

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING TERHADAP TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
ANGKATAN 2018-2020**



SKRIPSI

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S. Ked)

Oleh:
SHAFA ALMIRA
NIM 702018097

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN MEKANISME KOPING TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG ANGKATAN 2018-2020

Dipersiapkan dan disusun oleh
Shafa Almira
NIM: 702018097

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S. Ked)

Pada tanggal 28 Januari 2022

Mengesahkan



dr. Ardi Artanto, M.K.K., Sp. Ok.
Pembimbing Pertama



dr. Fadillah, Sp. PA.
Pembimbing Kedua

Dekan
Fakultas Kedokteran



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menerangkan bahwa:

1. Skripsi Saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang, maupun Perguruan Tinggi Lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi ini.

Palembang, 28 Januari 2022

Yang membuat pernyataan



(Shafa Almira)

NIM 702018097

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Dengan penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul: “*Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020*” Kepada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK-UM Palembang), Saya:

Nama : Shafa Almira
NIM : 702018097
Program Studi : Pendidikan Kedokteran
Fakultas : Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, setuju memberikan pengalihan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah dan *softcopy* diatas kepada FK-UM Palembang. Dengan hak tersebut, FK-UMP berhak menyimpan, mengalih-media/formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK-UMP untuk menentukan salah satu Pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggungjawab Saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang
Pada tanggal : 28 Januari 2022

Yang Menyetujui,



(Shafa Almira)

NIM 702018097

ABSTRAK

Nama : Shafa Almira
Program Studi : Kedokteran
Judul : Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020

Stres merupakan keadaan yang sering ditemukan dan sulit dihindari di kehidupan sehari-hari yang dipicu oleh stresor baik ekstrinsik dan/atau intrinsik. Pengaruh stresor pasti berbeda-beda pada setiap mahasiswa kedokteran terkait dengan tingkatan semester yang mempengaruhi perbedaan tingkat stres yang dialami. Perbedaan tingkat stres tersebut mungkin dipengaruhi oleh mekanisme coping. Mekanisme coping adalah upaya seseorang untuk menyelesaikan masalah, beradaptasi serta respon terhadap stres. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan mekanisme coping dan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan desain penelitian *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020 yang berjumlah 321 mahasiswa dengan sampel yang diambil sebanyak 84 orang responden yang diperoleh dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen pengukuran yang digunakan berupa kuesioner *Brief Cope Scale* untuk mekanisme coping dan kuesioner DASS-42 untuk tingkat stres yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji statistik dengan uji korelasi *Spearman* didapatkan $P\text{-value} = 0,000$ dan koefisien korelasi $-0,457$. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan mekanisme coping terhadap tingkat stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020 dengan arah korelasi negatif dan dengan kekuatan korelasi sedang.

Kata kunci : Mekanisme coping, mahasiswa kedokteran, tingkat stres

ABSTRACT

Name : Shafa Almira
Study Program : Medical
Title : The Correlation Between Coping Mechanisms And Stress Levels In Students Of The Medicine Faculty On Muhammadiyah Palembang University 2018-2020 Generation

Stress is a condition that is often found and difficult to avoid in everyday life which is triggered by both extrinsic and/or intrinsic stressors. The effect of stressors must be different for each medical student related to the semester level which affects the different levels of stress experienced. The difference in stress levels may be influenced by coping mechanisms. Coping mechanisms are a person's efforts to solve problems, adapt and respond to stress. The purpose of this study was to determine the correlation between coping mechanisms and stress levels in students of the Medicine Faculty on Muhammadiyah Palembang University 2018-2020 generation. This type of research is an analytic observational study with a cross-sectional research design. The population in this study were 2018-2020 generation students of the Medicine Faculty on Muhammadiyah Palembang University, which amounted to 321 students with a sample of 84 respondents obtained using the proportionate stratified random sampling technique. The measurement instruments used were the Brief Cope Scale questionnaire for coping mechanism and the DASS-42 questionnaire for stress level which had been tested for validity and reliability. The results of statistical tests with Spearman correlation test obtained P -value = 0.000 and correlation coefficient -0.457. The conclusion in this study is that there is a correlation between coping mechanisms and stress levels in students of the Medicine Faculty on Muhammadiyah Palembang University 2018-2020 generation with a negative correlation direction and a moderate correlation strength.

