
HUBUNGAN LINGKUNGAN BELAJAR DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MALAHAYATI ANGKATAN 2020

Winneke Rizki Aulia¹, Esteria Marhayuni^{2*}, Vira Sandayanti³,
Sri Maria Puji Lestari⁴

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

²Departemen Parasitologi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

³Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

⁴Departemen Ilmu Kesehatan Komunitas Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

*)Email korespondensi: esteria_marhayuni@yahoo.com

Abstract: The Relationship of The Learning Environment and Academic Stress in Medical Students of Mahayati University Class of 2020. Academic stress can be experienced by students of any level, especially college students. Where in the world of education, of course there are several things that can trigger academic stress. Medical students usually experience a heavier level of stress than students of other majors, due to the dense activities that medical students participate in. Examples include a solid learning system, lots of assignments, practicum, tutorials, and skill labs. Namely to determine the Relationship between Learning Environment and Academic Stress in Medical Students of Malahayati University Class of 2020. This type of research is an analytical descriptive research that aims to determine the relationship between the learning environment and the stress level of medical students. The research respondents were 89 students with the highest level of learning environment in the good category of 78 people (87,6%) and the highest level of academic stress in the medium category of 46 people (51,7%). The results of statistical research showed a p-value of 0.113 ($p > 0.05$) with a correlation test of 0.169. There is no significant relationship between the learning environment and academic stress in University of Malahayati Medical students class of 2020.

Keywords: Academic Strees, Learning Environment, Students

Abstrak : Hubungan Lingkungan Belajar Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2020. Stres akademik dapat dialami oleh pelajar dari tingkat manapun, terutama pada mahasiswa. Dimana dalam dunia pendidikan tentu terdapat beberapa hal yang dapat memicu terjadinya stres akademik. Mahasiswa kedokteran biasanya mengalami tingkatan stres yang lebih berat dari mahasiswa jurusan lain, dikarenakan padatnya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran. Contohnya seperti sistem pembelajaran yang padat, tugas yang banyak, praktikum, tutorial, dan skill lab. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan lingkungan belajar dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2020. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik yang bertujuan untuk mengetahui hubungan lingkungan belajar dengan tingkat stres mahasiswa kedokteran. Didapatkan responden penelitian berjumlah 89 mahasiswa dengan tingkat lingkungan belajar terbanyak pada kategori baik sebanyak 78 orang (87,6%) dan tingkat stres akademik terbanyak kategori sedang berjumlah 46 orang (51,7%). Hasil penelitian statistik menunjukkan p-value sebesar 0,113 ($p > 0.05$) dengan uji korelasi sebesar 0.169. Tidak ada hubungan yang signifikan antara

lingkungan belajar dengan stres akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2020.

Kata Kunci : Lingkungan Belajar, Mahasiswa, Stres Akademik

PENDAHULUAN

Mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi (KBBI). Menurut pernyataan Hartaji (2012), mahasiswa merupakan individu yang tengah menuntut ilmu/belajar dan resmi terdaftar sedang menjalankan pendidikan di sebuah perguruan tinggi negeri ataupun swasta. Mahasiswa dengan beban belajar yang banyak sehingga kemungkinan mengalami stres salah satunya mahasiswa kedokteran dengan sistem pembelajaran yang padat, tugas yang banyak, praktikum, tutorial, dan skill lab. Mahasiswa kedokteran biasanya mengalami tingkatan stres yang lebih berat dari mahasiswa jurusan lain, dikarenakan padatnya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran. Mahasiswa pendidikan kedokteran telah dilaporkan menjadi salah satu kurikulum akademik yang paling "stressful" di seluruh dunia dimana mahasiswa kedokteran biasanya memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dalam bidang non-medis (Sari, 2022). Tingkat stres mahasiswa kedokteran berkisar antara 25% hingga 75%. Stres tersebut dapat berasal dari ketakutan akan ujian, harapan orang tua yang tinggi, tekanan teman sebaya, kurangnya waktu luang, masalah keuangan, dan aspirasi untuk studi yang lebih tinggi adalah beberapa dari banyak faktor yang diketahui berkontribusi terhadap perkembangan stres pada kalangan mahasiswa kedokteran. Selain memiliki kelebihan, model pembelajaran PBL atau *problem based learning* memiliki kekurangan seperti menuntut mahasiswa untuk lebih aktif sehingga harus belajar lebih keras (Wahyudi et al., 2017).

