

BAB 5

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan secara *offline* pada setiap kelas angkatan 2020 hingga 2023 dengan waktu pelaksanaan pada bulan November di minggu pertama hingga ketiga masa pembelajaran blok dimulai dengan tujuan minimalisir faktor bias yang muncul jika penyebaran dilakukan saat pekan ujian.

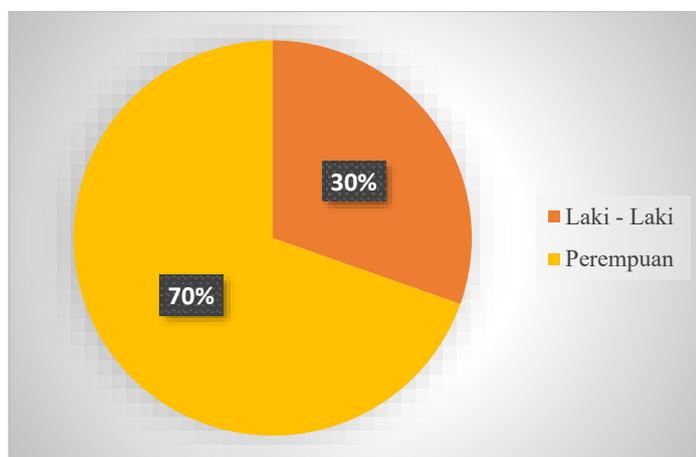
5.1 Gambaran Karakteristik Responden Penelitian

Hasil keseluruhan data yang diperoleh pada penelitian ini adalah 280 sampel dengan 17 sampel termasuk faktor eksklusi pada Tabel 5.4 maka total sampel yang didapat sebanyak 263.

Tabel 5.1 Deskripsi eksklusi responden

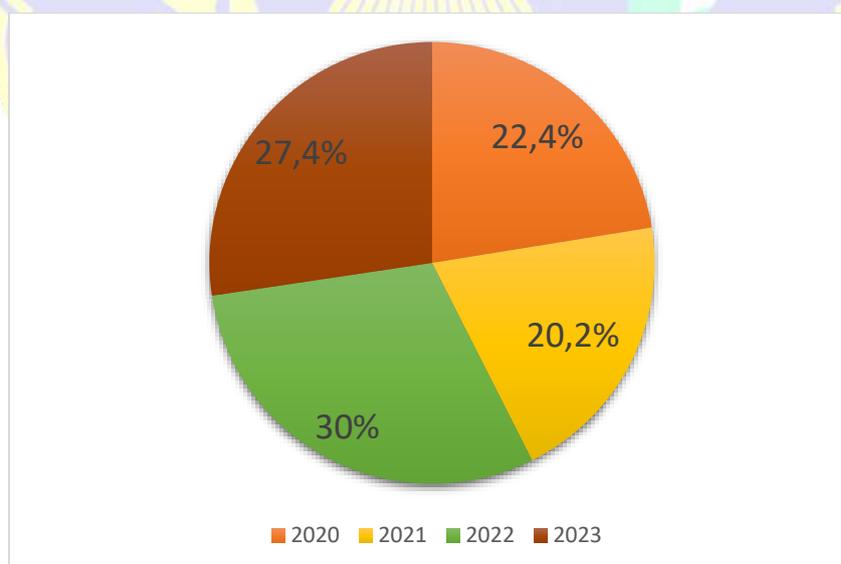
Kode Sampel	Jenis Kelamin	Angkatan	Deskripsi Eksklusi
Dalam kondisi sakit			
8	L	2023	Batuk dan gatal tenggorokan
17	P	2023	Maag
49	L	2023	Asam lambung, mual muntah, panas, dan BAB encer
50	P	2023	Gerd
58	P	2023	Demam dan pilek
61	P	2023	Maag dan sakit kepala
78	P	2023	Demam dan mual
108	P	2020	Skoliosis
165	P	2021	Demam dan batuk pilek
182	P	2021	Demam dan batuk pilek
184	P	2021	Radang tenggorokan
228	P	2022	Demam, batuk berdahak pilek, dan radang
267	P	2022	Gerd
Konsumsi obat			
12	L	2023	Paracetamol
194	P	2021	CTM, Gabapentin
200	P	2022	Fultrop
219	P	2022	Noxetine

Data responden pada penelitian ini dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin, distribusi setiap angkatan dan usia setiap responden.