Keyword : Coping mechanism, medical student, stress levels

KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Ardi Artanto, M.K.K., Sp. Ok. dan dr. Fadillah, Sp. PA. selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan laporan skripsi ini;
2. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan;
3. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
4. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membala segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, 28 Januari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I. PENDAHULUAN

1.1	Latar Belakang.....	1
1.2	Rumusan Masalah	3
1.3	Tujuan Penelitian	3
	1.3.1 Tujuan Umum	3
	1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4	Manfaat Penelitian	4
	1.4.1 Manfaat Teoritis	4
	1.4.2 Manfaat Praktisi	4
1.5	Keaslian Penelitian	4

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

II. PENJELASAN PUSTAKA	8
2.1 Landasan Teori	8
2.1.1 Koping	8
2.1.1.1 Definisi Koping	8
2.1.1.2 Fungsi Koping	8
2.1.1.3 Fisiologi Koping	8
2.1.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Koping	9
2.1.1.5 Macam-Macam Koping	10
2.1.1.6 Mekanisme Koping	12
2.1.1.7 Metode Koping	15
2.1.1.8 Fleksibilitas Koping	16
2.1.2 Stres	17
2.1.2.1 Definisi Stres	17
2.1.2.2 Fisiologi Stres	17
2.1.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Stres	22
2.1.2.4 Penyebab Stres (Stresor)	25
2.1.2.5 Tipe Stres	29
2.1.2.6 Gejala Stres	29
2.1.2.7 Tahapan Stres	30
2.1.2.8 Tingkatan Stres	33
2.1.2.9 Adaptasi Stres	34

2.1.2.10	Dampak Stres	37
2.1.2.11	Pedoman atau Kriteria Diagnostik Stres	43
2.1.3	Hubungan Mekanisme Koping dan Tingkat Stres	46
2.1.4	Mekanisme Koping dan Tingkat Stres dalam Islam	49
2.2	Kerangka Teori	51
2.3	Kerangka Konsep.....	52
2.3	Hipotesis	52
2.3.1	Hipotesis Null (H0)	52
2.3.2	Hipotesis Alternatif (H1)	52

BAB III. METODE PENELITIAN

3.1	Jenis Penelitian	53
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	54
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	54
3.3.1	Populasi Penelitian	54
3.3.1.1	Populasi Target	54
3.3.1.2	Populasi Terjangkau	54
3.3.1.3	Besar Populasi Penelitian	54
3.3.2	Sampel Penelitian	54
3.3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	55
3.3.3.1	Kriteria Inklusi	55
3.3.3.2	Kriteria Eksklusi	55
3.3.4	Cara Pengambilan Sampel	55
3.4	Variabel Penelitian	57
3.4.1	Variabel Dependen.....	57
3.4.2	Variabel Independen	57
3.5	Definisi Operasional	58
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	59
3.6.1	Kuesioner <i>Brief Cope Scale</i>	61
3.6.1.1	Uji Validitas	61
3.6.1.2	Uji Reliabilitas	64
3.6.2	Kuesioner DASS 42	64
3.6.2.1	Uji Validitas	64
3.6.2.2	Uji Reliabilitas	66
3.7	Cara Pengumpulan Data	66
3.7.1	Mekanisme Koping	67
3.7.2	Tingkat Stres	69
3.7	Rencana Cara Pengolahan dan Analisis Data	70
3.7.1	Cara Pengolahan Data	70
3.7.2	Cara Analisis Data.....	70
3.7.2.1	Analisis Univariat	70
3.7.2.2	Analisis Bivariat	71
3.8	Alur Penelitian.....	71
3.9	Rencana Kegiatan	72
3.10	Anggaran	73

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambaran Umum Penelitian	75
4.2	Hasil	75
4.2.1	Analisis Univariat	75
4.2.2	Analisis Bivariat	81
4.3	Pembahasan	82
4.3.1	Gambaran Karakteristik Responden Penelitian	82
4.3.2	Gambaran Mekanisme Koping Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020	83
4.3.3	Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Uni- versitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020....	87
4.3.4	Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tingkat Stres pada Ma- hasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Pale- mbang Angkatan 2018-2020	92
4.4	Keterbatasan Penelitian	95

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1	Kesimpulan	96
5.2	Saran	97