Hal yang melekat pada mahasiswa kedokteran adalah stres. Stres adalah keadaan dimana seseorang merasakan respon emosional, fisik, dan perilaku yang di anggapnya sebuah ancaman. Stres yang ada di dalam dunia pendidikan dinamakan stres akademik (Irlaks et al., 2020). Stres akademik merupakan suatu kondisi maupun

keadaan ketika ketimpangan antara sumber daya (*resource*) aktual yang dimiliki siswa dan tuntutan (*demand*) lingkungan yang membuat para siswa semakin merasa terbebani oleh berbagai macam tekanan serta tuntutan (Barseli dan Ifdil, 2017).

Stres akademik dapat dialami oleh pelajar dari tingkat manapun namun yang tersering adalah pada mahasiswa dimana dalam dunia pendidikan tentu terdapat beberapa hal yang dapat memicu terjadinya stres akademik. Untuk faktor pribadi seperti tinggal terpisah dari orang tua dan saudara, faktor keuangan, dan faktor interaksi dengan teman dan lingkungan belajar yang baru, lalu faktor lain yang dapat menyebabkan stres akademik adalah kurangnya dalam penyesuaian diri di kehidupan kampus, banyaknya beban perkuliahan, *self-efficacy* yang rendah, relasi pertemanan maupun relasi romantis, karir masa depan, dan manajemen waktu yang buruk. Jika stres yang dialami mendapatkan dampak negatif yang bisa mengganggu perkuliahan dan mengganggu kinerja belajar. Maka dari itu, mahasiswa yang mengalami stres akademik yang berat akan sangat membutuhkan perhatian yang lebih (Efrianti, 2021). Ada banyak dampak dari stres akademik yaitu mengganggu kesehatan mental, kesehatan fisik, prestasi akademik, hubungan sosial, dan kesehatan emosional. Stres dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, seperti menimbulkan depresi, ansietas, dan gangguan tidur. Stres jangka panjang dapat mempengaruhi kesehatan fisik, seperti menimbulkan tekanan darah tinggi, masalah jantung, dan stres kronis. Stres dapat mempengaruhi konsentrasi dan hasil belajar seseorang, sehingga menurunkan prestasi akademik. Stres juga dapat mempengaruhi hubungan dengan orang lain, seperti membuat seseorang menjadi kurang toleran dan mempengaruhi hubungan dengan teman dan keluarga. Dan stres dapat

mempengaruhi kesehatan emosional seseorang, seperti menimbulkan rasa tidak berdaya, marah, dan putus asa (Health Association, 2018).

Tinggi rendahnya tingkat stres akademik dapat dipicu oleh lingkungan belajar. Secara konsep, lingkungan belajar mengacu pada lokasi fisik yang beragam, konteks, dan budaya dimana mahasiswa belajar termasuk kurikulum, bagaimana individu berinteraksi dan memperlakukan satu sama lain serta cara-cara di mana pengajar dapat mengatur lingkungan pendidikan untuk memfasilitasi pembelajaran. Lingkungan belajar memiliki pengaruh langsung dan tidak langsung pada pembelajaran termasuk keterlibatan siswa dalam pembelajaran, motivasi untuk belajar, serta rasa kesejahteraan, kepemilikan, dan keamanan. Lingkungan belajar yang baik tentu akan menciptakan hasil yang baik pula bagi mahasiswa begitu pula sebaliknya dimana lingkungan belajar yang buruk dapat menimbulkan hasil yang buruk serta meningkatkan stres akademik (Wahyudi et al., 2017).

