

Pengaruh pemanfaatan pembimbing Akademik terhadap pencegahan stres pada Mahasiswa tahun pertama: suatu studi kasus kontrol di Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Estivana Felaza, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20339985&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar belakang: Sepanjang proses pendidikan, mahasiswa menghadapi berbagai stressor. Mahasiswa tahun pertama berada pada masa transisi dari sistem pembelajaran di sekolah lanjutan yang bersifat pedagogis menjadi Sistem yang lebih mandiri di perguruan tinggi. Pada tahap ini dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri agar dapat menjalani pendidikan secara optimal. Peran Pembimbing Akademik (PA) sangat diperlukan pada proses penyesuaian ini, diantaranya untuk mencegah terjadinya stres. Stres berlebihan mengganggu pembelajaran, menghambat keberhasilan studi, bahkan menimbulkan gangguan psikologis, berupa kecemasan dan depresi. Karenanya, upaya menangani stres dengan benar perlu dibiasakan pada mahasiswa, di antaranya dengan membentuk sistem dukungan yang kuat. Untuk mendukung penanganan stres mahasiswa perlu adanya suatu penelitian untuk mencari kaitan antara efektivitas pemanfaatan PA dengan stres pada mahasiswa tahun pertama di FKUI.

Metode: Penelitian bersifat kuantitatif dengan desain kasus kontrol. Pengumpulan data melalui pengisian kuesioner dipakai untuk memperoleh gambaran pemanfaatan pembimbing akademik dengan menggunakan Mentorship Effectiveness Scale (MES) serta tingkat stres mahasiswa dengan menggunakan General Health Questionnaire 12 (GHQ-12). Mahasiswa digolongkan menjadi kelompok yang mengalami stres (kasus) dan kelompok tanpa stres (kontrol), untuk selanjutnya ditelusuri efektivitas pemanfaatan PA oleh mahasiswa yang bersangkutan. Faktor lain, yaitu kepribadian dan strategi coping, juga diteliti kaitannya dengan kejadian stres.

Hasil: Responden yang mengembalikan kuesioner berjumlah 175 mahasiswa dari jumlah total 243 mahasiswa tahun pertama (response rate 72.0%). Ditemukan 47 mahasiswa dalam kelompok kasus (prevalensi stres 26.8%) dan 94 mahasiswa tanpa stres dipilih secara acak sebagai kontrol. Mahasiswa yang memanfaatkan PA secara efektif lebih sedikit yang mengalami stres dibandingkan mahasiswa yang tidak memanfaatkan PA secara efektif, namun tidak bermakna secara statistik (89.4% vs 95.7%, $p > 0.05$, OR 0.160). Faktor lain yang mempengaruhi kejadian stres adalah extraversion (38.3% vs 57.4%, $P < 0.05$, OR 2.175) dan conscientiousness (44.7% vs 26.6%, $p < 0.05$, OR 0.446) sebagai variabel kepribadian; serta ventilasi (48.9% vs 26.6%, $p < 0.05$, OR 0.378) dan penggunaan humor (59.6% vs 76.6%, $p < 0.05$, OR 2.221) sebagai strategi coping.

Simpulan: Pembimbing Akademik sebagai sistem dukungan mahasiswa dapat digunakan untuk mencegah kejadian stres pada mahasiswa tahun pertama dengan memanfaatkannya secara efektif, terutama dengan melatih mahasiswa menggunakan strategi coping yang sesuai.

.....During their education, students have to cope with numerous stressors. First year students are more prone to stress as they are still adapting to the new environment. While stressors on some level are needed to challenge and motivate, but if managed incorrectly it may disturb the learning process and might even cause mental disorder, such as depression. Mentoring as a form of support systems is needed to assist first year students upon settling in and help them cope with stressors in their new academic life. This study is

conducted to determine the effect of academic mentoring on preventing stress in first year medical students. Several attributes, such as personality, and coping strategy in relation to stress are also analyzed.

Method: This is a quantitative study using case-control approach. Students are divided into two groups, with the students experiencing stress as the case group, and those without stress as the control group.

Effectiveness of mentoring are measured using the Mentorship Effectiveness Scale, while the occurrence of stress are determined by General Health Questionnaire-12 (GHQ-12). Each group are further analyzed on the effectiveness of mentoring process and several attributes related to stress such as personality and coping strategy used.

Result: Of the total 243 first year students in FMUI, 175 responded to our questionnaire, given the response rate of 72.0%. We found 47 cases, resulting in prevalence rate of 26.8%. From the rest of the respondents, 94 students were chosen randomly to act as the control group. Students with effective mentoring were less likely to develop stress, although it failed to show significant relationship between the two variables (89.4% vs 95.7%, $p > 0.05$, OR 0.160). Other factors such as extraversion (38.3% vs 57.4%, $P < 0.05$, OR 2.175) and conscientiousness (44.7% vs 26.6%, $p < 0.05$, OR 0.446), as part of personality; as well as ventilation (48.9% vs 26.6%, $p < 0.05$, OR 0.378) and use of humor (59.6% vs 76.6%, $p < 0.05$, OR 2.221) as coping strategies significantly affected the occurrence of stress.

Conclusion: Mentoring as part of the support system can be utilized to help preventing stress in first year medical students directly by forming effective mentoring relationship, especially by teaching them in using the right coping strategy.