengan buruk, banyaknya bahan materi yang harus dikuasai dan keterbatasan waktu dalam mengulang materi pembelajaran menjadi pemicu terjadinya stres yang paling sering dialami mahasiswa (Kumari et al., n.d.).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stressor* yang paling sering menyebabkan stres sedang adalah hubungan sosial (SRS) yaitu sebanyak 196 orang (51,9%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada 81 mahasiswa di Universitas Sumatera Utara yang menunjukkan *stressor* hubungan sosial paling sering menyebabkan stres sedang yaitu sebesar 46,9% (Palani, 2016). Pada penelitian lain yang dilakukan kepada 166 mahasiswa di Universitas Riau juga menunjukkan hasil serupa yaitu sebesar 42,77% mahasiswa mengalami stres sedang pada *stressor* hubungan sosial (Wahyudi et al., 2017). Penyebab *stressor* hubungan sosial dapat terjadi akibat dari ketidakmampuan mahasiswa dalam menegakkan diagnosis suatu penyakit,

tidak dapat menjawab pertanyaan dari pasien, dan menghadapi pasien yang mengalami sakit (Palani, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stressor* yang paling sering menyebabkan stres ringan adalah motivasi atau keinginan (DRS) yaitu sebanyak 143 orang (37,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada 110 mahasiswa di Universitas Sumatera Utara yang menunjukkan *stressor* motivasi atau keinginan paling sering menyebabkan stres ringan yaitu sebesar 53,6% (Inama, 2021). Pada penelitian lain yang dilakukan kepada 179 mahasiswa di Universiti Kebangsaan Malaysia juga menunjukkan hasil serupa yaitu sebesar 33% mahasiswa mengalami stres ringan pada *stressor* motivasi atau keinginan (Siraj et al., 2014). Kategori *stressor* motivasi atau keinginan (DRS) biasanya berasal dari mahasiswa kedokteran yang tidak berkeinginan untuk mempelajarinya. Tuntutan dari orangtua juga menjadi salah satu penyebab yang sangat berpengaruh yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa (Isnayanti & Harahap, 2018).

Beban stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat awal cenderung disebabkan oleh perubahan di tahun awal kuliah akibat terdapat banyak penyesuaian yang harus dihadapi seseorang ketika memasuki dunia perkuliahan. Perubahan dari sekolah menengah ke Perguruan tinggi pada mahasiswa baru nampaknya lebih menunjukkan tekanan sebagai bentuk respons terhadap masa perpindahan (Adryana et al., 2020). Selain itu, hubungan dengan teman yang berasal dari latar belakang budaya beragam juga dapat menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat awal (Patil et al., 2016). Hal ini berbeda dengan mahasiswa tingkat akhir dimana pada mahasiswa tingkat akhir beban stres dipengaruhi oleh materi pembelajaran yang semakin sulit, tuntutan akademik yang semakin meningkat, jadwal kegiatan pembelajaran yang semakin padat serta pengerjaan tugas akhir atau skripsi (Adryana et al., 2020),(Patil et al., 2016).

Namun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan tahun angkatan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada 80 mahasiswa di Universitas Baiturrahmah yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat stres dan angkatan (Rahdiana, 2020).

Menurut teori yang dikemukakan oleh seorang ahli salah satu penyebab yang dapat berpengaruh pada tingkat stres yang dialami mahasiswa adalah gender. Perbedaan respons stres berdasarkan gender antara perempuan dan laki-laki sangat berhubungan dengan kegiatan HPA (*Hypothalamic Pituitary Adrenal*) axis yang mengatur hormon kortisol dan sistem saraf simpatis dalam mengatur tekanan darah dan denyut jantung. Respon HPA dan autonomik diketahui lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan dengan perempuan sehingga mempengaruhi kemampuan individu dalam mengatasi *stressor*. Selain itu, respons dari HPA dapat berkurang akibat dari hormon seks yang terdapat pada perempuan sehingga memberikan dampak pada penurunan *feedback* negatif kortisol ke otak yang mengakibatkan perempuan lebih mudah mengalami stres (Rahmayani et al., 2019). Namun hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres antara mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan kepada 60 mahasiswa di Universitas Yudharta Pasuruan yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan stres antara perempuan dan laki-laki (Rohmatillah & Kholifah, 2021).

Tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan angkatan dan gender pada hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh kemampuan adaptasi fisiologis pada tahap perlawanan (*Stage of Resistance*) setiap mahasiswa adalah sama sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stres yang dirasakan juga sama (Lumban Gaol, 2016),(Agusmar et al., 2019). Menurut beberapa survei yang telah dilaksanakan

mengenai penerapan kegiatan pembelajaran dengan sistem daring saat pandemi COVID-19 ditemukan lebih dari 60% mahasiswa mengatakan sudah dapat beradaptasi dalam melakukan pembelajaran dengan sistem daring (Al-Idrus & Rahmawati, 2021)

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (S1) FKG Usakti menunjukkan bahwa sebanyak 378 mahasiswa angkatan 2018, 2019, dan 2020 yang melaksanakan pembelajaran daring saat pandemi COVID-19, paling banyak mengalami stres sedang, yaitu sebesar 46% (174 orang).

Berdasarkan penyebab stres (*stressor*) pada mahasiswa, *stressor* yang paling sering menyebabkan stres berat adalah akademik (ARS) yaitu sebanyak 177 orang (46,8%). *Stressor* yang paling sering menyebabkan stres sedang adalah hubungan sosial (SRS) yaitu sebanyak 196 orang (51,9%). *Stressor* yang paling sering menyebabkan stres ringan adalah motivasi atau keinginan (DRS) yaitu sebanyak 143 orang (37,8%).

Tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres dengan angkatan dan gender terhadap pembelajaran daring saat pandemi COVID-19.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada FKG Universitas Trisakti yang telah memberikan izin untuk dilakukannya penelitian ini, seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu, orang tua, saudara, serta teman-teman yang selalu memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Adryana, N. C., Apriliana, E., Oktaria, D., Kedokteran, F., Lampung, U., Dokter,

- B. P., Kedokteran, F., Lampung, U., Mikrobiologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2020). A Comparative Study of Stress Level in The First, Second, And Third Year Students of Medical Faculty of University of Lampung. *Majority*, 9, 142–149.
- Agusmar, A. Y., Vani, A. T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health & Medical Journal*, 1(2), 34–38. <https://doi.org/10.33854/heme.v1i2.238>
- Aji, A. G. H. S. (2020). *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Al-Idrus, S. W., & Rahmawati, R. (2021). Analisis Proses Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kimia FKIP UNRAM. *PENSA: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(1), 139–148.
- Alhaji, M. N., Khader, Y., Murad, A. H., Celebic, A., Halboub, E., Márquez, J. R., Macizo, C. C., Khan, S., Basnet, B. B., Makzoum, J. E., de Sousa-Neto, M. D., Camargo, R., Prasad, D. A., Faheemuddin, M., Mir, S., Elkholy, S., Abdullah, A. G., Ibrahim, A. A., Al-Anesi, M. S., & Al-Basmi, A. A. (2018). Perceived sources of stress amongst dental students: A multicountry study. *European Journal of Dental Education*, 22(4), 258–271. <https://doi.org/10.1111/eje.12350>
- Alidiyah, E. (2021). Perubahan Gaya Belajar di Masa Pandemi COVID-19. *CENDEKIA : Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 1(1), 8–16.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Astoeti, T. E., Josephine, H., Widyarman, A. S., & Sudhana, W. (2021). Correlation between Dental Environment and Perceived Stress Scale among Dental Students during COVID-19 Pandemic in Indonesia. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 16(3), 154–159. <https://doi.org/10.21109/KESMAS.V16I3.4653>
- Atif, S., Syed, S. A., Sherazi, U. R., & Rana, S. (2021). Determining the relationship among stress, xerostomia, salivary flow rate, and the quality of life of undergraduate dental students. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 16(1), 9–15. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2020.10.019>
- Awoke, M., Mamo, G., Abdu, S., & Terefe, B. (2021). Perceived Stress and Coping Strategies Among Undergraduate Health Science Students of Jimma University Amid the COVID-19 Outbreak. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.639955>
- Basheti, I. A., Mhaidat, Q. N., & Mhaidat, H. N. (2021). Prevalence of anxiety and depression during COVID-19 pandemic among healthcare students in Jordan and its effect on their learning process. *PLOS ONE*, 16(4), e0249716. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249716>
- Eva, E. O., Islam, M. Z., Mosaddek, A. S. M., Rahman, M. F., Rozario, R. J., Iftekhar, A. F. M. H., Ahmed, T. S., Jahan, I., Abubakar, A. R., Dali, W. P. E. W., Razzaque, M. S., Habib, R. Bin, & Haque, M. (2015). Prevalence of stress among medical students: A comparative study between public and private medical schools in Bangladesh. *BMC Research Notes*,

