

**STUDI MENGENAI DERAJAT STRES DAN *COPING*  
STRATEGY PADA KOAS FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI  
UNIVERSITAS PADJADJARAN ANGKATAN 2009**

RAHAYU AGUSTINA

**ABSTRACT**

Program Pendidikan Profesi Dokter Gigi cenderung menimbulkan stres pada koas yang sedang menjalaninya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran derajat stres yang dialami oleh koas, *coping strategy* yang digunakan oleh koas, dan dinamika antar keduanya. Responden penelitian (N=62) ialah koas Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran angkatan 2009. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum derajat stres yang dialami responden berada di derajat yang sedang (66.1%) sedangkan beberapa responden penelitian berada di derajat stres yang tinggi (30.6%) dan derajat stres yang rendah (3.2). Adapun situasi yang membuat mereka tertekan selama menjalani koas diantara lain *self-efficacy beliefs* (32.26%), *time constraints* (25.81%), *clinical training* (20.97%), dan *workload* (20.97%). Mayoritas responden penelitian menggunakan *problem focused problem* (53.2%) dibandingkan *emotion focused problem* (46.8%) sebagai *coping strategy* mereka. Terdapat perbedaan penilaian situasi serta pilihan *coping strategy* pada tiap responden ini memunculkan kekhasan tersendiri khususnya pada responden dengan derajat stres yang tinggi. Responden dengan derajat stres yang tinggi menilai bahwa situasi terkait *clinical training* adalah situasi yang paling membuat mereka tertekan. *Emotion focused problem* sendiri merupakan *coping strategy* yang lebih dominan digunakan oleh mereka.

**Kata-kata kunci:** stres, derajat stres, *coping strategy*, *self efficacy beliefs*, *clinical training*

## PENDAHULUAN

Penelitian mengenai stres pada mahasiswa sarjana maupun profesi kedokteran gigi telah dilakukan sejak tahun 1980. Stres yang muncul di kalangan mahasiswa kedokteran gigi dipicu oleh prosedur pendidikan yang kompleks dan penuh dengan tuntutan (Divaris, et al. 2008). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Murphy *et al.* (2008) menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran gigi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran. Bahkan mahasiswa kedokteran gigi menunjukkan perkembangan yang negatif dari tahun pertama hingga tahun kelima terkait dengan stres dan *burnout* (Gorter, *et al.*, 2007).

Mahasiswa kedokteran gigi tahun kelima harus menjalani masa studi pendidikan profesi dan difokuskan untuk melakukan kerja klinik demi mencapai kompetensi dokter gigi yang sesuai dengan standar. Gorter *et al.* (2007) menemukan bahwa sindrom *burnout* akibat stres selama menjalani masa studi pendidikan profesi mulai muncul pada tahun kelima.

Pada tahun kelima mahasiswa harus menjalani masa studi pendidikan profesi, mahasiswa pendidikan profesi atau koas FKG Unpad harus menyelesaikan beban studi 30 sks dalam waktu maksimal 6 semester. Mereka harus melakukan praktik klinik untuk memenuhi tuntutan *requirements*. Tak jarang segala hal dilakukan agar *requirements* dapat terpenuhi dengan cepat, salah satunya adalah mencari pasien yang sesuai dengan *requirements* hingga membayarkan biaya pengobatan/perawatan gigi pasien.

Pemenuhan *requirements* merupakan salah satu bentuk situasi yang harus dihadapi oleh seorang koas. Berdasarkan pengambilan data pada 10 koas FKG Unpad angkatan 2009, situasi tersebut 100% dirasakan membebani mereka (membuat mereka stres). Stres menurut Lazarus & Folkman (1984) terjadi apabila hubungan antara individu dan lingkungannya dinilai oleh individu sebagai hal yang sangat membebani hidup atau melebihi sumber daya yang dimilikinya, serta membahayakan kesejahteraannya. Namun tidak semua situasi dirasakan sama oleh seluruh koas FKG Unpad angkatan 2009. Hal ini menunjukkan adanya variasi penilaian akan situasi menekan yang harus mereka hadapi selama masa studi pendidikan profesi. Lazarus & Folkman (1984) mengatakan bahwa setiap orang memiliki penilaian kognitif yang berbeda-beda terhadap situasi yang dapat menimbulkan stres, dan hal ini disebut dengan *cognitive appraisal*. *Cognitive appraisals* ini muncul dalam dua langkah yakni *primary appraisals* dan *secondary appraisals*. Perbedaan ini juga berpengaruh pada penggunaan strategi penanggulangan stres yang dilakukan oleh koas FKG Unpad angkatan 2009, apakah mereka cenderung menggunakan *problem focused coping* atau *emotion focused coping*.

