



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2006 FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS JEMBER**

SKRIPSI

Oleh
Reni Septa Anggraeni
NIM 062010101050

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS JEMBER
2010**



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES PADA MAHASISWA ANGKATAN 2006 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS JEMBER

SKRIPSI

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat
untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Dokter (S1)
dan mencapai gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

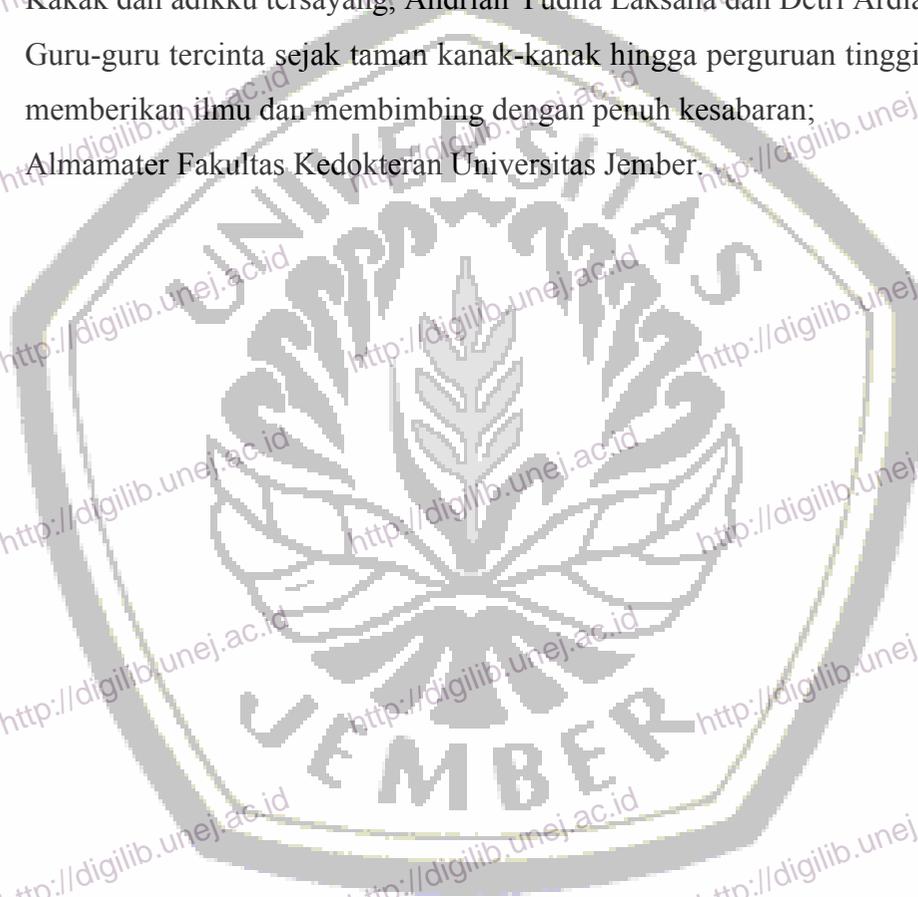
Reni Septa Anggraeni
NIM 062010101050

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS JEMBER
2010

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan bunda tercinta, Bpk. Suprobo dan Lilik Sudartik, S.Pd., yang senantiasa memberikan bimbingan, motivasi, dan kasih sayang yang tiada henti;
2. Kakak dan adikku tersayang, Andrian Yudha Laksana dan Detri Ardianto;
3. Guru-guru tercinta sejak taman kanak-kanak hingga perguruan tinggi yang telah memberikan ilmu dan membimbing dengan penuh kesabaran;
4. Almamater Fakultas Kedokteran Universitas Jember.