DAFTAR PUSTAKA 99**LAMPIRAN** 105**BIODATA RINGKAS ATAU RIWAYAT HIDUP** 144

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian	4
Tabel 2.1	Faktor yang Mempengaruhi Koping	9
Tabel 2.2	Macam-Macam Koping	10
Tabel 2.3	Strategi Koping	11
Tabel 2.4	Kategori Utama Koping	12
Tabel 2.5	Skala Brief COPE	13
Tabel 2.6	Metode Koping	15
Tabel 2.7	Sistem Limbik	18
Tabel 2.8	<i>Local Adaptation Syndrome (LAS)</i>	21
Tabel 2.9	<i>General Adaptation Syndrome (GAS)</i>	21
Tabel 2.10	Stresor	26
Tabel 2.11	Tipe Stres	29
Tabel 2.12	Gejala Stres	29
Tabel 2.13	Tahapan Stres	30
Tabel 2.14	Tingkatan Stres Berdasarkan Gejala	33
Tabel 2.15	Indikator Fisiologi Stres	35
Tabel 2.16	Adaptasi Stres	36
Tabel 2.17	Dampak Stres	37
Tabel 2.18	Respon Tubuh Akibat Stres	38
Tabel 2.19	Efek Destruktif dari Stres	40
Tabel 2.20	Pedoman Diagnostik Berdasarkan PPDGJ-III	43
Tabel 2.21	Kriteria Diagnostik DSM-IV-TR	44
Tabel 3.1	Desain Penelitian	53
Tabel 3.2	Penentuan Sampel	57
Tabel 3.3	Definisi Operasional	58
Tabel 3.4	Klasifikasi Pertanyaan <i>Brief Cope Scale</i>	68
Tabel 3.5	Klasifikasi Mekanisme Koping <i>Brief Cope Scale</i>	69
Tabel 3.6	Klasifikasi Pertanyaan <i>Depression Anxiety Stress Scale 42</i>	69
Tabel 3.7	Rencana Kegiatan	72
Tabel 3.8	Anggaran	73
Tabel 4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Usia	76
Tabel 4.2	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	76
Tabel 4.3	Distribusi Responden Berdasarkan Tahun Angkatan	76
Tabel 4.4	Distribusi Mekanisme Koping Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020 Berdasarkan <i>Brief Cope Scale</i>	77
Tabel 4.5	Distribusi Mekanisme Koping Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Berdasarkan Tahun Angkatan	78
Tabel 4.6	Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Berdasarkan <i>Depression Anxiety Stress Scale 42</i> (DASS-42)	79
Tabel 4.7	Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Berdasarkan Tahun Angkatan	80

Tabel 4.8	Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tingkat Stres dengan Uji <i>Spearman</i>	81
Tabel 4.9	Interpretasi Koefisien Korelasi	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Sistem Limbik	17
Gambar 2.2	Efek Stres Psikologis	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Penjelasan	105
Lampiran 2	Lembar Persetujuan.....	107
Lampiran 3	Kuesioner Penelitian	108
Lampiran 4	Data Responden	113
Lampiran 5	Dokumentasi	116
Lampiran 6	Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	118
Lampiran 7	Data Hasil SPSS	135
Lampiran 8	<i>Ethical Clearance</i>	139
Lampiran 9	Surat Izin Penelitian	140
Lampiran 10	Surat Keterangan Selesai Penelitian	141
Lampiran 11	Kartu Aktivitas Bimbingan Proposal Skripsi	142
Lampiran 12	Kartu Aktivitas Bimbingan Skripsi	143

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan keadaan yang sering ditemukan dan sulit dihindari di kehidupan sehari-hari. Stres adalah kondisi psikologis yang dipengaruhi lingkungan dan berdampak pada perilaku dan emosi (Priscilla et al, 2020). Stres adalah suatu kondisi yang mengancam homeostasis yang dipicu oleh stresor baik ekstrinsik dan/atau intrinsik yang dilawan oleh serangkaian respon fisiologis dan perilaku yang bertujuan untuk mempertahankan atau memulihkan keseimbangan optimal tubuh dalam kondisi eustasis (Tsigos et al, 2020). Stres merupakan kondisi universal yang dialami oleh setiap manusia, termasuk mahasiswa. Mahasiswa diberbagai tingkatan semester pasti pernah mengalami stres dengan tingkatan stres yang berbeda-beda tergantung kondisi kesehatan jiwa mereka.

Berdasarkan data *World Health Organization*, sebesar 4,4% atau 322 juta populasi global yang setengahnya merupakan populasi di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat mengalami depresi. Sebesar 3,6% atau 264 juta populasi global mengalami gangguan kecemasan. Berdasarkan data tersebut, Indonesia berada di peringkat kedua dari 11 negara di Asia Tenggara dengan depresi sebanyak 9.162.886 sedangkan gangguan kecemasan sebanyak 8.114.774 (WHO, 2017). Dari populasi dunia, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, 20 juta orang menderita skizofrenia dan gangguan psikosis lainnya serta 50 juta orang menderita demensia (WHO, 2019). Dari segi keragaman biologis, psikologis, sosial dan demografis di Indonesia, jumlah kasus gangguan jiwa terus meningkat yang berdampak pada produktivitas manusia (IDI, 2017). Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional Tahun 2018 di Indonesia, sebanyak 6,7% mengalami skizofrenia, 6,1% mengalami depresi dan 9,8% mengalami gangguan mental emosional. Di provinsi Sumatera Selatan, tepatnya di Kota Palembang, sebanyak 10,19%

