

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA KEDOKTERAN YANG SEDANG MENJALANI MASA KOAS

Adilla Kurnia¹, Yolivia Irna Aviani²

^{1,2}Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
Email: adillakrn@gmail.com

Article History

Received: 03-11-2025

Revision: 14-01-2026

Accepted: 17-01-2026

Published: 19-01-2026

Abstract. Stress is one of the significant psychological problems among medical students undergoing clinical internship (koas). This condition can be triggered by academic demands, clinical practice burdens, and social interaction dynamics in the educational and healthcare environments. One factor that is thought to be related to the stress levels of koas students is the social support they receive from their surroundings. This study aims to determine the relationship between social support and stress levels among general medical coas students in West Sumatra. This study uses a quantitative approach with a correlational design. Data collection was conducted using a Likert scale through the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ), which consisted of 39 statements, and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), which consisted of 11 statements. The research sample consisted of 113 medical students. Data analysis was performed using Spearman's rho correlation test. The hypothesis test results showed a correlation coefficient of -0.794 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These results indicate a strong negative relationship between social support and stress levels among medical students in West Sumatra, meaning that the higher the social support received by students, the lower their stress levels, and vice versa.

Keywords: Social Support, Stress, Clinical Clerkship Students

Abstrak. Stres merupakan salah satu permasalahan psikologis yang signifikan pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani tahap kepaniteraan klinik (koas). Kondisi ini dapat dipicu oleh tuntutan akademik, beban praktik klinik, serta dinamika interaksi sosial di lingkungan pendidikan dan layanan kesehatan. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa koas adalah dukungan sosial yang diterima dari lingkungan sekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa koas kedokteran umum di Sumatera Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Likert melalui *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) yang terdiri atas 39 butir pernyataan dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang terdiri atas 11 butir pernyataan. Sampel penelitian berjumlah 113 mahasiswa koas. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*. Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi sebesar $-0,794$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat antara dukungan sosial dan tingkat stres pada mahasiswa koas kedokteran umum di Sumatera Barat, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat stres yang dialami, dan sebaliknya.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Stres, Mahasiswa Koas

How to Cite: Kurnia, A., & Aviani, Y. I. (2026). Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres pada Mahasiswa Kedokteran yang Sedang Menjalani Masa Koas. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 7 (1), 662-672. <https://doi.org/10.54373/imeij.v7i1.5025>

PENDAHULUAN

Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok mahasiswa yang menghadapi tuntutan akademik dan profesional yang lebih kompleks dibandingkan program studi lain. Pendidikan kedokteran menuntut mahasiswa untuk menyelesaikan tahap preklinik selama kurang lebih empat tahun, kemudian dilanjutkan dengan tahap kepaniteraan klinik (koas) selama sekitar dua tahun sebagai prasyarat untuk memperoleh gelar dokter (Amaranggani et al., 2021). Pada tahap koas, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan klinis, tetapi juga harus mampu beradaptasi dengan lingkungan kerja rumah sakit, interaksi dengan pasien, serta hubungan hierarkis dengan tenaga medis senior. Kondisi ini menjadikan mahasiswa koas rentan mengalami stres psikologis.

Stres pada mahasiswa koas merupakan isu penting karena dapat berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis, performa akademik, serta kualitas pelayanan klinis yang diberikan. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), stres muncul ketika individu menilai bahwa tuntutan lingkungan melebihi sumber daya yang dimilikinya untuk mengatasi tuntutan tersebut. Dalam konteks kepaniteraan klinik, tuntutan akademik yang tinggi, beban kerja yang berat, tekanan evaluasi dari konsulen, serta dinamika sosial di lingkungan rumah sakit berpotensi menjadi stresor yang signifikan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran sering mengalami tingkat stres yang tinggi selama masa koas, yang ditandai dengan kelelahan emosional, kecemasan, dan penurunan motivasi belajar (Dyrbye et al., 2010; Crowe et al., 2017).

