



Korelasi Tingkat Stres terhadap *Self Directed Learning Readiness* Mahasiswa Kedokteran Selama Pembelajaran Online

The Correlation of Stress Levels on Self Directed Learning Readiness of Medical Students During Online Learning

Afridatul Luailiyah^{1*}, Andi Citra Julianti A², Kamilia Dwi Utami³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Umum, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Afridatul Luailiyah. Email: afridatul@unissula.ac.id

Article Info

Article History:

Received : 18 Februari 2022

Accepted : 30 Juni 2022

Abstrak

Latar Belakang: Pandemi Covid-19 membawa perubahan besar dalam sistem pembelajaran. Adaptasi pembelajaran dari *offline* menjadi *online* membuat mahasiswa yang mengalami stres akademik menjadi semakin meningkat. Pembelajaran *online* membutuhkan banyak persiapan dalam berbagai aspek, sehingga jika tidak di persiapkan baik oleh mahasiswa dan dosen mengakibatkan meningkatnya stress dan menurunnya *self-efficacy*. Kesiapan belajar mandiri atau *Self directed learning readiness* merupakan komponen yang penting untuk membiasakan belajar sepanjang hayat di pendidikan kedokteran. Penelitian ini ingin mencari korelasi tingkat stress selama pandemi covid-19 dengan *Self Directed Learning Readiness* mahasiswa kedokteran.

Metode: Rancangan penelitian ini menggunakan studi observasional dengan desain *cross-sectional*. Seluruh mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung tahun kedua yang bersedia mengisi kuesioner di jadikan sebagai subjek penelitian. Mahasiswa yang tidak lengkap mengisi kuesioner dieksklusikan dari data penelitian. Kuesioner DASS (*Depression anxiety stress scales*) dan SDLRS (*Self directed learning readiness scale*) di bagikan secara *online* melalui aplikasi google form. Analisa statistik yang digunakan adalah uji korelasi *Spearman* untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan kesiapan belajar mandiri mahasiswa kedokteran.

Hasil: Hasil uji bivariat didapatkan nilai (p) 0,002 ($p < 0,05$) dan (r) -0,206, sehingga terbukti ada korelasi yang bermakna yang bersifat lemah dan memiliki nilai negatif antara tingkat stress terhadap kesiapan belajar mandiri mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran.

Kesimpulan: Semakin rendah tingkat stress maka mahasiswa semakin siap melakukan belajar mandiri dan semakin tinggi tingkat stress maka semakin rendah kesipaan mahasiswa dalam melakukan belajar mandiri selama pandemi covid-19.

Abstract

Background: The covid-19 pandemic brought major changes in the learning system. Adaptation of learning from *offline* to *online* makes students who experience academic stress increase. Online learning requires a lot of preparation in various aspects, so that if it is not prepared by both students and lecturers, it results in increased stress and decreased *self-efficacy*. *Self-directed learning readiness* is an important component to get used to lifelong learning in medical education. This study aimed to prove the correlation between stress levels during the covid-19 pandemic with medical students' *Self directed learning readiness*.

Kata Kunci:

stres;
self directed learning readiness;
pembelajaran *online*.

Keywords:

stress;
self directed learning readiness;
online learning.

Method: This research design used an observational study with a cross-sectional design. All medical students of Sultan Agung Islamic University in the second year who were willing to fill out the questionnaire were used as research subjects. Students who did not complete the questionnaire were executed from the research data. DASS (Depression anxiety stress scales) and SDLRS (self-directed learning readiness scale) questionnaires were distributed online through the google form application. The statistical analysis used is the Spearman correlation test to determine the relationship between stress levels and medical students' readiness for independent study. **Result:** The results of the bivariate test obtained a value of (p) 0.002 ($p < 0.05$) and (r) -0.206, so it was proven that there was a significant correlation that was weak and had a negative value between stress levels and readiness for independent study of first-year medical faculty students. **Conclusion:** The lower the stress level, the more ready students are to do independent study and the higher the stress level, the lower the student's readiness to do independent study during the covid-19 pandemic.