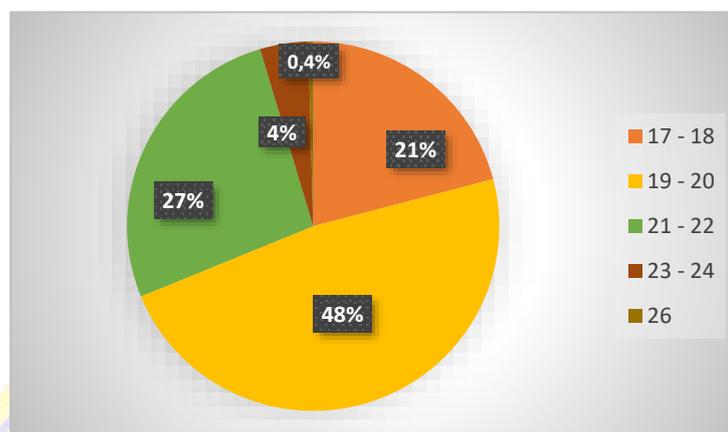
Gambar 5.1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin (n=263)

Pada Gambar 5.1 menunjukkan distribusi jenis kelamin didominasi oleh perempuan sebanyak 183 mahasiswa (69,6%). Distribusi tersebut sesuai dengan populasi mahasiswa preklinik di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.



Gambar 5.2 Distribusi responden berdasarkan tahun angkatan (n=263)

Pada Gambar 5.2 menunjukkan hasil jumlah angkatan responden terbanyak ialah angkatan 2022 sebanyak 79 orang (30%) dan jumlah paling sedikit pada angkatan 2020 sebanyak 59 orang (22,4%).



Gambar 5.3 Distribusi responden berdasarkan kelompok usia (n=263)

Pada Gambar 5.3 menunjukkan demografi kelompok usia pada penelitian ini didominasi oleh kelompok usia 19 – 20 tahun sejumlah 126 responden (39,6%).

5.2 Stres Akademik

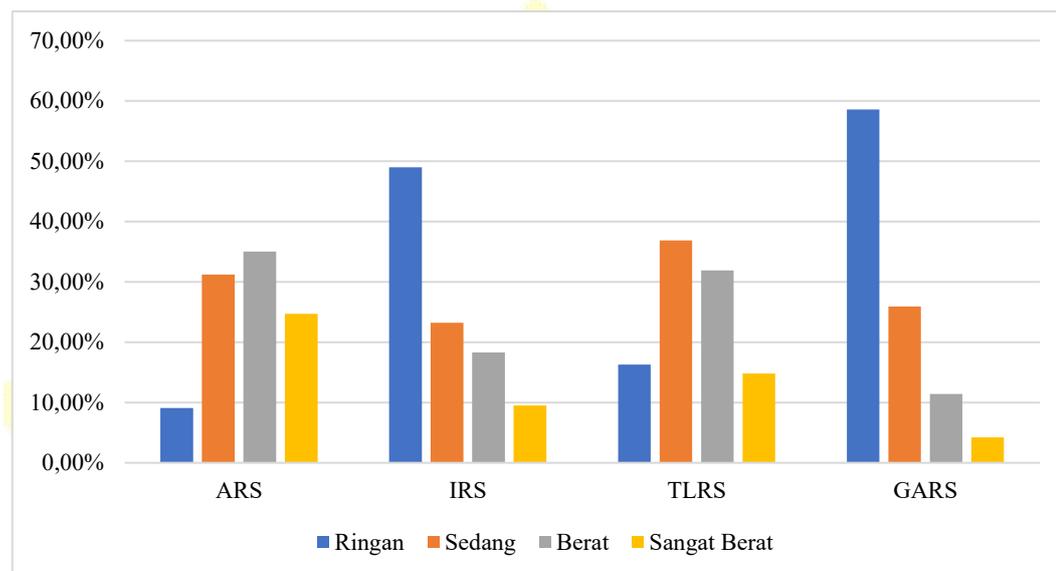
Penelitian ini menggunakan kuesioner *Medical Student Stresor Questionnaire (MSSQ)* yang dimodifikasi menjadi 17 pertanyaan. *Stres* akademik yang dialami oleh responden disajikan pada Tabel 5.2 dibawah ini.

