

**HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI
KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA**

SKRIPSI



Oleh:

Dinda Rahmadani

2208260251

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**

**HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI
KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA**

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
kelulusan Sarjana Kedokteran**



Oleh:

Dinda Rahmadani

2208260251

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

MEDAN

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama: Dinda Rahmadani

NPM: 2208260251

Judul Skripsi: **HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

Demikianlah pernyataan ini saya perbuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 26 Januari 2026



(Dinda Rahmadani)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Dinda Rahmadani

NPM : 2208260251

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehtan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas skripsi saya yang berjudul :

**HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN
DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

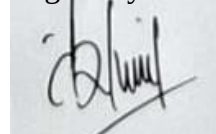
Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama teteap mencamtumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Medan

Pada Tanggal : 06 Desember 2025

Yang Menyatakan



(Dinda Rahmadani)

HALAMAN PERSETUJUAN



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Dinda Rahmadani
NPM : 2208260251
Prodi/Bagian : Pendidikan Dokter
Judul Skripsi: Hubungan Intensitas Keterlibatan Dalam Organisasi Mahasiswa dengan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Disetujui untuk disampaikan kepada panitia ujian
Medan, 12 Juni 2025
Pembimbing,

(dr. Yulia Afrina Nst, M.KM, Sp. KKL)
NIDN: 010604840

Unggul | Cerdas | Terpercaya

HALAMAN PENGESAHAN



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217 Telp. (061) 7350163 – 7333162 Ext.
20 Fax. (061) 7363488
Website : fk@umsu.ac.id



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Dinda Rahmadani

NPM : 2208260251

Judul : Hubungan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan dengan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing

(dr. Yulia Afrina Nst, M.KM, Sp. KKLP)

Penguji 1

(dr. Said Munazar Rahmat, M.K.T., M.K.M., AIFO-K)

Mengetahui,

Penguji 2

(dr. Ratih Yulistika Utami, M.Med.Ed)

Dekan FKIK UMSU

(dr. Siti Mashana Siregar, Sp. THF-KL, Subsp. Rino(K))

NIDN : 0106098201

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter
FKIK UMSU

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)

NIDN : 0112098605

Ditetapkan di : Medan

Tanggal : 06 Desember 2025

KATA PENGANTAR

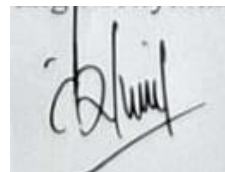
Alhamdulillah puji Syukur saya ucapkan atas Rahmat Allah Subhanahu Wata'ala karena berkat Rahmat dan izinnya saya akhirnya bisa menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran saya diFakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Saya sadar bahwa tidak akan mampu saya sampai pada tahap ini jika bukan karena bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan tulus saya mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Orang tua saya yang sangat saya sayangi dan cintai, terimakasih kepada mama dan ayah atas semua pengorbanan, kasih sayang dan doa yang sampai kapanpun tidak akan pernah bisa saya balas. Terimakasih karena telah menjadi orang tua saya yang selalu mendukung dan memberikan saya semangat dalam setiap keadaan. Karena ridho dan harapan merekalah saya bisa bertahan hingga saat ini.
2. dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. dr. Hervina Sp. KK, MKM sebagai dosen pembimbing akademik yang telah memberikan nasehat dan membimbing saya selama masa pendidikan dokter.
5. dr. Yulia Afrina Nst, M.KM, Sp. KKLP selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya, serta memberikan semangat dan dukungan moral yang sangat berarti bagi saya sepanjang proses pengerjaan skripsi.
6. dr. Said Munazar Rahmat, M.K.T., M.K.M., AIFO-K selaku dosen penguji 1 yang telah bersedia meberikan saran, kritik dan masukan dalam proses penelitian ini.
7. dr. Ratih Yulistika Utami, M.Med Ed selaku dosen penguji 2 yang telah bersedia meberikan saran, kritik dan masukan dalam proses penelitian ini.