Lingkungan belajar juga suatu gambaran keadaan lingkungan sosial, psikologis atau psikososial yang dapat mempengaruhi perkembangan seseorang dalam belajar (Cleveland dan Fisher, 2014). Lingkungan belajar di kedokteran bisa digambarkan situasi tekanan dengan sistem otoriter dan kaku, persaingan yang ketat daripada kerjasama antar pelajar. Pace dan Stern mengatakan bahwa lingkungan belajar seringkali ditandai dengan tekanan, stres, padatnya praktikum, kebijakan dan nilai-nilai di dalam kelas (Yusuf dan Yusuf, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Resti Rahmadika Akbar (2018), tentang hubungan lingkungan pembelajaran dan tingkat stres akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Baiturrahmah berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa terdiri dari 62% mahasiswa dalam stres normal, 31% tingkat stres ringan dan 7% mengalami stres sedang. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ismartaya 2021, tentang pengaruh

motivasi, stres, dan lingkungan belajar islami terhadap prestasi belajar dengan lingkungan belajar di Universitas Djuanda Bogor, penelitian menunjukkan bahwa stres memiliki pengaruh terhadap lingkungan belajar islami. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dijelaskan di atas, telah menunjukkan bahwa ada hubungan antara lingkungan belajar dan stres. Pembaruan penelitian yang peneliti lakukan pada penelitian sebelumnya dapat ditemukan pada subjek yang digunakan. Dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek mahasiswa kedokteran universitas malahayati angkatan 2020.

Peneliti memilih mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2020 menjadi subjek penelitian karena mereka biasa menjalankan pembelajaran secara online dirumah. Kemudian, kini mereka menghadapi pembelajaran secara offline, sehingga mahasiswa kesulitan untuk belajar karena berusaha beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru, jauh dari rumah dan jauh dari orang tua. Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara lingkungan belajar dengan stres dengan mengangkat judul "Hubungan Lingkungan Belajar dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2020".

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian analitik dengan metode *Cross Sectional*. Penelitian kuantitatif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk memecahkan dan membatasi fenomena menjadi terukur, dimana metode penelitiannya menggunakan skala pengukuran data (Purwanto dan Dyah Ratih Sulistyastuti, 2011). Pada studi *cross-sectional*, peneliti mengukur hasil dan eksposur pada responden atau sampel pada waktu yang sama. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner merupakan alat pengumpul data berisi daftar

pernyataan yang akan diajukan kepada responden dengan pengukuran skala tertentu. Responden dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan untuk penelitian (Setia, 2016). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022 angkatan 2020 sebanyak 115 orang yang memenuhi kriteria inklusi anggota populasi dan tidak diambil sebagai kriteria eksklusi. Sampel minimal dapat dihitung dengan rumus Slovin yaitu sebanyak 89 orang.

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner. Kuesioner yang digunakan yaitu *Dundee Ready Education Environment Measure* (DREEM) dan *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ). DREEM merupakan alat pengukuran untuk mengukur lingkungan belajar dan dibuat untuk menyempurnakan instrumen lingkungan belajar terdahulu sehingga membutuhkan pembaharuan (Roff, 2005). Instrumen ini sebagai penilaian terhadap lingkungan belajar karena memiliki kata-kata yang umum untuk digunakan sehingga mudah dipahami. Alat ukur ini sebagai penyempurnaan instrumen lingkungan belajar yang sudah ada sebelumnya dan sudah digunakan berbagai banyak Negara di institusi pendidikan kesehatan. MSSQ Dalam publikasi ilmiah oleh (Yusoff dan Rahim, 2010) dikemukakan bahwa MSSQ dikembangkan untuk mengidentifikasi stressor di kalangan mahasiswa kedokteran sebagai alat

ukur intensitas stress karna berbagai stressor.

Data yang sudah dikumpulkan lalu dianalisis dengan menggunakan program SPSS yang terdiri dari analisis univariat untuk menilai masing-masing variabel dan mendapatkan nilai distribusi frekuensi. Yang kedua adalah analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2018). Pengujian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *kolmogorov-smirnov*, karena jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini lebih dari 50 seperti yang dinyatakan dalam penelitian (Tyastirin & Hidayati, 2017) hal ini menunjukkan bahwa bila jumlah sampel melebihi 50 maka uji normalitas yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-smirnov*, dan bila jumlah sampel kurang dari 50 digunakan uji *shapiro-wilk*. Uji statistik *pearson* digunakan bila data berdistribusi normal, sedangkan uji statistik *spearman* adalah uji statistik yang dapat digunakan bila data yang akan diuji tidak berdistribusi normal.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 diketahui sebagian besar responden merupakan perempuan dengan jumlah frekuensi 66 orang (74,2%) dan berusia paling banyak 20 tahun dengan jumlah frekuensi 48 orang (53,9%). Sebaliknya, responden paling sedikit yakni berusia 22 tahun dengan frekuensi 3 orang (3,4%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	25,8
Perempuan	66	74,2
Total	89	100
Usia		
19 Tahun	7	7,9
20 Tahun	48	53,9
21 Tahun	31	34,8
22 Tahun	3	3,4
Total	89	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Lingkungan Belajar