penduduk mengalami skizofrenia, 2,60% mengalami depresi dan 4,24% mengalami gangguan mental emosional (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 di provinsi Sumatera Selatan, kejadian depresi dan gangguan mental emosional lebih sedikit terjadi pada kelompok usia 15-24 tahun namun meningkat seiring dengan pertambahan usia serta lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Penderita depresi dengan pendidikan tamat SLTA/MA sebanyak 2,20% dengan status pekerjaan bersekolah sebanyak 2,16% dan lebih banyak penderita yang bertempat tinggal di desa (3,69%) dibandingkan yang tinggal di kota (2,88%). Penderita gangguan mental emosional dengan pendidikan tamat SLTA/MA dan status pekerjaan bersekolah sebanyak 4,09% serta lebih banyak penderita yang bertempat tinggal di desa (7,30%) dibandingkan yang tinggal di kota (4,71%) (Kemenkes, 2019).

Kejadian stres pada mahasiswa kedokteran sudah banyak diteliti yaitu 31,2% di Inggris, 41,9% di Malaysia dan 61,4% di Thailand (Atziza, 2015). Berdasarkan penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2016, didapatkan 73,5% mahasiswa dengan tingkat stres ringan, 66,7% tingkat stres sedang dan 33,3% tingkat stres berat (Aryawan et al, 2020). Ada banyak faktor yang mempengaruhi kejadian stres pada mahasiswa kedokteran yang dibagi menjadi 6 domain yaitu *academic related stressor* (ARS), *interpersonal and intrapersonal related stressor* (IRS), *teaching and learning related stressor* (TLRS), *social related stressor* (SRS), *drive and desire related stressor* (DRS) dan *group activities related stressor* (GARS) (Yusoff et al, 2010).

Pengaruh keenam domain stresor pasti berbeda-beda pada setiap mahasiswa kedokteran terkait dengan tingkatan semester yang mempengaruhi perbedaan tingkat stres yang dialami. Perbedaan tingkat stres tersebut mungkin dipengaruhi oleh mekanisme coping yang dilakukan oleh setiap mahasiswa kedokteran untuk mengatasi stres yang dirasakannya.

Usaha yang dilakukan seseorang untuk mengatasi stres disebut coping (Priyoto, 2014). Mekanisme coping adalah upaya seseorang untuk menyelesaikan masalah, beradaptasi serta respon terhadap stres yang dimulai dari

awal timbul stresor hingga disadari dampak dari stressor tersebut yang terbentuk melalui proses belajar dan mengingat serta dipengaruhi oleh kondisi tempramen, persepsi dan kognisi individu terhadap stresor (Lestari, 2015). Mekanisme coping antar individu berbeda-beda. Pada mahasiswa kedokteran, mekanisme coping dapat dipengaruhi oleh sumber daya individu, tingkatan semester perkuliahan, tingkatan stres serta lingkungan sosialnya. Faktor-faktor tersebut tentunya dapat berbeda-beda antara satu individu dengan individu yang lainnya.

Oleh karena itu, dilakukan penelitian mengenai hubungan mekanisme coping terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020 dikarenakan berdasarkan *preliminary survey* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020 banyak mahasiswa yang mengalami stres. Selain itu, penelitian mengenai hal ini belum pernah dilakukan oleh mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan mekanisme coping terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan mekanisme coping dan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui mekanisme coping pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020.

2. Untuk mengukur tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Angkatan 2018-2020.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai referensi dan informasi tambahan untuk bidang keilmuan kedokteran mengenai mekanisme coping dan tingkat stres yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran.

1.4.2 Manfaat Praktisi

1. Sebagai informasi dan gambaran kepada mahasiswa mengenai mekanisme coping terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.
2. Sebagai masukan bagi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang mengenai tingkat stres yang dipengaruhi oleh mekanisme coping mahasiswanya sehingga dapat lebih mudah membimbing mahasiswa dalam proses akademik.
3. Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
Putu Kresna Dwi Aryawan, Ni Ketut Sri Diniari (2020)	Gambaran Stresor dan Koping Stres dalam Proses Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2016	Penelitian desain <i>cross-sectional</i> . Sampel diambil dengan teknik <i>convenience sampling</i> . Data dianalisis secara deskriptif dengan SPSS. Sampel penelitian diolah dengan analisis univariat	Dari 52 mahasiswa (14 laki-laki dan 32 perempuan), sebanyak 73,9% mahasiswa stres ringan, 19,6% stres sedang dan 6,5% stres berat. Koping fokus masalah digunakan oleh mahasiswa dengan tingkat stress ringan (73,5%), sedang (66,7%) dan berat (33,3%). Koping fokus emosi hanya digunakan oleh mahasiswa dengan tingkat stres ringan (8,8%) dan sedang (33,3%). Sedangkan

