

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES SAAT PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA

¹ A.A. Sintya Wulandari, ² Made Oka Ari Kamayani, ² Ni Luh Putu Shinta Devi

¹ Mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana; ² Dosen Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Email: sintyawulandari99@gmail.com

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 menimbulkan dampak pada beberapa sektor, salah satunya sektor pendidikan yaitu pada metode pembelajaran yang beralih menjadi dalam jaringan (daring). Peralihan metode secara tiba-tiba tentu dapat menimbulkan stres pada beberapa mahasiswa. Stres yang dialami dapat berkurang ketika individu memperoleh dukungan sosial dari keluarga, teman, dan *significant other* sesuai dengan yang dibutuhkan. Dukungan sosial merupakan suatu bentuk bantuan, perhatian dan dukungan yang sangat dibutuhkan oleh individu ketika mengalami suatu masalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana. Rancangan penelitian yang digunakan yaitu deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian didapatkan menggunakan *probability sampling* dengan teknik *proportionate stratified random sampling* dengan besar sampel adalah 341 mahasiswa. Hasil uji *Spearman Rank* didapatkan nilai $p < 0,000 < 0,05$ dan nilai $r = -0,364$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dengan arah negatif dan kekuatan hubungan lemah. Sebaiknya mahasiswa dapat lebih saling peduli, mendukung, memotivasi, membantu satu sama lain serta diperlukan juga peran aktif dari pembimbing akademik untuk selalu mendampingi dan membantu mahasiswa dalam setiap proses yang akan dilewati secara bersama-sama.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Mahasiswa Kedokteran, Stres Pembelajaran Daring

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has had an impact on several sectors, one of which is the education that is in learning methods that are switched to online. The sudden change of method can certainly cause stress to some students. The stress experienced can be reduced when individuals get social support from family, friends, and significant others as needed. Social support is a form of help, attention and support that really needed by individuals when experiencing a problem. This research aims to know the relationship between social support and stress during online learning in student faculty of medicine Udayana University. This research used a descriptive correlative design with a cross sectional approach. The research sample was obtained by using probability sampling with a proportionate stratified random sampling technique with a large sample was 341 students. Spearman Rank results of the test were obtained by the value of the Sig $p < 0.000 < 0.05$ and the value of the $r = -0.364$, which means there was a significant relationship between social support and stress during online learning in student faculty of medicine Udayana University with a negative direction and weak relationship strength. Students can be able more caring, supportive, motivating, helping each other and also need an active role from academic supervisors to always accompany and assist students in every process that will be passed together.

Keywords: Medical Students, Online Learning Stress, Social Support

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease (Covid-19) ditetapkan dunia sebagai sebuah pandemi. Kejadian kasus Covid-19 mencapai angka 102,8 juta kasus yang terkonfirmasi pada 2 Februari 2021 di seluruh dunia (World Health Organization, 2021). Pandemi Covid-19 di Indonesia mulai terjadi pada bulan Maret tahun 2020 dan Provinsi Bali juga termasuk tanpa terkecuali. (World Health Organization, 2021; Info Corona

Pemerintah Provinsi Bali, 2021). Pandemi Covid-19 ini banyak menimbulkan dampak, salah satunya yaitu pendidikan (Aji, 2020; Nasution, Erlina & Muda, 2020). Dampaknya terlihat pada metode pembelajaran di Indonesia yang mengalami perubahan (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Berdasarkan surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 dalam salah satu

poinnya menyatakan bahwa metode pembelajaran dilakukan dalam jaringan (daring). Pembelajaran daring atau *online* diberlakukan sebagai salah satu pencegahan dan penanganan dari pandemi Covid-19 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Pada kondisi pandemi, seluruh elemen harus beradaptasi khususnya pada pendidikan. Salah satunya yaitu pada mahasiswa. Kuliah daring merupakan perkuliahan berbasis internet dimana mahasiswa seluruhnya melakukan kegiatan perkuliahan secara *online* baik dalam mengakses materi, memperoleh dan memaknai pengetahuan, pengajaran materi oleh dosen, maupun mengembangkan diri (Universitas Indonesia, 2020; Anwar & Tuhuteru, 2020).