Hasil studi awal yang dilakukan melalui wawancara dan survei pendahuluan pada mahasiswa koas di Sumatera Barat menunjukkan adanya tekanan yang cukup intens selama masa koas. Mahasiswa melaporkan beban tugas yang berbeda antar stase, tuntutan akademik yang tinggi, serta pengalaman interaksi negatif dengan tenaga medis senior. Interaksi yang bersifat merendahkan, intimidatif, atau penuh tekanan diketahui dapat meningkatkan stres dan kelelahan emosional pada mahasiswa kedokteran (Crowe et al., 2017). Selain itu, tuntutan kerja yang panjang, keterbatasan waktu istirahat, serta konflik peran di lingkungan klinis juga berkontribusi terhadap kelelahan fisik dan psikologis, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Sonnentag dan Fritz (2015) serta Sliskovic (2017).

Tidak hanya tekanan eksternal, faktor interpersonal dalam kelompok koas juga turut memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Kesulitan dalam mengekspresikan emosi negatif, ketakutan akan konflik, serta minimnya dukungan emosional dari rekan sejawat dapat menyebabkan akumulasi stres yang berdampak pada penurunan konsentrasi dan kualitas kinerja klinis. Gross (2015) menegaskan bahwa kegagalan dalam regulasi emosi dapat

menurunkan performa individu dan meningkatkan risiko stres berkepanjangan. Hal ini diperkuat oleh temuan Dyrbye et al. (2010) yang menyatakan bahwa tekanan emosional yang tidak tertangani pada mahasiswa kedokteran berpotensi mengganggu kemampuan mereka dalam menjalankan tugas klinis secara optimal.

Dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut, dukungan sosial dipandang sebagai salah satu faktor protektif yang penting. Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) yang mengurangi dampak negatif stres terhadap kesehatan mental. Dukungan sosial dapat bersumber dari keluarga, teman sebaya, maupun tenaga profesional di lingkungan kerja (Ganster et al., 1986). Mahasiswa koas yang merasa didukung secara emosional dan instrumental cenderung lebih mampu mengelola stres dan mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan perasaan terisolasi dan memperburuk respons stres (Misra & Castillo, 2004).

Meskipun hubungan antara stres dan dukungan sosial telah banyak dikaji pada mahasiswa secara umum, penelitian yang secara khusus menelaah hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada mahasiswa koas kedokteran masih relatif terbatas, terutama di wilayah Sumatera Barat. Padahal, Sumatera Barat memiliki beberapa institusi pendidikan kedokteran dengan karakteristik budaya lokal yang menjunjung tinggi nilai kebersamaan dan solidaritas sosial. Kondisi ini menjadi konteks yang menarik untuk diteliti, karena dukungan sosial dalam budaya kolektivistik berpotensi memainkan peran yang berbeda dalam membantu mahasiswa menghadapi stres akademik dan klinis.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting untuk dilakukan guna mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui tingkat stres pada mahasiswa kedokteran yang menjalani masa koas di Sumatera Barat; (2) mengetahui tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa koas; dan (3) menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran selama masa kepaniteraan klinik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program dukungan dan intervensi psikososial untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa kedokteran selama masa pendidikan klinis.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode korelasional, penelitian yang menggunakan metode korelasional adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan antar satu variabel dengan variabel lainnya secara statistik

tanpa adanya pengaruh variabel asing (Creswell, 2014). Populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatra barat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel *incidental*, yang mana teknik ini digunakan pada siapa saja yang kebetulan dijumpai peneliti saat mengadakan penelitian, asalkan ada hubungannya dengan tema penelitiannya. Mengingat jumlah pasti populasi mahasiswa koas di Sumatra Barat tidak diketahui secara pasti, maka jumlah minimal sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 97 responden.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner atau angket. Kuesioner berupa pertanyaan tertutup menggunakan skala likert. Pada skala likert terdapat item *favorable* dan *unfavorable*, dengan empat pilihan jawaban yaitu “Sangat Setuju,” “Setuju,” “Tidak Setuju,” dan “Sangat Tidak Setuju.” Peneliti menggunakan dua skala likert yaitu skala dukungan sosial dan skala stres.

Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial berdasarkan aspek oleh Zimet (1988) yaitu, MSPSS (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*). Kemudian diadaptasi oleh Sulistiani et al., (2022) sesuai dengan aspek dukungan keluarga, teman, dan orang penting lainnya (*significant others*). Skala ini bergerak dari skor 1 (sangat tidak setuju) sampai 7 (sangat setuju), semua item dukungan sosial merupakan item *favourable*.

Tabel 1. Indikator dukungan sosial

Aspek	Item	Jumlah
Family	3,6,9	3
Friends	1,4,7,10	4
Significant Others	2,5,8,11	4
Total		11

Skala Stres

Skala stres yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang dikemukakan oleh Yusoff & Rahim (2010), yaitu *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ). Skala ini memiliki 5 alternatif pilihan jawaban, diantaranya 0 (tidak menyebabkan stres), 1 (sedikit menyebabkan stres), 2 (cukup menyebabkan stres), 3 (sangat menyebabkan stres), 4 (sangat menyebabkan stres).

Tabel 2. Indikator stres

Aspek	Item	Jumlah
ARS (<i>Academic Related Stres</i>)	1,6,8,11,2,16,9,4,5,7,10,3	12
IRS (<i>Interpersonal Relationship Stres</i>)	24,26,29,25,27,30,28	7
TLRS (<i>Teaching Learning Related Stres</i>)	19,33,35,18,21,34,36	7
SRS (<i>Social Related Stres</i>)	22,17,20,23,38,37	6
DRS (<i>Drive Related Stres</i>)	32,31,39	3
GARS (<i>Group Activity Related Stres</i>)	12,13,15,14	4
Total		39

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik analisis korelasi spearman's rho. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kekuatan dan hubungan antara dua variabel, yaitu variabel dukungan sosial dan stres pada mahasiswa koas (Sugiyono, 2017). Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 25.0 for Windows 10.

HASIL

Analisis Deskriptif

Deskripsi data dilakukan untuk mengetahui informasi dari data yang diperoleh selama melakukan penelitian. Pada bagian ini ditampilkan nilai rata-rata hipotetik dan rata-rata empiris, yang mana nilai ini di peroleh dari dua skala antara lain skala dukungan sosial dan skala stres. Analisis deskripsi pada penelitian ini disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 3. Statistik deskriptif variabel dukungan sosial dan stres

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Dukungan sosial	11	77	44	11	22	76	51.63	17.143
Stres	0	156	78	26	18	138	82.02	41.446

Berdasarkan tabel diatas dapat di ketahui bahwa mean empirik variabel dukungan sosial pada mahasiswa koas di Sumatera Barat adalah 51.63, sedangkan mean hipotetiknya adalah 44, yang mana hal ini menunjukkan bahwa mean empirik dari variabel dukungan sosial lebih besar dibandingkan dengan mean hipotetik. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh subjek penelitian ini cenderung berada di tingkat tinggi. Kemudian untuk mean empirik variabel stres adalah 82.02, sedangkan untuk mean hipotetiknya adalah 78. Sama halnya dengan variabel dukungan sosial, variabel stres juga memiliki mean empiric yang lebih tinggi dari pada mean hipotetiknya. Dimana hal ini menunjukkan bahwa stres yang dirasakan oleh mayoritas subjek penelitian cukup tinggi. Maka dapat disimpulkan penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial dan tingkat stres yang tinggi.

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2014). Uji normalitas dilakukan menggunakan kolmogrov-smirnov. Jika nilai signifikansi $P > 0,05$ maka data dapat dikatakan berdistribusi normal, dan jika nilai signifikansi $p < 0,05$ maka data dinilai tidak berdistribusi normal. Dalam uji normalitas ini, peneliti menggunakan bantuan program spss versi 25.0 Berikut hasil uji normalitas dar kedua variabel penelitian.