8. Abang saya Iman Sopandri dan Kakak saya Lisdamayasari yang telah Ikhlas mendukung dan mendoakan saya selama masa pendidikan saya. Terimakasih juga kepada Kakak saya Nina Misrika yang selalu menjadi pendengar dan pemberi nasehat dalam kehidupan saya serta terimakasih kepada bang Agus Maulana yang telah mendukung saya. Kemudian, terimakasih kepada anak-anak yang sangat saya sayangi, Bintang, Bhumi, dan Belva karena telah memberikan kebahagiaan dan menjadi penyejuk hati saya.
9. Nchen, Mira, dan Bina selaku sahabat saya dari awal perkuliahan hingga kini, terimakasih karena telah saling menjaga, mendukung dan selalu ada untuk saya. Serta terimakasih kepada Meta, Uni fella, dan shafa selaku teman dekat saya yang telah banyak membantu dan mendukung saya.
10. Pihak organisasi terkait yang telah membantu saya dalam mengumpulkan responden untuk penelitian ini.
11. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu penelitian ini.
12. Seluruh Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah sukarela memberikan ilmu bermanfaat.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan secara moral dalam penelitian ini.

Saya menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi ilmu pengetahuan dan semua pihak terkait.

Medan, 06 Desember 2025
Penulis,



Dinda Rahmadani

ABSTRAK

Pendahuluan: Stres akademik merupakan kondisi tekanan mental atau emosional akibat tuntutan dalam lingkungan pendidikan, yang banyak dialami mahasiswa kedokteran karena beban akademik yang tinggi dan jadwal yang padat. Keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dapat memberikan manfaat pengembangan diri, namun tuntutan waktu dan tanggung jawab yang besar berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan antara kewajiban akademik dan kegiatan organisasi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian berjumlah 84 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman. **Hasil:** Berdasarkan analisis data uji statistik korelasi Spearman dijumpai nilai $p > 0,226$ ($p > 0,05$) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Kemudian dijumpai nilai koefisien korelasi (ρ) yaitu $-0,134$ yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat lemah dari kedua variabel tersebut. **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan dengan arah hubungan negatif yang sangat lemah antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Mayoritas mahasiswa memiliki tingkat keaktifan berorganisasi yang tinggi, sementara tingkat stres akademik yang paling banyak dialami adalah stres sedang.

Kata kunci: keaktifan organisasi, mahasiswa kedokteran, organisasi kemahasiswaan, stres akademik

ABSTRACT

Introduction: Academic stress is a condition of mental or emotional pressure due to demands in the educational environment, which is often experienced by medical students because of the high academic load and busy schedule. Active participation in student organizations can provide self-development benefits, but the demands of time and significant responsibilities have the potential to create an imbalance between academic obligations and organizational activities. **Method:** This study used an observational analytical quantitative method with a cross-sectional design. The research subjects consisted of 84 students from the Faculty of Medicine and Health Sciences at Muhammadiyah University of North Sumatra who were active in student organizations. The sampling technique used consecutive sampling. Data were analyzed using Spearman correlation test. **Results:** Based on the analysis of Spearman correlation statistical test data, a p -value > 0.226 ($p > 0.05$) was found, indicating that there is no significant relationship. Then, a correlation coefficient (ρ) of -0.134 was found, indicating that there is a very weak negative relationship between the two variables. **Conclusion:** This study shows that there is no significant relationship, with a very weak negative direction, between involvement in student organizations and the level of academic stress among students of the Faculty of Medicine and Health Sciences at Muhammadiyah University of North Sumatra. The majority of students have a high level of organizational involvement, while the most common level of academic stress experienced is moderate stress.