- 8(1). <https://doi.org/10.1186/s13104-015-1295-5>
- Filho, C. I. S., de Las Villas Rodrigues, W. C., de Castro, R. B., Marçal, A. A., Pavelqueires, S., Takano, L., de Oliveira, W. L., & Neto, C. I. S. (2020). Impact of Covid-19 pandemic on mental health of medical students: A cross-sectional study using GAD-7 and PHQ-9 questionnaires. *MedRxiv*, 24(1), 13–17. <https://doi.org/10.1101/2020.06.24.20138925>
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306.
- Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. (2020). Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. *JTP - Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65–70. <https://doi.org/10.21009/jtp.v22i1.15286>
- Inama, S. (2021). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra dalam Pembelajaran Daring pada Era Pandemi COVID-19*. Universitas Sumatra Utara.
- Isnayanti, D., & Harahap, N. (2018). Stress Levels and Stressors of First Year Students in Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Sumatera Utara. *Proceedings of International Conference BKSPTIS*, 194–198.
- Janna, S. R. (2021). The Academic Stress of Final-Year Students in Covid-19 Pandemic Era. *Jurnal Pendidikan Al-Ishlah*, 13(1), 80–89. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i1.407>
- Jatira, Y., & Neviyarni, S. (2021). Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.187>
- Khoiriyah, R., & Handayani, S. (2020). Kesehatan Mental Emosional Perempuan Penderita Kanker di Indonesia. *Jkmm*, 3(2), 164–173.
- Kumari, A., B Singh, S., Mahajan, S., Sharma, V., Ranjan, R., Prakriti, V., Goel, N., & Garima, G. (n.d.). Stress Assessment In MBBS First Year Students Before And After Stress Management Training During COVID-19 Lockdown: A North Indian Study. *International Journal of Medical and Biomedical Studies*, 4(9), 33–38.
- Livana, Mubin, & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bps.11224>
- Mahmud, R., & Uyun, Z. (2016). Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Praktikum. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 52–61.
- Mauliah El-Azis, K., & Puji Rahayu, P. (2017). *The Factors Influencing Adolescents' Stress in The First Year in Al-Munawwir Islamic Boarding School of Kraprak Yogyakarta*. School of Nursing Lecturer, Faculty of Health Sciences.
- Muslim, M. (2020). Manajemen Stress pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Palani, R. A. (2016). *Gambaran Faktor-Faktor Stressor pada Mahasiswa yang Melaksanakan Program Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara di RSUP Haji Adam Malik, Medan Tahun 2016*. Universitas Sumatera Utara.
- Patil, S. K., Patkar, U. S., & Patkar, K. U. (2016). Comparison of Levels of Stress in Different Years of M.B.B.S. Students in A Medical College - An Observational Study. *International*

- Journal of Contemporary Medical Research*, 3(6), 1655–1657.
- Rahdiana, N. (2020). Perbandingan Tingkat Stres Mahasiswa Empat Angkatan Program Studi Teknik Industri dengan Metode Skoring dari Health and Safety Executive. *Jurnal Sistem Teknik Industri*, 22(1), 33–44. <https://doi.org/10.32734/jsti.v22i1.3297>
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1.977>
- Rohmatillah, W., & Kholifah, N. (2021). Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School from Home. *Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8, 38–52.
- Rose, S. (2020). Medical Student Education in the Time of COVID-19. *Journal of the American Medical Association*, 323(21), 2131–2132. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.5227>
- Sari, M. K. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan tingkat satu dalam menghadapi wabah COVID 19 dan Perkuliahan Daring di STIKES Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 31–35.
- Siraj, H. H., Salam, A., Roslan, R., Hasan, N. A., Jin, T. H., & Othman, M. N. (2014). Stress and its association with the academic performance of undergraduate fourth year medical students at Universiti Kebangsaan Malaysia. *International Medical Journal Malaysia*, 13(1), 19–24. <https://doi.org/10.31436/imjm.v13i1.488>
- Stawicki, S., Jeanmonod, R., Miller, A., Paladino, L., Gaieski, D., Yaffee, A., De Wulf, A., Grover, J., Papadimos, T., Bloem, C., Galwankar, S., Chauhan, V., Firstenberg, M., DI Somma, S., Jeanmonod, D., Garg, S., Tucci, V., Anderson, H., Fatimah, L., ... Garg, M. (2020). The 2019-2020 novel coronavirus (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2) pandemic. *Journal of Global Infectious Diseases*, 12(2), 47–93. [https://doi.org/10.4103/jgid.jgid\\_86\\_20](https://doi.org/10.4103/jgid.jgid_86_20)
- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Elda. (2017). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *Jurnal Ilmu Kedokteran*, 9(2), 107–113.
- Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (2020). Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemi. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e22817. <https://doi.org/10.2196/22817>
- Yusoff, M. B. S. (2010). The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual An explanatory guide on stress and stressors in medical study to help you. *KKMED Publications, February 2010*.