Perubahan sistem pembelajaran yang terjadi secara tiba-tiba tentu dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa. Menurut Livana, Mubin, dan Basthomi (2020) penyebab stres pada mahasiswa yaitu tugas pembelajaran selama pandemi Covid-19 dan mahasiswa merasa bosan karena hanya berada dirumah. Berbagai permasalahan dan persoalan yang menyebabkan stres pada mahasiswa dapat diatasi. Menurut Fakhriyani (2019) dukungan sosial menjadi salah satu faktor sosial-kognitif yang mengakibatkan terjadinya stres, selain faktor individu, kepribadian dan strategi *coping*. Adanya dukungan sosial dalam menjalankan perkuliahan akan meminimalkan mahasiswa merasa lelah, jenuh, ataupun stres akibat belajar (Christiana, 2020).

Dukungan sosial juga berpengaruh pada cepat atau lambatnya seseorang beradaptasi dengan masalah (Satria, 2019; Wakhudin dkk, 2020). Dukungan sosial merupakan perhatian, kepedulian, dan bantuan yang diterima dari seseorang yang memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima sehingga dapat membantu mengatasi masalahnya (Sarafino dalam Maulidia & Prihastuti, 2017; Suciani, Rozali, & Safitri, 2014). Dukungan sosial memiliki empat tipe yaitu

dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional (Sarafino dalam Majrika, 2018). Adanya dukungan sosial yang telah diberikan membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten sehingga dapat melindungi individu terhadap konsekuensi stres, membantu mengatasi stres dan tekanan psikologis yang dialami selama masa-masa sulit (Rif'ati dkk, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada mahasiswa akademik FK Unud periode angkatan 2017-2020 pada bulan Januari 2020, dari 164 responden didapatkan hasil 123 mahasiswa (75%) setuju bahwa tugas perkuliahan menjadi lebih banyak ketika daring. Selain itu, 75 mahasiswa (45,7%) menyatakan sering mengalami kesulitan tidur, gelisah, dan tertekan ketika mendapat banyak tugas ketika daring dan 81 mahasiswa (49,4%) juga sering merasa tidak fokus dan sulit berkonsentrasi ketika dosen menjelaskan materi secara daring. Kemudian, 53 mahasiswa (32,3%) sering merasa tidak dapat berkeluh kesah dan terbuka kepada keluarga dan 75 mahasiswa (45,7%) kadang-kadang sulit juga membagi suka dan duka secara terbuka kepada sahabat. Sebanyak 73 mahasiswa (44,5%) jarang mendapatkan pujian dan nasihat dari dosen ketika mendapat nilai baik dan ketika melakukan kesalahan. Selain itu, 82 mahasiswa (50%) kadang-kadang merasa kurang mendapat dukungan atau bantuan dalam hal apapun ketika mengalami masalah dari keluarga, sahabat, teman, maupun dosen. Berdasarkan hasil studi literatur dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti menganggap penting dan tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif korelatif

yang diuji secara statistik dan menghasilkan koefisien korelatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa akademik atau S1 dari enam prodi (Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter, Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, Sarjana Kesehatan Masyarakat, Sarjana Kedokteran Gigi dan Profesi Dokter Gigi, Sarjana Fisioterapi dan Profesi Fisioterapi, dan Sarjana Psikologi) angkatan 2017-2020 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana berjumlah 2.333 mahasiswa dengan jumlah sampel 341 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Terdapat kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini. Kriteria inklusi yaitu mahasiswa S1 FK Unud angkatan 2017-2020, bersedia menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi yaitu mahasiswa yang sedang mengambil cuti, mahasiswa yang mengonsumsi obat-obatan penenang untuk mengurasi depresi, kecemasan dan stres dalam jangka waktu satu bulan terakhir sebelum pengambilan data.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dukungan sosial *Multidimensional of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet dkk (1988) dan dikembangkan kembali oleh Majrika (2018) dengan menambahkan teori Sarafino (1994) yang telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai r berkisar 0,36 hingga 0,68 dan nilai *Cronbach's Alpha* adalah 0,92. Kuesioner stres yang digunakan yaitu *Perceived Stres Scale* (PSS-10) yang dikembangkan oleh Sheldon Cohen (1994) dalam Afdila (2016) yang telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai r berkisar 0,551 hingga 0,766 dan nilai *Cronbach's Alpha* adalah 0,696. Kuesioner dukungan sosial terdiri dari 24 pernyataan dan kuesioner stres terdiri dari 10 pertanyaan.