Tabel 5.2 Frekuensi kejadian *stres* (n = 263)

Tingkat <i>Stres</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	30	14,8
Sedang	103	39,2
Berat	92	35
Sangat Berat	29	11

Frekuensi tingkat stres terbanyak pada mahasiswa FK UM Surabaya adalah stres sedang (39,2%) namun yang mengalami stres tingkat berat dan sangat berat juga tinggi.

Rincian mengenai distribusi dimensi *stres* akademik pada mahasiswa preklinik disajikan pada Gambar 5.4 dibawah ini.



*ARS : *Academic Related Stresor*, IRS : *Interpersonal and Intrapersonal Related Stresor*, TLRs : *Teaching and Learning Related Stresor*, GARS : *Group Activities Related Stresor*

Gambar 5.4 Distribusi dimensi stres akademik mahasiswa preklinik

Pada Gambar 5.4 didapatkan hasil pada dimensi ARS dan TLRs, stres akademik hampir merata antara tingkat sedang dan berat. Jumlah mahasiswa dengan stres sangat berat juga memiliki hasil yang tinggi pada kedua dimensi tersebut dengan nilai >10%. Frekuensi stres di dimensi IRS dan GARS didapatkan mahasiswa dominan pada stres ringan dengan nilai diatas 40%. Stres berat di dimensi IRS dan GARS termasuk rendah yaitu dibawah 10%

5.2.1 Dimensi *Academic Related Stresor* (ARS)

Analisis uji *Chi – Square* karakteristik responden pada dimensi *stres* terkait akademik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelompok usia dan angkatan.

Tabel 5.3 Karakteristik demografi *stres* terkait akademik (n = 263)

Karakteristik	Dimensi ARS (%)				P - Value
	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Jenis Kelamin					
Laki - Laki	9 (3,4 %)	31 (11,8%)	23 (8,7%)	17 (6,5%)	0,211
Perempuan	15 (5,7%)	51 (19,4%)	69 (26,2%)	48 (18,3%)	
Usia					
17 - 18	6 (2,3%)	27 (10,3%)	15 (5,7%)	7 (2,7%)	0,005*
19 - 20	10 (3,8%)	34 (12,9%)	56 (21,3%)	26 (9,9%)	
21 - 22	8 (3,0%)	18 (6,8%)	18 (6,8%)	26 (9,9%)	
23 - 24	0 (0,0%)	3 (1,1%)	3 (1,1%)	5 (1,9%)	
26	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)	
Angkatan					
2020	2 (0,8%)	17 (6,5%)	14 (5,3%)	26 (9,9%)	0,000*
2021	7 (2,7%)	11 (4,2%)	24 (9,1%)	11 (4,2%)	
2022	5 (1,9%)	24 (9,1%)	29 (11,0%)	21 (8,0%)	
2023	10 (3,8%)	30 (11,4%)	25 (9,5%)	7 (2,7%)	

Tabel 5.3 menunjukkan hasil bahwa jenis kelamin didominasi pada perempuan yang mengalami *stres* berat sebanyak 69 mahasiswa (26,2%). Rentang usia dominan didapati pada usia 19 - 20 tahun dengan sebaran paling banyak mengalami *stres* berat sebanyak 56 mahasiswa (21,3%). Data angkatan 2022 lebih banyak mengalami *stres* dengan dominan 29 mahasiswa yang mengalami *stres* berat (11,0%). Meninjau dimensi *Group Activities Related Stresor* yang tidak berkorelasi, adanya korelasi cohort angkatan dengan *stres* akademik memberi perspektif baru akan pentingnya dinamika angkatan dalam mengelola *stres*.