Frekuensi	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Buruk	1	1,1
Buruk	9	10,1
Baik	78	87,6
Sangat Baik	1	1,1
Total	89	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui yang baik dengan jumlah frekuensi pada penelitian ini sebagian besar sebesar 78 (87,6%). responden memiliki lingkungan belajar

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Stres Akademik

Frekuensi	Frekuensi	Persentase (%)
Stress Ringan	23	25,8
Stress Sedang	46	51,7
Stress Berat	19	21,3
Stress Sangat Berat	1	1,1
Total	89	100

Berdasarkan tabel 3, diketahui pada tingkatan yang sedang dengan pada penelitian ini sebagian besar jumlah frekuensi sebesar 46 orang responden memiliki stres akademik (51,7%).

Tabel 4. Uji Korelasi Pearson

Korelasi	N	Mean	± Sd. Deviation	P
Stess Akademik	89	59.02	24.31	0,113
Lingkungan Belajar	89	118.73	16.893	

Berdasarkan tabel 4, karena pada penelitian ini hanya untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antar variabel jadi digunakan *2-tailed* sebagai pengujian dua arah untuk hipotesis yang belum jelas arahnya. Maka, pada penelitian ini didapatn nilai Sig (*2-tailed*) sebesar $P = 0,113$. Hal ini menunjukkan bahwa nilai ini termasuk daam kriteria $0,113 > 0,05$ sehingga kesimpulan yang didapat yakni tidak ada korelasi yang signifikan antara lingkungan belajar dengan stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa.

PEMBAHASAN

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor pencetus stres akademik

(Hafifah, Widiani, & Rahayu, 2017). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maryama yang menjelaskan bahwa variabel jenis kelamin memberikan sumbangan sebesar 1,9% terhadap stres akademik (Maryama, 2015). Penelitian lain yang serupa menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan mengalami stres berat sebanyak 2,2 kali dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki. Berkaitan dengan stres yang terjadi pada laki-laki dan perempuan, laki-laki lebih aktif dan eksploratif dibandingkan perempuan, sehingga perempuan cenderung lebih mudah cemas dan lebih sensitif (Kountul, Kolibu, & Korompis, 2018). Mahasiswa perempuan lebih rentan terhadap kondisi stres. Kondisi stres

pada perempuan dipengaruhi oleh hormon oksitosin, estrogen, dan hormon seks sebagai faktor pendukung (Rohmatillah & Kholifah, 2021). Azteria, V., & Hendarti (2020) menyatakan bahwa perempuan lebih mudah cemas, mengalami gangguan makan, gangguan tidur, dan mengalami perasaan bersalah jika dalam kondisi tertekan. Kondisi ini berkaitan dengan hormon estrogen yang lebih banyak pada perempuan, sehingga perempuan lebih rentan mengalami stress daripada laki-laki.

Kelompok usia partisipan pada penelitian ini masuk pada usia remaja akhir yakni 20 tahun. Saputro (2018) mengemukakan bahwa pada usia remaja akhir terjadi perkembangan mental yang pesat. Perkembangan mental pada usia remaja akhir mengakibatkan kemampuan remaja untuk menghipotesis apapun yang berhubungan dengan hidupnya dan lingkungannya juga meningkat. Gamayanti, Mahardianisa, dan Syafei (2018) menambahkan bahwa perkembangan kognitif mempengaruhi mahasiswa dalam menginterpretasi stres. Penilaian kognitif terhadap suatu peristiwa akan menentukan apakah kondisi ini dianggap sebagai suatu stress atau bukan (Nurmalasari, Yustiana, & Ilfiandra, 2016).