Seluruh sampel yang berjumlah 341 mahasiswa ditentukan dengan menggunakan rumus alokasi proporsional. Penentuan sampel dipilih setelah dilakukan pendataan awal pada seluruh populasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dipilih secara acak menggunakan aplikasi "Random Number Generator". Pada pendataan awal peneliti menyebarkan *google form* yang berisikan nama inisial, NIM, dan riwayat konsumsi obat penenang dalam jangka waktu 1 bulan terakhir. Setelah diperoleh sampel yang sesuai dengan jumlah dan kriteria, peneliti akan masukkan responden ke dalam grup yang berkoordinasi dengan korti masing-masing prodi per angkatan.

Pengambilan data dilakukan selama 1 bulan dengan menyebarkan *google form* pada grup responden penelitian yang berisi persetujuan menjadi responden, data demografi, kuesioner dukungan sosial dan kuesioner stres. Untuk analisis dalam penelitian ini adalah uji korelasi. Uji normalitas data yang digunakan yaitu *Kolmogorov-Smirnov* (sampel >50) menunjukkan data tidak terdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan yaitu uji statistik nonparametrik *Spearman Rank* menggunakan program SPSS ($p \leq 0,05$).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa kedokteran FK Unud dari enam prodi S1 angkatan 2017-2020.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Kedokteran Tahun Angkatan 2017-2020 Universitas Udayana (n=341)

Variabel	Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	80	23,5
	Perempuan	261	76,5
	Total	341	100,0
Program Studi	Pendidikan Dokter	141	41,3
	Keperawatan	41	12
	Kesehatan Masyarakat	59	17,3
	Kedokteran Gigi	26	7,6
	Fisioterapi	31	9,1
	Psikologi	43	12,6
Total		341	100,0
Periode Angkatan	2017	73	21,4
	2018	77	22,6
	2019	92	27
	2020	99	29
	Total		341
Usia Responden	18 tahun	34	10
	19 tahun	100	29,3
	20 tahun	86	25,2
	21 tahun	78	22,9
	22 tahun	39	11,4
	23 tahun	3	0,9
	25 tahun	1	0,3
Total		341	100,0

Karakteristik responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 261 mahasiswa (76,5%), berasal dari program studi pendidikan dokter sebanyak 141

mahasiswa (41,3%), lebih banyak dari angkatan 2020 sebanyak 99 mahasiswa dan berusia 19 tahun sebanyak 100 mahasiswa.

Tabel 2. Hasil Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana

Variabel	Mean ± SD	Median	Min-Max	CI 95%	Kategori	Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dukungan Sosial	76,23 ± 9,276	75	43-96	75,24 – 77,22	Rendah	24-48	2	0,6
					Sedang	49-72	129	37,8
					Tinggi	73-96	210	61,6
Total						341	100,0	

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki nilai median dari skor dukungan sosial yaitu 75. Nilai skor minimum maksimum yaitu 43-96 dan

diyakini 95% bahwa rata-rata skor dukungan sosial berada pada rentang 75,24-77,22. Kategori dukungan sosial mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 210 mahasiswa (61,6%).

Tabel 3. Hasil Distribusi Stres pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana

Variabel	Mean ±SD	Median	Min-Max	CI 95%	Kategori	Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Stres	17,01 ± 5,261	17	1-33	16,45 – 17,57	Normal	0	0	0
					Ringan	1-14	109	32,0
					Sedang	15-26	220	64,5
					Berat	>26	12	3,5
Total						341	100,0	

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki nilai median dari skor stres yaitu 17. Nilai skor minimum maksimum yaitu 1-33 dan 95% diyakini bahwa rata-rata skor stres berada pada

rentang 16,45-17,57. Kategori stres saat pembelajaran daring mayoritas mahasiswa berada dalam stres kategori sedang sebanyak 220 mahasiswa (64,5%).