Tabel 4. Hasil uji normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X	.154	113	.000	.907	113	.000
Y	.157	113	.000	.864	113	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil pada uji normalitas diatas menunjukkan nilai signifikansi variabel X (dukungan sosial) dan variabel Y (stres) memiliki nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,005$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal. Dikarenakan tidak berdistribusi normal, maka analisis statistik yang akan digunakan selanjutnya dalam penelitian ini adalah statistic nonparametric, yaitu uji korelasi Spearman's rho.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan sosial dengan stres. Dikarenakan data penelitian ini tidak berdistribusi normal, maka uji korelasi dilakukan menggunakan Spearman's rho, berikut hasilnya.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

			X	Y
Spearman's rho	X	Correlation Coefficient	1.000	-.794**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	113	113
	Y	Correlation Coefficient	-.794**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	113	113

Melalui tabel diatas dapat dilihat nilai koefisien korelasi sebesar -0.794, dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif ini menunjukkan bahwa arah hubungan variabel dukungan sosial dan stres bersifat negative yang

berarti peningkatan variabel stres diikuti dengan penurunan dukungan sosial, begitupun sebaliknya. Dengan demikian melalui nilai signifikansi dan nilai koefisien korelasi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negative antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat, hipotesis alternatif (Ha) diterima, sedangkan hipotesis nol (H₀) ditolak.

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan sosial dan stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat. Analisis korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Spearman's rho, melalui hasil tersebut diperoleh nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan koefisien korelasi sebesar (-0.794) sehingga dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan H₀ ditolak, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andharini et al., (2015) yang menyatakan bahwa adanya hubungan dukungan sosial dengan stres pada siswa akselerasi.

Berdasarkan nilai koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu sebesar (-0.794) dapat diketahui bahwa arah hubungan antara variabel dukungan sosial dengan stres bersifat negatif, yang mana tinggi nya dukungan sosial pada responden diikuti dengan rendah nya tingkat stres yang dialami, begitupun sebaliknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aziz et al., (2023) yang mana hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa di bidang ilmu kesehatan.

Hasil analisis dukungan sosial pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang diterima berada dalam kategori tinggi. Hal tersebut dapat diketahui dari data yang diperoleh, dari 113 orang responden, sebanyak 57 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase (50.4%). Tingkat dukungan sosial yang tinggi menunjukkan bahwa responden merasa diperhatikan, dipedulikan, dibantu, dan didukung oleh orang lain (Sarafino, 2014), sehingga apabila responden merasa tertekan selama periode koas berlangsung, mereka percaya bahwa orang-orang terdekat siap membantu mereka menghadapi tekanan itu baik tekanan akademik, ataupun tekanan selama praktik klinik dan mahasiswa koas menjadi lebih mampu mengelola tekanan yang dialami dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Cohen & Wills (1985) bahwa dukungan sosial memiliki peran yang penting dalam mengurangi dampak

negative stres terhadap kesehatan mental. Kemudian penelitian oleh Misra & Castillo (2004) menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa dapat berkurang apabila mereka merasa memiliki jaringan sosial yang suportif.

Penelitian ini menggunakan skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk variabel dukungan sosial, yang mana terdiri dari aspek dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang penting lainnya (*Significant Others*). Dari hasil penelitian berdasarkan aspek dukungan sosial menunjukkan bahwa pada semua aspek responden berada pada kategori dukungan sosial sedang. Pada aspek dukungan keluarga menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa koas mayoritas berada pada kategori sedang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa koas merasa cukup diperhatikan, diberikan bantuan, dan keterlibatan anggota keluarga dalam memberikan dukungan emosional dan praktis ketika individu menghadapi kesulitan, meskipun belum optimal. Pada aspek dukungan teman, mahasiswa koas merasa adanya teman yang siap membantu dan mendukung ketika mereka menghadapi kesulitan akademik dan praktik klinik, teman ini bisa saja berupa teman diluar lingkungan koasnya, ataupun didalam lingkungan koas, namun intensitas dukungan teman ini masih berada pada tingkat sedang. Sedangkan untuk aspek dukungan orang penting lainnya (*significant others*), mahasiswa koas merasa adanya dukungan emosional dari pasangan, mentor di tempat koas, dosen, dan orang terdekat lainnya, meskipun dukungan yang diterima belum maksimal. Kondisi ini berarti dukungan sosial yang berada pada kategori sedang tetap dapat membantu mahasiswa koas menghadapi stres dari tekanan akademik dan praktik klinik meskipun belum sepenuhnya optimal.

Tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa berdasarkan skala *MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire)* sebagian besar berada paling banyak di kategori sedang, yaitu sebanyak 53 responden (46.9%), hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden penelitian ini masih mengalami tekanan dari beban akademik dan praktik klinik, namun tidak pada tingkat yang ekstrem. Berdasarkan kategorisasi aspek *MSSQ* diketahui bahwa responden mendominasi tingkat sedang pada seluruh aspek yang ada. Kemudian setelah kategori sedang dengan jumlah responden paling banyak, kategori tinggi tetap muncul sebagai urutan kedua pada aspek *IRS*, *TLRS*, *DRS*, dan *GARS*. Sedangkan untuk aspek *SRS* memiliki jumlah responden yang sama antara kategori rendah dan tinggi. Terakhir untuk aspek *ARS*, setelah kategori sedang, yang memiliki responden paling banyak yaitu di kategori rendah sebanyak 33 (29.2%) responden, dan sisanya berada di kategori tinggi 27 (23.9%) responden. Melalui hasil pengkategorian skala *MSSQ*, variasi kategori tingkatan stres ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa koas menerima dukungan sosial dalam tingkat sedang, namun beberapa tekanan

akademik Pratik klinik lainnya masih mempengaruhi aspek-aspek stres tertentu, hal ini menyebabkan sebagian mahasiswa masih mengalami stres pada level sedang.

Hasil uji korelasi spearman's rho menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan, semakin rendah tingkat stres yang dialami, hal ini sejalan dengan teori Lazarus & Folkman (1984) yang menyatakan bahwa dukungan sosial bisa membantu individu mengurangi persepsi stres yang dirasakan. Maka dari itu dukungan sosial yang berada pada kategori sedang masih dapat menimbulkan stres pada tingkat kategori yang sedang juga. Hal ini menggambarkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berperan dalam memberikan dukungan emosional, tetapi juga menjadi penyangga dari tekanan akademik dan praktik klinik yang tinggi.

Situasi ini bisa dijelaskan melalui pandangan bahwa mahasiswa yang merasakan adanya dukungan dari lingkungan sosialnya lebih mampu mengelola tekanan psikologisnya dan menyesuaikan dirinya dengan tuntutan akademik dan prakiliki yang ia alami. Sedangkan dukungan sosial yang berada pada kategori sedang dapat membantu mengurangi tekanan tersebut namun belum secara optimal menurunkan stres dari seluruh aspek yang ada. Menurut teori Stress, Appraisal and Coping Theory dari Lazarus & Folkman (1984) stres yang dialami individu tidak hanya dipengaruhi oleh sumber dukungan sosial namun juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti beban tugas, jam kerja selama koas, pengalaman belajar, dan kemampuan individu dalam mengatasi masalah juga mempengaruhi cara mahasiswa koas menghadapi stres. Oleh karena itu, variasi tingkat stres dalam berbagai aspek masih terlihat meskipun tingkat dukungan sosial yang dimiliki terlihat cukup baik.

Hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan dengan memperhatikan adanya keterbatasan. Seperti penggunaan teknik sampel convenience, pengukuran yang bergantung pada persepsi mahasiswa, serta kurangnya faktor lain yang mungkin saja mempengaruhi stres, seperti lingkungan klinik, kondisi fisik, atau perbedaan dalam pengalaman individu masing-masing. Meskipun demikian, temuan ini tetap dapat menjadi landasan bagi lembaga pendidikan untuk mengembangkan program intervensi psikososial seperti konseling, dukungan sesama mahasiswa rekan koas agar kesehatan mental mereka lebih terjaga. Dengan demikian, disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak hanya membantu mahasiswa koas dalam menghadapi tekanan akademik dan praktik klinik selama koas, namun juga meningkatkan kemampuan mereka untuk mengelola stres dengan lebih baik, sehingga terciptanya keseimbangan emosional dan kesiapan mental mereka menjadi lebih optimal dalam menghadapi tantangan dalam masa praktik klinik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat maka dapat diambil kesimpulan:

- Dukungan sosial pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat berada pada kategori tinggi.
- Stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat berada pada kategori sedang.
- Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas di Sumatera Barat.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut.