5.2.2 Dimensi *Intrapersonal and Interpersonal Related Stresor* (IRS)

Analisis uji *Chi – Square* karakteristik responden pada dimensi hubungan intrapersonal dan interpersonal menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelompok usia dan angkatan.

Tabel 5.4 Karakteristik demografi *stres* terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (n = 263)

Karakteristik	Dimensi IRS (%)				P – Value
	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Jenis kelamin					
Laki-laki	46 (17,5%)	19 (7,2%)	9 (3,4%)	6 (2,3%)	0,153
Perempuan	83 (31,6%)	42 (16,0%)	39 (14,8%)	19 (7,2%)	
Usia					
17 – 18	38 (14,4%)	11 (4,2%)	5 (1,9%)	1 (0,4%)	0,000*
19 – 20	59 (22,4%)	33 (12,5%)	27 (10,3%)	7 (2,7%)	
21 – 22	29 (11,0%)	14 (5,3%)	12 (4,6%)	15 (5,7%)	
23 – 24	3 (1,1%)	3 (1,1%)	4 (1,5%)	1 (0,4%)	
26	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)	
Angkatan					
2020	19 (7,2%)	12 (4,6%)	13 (4,9%)	15 (5,7%)	0,000*
2021	26 (9,9%)	11 (4,2%)	12 (4,6%)	4 (1,5%)	
2022	39 (14,8%)	20 (7,6%)	15 (5,7%)	5 (1,9%)	
2023	45 (17,1%)	18 (6,8%)	8 (3,0%)	1 (0,4%)	

*memiliki hubungan yang signifikan

Tabel 5.4 menunjukkan hasil bahwa jenis kelamin perempuan paling banyak mengalami *stres* ringan sejumlah 83 mahasiswa (31,6%). Rentang usia dominan ialah dalam kelompok usia 19 – 20 tahun dengan paling banyak pada *stres* ringan 59 mahasiswa (22,4%). Data demografi angkatan paling banyak pada angkatan 2023 dengan *stres* ringan sebanyak 45 mahasiswa (17,1%).

5.2.3 Dimensi *Teaching Learning Related Stresor* (TLRS)

Analisis uji *Chi – Square* karakteristik responden pada dimensi hubungan belajar mengajar menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelompok usia dan angkatan. Rincian tabel dapat dilihat pada Tabel 5.5

Tabel 5.5 Karakteristik demografi *stres* terkait hubungan belajar mengajar
(n = 263)

Karakteristik	Dimensi TLRS (%)				P – Value
	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Jenis kelamin					
Laki-laki	17 (6,5%)	37 (14,1%)	16 (6,1%)	10 (3,8%)	0,019
Perempuan	26 (9,9%)	60 (22,8%)	68 (25,9%)	29 (11,0%)	
Usia					
17 – 18	13 (4,9%)	25 (9,5%)	14 (5,3%)	3 (1,1%)	0,000*
19 – 20	16 (6,1%)	50 (19,0%)	48 (18,3%)	12 (4,6%)	
21 – 22	13 (4,9%)	18 (6,8%)	21 (8,0%)	18 (6,8%)	
23 – 24	1 (0,4%)	4 (1,5%)	1 (0,4%)	5 (1,9%)	
26	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)	
Angkatan					
2020	8 (3,0%)	12 (4,6%)	16 (6,1%)	23 (8,7%)	0,000*
2021	7 (2,7%)	26 (9,9%)	19 (7,2%)	1 (0,4%)	
2022	11 (4,2%)	27 (10,3%)	27 (10,3%)	14 (5,3%)	
2023	17 (6,5%)	32 (12,2%)	22 (8,4%)	1 (0,4%)	

*memiliki hubungan yang signifikan

Tabel 5.5 menunjukkan hasil bahwa data demografi jenis kelamin didominasi pada mahasiswa perempuan dengan paling banyak mengalami *stres* berat sejumlah 68 mahasiswa (25,9%). Rentang usia dominan ialah dalam kelompok usia 19 – 20 tahun dengan paling banyak pada *stres* sedang sejumlah 50 mahasiswa (19,0%). Data demografi angkatan paling banyak pada angkatan 2023 dengan *stres* sedang sejumlah 32 mahasiswa (12,2%).