Karakteristik perkembangan kognitif pada usia remaja akhir dicirikan terjadinya kebingungan antara ideal dan kondisi nyata (Hamidah & Rizal, 2022). Secara pemikiran, mereka sudah mampu melakukan analisa terhadap situasi, namun ketika dihadapkan pada masalah yang nyata mereka dituntut beradaptasi untuk mengkopling perubahan yang terus terjadi. Perubahan-perubahan tersebut cenderung tidak sesuai dengan nilai-nilai individu, sehingga tak jarang terjadi konflik dengan identitas diri yang sudah terbentuk (Wardhani, 2012). Tuntutan untuk selalu berperilaku adaptif membuat mahasiswa menjadi stres.

Damanik dan Irawan (2021) mengungkapkan bahwa suasana lingkungan belajar yang tercipta tergantung dari bagaimana mahasiswa

itu bisa mengatasi dan mengendalikan dirinya sendiri saat berada dalam lingkungan belajarnya. Suasana kelas yang positif akan terjadi bila interaksi dalam kelas terjadi antara dosen dan mahasiswa, dimana dalam interaksi tersebut terjadi komunikasi dalam bentuk belajar bersama, tolong menolong, tenggang rasa antara mahasiswa yang pandai dan kurang pandai, antara yang kaya dan yang kurang mampu, norma-norma pergaulan hidup dan tata tertib kelas maupun kampus dipatuhi dengan fasilitas yang luwes, serta terjadi komunikasi yang terbuka.

Lingkungan belajar sangat berperan dalam menciptakan gairah mahasiswa dan secara sosial sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran (Suyono, Boleng, & Nooryani, 2022). Lingkungan belajar dapat meningkatkan keaktifan mahasiswa dan keefektifan belajar. Lingkungan belajar tidak hanya secara langsung mempengaruhi tinggi rendahnya hasil belajar, lingkungan belajar juga akan menyentuh ranah kognitif atau personal mahasiswa (Robyansyah, Indarti, & Widayatsari, 2022). Samsinar (2020) mengungkapkan bahwa dalam proses belajar mengajar, lingkungan merupakan sumber belajar yang berpengaruh dalam keberhasilan proses belajar dan peningkatan perkembangan peserta didik. Tempat dimana kegiatan belajar berlangsung yang mendapatkan pengaruh dari luar terhadap keberlangsungan kegiatan tersebut. Lingkungan yang merupakan sumber belajar memiliki pengaruh dalam proses pembelajaran.

Sanjaya, Susani, & Lestari (2018) mengemukakan bahwa peningkatan tuntutan masyarakat terhadap tersedianya dokter yang profesional dan kompeten, mengharuskan fakultas kedokteran untuk dapat menghasilkan dokter yang berkualitas. Lingkungan belajar yang baik akan mendukung mahasiswa dalam pencapaian kompetensi. Lingkungan belajar merupakan manifestasi dari kurikulum serta konseptualisasi yang berasal dari

lingkungan, pendidikan dan organisasi (Albana, Meidianawaty, & Hermawan, 2020). Federasi dunia pendidikan kedokteran atau *world federation for medical education* menyatakan bahwa lingkungan pembelajaran sebagai salah satu aspek yang harus ditargetkan dalam evaluasi sistem pendidikan kedokteran.

Sesuatu yang menimbulkan stres tergantung pada bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif. Barseli, Ifdi & Nikmarijal (2017), mengungkapkan bahwa kemampuan mahasiswa mengontrol situasi kondisi penyebab munculnya stres berkaitan dengan berbagai tuntutan akademik dapat diidentifikasi melalui dua langkah, yaitu penilaian primer dan penilaian sekunder. Penilaian primer mengacu pada apakah suatu kejadian mengandung bahaya atau menyebabkan kehilangan, menimbulkan suatu ancaman akan bahaya dimasa yang akan datang atau tantangan yang harus dihadapi. Penilaian sekunder mengacu pada evaluasi potensi atau kemampuan yang dapat digunakan untuk menghadapi suatu kejadian.

Stres akademik sedang dengan jumlah yang banyak dan terus-menerus dapat meningkatkan risiko penyakit bagi mahasiswa (Rohmatillah & Kholifah, 2021). Stres akademik pada mahasiswa muncul karena adanya beban yang baru diterima atau karena adanya beban yang semakin berat. Ruhmadi, Suwartika, dan Nurdin (2014) mengungkapkan bahwa mahasiswa harus mampu mengembangkan mekanisme pertahanan dan adaptasi terhadap beban ataupun stressor yang berasal dari kehidupan akademik. Semakin tinggi stressor yang diterima maka akan semakin tinggi pula stres akademik yang dirasakan. Semakin sering frekuensi stressor itu didapatkan maka akan semakin rendah beban akademik yang diterima.