Berdasarkan pemaparan fenomena dan penelitian sebelumnya, maka dalam peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran derajat stres yang dialami koas FKG Unpad angkatan 2009 beserta *coping strategy* yang digunakan. Selain itu, peneliti akan melihat dinamika *coping strategy* yang digunakan oleh koas berdasarkan derajat stres yang mereka alami.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *non-eksperimental* dengan menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan gejala-gejala yang terjadi pada masa itu. Pemaparan dari hasil temuannya dilakukan secara sistematis dengan menekankan pada data faktual (Sandjaja, 2006). Metode penelitian deskriptif kuantitatif ini digunakan untuk mengetahui deskripsi derajat stres dan *coping strategy* pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran angkatan 2009.

### *Partisipan*

Subjek penelitian ini adalah Koas Fakultas Kedokteran Gigi angkatan 2009 dengan populasi 98 orang. Berdasarkan hasil perhitungan sampel dengan menggunakan rumus Slovin, minimal sampel yang diambil adalah 49 orang. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan jumlah subjek penelitian yang bersedia mengikuti penelitian sebanyak 62 orang.

### *Pengukuran*

Pengukuran variabel derajat stres pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner bernama *The Dental Environment Stressor 30-Sp* (DES30-Sp) rumusan Divaris et al (2008) yang diadaptasi. Kuesioner ini terdiri dari 57 item pernyataan yang terbagi atas 4 kategori yakni;

(1) *clinical training* (2) *time constraints* (3) *workload* (4) *self-efficacy beliefs* yang dapat digunakan untuk mengetahui gambaran derajat stres subjek penelitian.

motivasi fungsional dan 18 pernyataan pada bagian kedua (*volunteering outcomes*) yang dapat digunakan untuk mengetahui untuk mengetahui kepuasan dan intensi jangka panjang.

Pengukuran variable *coping strategy* pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner bernama *The Ways of Coping* rumusan Lazarus & Folkman (1985) yang diadaptasi. Kuesioner ini terdiri dari 54 item pernyataan yang terbagi atas 2 dimensi yakni; (1) *problem focused coping* (2) *emotion focused coping* yang dapat digunakan untuk mengetahui strategi mana yang lebih dominan digunakan oleh subjek penelitian.

## HASIL

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis pembahasan mengenai derajat stres serta *coping strategy* Koas Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran angkatan 2009, diperoleh hasil sebagai berikut:

- a. Secara keseluruhan, mayoritas Koas FKG Unpad angkatan 2009 mengalami stres pada derajat sedang. Artinya, mayoritas mahasiswa berada pada tahap yang normal. Mereka menilai situasi selama menjalani masa studi pendidikan profesi sebagai sesuatu hal yang wajar, bisa membuat mereka tertekan bisa juga tidak merasa tertekan.

Karena stres tidak selamanya bersifat negatif, stres juga bisa menjadi *challenge* (tantangan) untuk menyelesaikan masa studi mereka.

- b. Mayoritas responden merasa bahwa situasi yang paling membuat mereka tertekan selama menjalani masa studi pendidikan profesi adalah keyakinan akan kemampuan diri yang rendah.
- c. Pada responden dengan derajat stres rendah dan tinggi, keempat faktor determinan munculnya derajat stres memiliki selisih yang kecil, sehingga dapat dikatakan bahwa faktor *clinical training*, *time constraint*, dan *self-efficacy belief* hampir seimbang mempengaruhi terbentuknya derajat stres baik itu rendah maupun tinggi. Sedangkan pada responden dengan derajat stres sedang, faktor *self-efficacy belief* lah yang paling sering menjadi faktor determinan munculnya stres pada mereka.
- d. Secara umum, selisih penggunaan *problem focused coping* dan *emotion focused coping* tidak jauh berbeda. Artinya, penggunaan *coping strategy* yang dilakukan oleh responden ini disesuaikan dengan sumber daya dan pilihan *coping* yang ada dalam diri mereka.
- e. Pada responden yang dominan menggunakan *problem focused coping* cara spesifik yang sering dilakukan adalah *confrontative coping*, kecenderungan memunculkan perilaku agresi untuk menyelesaikan masalah. Sedangkan pada responden yang dominan menggunakan *emotion focused problem*, mereka lebih sering berupaya untuk melepaskan diri dari situasi yang mereka hadapi (*distancing*).