		variat serta dilakukan pengelompokan variabel	yang menggunakan keduanya adalah mahasiswa dengan tingkat stress ringan (17,6%) dan berat (66,7%).
Galih Prasetyo Ekin Basuki Utomo, Oktadoni Saputra (2017)	Hubungan Coping Mechanism dengan Hasil Ujian Akhir Blok Basic Science 1 pada Mahasiswa Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung	Penelitian dilakukan dengan metode observasional analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Pengambilan sampel menggunakan <i>total sampling</i> . Data dianalisa dengan menggunakan uji <i>chi-square</i> .	Dari 190 responden (50 laki-laki dan 140 perempuan) didapatkan bahwa mahasiswa yang menggunakan <i>problem solving focused coping</i> sebanyak 59,5% atau sebanyak 113 orang sedangkan <i>emotion focused coping</i> sebanyak 40,5% atau 77 orang. Berdasarkan hasil ujian blok yang telah dilaksanakan, didapatkan bahwa 25 mahasiswa (13,2%) lulus dan 165 mahasiswa (86,8%) tidak lulus. Dari hasil uji menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara mekanisme coping dengan hasil Ujian Akhir Blok <i>Basic Science 1</i> .
Merlyn Priscilla, Yoanita Widjaja (2020)	Gambaran Pemilihan Strategi Coping Terhadap Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara	Penelitian deskriptif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Pengambilan sampel menggunakan <i>total sampling</i> . Data dianalisis menggunakan program <i>software</i> analisis statistik.	Dari 184 responden (52 laki-laki dan 132 perempuan) didapatkan bahwa <i>accepting responsibility</i> digunakan oleh 89 orang (48,8%) sedangkan <i>confrontive coping</i> digunakan oleh 3 orang (1,6%). Responden yang berusia 17 tahun dominan menggunakan <i>accepting responsibility</i> dan <i>positive reappraisal</i> masing-masing sebanyak 5 orang (35,7%), responden yang berusia 18 tahun dominan menggunakan <i>accepting responsibility</i> sebanyak 28 orang (54,3%), responden berusia 19 tahun dominan menggunakan <i>accepting responsibility</i> sebanyak 26 orang (45,6%) dan responden yang berusia 20 tahun dominan menggunakan <i>accepting resp-</i>

			<i>onsibility</i> sebanyak 7 orang (36,8%) dan <i>positive reappraisal</i> sebanyak 7 orang (36,8%)
Anggunan, Hendric Hariansyah (2017)	Hubungan Coping Mechanism Dengan Hasil Ujian Akhir Blok Basic Medical Science pada Mahasiswa Angkatan 2016	Penelitian ini ber-jenis kuantitatif dengan rancangan analitik observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sampel diambil dengan metode <i>simple random sampling</i> . Analisis data yang digunakan adalah <i>chi square</i> .	Dari 180 responden (122 perempuan dan 58 laki-laki), didapatkan hasil sebanyak 171 mahasiswa (95%) menggunakan <i>problem solving focused coping</i> sedangkan 9 mahasiswa (5%) menggunakan <i>emotion focused coping</i> . Berdasarkan hasil akhir ujian blok, sebanyak 175 mahasiswa (97,22%) yang lulus dan 5 mahasiswa (2,78 %) yang tidak lulus. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara <i>coping mechanism</i> dengan hasil ujian akhir blok <i>Basic Medical Science</i> .
Sami Abdo Radman Al-Dubai, Redhwan Ahmed Al-Naggar, Mustafa Ahmed Al-Shagga, Krishna Gopal Rampal (2011)	<i>Stress and Coping Strategies of Students in a Medical Faculty in Malaysia</i>	Penelitian dengan desain <i>cross-sectional</i> . Data di analisis dengan SPSS 13 menggunakan analisa <i>chi square</i> , <i>independent t test</i> dan <i>one way ANOVA</i> .	Dari 376 mahasiswa, sebanyak 9,3% mahasiswa kedokteran mengalami stres berat, 37% mengalami stres sedang dan 47,6% mengalami stres ringan sedangkan 6,1% tidak mengalami stres. Mahasiswa lebih banyak menggunakan strategi agama, coping aktif, pembingkaian ulang positif, dan penerimaan daripada strategi menghindar (penolakan, menyalahkan diri, alkohol dan penyalahgunaan zat). Terdapat hubungan antara tingkat stres dan metode coping yang digunakan. Mahasiswa yang menderita stres lebih sering menggunakan strategi coping dengan dukungan emosional, <i>venting</i> , penolakan, menyalahkan diri sendiri dan lepasan.