Tabel 4. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres saat Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana

Variabel	N	Stres	
		<i>r</i>	<i>p value</i>
Dukungan Sosial	341	-0,364	0,000

Tabel 4 menunjukkan nilai signifikansi yaitu 0,000 ($p < 0,005$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres. Berdasarkan hal tersebut, didapatkan hasil bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana. Nilai koefisien korelasi (r) yaitu $-0,364$ (nilai negatif) yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres dengan tingkat kekuatan hubungan antar variabel yaitu lemah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana menunjukkan bahwa sebanyak 210 mahasiswa (61,6%) mempunyai dukungan sosial yang tinggi, sebanyak 129 mahasiswa (37,8%) mempunyai dukungan sosial yang sedang, dan sebanyak 2 mahasiswa (0,6%) mempunyai dukungan sosial yang rendah. Faktor – faktor yang mempengaruhi tingginya dukungan sosial mahasiswa adalah berupa dukungan yang diterima dari keluarga, teman, dosen, lingkungan (tempat tinggal) dan masyarakat baik dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional (Lestari & Sarwinanti, 2017). Mendapatkan dukungan tersebut secara menyeluruh akan membantu individu untuk mempunyai dukungan

sosial yang tinggi sehingga ketika mengalami masalah, individu akan mampu mengatasinya.

Hasil penelitian Lestari dan Sarwinanti (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial kategori tinggi 65 mahasiswa (89,0%) dan kategori rendah 1 mahasiswa (1,4%). Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang tinggi. Aspek dukungan sosial berupa dukungan instrumental merupakan dukungan yang paling banyak diterima oleh mahasiswa kedokteran, yang setelahnya diikuti oleh dukungan informasional, dukungan emosional dan terakhir dukungan penghargaan. Selain itu, dukungan sosial dari teman merupakan dukungan yang paling banyak diterima oleh mahasiswa diatas dukungan keluarga dan *significant other*. Saling memberikan bantuan, saling berdiskusi, berkeluh kesah, memberi nasihat, berbagi suka dan duka serta saling mendukung ketika mengalami masalah merupakan tindakan yang menyebabkan mahasiswa mempunyai dukungan sosial yang tinggi. Menurut Hianto dan Shanti (2018) adanya sumber daya disekitar dapat menjadi bantuan untuk mengatasi masalah. Salah satu sumber daya tersebut yaitu keberadaan orang lain yang dapat memberikan umpan balik dan menjadi rekan diskusi dalam mengatasi suatu

masalah atau disebut juga sebagai dukungan sosial.

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana menunjukkan hasil bahwa sebanyak 220 mahasiswa (64,5%) mengalami stres sedang saat pembelajaran daring, kemudian sebanyak 109 mahasiswa (32%) mengalami stres ringan saat pembelajaran daring, dan sebanyak 12 mahasiswa (3,5%) mengalami stres berat saat pembelajaran daring. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Sari (2020) yang menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa mengalami stres sedang (38,57%), dari pada stres ringan (32,86%), dan stres berat (28,57%). Menurut Sari (2020) stresor yang paling menyebabkan stres yaitu kesulitan memahami materi secara daring dan khawatir kemungkinan tertular Covid-19.

Berdasarkan hasil kuesioner, parameter stres yang paling banyak dialami oleh mahasiswa kedokteran yaitu pada gejala psikososial khususnya perasaan tidak tenang atau merasa terganggu akan sesuatu yang terjadi secara tidak terduga. Selain itu, perasaan tertekan merupakan faktor paling banyak kedua setelah gejala psikososial yang paling banyak dialami oleh mahasiswa kedokteran. Mayoritas mahasiswa kedokteran mengalami stres sedang yang paling banyak dialami oleh prodi pendidikan dokter. Hal ini dikarenakan banyak mahasiswa yang merasa gelisah dan tegang, kurang mampu mengatasi suatu masalah, kurang mampu mengontrol gangguan, kurang mampu mengendalikan hal-hal penting dalam kehidupan, dan kurang mampu mengatasi kesulitan yang menumpuk tiga hingga empat kali dalam sebulan selama pembelajaran daring. Menurut Maulina dan Sari (2018) dan Hasanah, Ludiana, Immawati dan Livana (2020) mayoritas mahasiswa kedokteran juga dapat mengalami stres dikarenakan kurang mampu menyesuaikan dan menyalurkan diri dengan tuntutan akademik, tekanan akademis, kemungkinan

mendapatkan paparan dari pasien dalam praktek klinik, kendala keuangan, dan kurang tidur. Sehingga, adanya dukungan sosial ketika mahasiswa mengalami hal tersebut akan menjadi suatu bantuan yang sangat besar.