Keywords: academic stress, medical students, student organizations, student organization activeness.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Perumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.3.1. Tujuan Umum	4
1.3.2. Tujuan Khusus	4
1.4. Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Stres Akademik	6
2.1.1. Definisi stres akademik	6
2.1.2. Faktor penyebab stres akademik	6
2.1.3. Klasifikasi tingkat stres	7

2.1.4.	Instrumen pengukuran tingkat stres	8
2.2.	Organisasi.....	9
2.2.1.	Definisi organisasi.....	9
2.2.2.	Bentuk organisasi kemahasiswaan FKIK UMSU	10
2.2.3.	Alat ukur keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan.....	10
2.3.	Kerangka Teori.....	12
2.4.	Kerangka Konsep	12
2.5.	Hipotesa.....	12
BAB 3 METODE PENELITIAN.....		13
3.1.	Definisi Operasional.....	13
3.2.	Jenis dan Rancangan Penelitian	13
3.3.	Tempat dan Waktu Penelitian	14
3.4.	Populasi dan Sampel Penelitian	14
3.4.1.	Populasi Penelitian	14
3.4.2.	Sampel Penelitian dan Besar Sampel	14
3.4.3.	Kriteria inklusi dan eksklusi	15
3.5.	Metode Pengumpulan Data	16
3.6.	Metode Pengolahan Data	19
3.7.	Metode Analisis Data	19
3.8.	Alur Penelitian	21
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....		22
4.1.	Hasil penelitian.....	22
4.1.1.	Karakteristik responden	22
4.1.2.	Distribusi tingkat stres berdasarkan domain stresor.....	23

4.1.3. Distribusi Frekuensi Tingkat stres mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara	24
4.1.4. Distribusi Frekuensi Keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara	25
4.1.5. Distribusi Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Keaktifan Organisasi	25
4.1.6. Hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik	26
4.2. Pembahasan.....	26
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	31
5.1. Kesimpulan	31
5.2. Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA	33

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi operasional	13
Tabel 3. 2 Waktu penelitian	14
Tabel 3. 3 Komponen pertanyaan kuesioner keaktifan berorganisasi.....	16
Tabel 3. 4 skoring kuesioner keaktifan berorganisasi	17
Tabel 3. 5 Nilai rentang tingkat keaktifan berorganisasi	17
Tabel 3. 6 Komponen pertanyaan MSSQ	18
Tabel 3. 7 Keterangan skor instrumen ARS.....	18
Tabel 3. 8 Nilai rentang tingkat stres akademik.....	18
Tabel 3. 9 Nilai koefisien korelasi Spearmann (ρ).....	20
Tabel 4. 1 Tabel karakteristik responden	22
Tabel 4. 2 Tingkat stres berdasarkan Domain ARS	23
Tabel 4. 3 Tingkat stres berdasarkan domain stresor	24
Tabel 4. 4 Tingkat stres mahasiswa di FKIK UMSU	24
Tabel 4. 5 Keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan di FKIK UMSU ..	25
Tabel 4. 6 Distribusi tingkat stres akademik berdasarkan keaktifan organisasi	25
Tabel 4.7 Hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik.....	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka teori	12
Gambar 2. 2 Kerangka konsep	12
Gambar 3. 1 Alur penelitian.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar persetujuan responden	39
Lampiran 2. Kuesioner MSSQ domain ARS	40
Lampiran 3. Kuesioner Keaktifan berorganisasi.....	43
Lampiran 4. Menentukan jumlah sampel dengan Gpower	45
Lampiran 5. Izin kode etik penelitian	46
Lampiran 6. Surat selesai penelitian	47
Lampiran 7. Data hasil penelitian	48
Lampiran 8. Lembar hasil SPSS	56
Lampiran 9. Kuesioner penelitian via Gform	61
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	69

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres dapat didefinisikan sebagai keadaan khawatir atau ketegangan mental yang disebabkan oleh situasi yang sulit. Stres merupakan respons alami manusia yang mendorong untuk menghadapi tantangan dan ancaman dalam hidup.¹ Dalam konteks lingkungan pendidikan, stres yang dialami mahasiswa umumnya dikenal sebagai stres akademik. Stres akademik adalah keadaan tekanan mental atau emosional yang disebabkan oleh ekspektasi, tuntutan internal maupun eksternal, serta berbagai tekanan dari dalam lingkungan Pendidikan.² Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akademik karena beban pembelajaran yang berat, jadwal yang padat, tuntutan nilai, serta ekspektasi dari lingkungan dan keluarga.³