PENDAHULUAN

Persebaran virus covid -19 di seluruh dunia membuat pemerintah Indonesia membatasi pertemuan sosial dan perjalanan yang tidak penting. Pandemi covid-19 membawa perubahan di berbagai sektor kehidupan, termasuk sektor pendidikan. Sejak Pandemi covid -19 pembelajaran di pendidikan kedokteran berubah dari sistem pembelajaran *offline* menjadi pembelajaran *online*.¹ Pembelajaran *Online* memberikan tantangan tersendiri bagi semua pihak, karena membutuhkan aplikasi teknologi dan adaptasi dari seluruh pihak baik dosen maupun mahasiswa.² Perubahan ini mengakibatkan peningkatan tingkat stres akademik dan kecemasan pada mahasiswa selama pandemic covid-19.³

Metode pembelajaran kedokteran di Indonesia saat ini menerapkan *Student centered learning (SCL)* atau pembelajaran yang berpusat pada siswa dengan pendekatan *Problem based learning* yang memacu mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan *self directed learning* atau kemampuan belajar mandiri.⁴

Pembelajaran seumur hidup yang di terapkan di kurikulum fakultas kedokteran menuntut mahasiswa untuk memiliki *Self-directed learning readiness* dalam menghadapi pembelajaran.⁵ Interpretasi yang berbeda beda terkait kemampuan untuk melakukan *Self directed learning readiness*

(SDLR) membuat tingkat SDLR mahasiswa kedokteran di asia lebih rendah di bandingkan Eropa.^{6,7} Banyak aspek yang akan terpengaruh ketika kemampuan *Self-directed learning readiness* rendah antara lain: menurunnya kemampuan problem solving, *self-efficacy*, *critical thinking* dan motivasi dalam melakukan pembelajaran.⁸

Adaptasi pembelajaran dari *offline* menjadi *online* membuat mahasiswa yang mengalami stres akademik menjadi semakin meningkat.^{3,9} Pembelajaran *online* membutuhkan banyak persiapan dalam berbagai aspek, sehingga jika tidak di persiapkan baik oleh mahasiswa dan dosen mengakibatkan meningkatnya stres dan menurunnya *self-efficacy*.¹⁰

Kecemasan yang meningkat selama pelaksanaan pembelajaran *online* membuat performa mahasiswa dalam pembelajaran menjadi menurun.¹¹ Pendidikan kedokteran memiliki banyak kompetensi yang berkaitan dengan skill dan praktikum yang susah jika di laksanakan dalam bentuk *online*. Kondisi ini membuat mahasiswa berpotensi terhambat dalam penguasaan skill dalam bidang kedokteran.¹²

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa stres akademik berpengaruh terhadap level *Self directed learning readiness* mahasiswa di universitas yang berbasis sistem pembelajaran *online*.¹³ Motivasi belajar dan prestasi akademik dapat mengalami penurunan ketika *Self directed learning readiness* rendah

pada mahasiswa.¹⁴ *Self directed learning readiness* juga berpengaruh terhadap *critical thinking* dan efikasi diri mahasiswa.¹⁵ SDLR yang rendah juga akan menurunkan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah.¹⁶

Pandemi banyak membuat perubahan bagi mahasiswa baik dari tingkat stres, tingkat *self-efficacy* dan kemampuan kesiapan belajar mandiri. Maka penelitian ini ingin mengetahui seberapa besar korelasi stres terhadap *Self directed learning readiness* pada mahasiswa kedokteran selama pembelajaran *online*.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah seluruh mahasiswa kedokteran Universitas Islam Sultan Agung tahun kedua yang bersedia mengisi kuesioner dan kita akan melakukan ekslusi pada kuesioner yang tidak lengkap. Sebanyak 208 kuesioner di bagikan secara *online* melalui aplikasi google form dan hanya 194 kuesioner yang kembali. *Response rate* dari penelitian ini adalah 92,42%.

Self directed learning readiness scale (SDLRS) oleh Fisher di gunakan sebagai alat ukur untuk mengukur tingkat SDLRS mahasiswa tahun ke dua. Kuesioner SDLRS ini terdiri dari 40 item pertanyaan yang dinilai dengan skala likert dari 1-5. Nilai 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju, 5 = sangat setuju. Uji validitas terhadap SDLRS ini menunjukkan koefisien r minimal 0,268 dan reliabilitas memiliki nilai *Cronbach alpha* = 0,90 (7,17,18). Tingkat *Self directed learning readiness* dikategorikan menurut total skor menjadi siap melakukan *Self directed learning* jika skornya (>150) dan tidak siap melakukan *Self Directed Learning* jika skornya (\leq 150).

Alat ukur untuk stres pada penelitian ini adalah adalah *Depression, anxiety, and stress*

scale (DASS). DASS adalah kuesioner dirancang untuk mengukur 3 skala self report antara lain skala stres, skala kecemasan dan skala depresi. Pada penelitian ini hanya menggunakan skala stres. Skala stres berisi 14 item pertanyaan. Setiap item pertanyaan dinilai dengan skala likert 0-3. Nilai 0 = tidak pernah, 1 = kadang-kadang, 2 = sering, 3 = sering sekali. Uji validitas mempunyai koefisien r minimal 0,34 dan reliabilitas memiliki nilai *Cronbach alpha* = 0,93 (19). Kriteria stres pada penelitian ini: tidak stres dengan skor(0-14), stres ringan (15-18), stres sedang(19-25), stres berat(26-33) dan stres sangat berat (> 33).