Leyanna Susan George, Arjun Balasubramanian, Nimitha Paul, K. Leelamoni (2016)	<i>A Study of Perceived Stress and Coping Mechanisms Among Students of A Medical School in South India</i>	Penelitian dengan desain <i>cross-sectional</i> . Sampel dipilih secara random dengan teknik lotre. Ukuran sampel dihitung dengan rumus $4pq/d^2$. Data ditabulasi memakai <i>Microsoft Excel</i> dan dianalisis menggunakan SPSS Versi 20. Signifikansi statistik humor menggunakan uji <i>Chi-square</i> .	Dari 290 mahasiswa, sebanyak 15,5% mahasiswa stres berat, 14,1% stres sedang dan 70,3% stres ringan. Penerimaan merupakan metode yang banyak digunakan. Metode coping aktif, dukungan instrumental, pembingkaian dan perencanaan positif sebagai metode dalam jumlah sedang. <i>Self-distraction</i> , menyalahkan diri, agama, penggunaan dukungan emosional, pelampiasan dan penyalahgunaan zat adalah mekanisme coping yang sedikit digunakan. Yang paling jarang digunakan adalah humor, penolakan dan pelepasan perilaku. Ada hubungan antara tingkat stres dan metode coping. Mahasiswa yang menderita stres sedang dan berat menggunakan “pembingkaian ulang positif” sebagai mekanisme coping utama
Abdus Salam, Aimi Aqilah Abd Harith, Norsyafiqah Abdulla, Chu Pei Shan, Amir bin Abdul Rahman, Rayniha Mahadevan (2019)	<i>Coping Strategies Among First and Third Year Medical Students in a Malaysian Public University</i>	Penelitian dengan desain <i>cross-sectional</i> . Sampel diambil dengan teknik <i>stratified random sampling</i> . Data di analisis dengan SPSS 20 dan menggunakan uji <i>independent t test</i> .	Dari 231 partisipan didapatkan bahwa <i>task-oriented coping</i> lebih banyak digunakan dan kemudian diikuti dengan <i>avoidance</i> dan <i>emotion-oriented strategy</i> pada mahasiswa tahun pertama dan mahasiswa tahun ketiga.

DAFTAR PUSTAKA

- Algorani, E. B., Vika, G. 2021. *Coping Mechanism*. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559031/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Anggunan., Hendric, H. 2017. *Hubungan Coping Mechanism Dengan Hasil Ujian Akhir Blok Basic Medical Science pada Mahasiswa Angkatan 2016*. Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan. Vol. 4. No. 1.
- Aryawan, P. K., Ni Ketut Sri, D. 2020. *Gambaran Stressor dan Koping Stress dalam Proses Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2016*. Jurnal Medika Udayana. Vol. 9. No. 9. Halaman: 87-92.
- Atziza, R. 2015. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran*. J Agromed Unila. Vol. 2. No. 3. Halaman: 317-320.
- Augesti, G., Rika, L., Oktadoni, S., Khairun, N. 2015. *Differences in Stress Level Between First Year and Last Year Medical Student in Medical Faculty of Lampung University*. J Majority. Vol. 4. No. 4. Halaman: 50-56.
- Campbell, N. A., Reece, J. B. 2010. *Biologi*. 8th edition. Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Chu, B., Komal, M., Terrence, S., Derek, A. 2021. *Physiology, Stress Reaction*. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK541120/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Damanik, E. D. *DASS 42 Bahasa Indonesia Damanik*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Fadillah, A. E. 2013. *Stress dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang Sedang Menyusun Skripsi*. E-Journal Psikologi. Vol. 1. No. 3. Halaman: 148-156.
- George, L. S., Arjun, B., Nimitha, P., Leelamoni, K. 2016. *A Study on Perceived Stress and Coping Mechanism Among Students of a Medical School in South India*. Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare. Vol. 3. No. 38. Page: 1889-1895.
- Halubova, M., Jan, P., Marie, O., Ales, G., Milos, S., Marketa, M., Dana, K., Marta, Z. 2017. *Quality of Life and Coping Strategies of Outpatients with a Depressive Disorder in Maintenance Therapy—a Cross-sectional Study*. Neuropsychiatric Disease and Treatment. Vol. 14. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5746068/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.

