

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA
ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Oleh

CHRISTINE NICOLE ANGELINE MARUANAYA
1861050110



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA
ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter Fakultas
Kedokteran Universitas Kristen Indonesia

Oleh

CHRISTINE NICOLE ANGELINE MARUANAYA
1861050110



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Christine Nicole Angeline Maruanaya
NIM : 1861050110
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul "GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA ANGKATAN 2022" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku, dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 29 Januari 2024



Christine Nicole Angeline Maruanaya



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA
ANGKATAN 2022**

Oleh:

Nama : Christine Nicole Angeline Maruanaya
NIM : 1861050110
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 29 Januari 2024

Menyetujui,
Pembimbing

Prof. Dr. Dra. Yovita Harmiatun, MS., A.And
NIDK: 8878280018

Ketua Program Studi
Sarjana Pendidikan Dokter

dr. Theza E. A. Pellondo'u, Sp. KF
NIDN: 0310127903

Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia

Dr. dr. Robert Sinurat, Sp.BS (K)
NIDN: 0316106602



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 29 Januari 2024 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas nama:

Nama : Christine Nicole Angeline Maruanaya
NIM : 1861050110
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul “GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA ANGKATAN 2022” oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Dr. Dra. Trini Suryowati, MS	Sebagai Dosen Penguji I	
2. Prof. Dr. Dra. Yovita Harmiatun, MS., A.And	Sebagai Dosen Penguji II	

Jakarta, 29 Januari 2024

Christine Nicole Angeline Maruanaya



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Christine Nicole Angeline Maruanaya
NIM : 1861050110
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Jenis Tugas Akhir : Skripsi
Judul : GAMBARAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA JAKARTA ANGKATAN 2022

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Noneksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Jakarta, 29 Januari 2024
Yang Menyatakan,



Christine Nicole Angeline Maruanaya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmatNya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta Angkatan 2022”. Tujuan penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Kristen Indonesia. Penulis sangat bersyukur karena banyak pihak yang telah membantu memberi arahan dan bimbingan kepada penulis sejak masa awal di perkuliahan hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Ibu Ir. Elsyelina J de Sirat dan Bapak Nikolas Maruanaya, S.H yang selalu mendoakan penulis serta memberikan dukungan material dan moral supaya dapat menyelesaikan perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
2. Prof. Dr. Dhaniswara K. Hardjono, S.H., M.H., M.B.A., selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia beserta jajarannya.
3. Pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia dan Ketua Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter beserta jajarannya.
4. Dr. Muhammad Alfarabi, S.Si., M.Si. selaku Ketua Tim Skripsi dengan anggota skripsi yang lain
5. Prof. Dr. Dra. Yovita Harmiatun, MS., A.And selaku dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing serta memberi koreksi yang sangat bermanfaat untuk skripsi penulis.
6. Dr. Dra. Trini Suryowati, MS selaku dosen penguji, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji penulis dan juga mengarahkan penulis.
7. dr. Luana N. Achmad, Sp. KJ selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberi nasihat dan juga bimbingan selama penulis menempuh studi di masa pre-klinik.

8. Seluruh dosen pengajar serta staf pendidik yang telah membekali ilmu pengetahuan pada penulis selama perkuliahan
9. Ibu Leonora Susanna Petronella Maruwanaya, yang telah memberikan doa, kasih sayang, dan dukungan bagi penulis.
10. Bapak Bram Maruanaya dan keluarga yang telah memberi dukungan bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahannya.
11. Keluarga besar Maruanaya - de Sirat di Belanda dan Maluku, Terima kasih banyak atas doa dan dukungannya bagi penulis.
12. Saudara penulis, dr. Grandy Vabbio, Gledy Christalia, Hendrik Maruanaya, dan Rebecka Putri Louisa Terima kasih telah mendoakan dan selalu mendukung cita-cita penulis.
13. dr. Lina Regina Mangaweang, Sp.KJ selaku psikiater Penulis. Terima kasih untuk arahan, saran, dan dukungan bagi penulis agar tidak putus asa dan patah semangat dengan segala keterbatasan penulis.
14. Sahabat terkasih penulis, Pramelia Gereldina Palembang, Laura Hermida Sirait, Jesslyn Siona, Sephia Chrisilla Jangkup, Fitriani Patresia Ernes Jemadu, Yesica Debora, Yessica Milenia, Vebriana Marura Manderi, Reski Utami, Ritanesya Ayomi, Winda Helen Terima kasih telah menemani penulis sejak awal berada di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia, menjadi teman berbagi suka dan duka, dan selalu mendukung dan menyemangati penulis.
15. Sahabat terdekat Penulis, Alicia Sienly Latumahina, Madeleine Ing Mandaku, Beatrice Nadia Sopacua, Grace Nasya Herlis Slarmanat, Angelin Theana Salakay, Alfadro Leuwol, Bennarivo Pattiradjawanne, dan Hendrik Susanto.

Penulis berharap semoga Tuhan berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Apabila terdapat kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya dan Penulis mengharapkan masukan guna kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 29 Januari 2024





Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang sebab Aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan.