MOTO

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.
(Terjemahan Surat Ar Ro'du ayat 11)*

Kegagalan hanyalah kesempatan untuk memulai lagi dengan lebih cerdas.
(Henry Ford)**



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reni Septa Anggraeni

NIM : 062010101050

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres pada Mahasiswa Angkatan 2006 Fakultas Kedokteran Universitas Jember” adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali kutipan yang sudah saya sebutkan sumbernya, belum pernah diajukan pada institusi mana pun, dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 30 April 2010

Yang menyatakan,

Reni Septa Anggraeni

NIM 062010101050

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2006 FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS JEMBER**

Oleh

Reni Septa Anggraeni
NIM 062010101050

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : dr. Alif Mardijana, Sp.KJ.

Dosen Pembimbing Anggota : dr. Cholis Abrori, M.Kes, M.Pd Ked.

PENGESAHAN

Skripsi berjudul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres pada Mahasiswa Angkatan 2006 Fakultas Kedokteran Universitas Jember” telah diuji dan disahkan pada:

hari, tanggal : Jumat, 30 April 2010

tempat : Fakultas Kedokteran Universitas Jember.

Tim Penguji:

Ketua,

dr. Alif Mardijana, Sp.KJ.
NIP. 195811051987022001

Anggota I,

Anggota II,

dr. Diana Chusna Mufida, M.Kes
NIP. 197203182003122001

dr. Suyono Kardis, Sp.KJ
NIP. 194906161982031001

Mengesahkan
Dekan,

Prof. dr. Bambang Suhariyanto, Sp.KK(K)
NIP. 194701211983031001

RINGKASAN

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres pada Mahasiswa Angkatan 2006 Fakultas Kedokteran Universitas Jember, Reni Septa Anggraeni, 062010101050; 2010. 49 halaman; Fakultas Kedokteran Universitas Jember.

Selye menjelaskan stres sebagai suatu sindrom biologis. Sindrom ini merupakan manifestasi dari suatu keadaan yang disebut stres yang mencakup semua perubahan-perubahan spesifik yang mempengaruhi sistem biologis suatu organisme. Masa dewasa merupakan masa ketika seseorang mulai dituntut untuk bertanggung jawab atas apa yang dilakukan. Disebut masa dewasa muda apabila seseorang berumur 19-25 tahun. Mahasiswa termasuk dalam kategori mencapai masa dewasa atas tugas-tugas dan kewajiban yang dibebankan padanya. Mahasiswa pada masa ini mengalami perkembangan dalam mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosi. Masa ini merupakan masa yang cukup sulit bagi seseorang, keluarga dan lingkungan sekitarnya. Mereka masih memiliki energi yang besar, emosi yang cukup berkobar dengan pengendalian diri yang kurang. Masa dewasa juga dituntut untuk lebih beradaptasi dan lebih peka terhadap lingkungan sekitar dibandingkan saat masih remaja. Dengan pola pikir yang semakin tinggi itulah, masa dewasa terutama mahasiswa mudah mengalami stres yang ditandai dengan perasaan yang tidak enak, tidak nyaman, khawatir, dan kesepian.

Penelitian-penelitian sebelumnya tentang tingkat stres terkadang menunjukkan adanya stres yang terjadi pada mahasiswa. Hal itu terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhi, baik berasal dari faktor dalam diri atau berasal dari luar individu tersebut. Tingkat frustrasi, konflik, lingkungan, tekanan atau krisis merupakan beberapa sumber yang memicu terjadinya stres terutama pada mahasiswa. Tingkat stres yang terjadi pada masing-masing mahasiswa tentunya

berbeda antara mahasiswa yang satu dengan mahasiswa yang lain, termasuk antar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Jember (FK UNEJ). Hal tersebut dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan mengatasi stres yang terjadi dalam dirinya, juga bergantung dengan seberapa besar mahasiswa yang bersangkutan dapat beradaptasi dengan lingkungan.