- Handayani, M. 2020. *Gambaran Tingkat Stres, Kecemasan Dan Depresi Pada Mahasiswa Universitas Andalas Dalam Menghadapi Pandemi COVID-19*. Sumatera Barat: Universitas Andalas.
- Heffer, T., Teena, W. 2017. *A Count of Coping Strategies: A Longitudinal Study Investigating an Alternative Method to Understanding Coping and Adjustment*. PLOS ONE. Vol. 12. No. 10. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5642021/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Ikatan Dokter Indonesia. 2017. *Hari Kesehatan Jiwa Sedunia: Penyebab Munculnya Gangguan Kesehatan Jiwa*. Tersedia di: <https://idionline.org/>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- Inama, S. 2021. *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi COVID-19*. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Irfannuddin. 2019. *Cara Sistematis Berlatih Meneliti: Merangkai Sistematika Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta Timur: Rayyana Komunikasindo.
- Ivana, S., Devi, J. 2017. *Hubungan Coping Stres Terhadap Kualitas Hidup Penderita Skizofrenia pada Masa Remisi Simptom*. Jurnal Psibernetika. Vol. 10. No. 2. Halaman: 92-102.
- Kasi, P. M., Haider, A. N., Abaseen, K. A., Talha, K., Farooq, H. K., Umber, Z. K., Urooj, B. K., Jawad, K., Hadi, M. K. 2012. *Coping Styles in Patients with Anxiety and Depression*. ISRN Psychiatry. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3658553/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Tersedia di: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Laporan Provinsi Sumatera Selatan Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Tersedia di: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- Kumari, A., Singh, S. B., Mahajan, S., Sharma, V., Ranjan, R., Vohra, P., et al. 2020. *Stress Assessment In Mbbs First Year Students Before And After Stress Management Training During Covid-19 Lockdown: A North Indian Study*. International Journal Of Medical And Biomedical Studies. <https://doi.org/10.32553/ijmbs.v4i9.1408>. Vol. 4. No. 9. Halaman: 33-38. Diakses pada: 1 Februari 2022.
- Lestari, T. 2015. *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan: Teori Stress dan Teori Koping*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Marais-Opperman, V., Sebastiaan, R., Chrizanne, V. E. 2021. *Stress, Flourishing and Intention to Leave of Teachers: Does Coping Type Matter?*. South African Journal of Psychiatry. Vol. 47. Tersedia di: <https://sajp.org.za/index.php/sajp>. Diakses pada: 16 November 2021.
- Mariotti, A. 2015. *The Effects of Chronic Stress on Health: New Insights Into The Molecular Mechanism of Brain-Body Communication*. Future Science OA. Vol. 1. No. 3. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5137920/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Maslim, R. 2013. *Diagnosis Gangguan Jiwa*. Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Unika Atmajaya.
- Maulina, B., Dwi, R. S. 2018. *Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling. Vol. 4. No. 1. Halaman: 1-5.
- Mundung, G. J., Ralph, K., Rina, K. 2019. *Hubungan Mekanisme Koping dengan Stres Kerja PErawat di RSU GMIM Bethesda Tomohon*. E-Journal Keperawatan (e-Kp). Vol. 7. No. 1.
- Nababan, D. P. 2021. *Tingkat Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi Di Masa Pandemi COVID-19*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- NovoPsych. 2018. *Brief-COPE*. Tersedia di: <https://novopsych.com.au>. Diakses pada: 12 September 2021.
- Orzechowska, A., Marlena, Z., Monika, T., Piotr, G. 2013. *Depression and Ways of Coping with Stress: A Preliminary Study*. Medical Science Monitor. Vol. 19. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3852369/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Pala, M. G., Listyawati, N., Sidarta, S. 2021. *Hubungan Study From Home Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Saat Pandemi Covid-19 Di Nusa Tenggara Timur*. Cendana Medical Journal. Edisi 21. No. 1. Diakses pada: 1 Februari 2022.
- Patil, S. K., Patkar, U. S., Patkar, K. U. 2016. *Comparision Of Levels Of Stress In Different Years Of M.B.B.S Students In A Medical College-An Observational Study*. International Journal Of Contemporary Medical Research. Vol. 3. No. 6. Halaman: 1655-1657.
- Priscilla, M., Yoanita, W. 2020. *Gambaran Pemilihan Strategi Coping Terhadap Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara*. Tarumanagara Medical Journal. Vol. 2. No. 2. Halaman: 325-335.
- Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stress: Konsep Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Psychology Foundation of Australia. 2018. *Depression Anxiety Stress Scale*. Tersedia di: <https://www2.psy.unsw.edu.au/dass/>. Diakses pada: 12 September 2021.
- Purwiyati. 2015. *Gambaran Strategi Koping Pada Karyawan Bagian Manufacturing PT Coca Cola Bottling Indonesia, Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Radman Al-Dubai, S. A., Redhwan, A. A., Mustafa, A. A., Krishna, G. R. 2011. *Stress and Coping Strategies of Students in a Medical Faculty in Malaysia*. Malaysian Journal of Medical Sciences. Vol. 18. No. 3. Page: 57-64.
- Roux, S., George, L. 2021. *Fight, Flight or Faith: A Pastoral Model for Spiritual Coping*. South African Journal of Psychiatry. Vol. 55. No. 2. Tersedia di: <https://sajp.org.za/index.php/sajp>. Diakses pada: 16 November 2021.
- Rumeser, J. A., Theodora, E. T. 2011. *Hubungan Antara Tingkat Stres Kerja Dengan Pemilihan Coping Stress Strategy Karyawan di Kantor Pusat Adira Insurance*. Humaniora. Vol. 2. No. 1. Page: 214-227.
- Rustiana, V. 2018. *Kesepian Dan Mekanisme Koping Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Tegal Sari III Medan Area*. Sumatera Utara: Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara.
- Sadock, Benjamin J., Virginia A, S. 2010. *Kaplan & Sadock Buku Ajar Psikiatri Klinis*. Edisi 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Salam, A., Aimi, A. A., Norsyafiqah, A., Chu, P. S., Amir Bin Abdul, R., Raynuha, M. 2019. *Coping Strategies Among First and Third Year Medical Students in a Malaysian Public University*. Journal of Medicine. Vol. 20. No. 1. Halaman: 5-11.
- Saraswathi, I., Saikarthik, J., Kumar, K. S., Srinivasan, K. M., Ardhanaari, M., Gunapriya, R. 2020. *Impact Of COVID-19 Outbreak On The Mental Health Status Of Undergraduate Medical Students In A COVID-19 Treating Medical College: A Prospective Longitudinal Study*. Peer Journal. Halaman: 0-25.
- Sary, Y. N. E. 2015. *Buku Ajar Psikologi Pendidikan: Stress dan Adaptasi*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Sastroasmoro, S., Ismael, S. 2014. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Edisi 5. Jakarta: Sagung Seto.
- Sawitri, R. A., Nugrahaeni, W. P. 2021. *Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi Covid-19*. Jurnal Psikologi Udayana. Vol. 8. No. 1. Halaman: 78-85.
- Siswanto., Susila., Suryanto. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Kedokteran*. Yogyakarta: Bursa Ilmu.
- Suciati. 2015. *Psikologi Komunikasi: Sebuah Tinjauan Teoritis dan Perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera.

- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sunarni, T., Achmad, H., Yohanes, D. P. 2017. *Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Blok*. Saintek. Vol. 1. No. 1. Halaman: 44-60.
- Surat Edaran Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 15 Tahun 2020 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19).
- Sutan, R., Nahlah, A., Zarina, A. L., Hishamshah, M. I. 2017. *Coping Strategies among Parents of Children with Acute Lymphoblastic Leukemia*. Scientific Research Publishing. Health. Vol. 9. Page: 987-999.
- Tahara, M., Yuki, M., Kayoko, T. 2020. *Coping Mechanism: Exploring Strategies Utilized by Japanese Healthcare Workers to Reduce Stress and Improve Mental Health During The COVID-19 Pandemic*. International Journal of Environmental Research and Public Health. Vol. 18. No. 1. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7795636/>. Diakses pada: 31 Agustus 2021.
- Tsigos, C., Ioannis, K., Eva, K., George, P. C. 2020. *Stress: Endocrine Physiology and Pathophysiology*. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK278995/>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- Utomo, G. P., Oktadoni, S. 2017. *Hubungan Coping Mechanism dengan Hasil Ujian Akhir Blok Basic Science 1 pada Mahasiswa Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Jurnal Agromed Unila. Vol. 4. No. 2. Halaman: 335-337.
- Wang, J., Korczykowski, M., Rao, H., Fan, Y., Pluta, J., Gur, R. C., et al. 2007. *Gender Difference In Neural Response To Psychological Stress*. Social Cognitive And Affective Neuroscience. Vol. 2. No. 3. Halaman: 227-239.
- World Health Organization. 2017. *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. Tersedia di: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- World Health Organization. 2019. *Mental Disorders*. Tersedia di: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>. Diakses pada: 21 Agustus 2021.
- Yaribeygi, H., Yunes, P., Hedayat, S., Thomas, P. J., Amirhossein, S. 2017. *The Impact of Stress on Body Function: A Review*. Experimental and Clinical Sciences Journal. Vol. 16. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5579396/>. Diakses pada: 25 Agustus 2021.

- Yusoff, S. B., Ahmad, F. A. 2010. *The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual*. 1st edition. Malaysia: KKMED Publications Medical Education Department.
- Yusoff, S. B., Ahmad, F. A., Yaacob, M. J. 2010. *Prevalence And Sources Of Stress Among University Sains Malaysia Medical Students*. Malaysian Journal Of Medical Sciences. Vol. 17. No. 1. Halaman: 30-37.
- Yuwono, S. 2010. *Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. PSYCHO IDEA. Vol. 8. No. 2. Halaman: 14-26.