Prevalensi kejadian stres secara global tergolong cukup tinggi. *World Health Organization (WHO)* melaporkan bahwa stres dialami oleh lebih dari 350 juta penduduk di dunia dan menempati peringkat keempat sebagai penyebab utama masalah kesehatan global¹. Data dari survei Naluri melaporkan sekitar 43% orang dewasa di Asia Tenggara mengalami stres.⁴ Sementara itu, berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 didapatkan data sekitar 2,8% kelompok usia 15-24 mengalami gangguan kesehatan mental.⁵

Stres bisa menjadi suatu yang mengancam pada mahasiswa karena berdampak buruk pada produktivitas, proses pembelajaran dan prestasi mahasiswa.⁶ Sebuah studi melaporkan 16,4% mahasiswa di kawasan Asia Tenggara mengalami stres akademik.⁷ Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Universitas King Khalid, Arab Saudi menunjukkan persentase rata-rata mahasiswa yang merasakan stres sedang hingga berat adalah 85,5%.⁸ Penelitian terdahulu yang dilakukan di Karachi, Pakistan pada tahun 2017 yang membandingkan tingkat stres antara mahasiswa kedokteran dengan mahasiswa non-kedokteran membuktikan

bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran secara signifikan lebih tinggi.⁹ Kondisi ini sejalan dengan padatnya jadwal serta besarnya tanggung jawab yang harus dijalani oleh mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran dituntut untuk terus belajar mengembangkan kapasitas intelektual dan meningkatkan kompetensi akademik sehingga berdampak terhadap kesehatan mental mereka.¹⁰ Sementara itu di Indonesia berbagai penelitian tentang tingkat stres akademik mahasiswa kedokteran telah dilakukan, misalnya penelitian di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi yang melibatkan 424 mahasiswa dari angkatan 2017–2019 menunjukkan bahwa 55%–56,6% mahasiswa mengalami stres akademik.¹¹ Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Surabaya pada tahun 2022 yang mendapatkan hasil bahwa stresor tertinggi mahasiswa kedokteran adalah stresor akademik.¹² Sedangkan penelitian lain dilakukan di Universitas Udayana pada tahun 2020 dan mendapatkan hasil 75% dari 384 mahasiswa mengalami stres sedang-berat selama menjalani masa studi.¹²

Meskipun dihadapkan dengan berbagai tekanan dan tuntutan akademik, sebagian mahasiswa kedokteran tetap memilih untuk aktif dalam berbagai organisasi kemahasiswaan. Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi diyakini dapat memberikan manfaat positif, seperti pengembangan *soft skills*, perluasan relasi dan peningkatan rasa percaya diri.¹³ Namun, di sisi lain keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan yang tinggi, dengan tuntutan waktu dan tanggung jawab yang besar berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan antara kewajiban perkuliahan dan kewajiban organisasi. Kondisi ini dapat menjadi sumber tekanan psikologis tambahan bagi mahasiswa kedokteran.¹⁴

Kajian mengenai hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik masih menunjukkan hasil yang beragam dan belum konklusif. Penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa partisipasi dalam organisasi mahasiswa dapat meningkatkan stres akademik akibat beban ganda. Sebagai contoh, penelitian oleh Sari pada tahun 2019 mendapatkan hasil bahwa

mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki presentase tingkat stres tertinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi.¹⁶ Penelitian lain yang sejalan dilakukan secara kualitatif oleh Kabiba dkk. pada tahun 2021 dan didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung mengalami konflik antar peran yang tidak teratasi.¹⁷

Namun di lain sisi aktif berorganisasi justru dapat membantu mengurangi stres akademik, misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Surury dkk. pada tahun 2022 menyatakan bahwa mahasiswa yang berorganisasi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah karena memiliki lebih banyak pengalaman dalam mengatasi masalah dibandingkan mahasiswa yang tidak berorganisasi.¹⁸ Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Prasetyawan dan Ariati pada tahun 2020 juga mendapatkan hasil yang baik yaitu mahasiswa yang bergabung organisasi cenderung memiliki *adversity intelligence* yang tinggi dapat menghadapi masalah perkuliahan lebih baik sehingga mengalami stres lebih rendah.¹⁹ Penelitian terkait hubungan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran juga pernah dilakukan di Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung, yang hasilnya menunjukkan adanya hubungan negatif dengan korelasi tinggi yaitu semakin tinggi keaktifan berorganisasi maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. Penelitian tersebut menemukan bahwa organisasi sering kali menjadi tempat bagi mahasiswa untuk melepaskan stresnya.²⁰

Sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20/2003 pasal 3 yang berisi “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.²¹ Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (FKIK UMSU) mendukung

dan menyediakan wadah bagi mahasiswanya untuk mengembangkan diri melalui berbagai organisasi sesuai minat dan bakat. Data internal FKIK UMSU tahun 2025 menunjukkan sekitar 15,1% mahasiswa aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Hal ini terbukti dengan terbentuknya beragam organisasi di lingkungan FKIK UMSU, seperti Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU), Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis FKIK UMSU (TBM FKIK UMSU), dan Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU). Ketersediaan berbagai pilihan organisasi ini memungkinkan mahasiswa untuk terlibat dengan berbagai tingkat keaktifan.

Meskipun telah ada penelitian mengenai hubungan keaktifan berorganisasi dengan stres di institusi lain, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa kedokteran di FKIK UMSU belum pernah dilakukan. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian ini.

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

2. Mengetahui tingkat stres akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.4. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Memberikan informasi dan pemahaman mengenai potensi dampak dari berbagai tingkat keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan terhadap tingkat stres akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengambil keputusan yang lebih bijak terkait pengelolaan waktu, energi, dan tingkat partisipasi mereka dalam kegiatan organisasi sehingga dapat menyeimbangkan antara tuntutan akademik dan non-akademik.

2. Bagi Institusi Pendidikan (FKIK UMSU)

Menyediakan data empiris dan masukan yang dapat dijadikan dasar pertimbangan dalam merancang atau menyempurnakan program pembinaan kemahasiswaan, layanan konseling, serta strategi pendampingan dan dukungan kesehatan mental yang lebih efektif dan tepat sasaran, khususnya bagi mahasiswa yang memiliki intensitas keterlibatan tinggi dalam organisasi.

3. Bagi Organisasi kemahasiswaan di FKIK UMSU

Memberikan wawasan yang dapat digunakan sebagai bahan evaluasi oleh pengurus organisasi mahasiswa dalam merancang program kerja, mendelegasikan tugas, dan mengelola beban serta tuntutan bagi anggotanya, sehingga dapat menciptakan lingkungan organisasi yang suportif dan meminimalkan potensi stres berlebih.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Stres Akademik

2.1.1. Definisi stres akademik

Stres secara umum adalah reaksi tubuh terhadap segala tuntutan atau tekanan baik dari dalam maupun dari luar diri seseorang yang dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis jika tidak ditangani dengan baik.²² Sedangkan pengertian stres akademik adalah kondisi mental yang muncul ketika tuntutan dari aktivitas belajar melebihi kemampuan yang dimiliki oleh seorang mahasiswa untuk menghadapinya.²³

Stres yang dialami setiap orang memberikan dua dampak yang berbanding terbalik. Stres yang berdampak menguntungkan atau disebut *favourable stress* merupakan stres yang dapat meningkatkan semangat seseorang sehingga membantu menghadapi tantangan dan mencapai tujuan. Sedangkan stres yang berdampak buruk atau disebut *unfavourable stress* dapat mengganggu kesehatan mental dan penurunan minat serta semangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari.²⁴

2.1.2. Faktor penyebab stres akademik

Stres merupakan fenomena yang sering terjadi dikalangan mahasiswa. Stres akademik dipicu karena adanya stimulus atau yang disebut dengan stresor akademik. Stresor akademik adalah faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam konteks akademik.²⁵ Faktor-faktor yang menyebabkan stres akademik yaitu:²

1. Tuntutan akademik

Mahasiswa memiliki tuntutan akademi yang dapat memicu terjadinya stres akademik. Tuntutan akademik ini meliputi beban tugas dan ujian yang berat serta ekspektasi diri dan lingkungan untuk mendapatkan nilai terbaik.