Yesaya 41:10

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iv
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Tujuan Penelitian.....	2
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II 2.1 Desain Penelitian	4
2.2 Tempat dan Waktu Penelitian	4
2.3.1 Populasi.....	4
2.3.2 Sampel.....	4
2.3.3 Besar Sampel	4
2.3.4 Teknik pengambilan sampel	5
2.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	6
2.4.1 Kriteria Inklusi	6
2.4.2 Kriteria Eksklusi	6
2.5 Instrumen Penelitian.....	6
2.6 Variabel Penelitian	7
2.6.1 Variabel Independen	7

2.6.2 Variabel Dependen.....	7
2.7 Definisi Operasional.....	7
2.8 Metode pengumpulan data	7
2.9 Uji Validitas.....	8
2.10 Uji Reabilitas	8
2.11 Pengolahan data.....	9
2.12 Analisis data	9
2.14 Kerangka Konsep	11
2.15 Alur Penelitian.....	11
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN.....	12
3.1. Hasil Penelitian.....	12
3.1.1 Adaptasi Mahasiswa.....	12
3.1.2 Tingkat Stes Mahasiswa.....	12
3.2 Pembahasan	13
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	19
4.1 Kesimpulan.....	19
4.2 Saran.....	19
DAFTAR PUSTAKA.....	20
LAMPIRAN	22

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Adaptasi Mahasiswa	12
Tabel 3.2.	Tingkat Stres Mahasiswa	12



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Kerangka Teori	10
Bagan 2.2	Kerangka Konsep.....	11
Bagan 2.1	Alur Penelitian	11



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Informed Consent kuesioner.....	25
Lampiran 2	Kuesioener Adaptasi Mahasiswa.....	23
Lampiran 3	Kuesioner Tingkat stress (Kessler Psychological distress scale) .	30
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas	31
Lampiran 5	Hasil Uji Reliabilitas.....	33
Lampiran 6	Hasil Analisa data.....	34



ABSTRAK

Stres merupakan fenomena yang pasti dialami oleh semua manusia. Dalam ilmu psikologi, Stres adalah reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis) apabila ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri. Ketika memulai tahun pertama kuliah, sebagian besar mahasiswa mengalami masa transisi atau mengalami perubahan yang dapat menimbulkan stres. Banyak penelitian yang menyebutkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa program studi di sektor non medis. pada penelitian ini ingin melihat tingkat derajat stres pada mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas kristen indonesia dan bagaimana tingkat adaptasi mereka di tahun pertama perkuliahan. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta pada November 2022-Juni 2023 dan merupakan penelitian observasional analitik yang menggunakan pendekatan cross sectional. penelitian ini menggunakan dua jenis kuesioner yaitu Kessler Psychological Distress Scale untuk menilai tingkat stres pada mahasiswa dan kuesioner adaptasi mahasiswa untuk melihat baik dan buruk adaptasi mahasiswa di tahun pertama perkuliahannya. Berdasarkan hasil penelitian, 39 mahasiswa (62,9%) dari Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta angkatan 2022 berhasil beradaptasi dengan baik di tahun pertama kuliah. Mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik pada tahun pertama kuliahnya berjumlah 23 orang (37,1%). Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 25 mahasiswa (40,3%) berada pada tingkat stres ringan, sebanyak 20 mahasiswa (32,3%) berada pada tingkat stres sedang, sebanyak 17 mahasiswa (27,4%) berada pada tingkat stres berat. faktor yang mempengaruhi tingkat stres mahasiswa adalah peningkatan volume pembelajaran, perbedaan kurikulum, keuangan, dan pertemanan di lingkungan baru. Diharapkan mahasiswa baru dapat membuka diri terhadap lingkungan perkuliahan sehingga dapat beradaptasi dengan baik dan mengurangi tingkat stres di awal perkuliahan.

Kata kunci: Stres, Adaptasi mahasiswa, Derajat stress, stres akademik

ABSTRACT

All humans must encounter stress as a phenomena. Stress is defined in psychology as an individual's physical and emotional (mental/psychic) response to environmental changes that necessitate adjustment. The majority of students go through a transitional time or undergo stressful changes when they begin their first year of college. Numerous studies report that stress levels among medical students are higher than those of students enrolled in non-medical academic programs. This study aims to see the level of stress in new students of the medical faculty of Christian University of Indonesia and how their level of adaptation in the first year of lectures. This study was conducted at the Faculty of Medicine, Universitas Kristen Indonesia Jakarta in November 2022-June 2023 and was an analytical observational study using a cross sectional approach. Two different questionnaire types were employed in this study: the Kessler Psychological Distress Scale, which measured students' stress levels, and the Student Adaptation Questionnaire, which determined how well or poorly students adapted to their first year of college. According to the study's findings, 39 students (62.9%) from the Universitas Kristen Indonesia Jakarta class of 2022's Faculty of Medicine were able to adjust to college life well in their first year. There were 23 students (37.1%) who struggled with adaptation throughout their first year of college. According to the study's findings, up to 25 students (40.3%) experienced light stress, up to 20 students (32.3%) experienced moderate stress, and up to 17 students (27.4%) experienced severe stress. Students' stress levels are influenced by a variety of factors, including a more demanding curriculum, changes in their surroundings, money, and friendships in a new setting. In order to adjust properly and lower their stress levels at the start of the lecture, it is expected that new students will be able to open up to the lecture setting.

Keywords: Stress, Student adaptation, Academic stress