

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PENGGUNAAN STRATEGI KOPING PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS YARSI DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM

Veranisa Sucia¹, Citra FA², Nasrudin Noor³, Zuhroni⁴

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia cukup tinggi, yaitu sebesar 36,7-71,6%. Stres dapat menimbulkan hal negatif pada individu apabila tidak mendapat solusi yang tepat. Mekanisme coping adalah suatu cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah. Agama Islam berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadits menawarkan solusi salah satunya dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan penggunaan strategi coping pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain penelitian studi potong lintang (*cross sectional*). Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI tahun pertama, kedua, dan ketiga. Pemilihan sampel menggunakan *stratified random sampling* dengan jumlah sampel 281 responden. Alat pengumpulan data berupa kuesioner. Analisis data dengan menggunakan uji *Pearson-Chi Square*.

Hasil: Pada penelitian ini didapatkan hasil 64,7% mahasiswa fakultas kedokteran mengalami stres tingkat sedang, dengan hampir seluruh mahasiswa menggunakan strategi coping berfokus pada emosi (91,1%). Hasil uji statistik didapatkan hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan strategi coping berdasarkan nilai *p-value* yaitu 0,016 (<0,05) dengan arah korelasi negatif.

Simpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan strategi coping dengan arah korelasi negatif. Dalam Islam telah diajarkan beberapa cara untuk mengelola stres diantaranya adalah ikhlas, sabar, tawakal, shalat dan berzikir.

Saran: mahasiswa, diharapkan mampu beradaptasi terhadap stresor dengan cara mengubahnya menjadi sebuah tantangan yang positif sehingga stres bisa diatasi dengan menggunakan strategi coping yang tepat.

Kata Kunci: Stres, strategi coping, mahasiswa kedokteran

¹Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas YARSI

²Staff Pengajar, Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

³Staff Pengajar, Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

⁴Staff Pengajar, Departemen Agama Islam, Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

**ASSOCIATION BETWEEN STRESS LEVEL AND IMPLEMENTATION OF
COPING STRATEGY AMONG STUDENTS AT FACULTY OF MEDICINE
YARSI UNIVERSITY VIEWED FROM MEDICINE AND ISLAM**

Veranisa Sacia¹, Citra FA², Nasrudin Noor³ Zuhroni⁴

ABSTRACT

Background: Prevalence of stress disorder among students in Indonesia is relatively high, reaching 36.7%-71.6%. Stress can lead to many negative impacts if it is not well-managed with effective solution. Coping mechanism is a way to overcome problems encountered in our daily life. In Islam, we are guided by Qur'an and Hadits which offer us solutions and one of which is to get closer to Allah SWT.

Objective: This study aimed to investigate the association between stress level and implementation of coping strategy among students at Faculty of Medicine YARSI University.

Methods: This study was an analytical quantitative study employing cross-sectional design. The study population was first, second, and third year medical students at Faculty of Medicine YARSI University. Study samples were obtained using stratified random sampling technique; the study involved 281 respondents. Several questionnaires were used as instruments for data collection. Data analysis was conducted using Pearson-Chi Square test.

Results: This study showed that 64.7% medical students at Faculty of Medicine YARSI University experienced moderate stress, with nearly all students implementing coping strategy focusing on their emotion (91.1%). Statistical analysis showed significant association between stress level and coping strategy with the p-value of 0.016 (<0.05).

Conclusion: There is significant negative correlation between stress level and coping strategy. In Islam, there are several ways to manage stress, including being sincere, being patient, praying, always trying and doing dhikr.

Recommendation: Students are expected to be able to adapt with new stressor and try to change their view and make it into a positive challenge so that it can be overcome using proper coping strategy.

Keywords: Stress, coping strategy, medical student

¹Student of YARSI University Faculty of Medicine

²Staff of YARSI University of Medicne

³Staff of YARSI University of Medicne

⁴Staff of Islamic Studies Department of YARSI University Faculty of Medicine