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara lingkungan belajar dengan stres akademik pada mahasiswa. Nilai

Pearson corellation menunjukkan nilai 0,169 dimana hal ini mengacu pada hubungan lingkungan belajar dengan stres akademik yang lemah dan dengan arah hubungan positif. Pada penelitian Asmita (2021) menunjukkan bahwa stres akademik umumnya berhubungan dengan faktor lain yakni faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan. Sedangkan faktor eksternal yang terdiri dari tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, pelajaran lebih padat, dan orangtua saling berlomba. Penelitian yang dilaksanakan oleh Widjaya (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat perfeksionisme dengan tingkat stres akademik mahasiswa tahun pertama Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. Selain itu, penelitian yang dilaksanakan oleh Solikhah (2019) menunjukkan bahwa *big five personality* secara bersama-sama mempengaruhi stres akademik dan dimensi *big five* yang paling mempengaruhi adalah dimensi *neuroticism* pada mahasiswa kedokteran.

Selain itu, masih terdapat banyak faktor penyebab stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa. Penelitian yang dilaksanakan oleh Irlaks dkk (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015. Penelitian yang dilaksanakan oleh Widyana (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres akademik dengan kejadian *tension type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Semakin tinggi tingkatan stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin besar pula risiko terjadinya *tension type headache*.

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi lingkungan belajar menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki lingkungan

belajar yang baik, yakni sebanyak 78 mahasiswa atau dengan presentase 87,6%. Sebaliknya, hanya terdapat masing-masing satu mahasiswa yang memiliki lingkungan belajar yang sangat buruk dan sangat baik, dimana masing-masing dengan presentase 1%. Distribusi frekuensi stres akademik menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki stres akademik yang sedang, yakni sebanyak 46 mahasiswa atau dengan presentase 51,7%. Sebaliknya, hanya satu mahasiswa yang merasakan stres akademik sangat berat atau dengan presentase 1,1%. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara lingkungan belajar dengan stres akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Albana, R. Y. F., Meidianawaty, R. V., & Hermawan, I. 2020. Hubungan Persepsi Mahasiswa Terhadap Lingkungan Pembelajaran Dengan Nilai Blok Di Fakultas Kedokteran Unswagati Cirebon. *Tunas Medika Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 6(2).
- Akbar, R. R. 2018. 'Hubungan Persepsi Mahasiswa terhadap Lingkungan Pembelajaran dan Tingkat Stres', JKB,.
- Asmita, W. 2021. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Menghadapi Kuliah Daring Pada Mahasiswa Iain Batusangkar. *Undergraduate Thesis Batusangkar: Institut Agama Islam Negri*.
- Azteria, V., & Hendarti, R. D. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Kerja Pada Perawat Rawat Inap Di RS X Depok Pada Tahun 2020. *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan (FIT) IAKMI*, 2774-3217.
- Barseli, M. dan Ifdil, I. 2017. 'Konsep Stres Akademik Siswa', *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), p. 143. doi: 10.29210/119800.12 september 2022.
- Cleveland, B. dan Fisher, K. 2014. 'The evaluation of physical learning environments: A critical review of the literature', *Learning Environments Research*, 17(1), pp. 1-28. doi: 10.1007/s10984-013-9149-3. 7 oktober 2022
- Damanik, B. E., & Irawan, E. 2021. Pengaruh persepsi mahasiswa mengenai kompetensi dosen dan lingkungan belajar terhadap motivasi belajar. *Publikasi Pendidikan*, 11(2), 180-186.
- Efianti, M. 2021. 'Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Dalam Belajar Online'. Skripsi, p. 1-62.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. 2018. Self disclosure dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*,
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. 2017. Perbedaan stres akademik pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan berdasarkan jenis kelamin di fakultas kesehatan universitas tribhuwana tunggadewi malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*,
- Hartaji, R. D. A. 2012 Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang Tua, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. Universitas Gunadarma. Available at: <http://docplayer.info/34427591-Motivasi-berprestasi-pada-mahasiswa-yang-berkuliah-dengan-jurusan-pilihan-orang-tua.html>. 15 oktober 2022.
- Health Association, A. C. 2018. American College Health Association-National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Fall 2018. Hanover: MD: American College Health Association.
- Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. 2018. Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *KESMAS*:

- Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*,
Hamidah, S., & Rizal, M. S. 2022. Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*,
Irlaks, V. S., Murni, A. W. dan Liza, R. G. 2020. 'Hubungan antara Stres Akademik dengan Kecenderungan Gejala Somatisasi pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2015', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(3), p. 334. doi: 10.25077/jka.v9i3.1366.23 oktober 2022.
Maryama, H. 2015. Pengaruh character strengths dan gender terhadap stres akademik mahasiswa UIN Jakarta yang kuliah sambil bekerja. *Undergraduate Thesis, UIN Syarif Hidayatullah*.
Notoadmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta* : PT. Rineka Cipta.
Nurmalasari, Y., Yustiana, Y. R., & Ilfiandra, I. 2016. Efektivitas restrukturisasi kognitif dalam menangani stres akademik siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 1(1).
Purwanto, E. A. dan Dyah Ratih Sulistyastuti. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Gava Media.
Robyansyah, R., Indarti, S., & Widayatsari, A. 2022. Pengaruh Lingkungan Belajar dan Disiplin Terhadap Motivasi Belajar dan Prestasi Belajar Taruna/i Politeknik Negeri Bengkalis Jurusan Kemaritiman. *Jurnal Daya Saing*,
Roff, S. 2005. 'The Dundee Ready Educational Environment Measure (DREEM) - A generic instrument for measuring students' perceptions of undergraduate health professions curricula', *Medical Teacher*, 27(4), pp. 322-325. doi: 10.1080/01421590500151054.
Rohmatillah, W., & Kholifah, N. 2021. Stress akademik antara laki-laki dan perempuan siswa school from home. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*,
Ruhmadi, E., Suwartika, I., & Nurdin, A. 2014. Analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stress akademik mahasiswa reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman*,
Samsinar, S. 2020. Urgensi learning resources (sumber belajar) dalam meningkatkan kualitas pembelajaran. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*,
Sanjaya, I. M. B., Susani, Y. P., & Lestari, R. 2018. Persepsi Mahasiswa terhadap Lingkungan Belajar Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Kedokteran*, 7(4), 1-1.
Saputro, K. Z. 2018. Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
Sari, M. B. 2022. 'Stress analytics of medical students at faculty of', 11(3), pp. 319-325. doi: 10.22146/jpki.64881.
Setia, M. S. 2016. 'Methodology Series Module 3: Cross-sectional Studies', *Indian journal of dermatology. Medknow Publications & Media*
Suyono, D. M., Boleng, D. T., & Nooryani, N. (2022). Analisis Lingkungan Belajar Peserta Didik Kelas X-5 di SMAN 5 Samarinda. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru*, 3, 71-74.
Solikhah, Y. N. 2019. Hubungan Big Five Personality dengan stres akademik pada Mahasiswa Kedokteran. *Undergraduate Thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya*.
Tyastirin, E., dan Hidayati, I. 2017. 'Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kesehatan'. Surabaya: Program Studi Arsitektur UIN Sunan Ampel.

- Wahyudi, R., Bebasari, E. and Nazriati, E. 2017. Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama.
- Wardhani, D. T. 2012. Perkembangan dan seksualitas remaja. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, 17(3).
- Widjaya, W. R. 2018. Hubungan Antara Tingkat Perfeksionisme dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. *Undergraduate Thesis, Universitas Brawijaya*.
- Widyana, Y. A. 2021. Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Tension Type Headache pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *Undergrdate Thesis, Universitas Muhammadiyah Semarang*
- Yusuf, N. M. dan Yusuf, J. M. 2020. 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik', *Psyche 165 Journal*, pp. 235-239. doi: 10.35134/jpsy165.v13i2.84.4 oktober 2022.
- Yusoff, M. S. B. dan Rahim, A. F. A. 2010. *The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual An explanatory guide on stress and stressors in medical study to help you*. Kelantan: KKMED Publications.18 november 2022.