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif dengan metode *cross-sectional* untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa angkatan 2006 FK UNEJ, dengan teknik pengambilan sampel secara *totally sampling*. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa angkatan 2006 Fakultas Kedokteran Universitas Jember yang berjumlah 67 mahasiswa. Semua responden akan mengisi kuisioner skala stres Holmes dan Rahe atau yang dikenal sebagai *The Social Readjustment Rating Scale* (SRRS), selain itu responden juga mengisi kuisioner tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa angkatan 2006 FK UNEJ. Untuk pengolahan data tersebut dilakukan dengan menggunakan metode *Chi Square* dengan menggunakan Stata.

Pada penelitian diperoleh bahwa 19,4% mahasiswa angkatan 2006 FK UNRJ mengalami stres rendah, 40,3% mahasiswa mengalami stres sedang, dan 40,3% mahasiswa mengalami stres tinggi. Hasil penelitian dengan menggunakan uji Stata menunjukkan bahwa faktor-faktor yang diperkirakan mempengaruhi stres seperti jenis kelamin, tempat tinggal, waktu belajar di luar kampus, kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti, kegiatan organisasi di luar kampus, jumlah SKS yang sedang diambil, dan pekerjaan sampingan yang dimiliki mempunyai nilai signifikansi sebesar $> 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang diperkirakan tersebut tidak mempengaruhi stres pada mahasiswa angkatan 2006 FK UNEJ.

PRAKATA

Puji syukur ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres pada Mahasiswa Angkatan 2006 Fakultas Kedokteran Universitas Jember”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan strata satu (S1) pada Fakultas Kedokteran Universitas Jember.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. dr. Bambang Suhariyanto, Sp.KK(K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Jember atas segala fasilitas dan kesempatan yang diberikan selama menempuh pendidikan kedokteran di Universitas Jember;
2. dr. Irawan Fajar Kusuma, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing penulis selama studi;
3. dr. Alif Mardijana, Sp.KJ., selaku Dosen Pembimbing Utama dan dr. Cholis Abrori, M.Kes., M.Pd.Ked., selaku Dosen Pembimbing Anggota yang telah meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan perhatian dalam penulisan skripsi ini;
4. dr. Sujono Kardis, Sp.KJ. dan dr. Diana Chusna Mufida, M.Kes., selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun dalam penulisan skripsi ini;
5. Ayah dan bunda tercinta, Bpk. Suprobo dan Lilik Sudartik, S.Pd. atas dukungan moril, materi, doa, dan semua curahan kasih sayang yang tak akan pernah putus;
6. Kakak dan adikku tersayang, Andrian Yudha Laksana dan Detri Ardianto atas semua dukungan dan kasih sayangnya;
7. Seluruh keluarga besar di Jember, Peralang, Jakarta, dan Bogor yang telah memberikan doa dan dukungannya;

8. Guru-guru di TK Islamiyah Jember, SDN Kepatihan IX, SLTPN 4 Jember, SMAN 1 Jember, dan Fakultas Kedokteran Universitas Jember, yang telah memberikan ilmu dan membuat penulis mencintai ilmu pengetahuan;
9. Sahabat-sahabatku Dina, Dinda, Nurina, Inung, Dicky, Fiki, Lala, Dian, Tiyas (Akbid Jember), Puri (FK Unair), Zahril (STAN) yang telah mewarnai hari-hari penulis dan memberi semangat selama menempuh pendidikan preklinik, serta Rachmi Soraya, sahabat suka dukaku dalam mengerjakan skripsi ini;
10. teman-teman angkatan 2006 yang telah berjuang bersama-sama mencari ilmu di kampus FK UNEJ tercinta;
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis juga menerima segala kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Jember, Juni 2010