5.2.4 Dimensi *Group Activities Related Stresor* (GARS)

Analisis uji *Chi – Square* karakteristik responden pada dimensi aktivitas kelompok menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelompok usia dan angkatan. Rincian tabel dapat dilihat pada Tabel 5.6

Tabel 5.6 Karakteristik demografi *stres* terkait aktivitas kelompok
(n = 263)

Karakteristik	Dimensi GARS (%)				P – Value
	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Jenis kelamin					
Laki-laki	54 (20,5%)	15 (5,7%)	7 (2,7%)	4 (1,5%)	0,194
Perempuan	100 (38%)	53 (20,2%)	23 (8,7%)	7 (2,7%)	
Usia					
17 – 18	42 (16,0%)	10 (3,8%)	3 (1,1%)	0 (0,0%)	0,002*
19 – 20	73 (27,8%)	39 (14,8%)	12 (4,6%)	2 (0,8%)	
21 – 22	34 (12,9%)	16 (6,1%)	13 (4,9%)	7 (2,7%)	
23 – 24	5 (1,9%)	2 (0,8%)	2 (0,8%)	2 (0,8%)	
26	0 (0,0%)	1 (0,4%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	
Angkatan					
2020	24 (9,1%)	13 (4,9%)	14 (5,3%)	8 (3,0%)	0,000*
2021	33 (12,5%)	16 (6,1%)	4 (1,5%)	0 (0,0%)	
2022	38 (14,4%)	27 (10,3%)	11 (4,2%)	3 (1,1%)	
2023	59 (22,4%)	12 (4,6%)	1 (0,4%)	0 (0,0%)	

*memiliki hubungan yang signifikan

Tabel 5.6 menunjukkan hasil terkait aktivitas kelompok didapatkan prevalensi jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami stres ringan sejumlah 100 mahasiswa (38,0%). Kelompok usia 19 – 20 tahun dominan mengalami stres ringan sejumlah 73 mahasiswa (27,8%). Pada angkatan 2023 dominan mengalami stres ringan sebanyak 59 mahasiswa (22,4%).

5.3 Kualitas Tidur

Kualitas tidur pada penelitian ini diukur menggunakan kuesioner PSQI dengan interpretasi apabila seseorang memiliki nilai PSQI >5 maka kualitas tidur tersebut dikatakan buruk. Pada Tabel 5.7 menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa mengalami kualitas tidur buruk lebih banyak daripada kualitas tidur baik sebanyak 187 mahasiswa (71,1%).

Tabel 5.7 Frekuensi kualitas tidur (n=263)

Kualitas Tidur	Frekuensi (%)
Buruk	187 (71,1 %)
Baik	76 (28,9%)

Analisis uji *Chi – Square* karakteristik responden dengan kualitas tidur menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, usia dan angkatan pada kualitas tidur. Rincian tabel dapat dilihat pada Tabel 5.8

Tabel 5.8 Karakteristik responden kualitas tidur (n = 263)

Karakteristik	Kualitas Tidur		P - Value
	Buruk	Baik	
Jenis Kelamin			
Laki – Laki	54 (20,5%)	26 (9,9%)	0,394
Perempuan	133 (50,6%)	50 (19,0%)	
Usia			
17 – 18	37 (14,1%)	18 (6,8%)	0,567
19 – 20	90 (34,2%)	36 (13,7%)	
21 – 22	49 (18,6%)	21 (8,0%)	
23 – 24	10 (3,8%)	1 (0,4%)	
26	1 (0,4%)	0 (0,0%)	
Angkatan			
2020	47 (17,9%)	12 (4,6%)	0,235
2021	33 (12,5%)	20 (7,6%)	
2022	57 (21,7%)	22 (8,4%)	
2023	50 (19,0%)	22 (8,4%)	

Data demografi Tabel 5.8 menunjukkan persentase perempuan mengalami kualitas tidur buruk lebih besar daripada laki laki sejumlah 133 mahasiswa (50,6%). Kelompok usia yang mengalami kualitas tidur buruk didominasi oleh rentang usia 19– 20 tahun sejumlah 90 mahasiswa (34,2%). Distribusi angkatan menunjukkan bahwa sebagian besar setiap angkatan mengalami kualitas tidur buruk. Angkatan 2022 merupakan angkatan yang paling banyak mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 57 mahasiswa (21,7%).