Selain itu, tingkat stres kategori berat paling banyak dialami oleh mahasiswa angkatan 2019. Hal ini dapat terjadi karena angkatan 2019 (semester empat), mulai mengalami peningkatan jadwal perkuliahan dan tugas kuliah yang memicu timbulnya stres dikarenakan mahasiswa tidak mampu mengatur jadwal belajar (Lestari & Sarwinanti, 2017; Livana, Mubin & Basthomi, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi yaitu 0,000 ($p < 0,005$) dan nilai koefisien korelasi (r) yaitu $-0,364$. Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dengan kekuatan korelasi lemah dan arah hubungan korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lestari dan Sarwinanti (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres dengan arah negatif dan memiliki kekuatan hubungan yang rendah. Penelitian Lola (2017) juga menunjukkan hasil adanya hubungan antara dukungan sosial dan stres dengan arah hubungan negatif dan kekuatan korelasi kuat. Perbedaan hasil kekuatan hubungan dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya stres yang dialami masih mampu ditangani, ataupun dukungan sosial yang diterima kurang bermanfaat atau berpengaruh terhadap individu. Hal ini berkaitan dengan dua hal yang perlu dipahami oleh individu ketika memberikan dukungan sosial yaitu jumlah sumber yang

tersedia dan tingkat kepuasan individu akan dukungan sosial yang diterima (Fani & Latifah, 2012; Suarya dkk, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Laksmiwati (2013) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental dengan stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. Meskipun dukungan informatif tidak menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan, namun diakhir disimpulkan bahwa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif mampu mempengaruhi stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang jika diberikan secara bersama-sama. Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun jenis dukungan sosial yang diterima berbeda-beda, tetapi sesuai dengan yang dibutuhkan oleh mahasiswa maka akan menimbulkan dampak yang baik bagi mahasiswa tersebut.

Penelitian tersebut juga sesuai dengan pernyataan Sarafino dan Smith (2020) yang menyebutkan bahwa meskipun dukungan mungkin diberikan atau tersedia bagi individu namun individu mungkin tidak menganggapnya sebagai suatu dukungan. Hal ini dapat terjadi karena kemungkinan bantuan atau dukungan yang diberikan tidak mencukupi, jenis dukungan salah, atau mungkin tidak membutuhkan dukungan. Apabila individu tidak menganggap bantuan atau dukungan tersebut sebagai suportif, maka kecil kemungkinannya untuk dapat mengurangi stres yang dialami seseorang (Sarafino & Smith, 2020; Sari, 2020). Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap stres yang dialami individu, yang dalam penelitian ini dilakukan pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani pembelajaran secara daring.

KESIMPULAN DAN SARAN

Mayoritas responden mempunyai dukungan sosial yang tinggi yaitu sebanyak 210 mahasiswa (61,6%). Mayoritas responden mengalami stres kategori sedang yaitu sebanyak 220 mahasiswa (64,5%). Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres saat pembelajaran daring pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana dengan arah negatif dan kekuatan korelasi lemah.

Bagi mahasiswa dapat lebih saling peduli, mendukung, memotivasi dan membantu satu sama lain. Bagi institusi agar lebih mensosialisasikan kepada mahasiswa terkait tujuan dan manfaat dari adanya pembimbing akademik (PA) di suatu prodi sehingga mahasiswa yang mempunyai suatu masalah dapat berkonsultasi atau bercerita sesuai tujuan dibuatnya program PA tersebut. Harapannya masalah tersebut tidak sampai mengganggu akademik mahasiswa. Serta bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait faktor lain yang mempengaruhi stres saat pembelajaran daring selain dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, J. N. (2016). *Pengaruh terapi guided imagery terhadap tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi*. Naskah Publikasi, Universitas Airlangga
- Aji, R. H. S. (2020). Dampak Covid-19 pada pendidikan di Indonesia: sekolah, keterampilan, dan proses pembelajaran. *SALAM; Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7(5), DOI: 10.15408/sjsbs.v7i5.15314
- Anwar, A. A. & Tuhuteru, A. (2020). Ale rasa beta rasa: Covid-19 dan pembelajaran daring mahasiswa FISK IAKN Ambon. *Jurnal Emik*, 3(1)
- Cohen, S. & Syme, S. L. (Eds.). (1994). *Social Support and Health*. Orlando, Florida: Academic Press
- Christiana, E. (2020). Burnout akademik selama pandemi Covid 19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, ISSN: 2579-9908
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental*, 124. Jakarta: Duta Media Publishing
- Fani, K. & Latifah, N. A. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri

- remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1)
- Hasanah, U., Ludiana., Immawati. & Livana, PH. (2020). Gambaran psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran selama pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299-306
- Hianto, S. & Shanti, T. I. (2018). Dinamika stress, strategi coping, dan dukungan sosial yang diharapkan mahasiswa skripsi di Universitas XYZ. *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 41-60
- Info Corona Pemerintah Provinsi Bali. (2021). *Provinsi Bali Tanggap Covid-19*. Diakses melalui <https://infocorona.baliprov.go.id/>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *SE Mendikbud: pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah untuk mencegah penyebaran Covid-19*. Diakses melalui <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>
- Lestari, S. & Sarwinanti. (2017). *Hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi D IV bidang pendidikan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. Naskah Publikasi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
- Livana, PH., Mubin, M. F. & Basthomi, Y. (2020). "Tugas pembelajaran" penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208, e-ISSN 2621-2978
- Lola, Y. K. (2017). *Hubungan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa preklinik keperawatan Universitas Andalas tahun 2016*. Diploma Thesis, Universitas Andalas
- Majrika, R. Y. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja SMA di SMA Yogyakarta*. Naskah Publikasi, Universitas Islam Indonesia
- Maulidia, A. N. & Prihasuti. (2017). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self efficacy menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII SMA X. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 6(4), 74-81. E-ISSN: 2301-7104
- Maulina, B. & Sari, D. R. (2018). Derajat stres mahasiswa baru fakultas kedokteran ditinjau dari tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 1-5
- Nasution, D. A. D., Erlina. & Muda, I. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap perekonomian Indonesia. *Jurnal Benefita*, 5(2)
- Pratiwi, I. H. & Laksmiwati, H. (2013). Pengaruh dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif terhadap stres pada remaja di Yayasan Panti Asuhan Putra Harapan Asrori Malang. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1)
- Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A. & Hadi, C. (2018). Konsep Dukungan Sosial. *Artikel Filsafat Ilmu Psikologi Sosial*, Universitas Airlangga
- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology. Biopsychosocial interaction 3th Edition*. New York: John Wiley & Sons, Inc
- Sarafino, E. P. & Smith, T. W., King, D. B. & Longis, A. D. (2020). *Health Psychology. Biopsychosocial Interaction 2nd Canadian Edition*. Canada: John Wiley & Sons Canada, Ltd
- Sari, M. K. (2020). Tingkat stres mahasiswa S1 keperawatan tingkat satu dalam menghadapi wabah Covid-19 dan perkuliahan daring di Stikes Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pemenang*, 2(1)
- Satria. (2019). Perbedaan pola dukungan sosial dalam masyarakat komunal dan non-komunal. *Article UGM*. Diakses melalui <https://ugm.ac.id/id/berita/17640-perbedaan-pola-dukungan-sosial-dalam-masyarakat-komunal-dan-non-komunal>
- Suciani, D., Rozali, Y. A. & Safitri. (2014). Hubungan dukungan Sosial dengan motivasi belajar pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(2)
- Universitas Indonesia. (2020). *Sumber-Sumber Belajar Daring*. Diakses melalui <https://www.ui.ac.id/sumber-belajar-daring.html>
- Wakhudin, dkk. (2020). *Covid-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif*. Yogyakarta: MBridge Press
- World Health Organization. (2021). *Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic*. Diakses melalui https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQjw59n8BRD2ARIsAAmgPmLr8vRW36f5nuT15yz79D7lvWDUTYKOZAHk6eKmnFbkv8cFkDmGLgw_aArrZEALw_wcB
- World Health Organization. (2021). *Update on Coronavirus Disease in Indonesia*. Diakses melalui <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived. *Journal of Personality*

Assessment, 52(1), 30-41,
DOI:[10.1080/00223891.1990.9674095](https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674095)