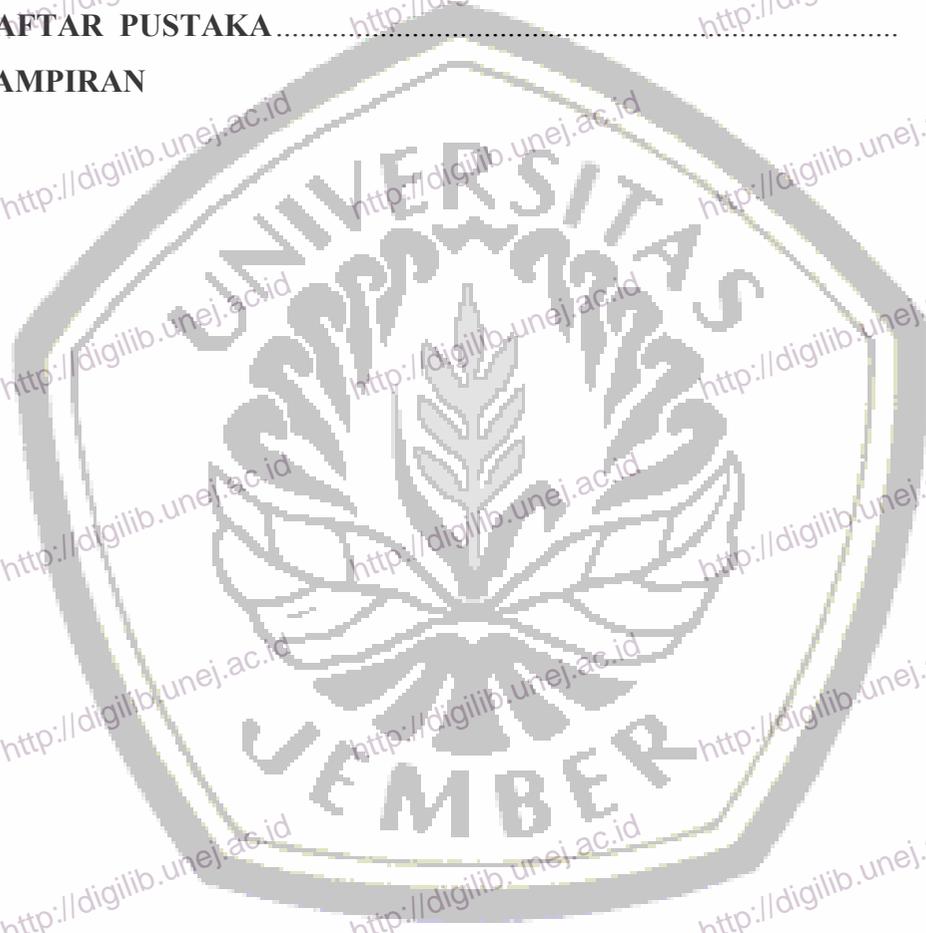
Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUTAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTO	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN PEMBIMBINGAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
RINGKASAN	viii
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Stres	

2.1.1	Definisi Stres.....	6
2.1.2	Klasifikasi Stres.....	7
2.1.3	Sumber-sumber Stres.....	8
2.1.4	Daya Tahan Stres	9
2.1.5	Patofisiologi Stres.....	10
2.2	Bentuk-bentuk Reaksi Stres	
2.2.1	Reaksi Berorientasi tugas	12
2.2.2	Reaksi Menyerang.....	12
2.2.3	Kompromi.....	13
2.2.4	Mekanisme Pembelaan Ego	13
2.3	Manifestasi Klinis Stres	16
2.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	16
2.5	Kerangka Konseptual Penelitian	18
 BAB 3. METODE PENELITIAN		
3.1	Rancangan Penelitian	20
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	20
3.3	Variabel Penelitian	20
3.3.1	Variabel.....	20
3.3.2	Definisi Operasional Variabel.....	21
3.4	Instrumen Penelitian	22
3.5	Tempat dan Waktu Penelitian	23
3.6	Prosedur Penelitian	24
3.6.1	Alur Penelitian	24
3.6.2	Analisis Data.....	24
3.6	Komisi Etik Penelitian	24
 BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Gambaran Umum Penelitian	25

4.2 Hasil dan Pembahasan Penelitian	25
4.3 Keterbatasan Penelitian	33
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	34
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	