Tabel 5.9 Data distribusi komponen kuesioner PSQI (n=263)

Komponen	Frekuensi (%)
Kualitas tidur subyektif	
Sangat baik	16 (6,1%)
Cukup baik	145 (55,1%)
Cukup buruk	86 (32,7%)
Sangat buruk	16 (6,1%)
Latensi tidur	
Skor 0	57 (21,7%)
Skor 1	105 (39,9%)
Skor 2	64 (24,3%)
Skor 3	37 (14,1%)
Durasi tidur (jam)	
>7	14 (5,3%)
6 - 7	61 (23,2%)
5 - 6	120 (45,6%)
<5	68 (25,9%)
Lama tidur efektif di ranjang (%)	
>85	212 (80,6%)
75 - 84	36 (13,7%)
65 - 74	6 (2,3%)
<65	9 (3,4%)
Gangguan Tidur	
Skor 0	5 (1,9%)
Skor 1	179 (68,1%)
Skor 2	68 (25,9%)
Skor 3	11 (4,2%)
Penggunaan obat	
Tidak menggunakan	239 (90,9%)
<1 kali/minggu	14 (5,3%)
1 - 2 kali/minggu	7 (2,7%)
>3 kali/minggu	3 (1,1%)
Disfungsi siang hari	
Skor 0	49 (18,6%)
Skor 1	114 (43,3%)
Skor 2	78 (29,7%)
Skor 3	22 (8,4%)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, hasil untuk kualitas tidur subyektif responden masih tergolong cukup baik. Pada komponen kuesioner PSQI skor 0 – 3 dalam latensi tidur menunjukkan lama durasi yang dibutuhkan responden untuk bisa tertidur, Skor 0 apabila individu dapat tertidur ≤ 15 menit, skor 1 apabila individu dapat tertidur 16-30 menit, skor 2 apabila individu dapat tertidur 31-60 menit, dan skor 3 apabila individu baru bisa tertidur >60 menit. Durasi tidur menjadi komponen yang minim karena lebih dari setengah responden hanya memiliki durasi tidur 5-6 jam (45,6%). Lama efektif tidur di ranjang memiliki rumus perpaduan antara durasi tidur dan lama waktu yang dihabiskan di ranjang, pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki tingkat efektif tidur yang baik karena mencapai $>85\%$ (80,6%). Gangguan tidur pada komponen PSQI juga digambarkan menggunakan skor 0-3 dan pada hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden tidak banyak memiliki gangguan tidur dengan representasi skor 1 (68,1%). Penggunaan obat tidur didapatkan mahasiswa memerlukan obat tidur lebih dari 3 kali per minggu (1,1%). Selain itu, 2,7% - 5,3% mahasiswa ditemukan memerlukan paling tidak obat tidur dalam 1 minggu untuk memperoleh kualitas tidur yang lebih baik. Disfungsi siang hari digambarkan dengan skor 0-3 dengan penilaian gabungan antara intensitas tiap individu pernah mengalami kesulitan tetap terjaga ketika beraktivitas dan antusiasme mereka. Lebih dari separuh responden menunjukkan skor 1 yang masih termasuk dalam kategori baik. Jika tiap komponen kuesioner PSQI dirincikan dapat tergambar hasil bahwa 5 dari 7 komponen memiliki hasil yang baik kecuali komponen durasi tidur dan penggunaan obat tidur.