Data kami tampilkan dalam bentuk deskripsi nilai frekuensi dan presentase. Uji korelasi *bivariate Spearman* digunakan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan *Self directed learning readiness*. Analisis statistik dilakukan dengan bantuan software SPSS versi 22,0. Peserta penelitian sebelumnya telah di lakukan *briefing* terkait tata cara pengisian kuesioner dan kemudian menandatangani lembar kesediaan.. Penelitian juga telah mendapat persetujuan dari Komite Bioetika Penelitian Kedokteran dan Kesehatan FK Unissula Semarang dengan nomor 284/VIII/2020/Komisi Bioetik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebanyak 194 mahasiswa menjadi responden penelitian ini dengan karakteristik ditunjukkan pada Tabel 1. Jumlah responden laki-laki lebih banyak di dibandingkan responden perempuan. Pada penelitian ini di dapatkan hasil bahwa mahasiswa lebih banyak merasa tidak stress dalam menghadapi perubahan pembelajaran dari *offline* menjadi *online*. Sebagian besar mahasiswa mempunyai kepercayaan diri yang kuat untuk menghadapi perubahan yang terjadi dalam sistem pendidikannya.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik		N=194	%
Jenis kelamin	Laki-laki	153	78,9
	Perempuan	41	21,1
Tingkat stress	Tidak Stres	117	60,3
	Stres Ringan	32	16,5
	Stres Sedang	27	13,9
	Stres berat	14	7,2
	Stres sangat berat	4	2,1
<i>Self-Directed Learning Readiness</i>	Tidak Siap	63	32,5
	Siap	131	67,5

Korelasi antara stress dan *Self Directed Learning Readiness* pada Tabel 2 memiliki nilai ($r=-0,268$) dan p -value (0,002) ini menunjukkan korelasi bermakna yang bersifat

lemah dan memiliki nilai negative. Hal ini berarti semakin meningkatnya tingkat stres maka semakin rendah tingkat *Self Directed Learning Readiness*.

Tabel 2. Korelasi Bivariat Stress terhadap Self Directed Learning Readiness

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)
Stres terhadap <i>Self Directed Learning Rediness</i>	-0,206	0,002

Penelitian ini di lakukan pada mahasiswa Fakultas kedokteran tahun kedua yang sudah pernah merasakan pembelajaran *offline* pada tahun pertama dan di tahun kedua terpaksa melakukan pembelajaran secara *online*. Fakultas Kedokteran Unissula menggunakan kurikulum *Problem based learning* (PBL) yang terbagi dalam beberapa modul. Setiap modul terdapat berbagai kegiatan antara lain: diskusi kelompok kecil yang terdiri dari 10-11 orang, kuliah pakar, praktikum di laboratorium, dan pelatihan *skill* laboratorium.

Beraneka ragam bentuk pembelajaran di lakukan demi tercapainya kompetensi sebagai seorang dokter menun-tut instutusi untuk melakukan perubahan baik dalam hal pembelajaran maupun dalam hal penilaian. Sebelum Pandemi *Covid-19* fakultas kedokteran Unissula belum pernah melakukan pembelajaran secara *online*. Situasi yang belum pernah terjadi sebelumnya ini menghadirkan sebuah kesempatan untuk mengevaluasi kurikulum pendidikan kedok-

teran, mengevaluasi keefektifan pembelajaran dan penilaian secara *online* dan merumuskan rancangan kurikulum dan pembelajaran yang akan di lakukan ketika kondisi pandemic ini terjadi kembali di masa depan.²⁰

Pembelajaran yang semula di lakukan dengan tatap muka semenjak pandemic *covid-19* semuanya berubah menjadi pembelajaran *online*. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung menggunakan aplikasi *Zoom* sebagai salah satu teknologi yang di gunakan untuk menunjang pembelajaran. Penilaianpun tetap di lakukan untuk menjamin ketercapain sasaran belajar. Penilaian yang bersifat *knowledge* di lakukan menggunakan *computer based* dengan sinkronisasi dan memanfaatkan aplikasi *zoom* sebagai salah satu cara untuk mengontrol mahasiwa ketika melaksanakan ujian.