- f. Responden dengan derajat stres yang rendah dan tinggi lebih dominan menggunakan *emotion focused problem* untuk menanggulangi situasi menekan yang mereka hadapi selama masa studi pendidikan profesi. Sedangkan responden dengan derajat stres yang sedang lebih dominan menggunakan strategi *problem focused coping*.

## DAFTAR PUSTAKA

### Sumber Buku

- Anastasi, Anne; Urbina, Susan. 1997. *Psychological Testing* 7<sup>th</sup> edition. New Jersey: Prentice-Hall International, Inc.
- Christensen, Larry B. 2007. *Experimental Methodology* 10<sup>th</sup> edition. New York: Pearson Education, Inc.
- Folkman, Susan. 1985. *The Ways of Coping revised*. San Francisco: University of California
- Lazarus R., & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Masyuri; Zainuddin, M. 2008. *Metodologi Penelitian – pendekatan praktis dan aplikatif*. Bandung : Refika Aditama.
- Nolen-Hoeksema, S., *et al.* 2009. *Atkinson & Hilgard's Introduction to Psychology* 15<sup>th</sup> edition. Hampshire: Wadsworth Cengage Learning.
- Sandjaja, B.; Heriyanto, Albertus. 2006. *Panduan Penelitian*. Jakarta : Prestasi Pustaka.

Sugiyono, Prof. Dr. 2008. Statistik Nonparametris: Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta

Taylor, Shelley E. 2009. Health Psychology 7<sup>th</sup> edition. New York: McGraw Hill.

Tim Penyusun. 2011. Pedoman Penyusunan dan Penulisan Skripsi Program Sarjana Universitas Padjadjaran. Bandung: Universitas Padjadjaran.

### **Sumber Skripsi**

Amalia, Fadhilah. 2013. Studi Deskriptif mengenai Derajat Stres dan *Coping Stress* pada *Incarcerated Mothers* di Lembaga Perasyarakatan Wanita Kelas IIA. Skripsi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi : Universitas Padjadjaran.

Lestari, Rosmelia Ayu. 2013. Tingkat Stres Mahasiswa Program Sarjana Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran dengan Strategi Pembelajaran *Student-Centered Learning*. Skripsi Sarjana Kedokteran gigi Fakultas Kedokteran Gigi : Universitas Padjadjaran.

Ramadhani, Dewi. 2007. Studi Perbandingan Eksplorasi dan Komitmen dalam Area Pekerjaan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran. Skripsi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi : Universitas Padjadjaran.

### **Jurnal Online**

Divaris, K., *et al.* 2008. The academic environment: the students' perspective. Eur J Dent Educ 12 : 120 – 130.

Divaris, K., *et al.* 2014. Extracurricular Factors Influence Perceived Stress in a Large Cohort of Colombian Dental Students. Jurnal of Dental Education.

- Fonseca, J., *et al.* 2012. Perceived sources of stress amongst Chilean and Argentinean Dental Students. *European Journal of Dental Education* ISSN 1396-5883.
- Garbee, W.H., *et al.* 1980. Perceived sources of stress among dental student. *J Am Dent Assoc* 1980: 100: 853-857.
- Gorter, R., *et al.* 2007. Psychological stress and health in undergraduate dental students: fifth year outcomes compared with first year baseline results from five European dental schools. *European Journal of Dental Education* ISSN 1396-5883
- Murphy, Robert J., *et al.* 2008. A comparative study of professional student stress. *Journal of Dental Education* Volume 73, Number 3.

### **Artikel Online**

- Maulana, Arief. 2013. Tahun 2013, FKG Unpad menjadi fakultas kedokteran gigi terfavorit se-Indonesia. Tersedia online di <http://www.unpad.ac.id/2013/09/tahun-2013-fkg-unpad-menjadi-fakultas-terfavorit-se-Indonesia/> diakses pada tanggal 4 Januari 2014, pukul 10.02 WIB
- Tim SPM Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran. 2010. Kebijakan Akademik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran 2010. Jatinangor: Universitas Padjadjaran. Tersedia online di <http://fkg.unpad.ac.id/akademik> diakses pada hari Selasa, 18 Desember 2013 pukul 14.41 WIB.