1. Bagi mahasiswa kedokteran yang sedang menjalani masa koas, disarankan untuk membangun dan menjaga dukungan sosial yang positif dengan keluarga, teman sebaya, dan orang-orang terdekat agar memperoleh dukungan emosional dan praktis selama masa koas. Mahasiswa juga diharapkan mampu menerapkan strategi coping yang adaptif dalam menghadapi tuntutan akademik dan praktik klinik, serta tidak ragu untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan.
2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji variabel lain yang berpotensi memengaruhi tingkat stres mahasiswa koas, seperti kepribadian, kondisi lingkungan klinik, kesehatan fisik, atau strategi belajar. Selain itu, penggunaan desain penelitian yang berbeda, seperti longitudinal, eksperimen, atau kualitatif, dapat dipertimbangkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.
3. Bagi institusi pendidikan dan fasilitas pelayanan kesehatan tempat pelaksanaan koas, diharapkan dapat menyediakan program dukungan psikososial, seperti konseling atau mentoring, bagi mahasiswa koas. Selain itu, pengaturan jadwal praktik yang lebih seimbang juga perlu diperhatikan guna meminimalkan tingkat stres dan mendukung kinerja mahasiswa secara optimal selama masa kepaniteraan klinik.

REFERENSI

- Amaranggani, A. P., Prana, T. T., Arsari, N. M. C. D., Surbakti, A. M., & Rahmandani, A. (2021). Self-compassion dan negative emotional states pada mahasiswa kedokteran umum: hubungan dan prevalensi. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 215-230.
- Andharini, A. J., & Nurwidawati, D. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada siswa akselerasi. *Jurnal Character*, 3(2), 1-5.
- Aziz, N. A. A., Baharudin, N. S., & Alias, N. A. (2023). Association between stress and social support perceived among undergraduate health sciences student. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 30(3), 176.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- Crowe, S., Clarke, N., & Brugha, R. (2017). 'You do not cross them': hierarchy and emotion in doctors' narratives of power relations in specialist training. *Social Science & Medicine*, 186, 70-77.
- Dyrbye, L. N., Massie, F. S., Eacker, A., Harper, W., Power, D., Durning, S. J., ... & Shanafelt, T. D. (2010). Relationship between burnout and professional conduct and attitudes among US medical students. *Jama*, 304(11), 1173-1180.
- Ganster, D. C., Fusilier, M. R., & Mayes, B. T. (1986). Role of social support in the experience of stress at work. *Journal of applied psychology*, 71(1), 102.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological inquiry*, 26(1), 1-26.
- Gusman, H. (2019 Juni 11). "Prodi Mana yang Paling Diminati di SBMPTN?", <https://tirto.id/prodi-mana-yang-palingdiminati-di-sbmptn-ecaA>.
- Hakim, A. N., Kusumawati, A., Sakti, Y. B. H., & Qoimatun, I. (2023). Tingkat stres dan pencapaian kompetensi mahasiswa program profesi dokter: Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19(2), 173-186.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of stress management*, 11(2), 132.
- Sarafino, E. P. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). Wiley.
- Sonnentag, S., & Fritz, C. (2015). Recovery from job stress: The stressor-detachment model as an integrative framework. *Journal of organizational behavior*, 36(S1), S72-S103.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiani, W., Fajrianti, F., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of the Indonesian version of the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): A Rasch Model approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89-103.
- Yusoff, M. S. B., & Rahim, A. F. A. (Eds.). (2010). *The medical student stressor questionnaire (MSSQ) manual*. Universiti Sains Malaysia.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.