Mahasiswa Fakultas kedokteran Unissula tersebar di seluruh penjuru Indonesai. Konektivitas tiap daerah sangat berbeda-beda. Pelaksanaan pembelajaran dan penilaian

secara *online* sangat bergantung pada konektivitas di tiap daerah. Konektivitas yang tidak stabil menimbulkan tantangan dan kecemasan tersendiri baik bagi mahasiswa maupun dosen.¹²

Stres merupakan salah satu faktor yang berkorelasi negatif dengan tingkat *Self directed learning readiness* mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat stres yang rendah maka lebih siap dalam melakukan belajar mandiri. Stres merupakan situasi dimana tuntutan yang di hadapi baik dari faktor eksternal maupun internal melebihi batas kemampuan adaptasi seseorang.²¹ Stres di bagi menjadi lima tingkatan yaitu: stres normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. Stres yang semakin meningkat mempengaruhi motivasi untuk menjalani hidup dan pasrah terhadap kondisi yang terjadi pada dirinya.²² Stres yang terjadi pada mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain: jenis kelamin, kondisi fisik, tipe kepribadian, stresor akademik, kondisi keuangan, teman, dosen dan orang tua.²³ Perempuan, kondisi kesehatan yang tidak baik, tipe kepribadian kompetitif, hubungan yang kurang baik dari orang tua, teman dan dosen, stresor akademik yang tinggi memiliki kecenderungan untuk lebih sering terkena stres.²⁴

Stres pada mahasiswa kedokteran dengan perubahan sistem *online* di pengaruhi oleh beberapa hambatan yang di temukan untuk mahasiswa di negara berkembang antara lain: kesulitan menyesuaikan gaya belajar, harus melaksanakan tanggung jawab di rumah, dan komunikasi yang buruk antara pendidik dan peserta didik.²⁰ Stres akademik yang tidak diatasi dengan baik oleh mahasiswa akan menimbulkan akumulasi stresor yang berdampak pada penurunan kemampuan untuk beradaptasi, gagal bertahan, dan mengakibatkan kemunduran dalam belajar.²⁵

Stresor ini akan menyebabkan stres yang merupakan masalah psikologis. Masalah psikologis merupakan salah satu karakteristik personal yang merupakan

faktor yang dapat berpengaruh terhadap *Self directed learning readiness*.²⁶

Sistem pembelajaran berpusat pada siswa atau (*Student center learning*) maka fakultas dan dosen memainkan peranan penting dalam mengatasi tantangan selama pandemic COVID -19 (20). Pembelajaran *online* selama pandemi covid-19 membuat beberapa mahasiswa mengalami stres. Stres akademik mempengaruhi kualitas pendidikan, sehingga dibutuhkan pengembangan program untuk mengurangi stres akademik dan meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam melakukan belajar mandiri.²⁷ Dukungan dari teman, hubungan baik dengan dosen, tidak terdapat masalah dengan keluarga menjadi beberapa faktor yang dapat mengurangi stres dan memotivasi mahasiswa dalam belajar.⁷ Penelitian yang di lakukan oleh Heo yang menyatakan adanya korelasi negatif antara tingkat stres dan tingkat *Self directed learning readiness*. Mahasiswa dengan tingkat stres akademik rendah, memiliki kesiapan belajar mandiri yang tinggi.²⁸

KESIMPULAN

Terdapat korelasi lemah dan bersifat negatif antara stres dan *Self directed learning readiness* pada mahasiswa kedokteran selama pembelajaran *online*. Mahasiswa dengan tingkat stres akademik rendah, memiliki kesiapan belajar mandiri yang tinggi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unissula tingkat dua atas partisipasi dalam penelitian ini. Terimakasih kepada Universitas Islam Sultan Agung atas bantuan dana dalam pembuatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kakadia R, Chen E, Ohshima H. Implementing an *online* osce during the covid-19 pandemic. *J Dent Educ*. 2021;85(1):1006-1008.