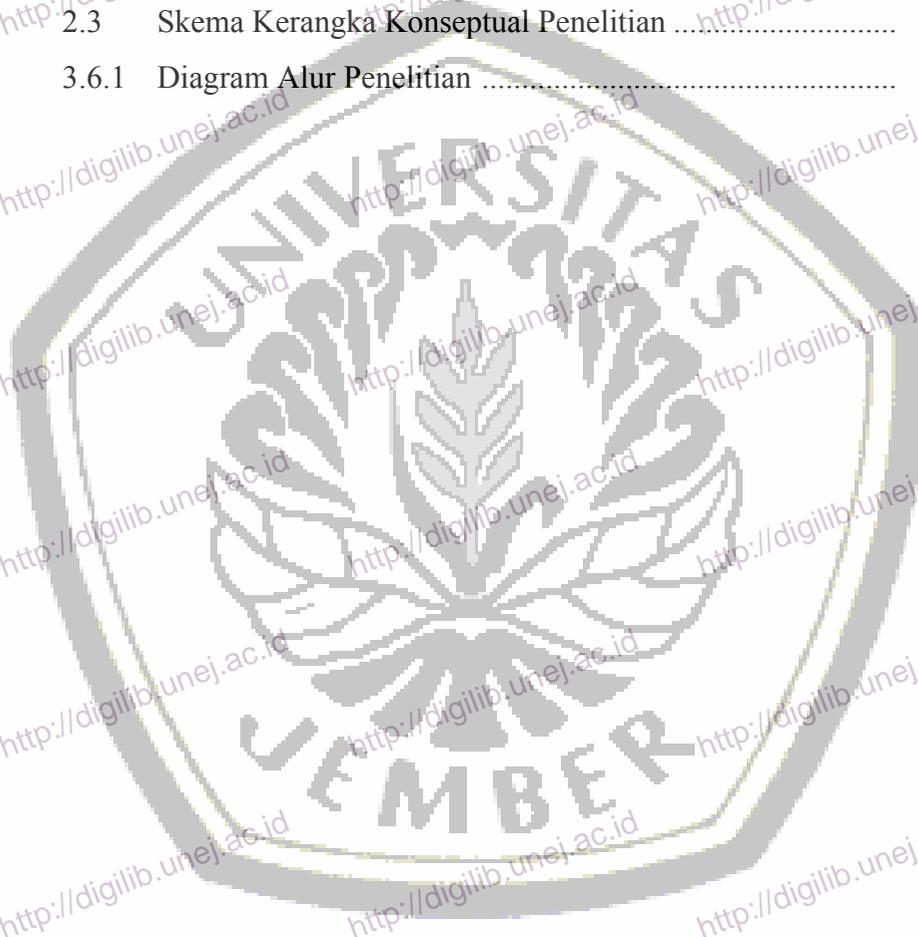


DAFTAR TABEL

	Halaman
4.1 Data Tingkat Stres Secara Umum	25
4.2 Hubungan Tingkat Stres dengan Jenis Kelamin	26
4.3 Hubungan Tingkat Stres dengan Tempat Tinggal	27
4.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Jumlah Waktu Belajar di Luar Kampus	28
4.5 Hubungan Tingkat Stres dengan Kegiatan Ekstrakurikuler yang Diikuti	29
4.6 Hubungan Tingkat Stres dengan Kegiatan Organisasi di Luar Kampus	30
4.7 Hubungan Tingkat Stres dengan Jumlah SKS yang Sedang Diambil	30
4.8 Hubungan Tingkat Stres dengan Pekerjaan Sampingan yang Dimiliki	31

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.3 Skema Kerangka Konseptual Penelitian	18
3.6.1 Diagram Alur Penelitian	24



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Penjelasan Penelitian	37
B. Informed Consent	38
C. Kuisisioner Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	39
D. Kuisisioner Stres Holmes dan Rahe	40
E. Penjelasan Kuisisioner Holmes dan Rahe	44
F. Hubungan Stres dengan Berbagai Macam Faktor dengan Menggunakan Analisis Stata	46
G. Tabel Master	49
H. Kode Etik Penelitian	51