5.4 Hubungan antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur

Berikut merupakan tabulasi silang terkait stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Tabel 5.10 Tabulasi silang tingkat stres dengan kualitas tidur (n = 263)

Kejadian Stres	Kualitas Tidur				P – Value
	Buruk		Baik		
	F	%	F	%	
Ringan	18	6,8%	21	0,8%	0,017*
Sedang	32	12,2%	71	27%	
Berat	22	8,4%	70	26,6%	
Sangat berat	4	1,5%	25	9,5%	

*memiliki hubungan yang signifikan, F = Frekuensi

Hasil analisis Tabel 5.10 didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang mengalami stres sedang akan cenderung mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 32 responden (12,2%). Sedangkan pada stres sangat berat mahasiswa cenderung sedikit yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 4 responden (1,5%). Hasil korelasi bivariat dengan uji *Chi-square* didapatkan hasil signifikansi $P = 0,017$ yang artinya terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik FK UM Surabaya. Rincian hasil tabulasi silang antara dimensi stres akademik dengan kualitas tidur tertera pada Tabel 5.11.

Hasil analisis Tabel 5.11 menunjukkan bahwa nilai korelasi paling kuat dimulai dari dimensi TLRS lalu ARS, dan terakhir IRS. Dimensi GARS memiliki hasil yang berbeda yaitu tidak memiliki hubungan dengan kualitas tidur. Dimensi TLRS menunjukkan hasil bahwa mahasiswa dengan tingkat stres sedang dan berat memiliki kualitas tidur buruk. Dimensi ARS menunjukkan hasil paling banyak

mahasiswa dengan tingkat stres berat memiliki kualitas tidur buruk. Sedangkan pada dimensi IRS dan GARS menunjukkan hasil mahasiswa dengan tingkat stres ringan paling banyak memiliki kualitas tidur buruk.

Tabel 5.11 Tabulasi silang dimensi stres akademik dengan kualitas tidur
(n = 263)

Dimensi Stres	Kualitas Tidur				P - Value
	Buruk		Baik		
	F	%	F	%	
Teaching Learning Related Stresor					
Ringan	26	9,9%	17	6,5%	0,006*
Sedang	62	23,6%	35	13,3%	
Berat	64	24,3%	20	7,6%	
Sangat berat	35	13,3%	4	1,5%	
Academic Related Stresor					
Ringan	12	4,6%	12	4,6%	0,012*
Sedang	53	20,2%	29	11,0%	
Berat	69	26,2%	23	8,7%	
Sangat berat	53	20,2%	12	4,6%	
Intrapersonal and Interpersonal Related Stresor					
Ringan	86	32,7%	43	16,3%	0,019*
Sedang	39	14,8%	22	8,4%	
Berat	42	16,0%	6	2,3%	
Sangat berat	20	7,6%	5	1,9%	
Group Activities Related Stresor					
Ringan	104	39,5%	50	19,0%	0,304
Sedang	51	19,4%	17	6,5%	
Berat	22	8,4%	8	3,0%	
Sangat berat	10	3,8%	1	0,4%	

*memiliki hubungan yang signifikan

Tabel 5.12 Analisis uji korelasi

Dimensi Stres Akademik	Kualitas Tidur	Keterangan
<i>Academic Related Stresor</i>	R = - 0,197 P = 0,001 N = 263	Berhubungan
<i>Intrapersonal and Interpersonal Related Stresor</i>	R = - 0.140 P = 0,023 N = 263	Berhubungan
<i>Teaching Learning Related Stresor</i>	R = - 0,210 P = 0,001 N = 263	Berhubungan
<i>Group Activities Related Stresor</i>	R = - 0,099 P = 0,108 N = 263	Tidak Berhubungan

Tabel 5.12 merupakan gambaran dari uji korelasi *Spearman rank* dimensi stres akademik dengan kualitas tidur. Terdapat tiga dimensi yang memiliki korelasi dengan kualitas tidur yaitu ARS, IRS, dan TLRS dengan masing – masing sig. p 0,001 dan 0,023 (<0,05). Kekuatan korelasi ketiga dimensi lemah dan arah korelasi tidak searah. Sedangkan tidak terdapat korelasi antara dimensi *Group Activities Related Stresor* dengan kualitas tidur.