2. Patil NG, Chan Ho Yan Y. Sars and its effect on medical education in hong kong. *Med Educ.* 2003;37(12):1127-8.
3. Harahap ACP, Harahap DP, Harahap SR. Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa covid-19. *Biblio Couns J Kaji Konseling dan Pendidik.* 2020;3(1):10-4.
4. Rukmini E. Mengapa pbl (masih) diperdebatkan di fakultas kedokteran. *J Pendidik Kedokt Indones.* 2012; 1(2): 11-17.
5. Shadiqin AF, Lestari SMP, Setiawati OR. Hubungan motivasi belajar dengan tingkat self directed learning readiness (sdlr) pada mahasiswa pendidikan sarjana kedokteran angkatan 2013 di universitas malahayati. 2016;3(1).
6. Meity N, Prihatiningsih TS, Suryadi E. Penerapan *self-directed learning* melalui sistem pbl pada mahasiswa fakultas kedokteran di asia : suatu kajian literatur. *J Pendidik Kedokt Indones.* 2017;6(3): 133-40.
7. Nyambe H, Rahayu GR, Harsono. Faktor-faktor yang mempengaruhi self directed learning readiness pada mahasiswa tahun pertama, kedua, dan ketiga di fakultas kedokteran universitas hasanuddin dalam pbl. *J Pendidik Kedokt Indones.* 2016; 5(2) :67-77.
8. Faizah SRI, Pamungkasari EP, Randita ABT. Hubungan antara self-directed learning readiness (sdlr) dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas sebelas maret. *Nexus Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan.* 2016; 5(1): 20-32.
9. Livana PH, Mubin MF, Basthomi Y. Penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa.* 2020;3(2):203-8.
10. Alemany-Arrebola I, Rojas-Ruiz G, Granda-Vera J, Mingorance-Estrada AC. Influence of covid-19 on the perception of academic self-efficacy, state anxiety, and trait anxiety in college students. *Front Psychol.* 2020;11:1-7.
11. Unger S, Meiran W. Student attitudes towards *online* education during the covid-19 viral outbreak of 2020: distance learning in a time of social distance. *Int J Technol Educ Sci.* 2020; 4(4):256-66.
12. Franchi T. The impact of the covid-19 pandemic on current anatomy education and future careers: a student's perspective. *Anat Sci Educ.* 2020; 13 (3):312-5.
13. Heo JC, Han S. Effects of motivation, academic stress and age in predicting self-directed learning readiness (sdlr): focused on *online* college students. *Educ Inf Technol.* 2018;23(1):61-71.
14. Triastuti NJ, editor. The relationship of self-directed learning readiness and learning motivation towards learning achievement of first year medical students. Proceeding of the 2nd international conference on science, technology, and humanity. 2016.
15. Turan MB. The impact of self-directed learning readiness on critical thinking and self- efficacy among the students of the school of physical education and sports. *Int J High Educ.* 2018;7(6):98-105.
16. Luo R, Zhang X, Zhang C, Liu Y. Impact of self-directed learning readiness and learning attitude on problem-solving ability among chinese undergraduate nursing students. *Front Nurs.* 2019; 6 (2):143-50.
17. Marbun APS, Arneliwati, Amir Y. Faktor- faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa program transfer keperawatan yang sedang menyusun skripsi. *J. Online Mahasiswa Perpustakaan Fakultas Keperawatan UNRI.* 2018:446-459
18. Fisher M, King J, Tague G. Development of a self-directed learning readiness scale for nursing education. *Nurse Educ Today.* 2001;21:516-25.
19. Lovibond, S.H, Lovibond PF. Manual for the depression anxiety stress scales. 2nd ed. Sydney: Psychology Foundation;

- 1995.
20. Baticulon RE, Sy JJ, Alberto NRI, Baron MBC, Mabulay REC, Rizada LGT, et .al . Barriers to *online* learning in the time of *covid-19* : a national survey of medical students in the philip-pines. *Medical Science Educator*. 2021(31):615-626.
 21. Sarina NY. Hubungan antara stres akademik dan *psychological well being* pada mahasiswa tahun pertama universitas indonesia. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia.
 22. Afrian A. 2014. Hubungan tingkat stres dengan strategi koping pada pasien gagal ginjal kronik yang menghadapi terapi hemodialis di rsud dr. r. goeteng taroenadibrata purbalingga. [Skripsi]. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwekerto.
 23. Sutjiato M, Kandou GD, Tucunan AAT. Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas sam ratulangi manado. *JIKMU*. 2015;5(1):30-42.
 24. Atziza R. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stres dalam pendidikan kedokteran rossadea. *J Agromed Unila*. 2015;2(3):317–20.
 25. Ahmada D. 2014. Hubungan antara tingkat stres dan *self directed learning* readiness (sdlr) pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas mataram. [Skripsi]. Mataram: Universitas Mataram.
 26. Gunanegara RF, Wahid MH, Widyahening IS. Perbandingan karakteristik mahasiswa, motivasi diri, dan kesiapan penerapan *self directed learning* pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas kristen maranatha. *J Med Heal*. 2017; 1(5): 456–69.
 27. KIM E-H. Relationship of academic stress, sociality and self-directed learning in nursing students. *J Korea Acad Coop Soc*. 2016;17(5):498–505.
 28. Heo J, Han S. Effects of motivation , academic stress and age in predicting self-

directed learning readiness (sdlr): focused on *online* college students. *Education and Information Technologies*. 2018;23:61-71.