2. Manajemen waktu yang buruk

Kesulitan mengatur waktu antara kegiatan akademik dan kehidupan pribadi sering menjadi penyebab mahasiswa mengalami stres akademik. Ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan kegiatan di luar kampus menjadikan mahasiswa tidak optimal memenuhi tanggung jawab.

3. Kurangnya dukungan sosial

Dukungan sosial menjadi hal yang sangat penting untuk mahasiswa. Dukungan dari keluarga, teman sebaya, maupun pihak institusi kampus sangat membantu mahasiswa dalam menjalankan Pendidikan. Mahasiswa yang kurang mendapatkan dukungan sosial cenderung merasa tertekan dan kesepian.

4. Riwayat masalah kesehatan mental

Mahasiswa yang tidak mampu mengelola emosi dan memiliki Riwayat masalah kesehatan mental lebih rentan mengalami stres akademik. Kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan akademik juga memperburuk keadaan stres akademik mahasiswa.

2.1.3. Klasifikasi tingkat stres

Tingkat stres adalah skala yang digunakan untuk mengukur respon seseorang terhadap stres dari ringan hingga berat.²⁶ Menurut *Psychology Foundation of Australia* tingkat stres terbagi atas klasifikasi berikut:²⁷

1. Stres normal

Stres yang umum terjadi secara spontan sebagai respon terhadap situasi saat mengalami kelelahan, masalah ringan, rasa takut dan tidak aman tanpa menimbulkan gejala yang berarti.

2. Stres ringan

Stres yang terjadi ketika seseorang mulai mengalami sedikit perubahan pada hidupnya dan mulai timbul sedikit gejala yang mengganggu aktivitas seperti mudah lelah, jantung berdebar, kesulitan

istirahat dan fokus. Stres ringan biasanya berlangsung hanya beberapa menit atau jam.

3. Stres sedang

Stres yang terjadi lebih dari sehari atau sehari-hari dan mulai menunjukkan gejala mudah marah, mudah tersinggung, gangguan waktu tidur, kehilangan kesabaran, mudah lelah, dan timbul cemas.

4. Stres berat

Stres yang terjadi lebih dari seminggu atau berbulan-bulan dan menunjukkan gejala putus asa, mudah menyerah, tidak bersemangat, dan penurunan nafsu makan.

5. Stres sangat berat

Stres yang terjadi dalam jangka waktu bertahun-tahun dan menunjukkan gejala penurunan berat badan, gangguan penyakit kronis, dan usaha percobaan bunuh diri.

2.1.4. Instrumen pengukuran tingkat stres

Pengukuran tingkat stres akademik bisa dilakukan dengan cara kuantitatif menggunakan *scoring* kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)* yang dikembangkan pada tahun 2011 oleh Yusuf dkk.²⁸ Kuesioner ini terdiri dari 40 pertanyaan yang mewakili 6 domain stresor mahasiswa kedokteran pada umumnya, yaitu

a. *Academic Related Stressor (ARS)*

Academic Related Stressor adalah stres yang berasal dari tuntutan akademik seperti beban tugas, jadwal kuliah padat, ujian, indeks prestasi, hingga tuntutan untuk memahami materi yang kompleks.

b. *Intrapersonal and interpersonal Related Stressor (IRS)*

Intrapersonal and interpersonal Related Stressor adalah stres yang muncul dari masalah pribadi maupun hubungan dengan orang lain, misalnya kesulitan mengatur waktu, konflik dengan teman atau dosen, rasa tidak percaya diri, dan masalah emosional.

c. *Teaching and Learning Related Stressor (TLRS)*

Teaching and Learning Related Stressor adalah stres yang timbul akibat metode pengajaran atau pembelajaran, seperti gaya mengajar dosen, kurangnya umpan balik, metode evaluasi yang menekan, atau fasilitas belajar yang kurang mendukung.

d. *Social Related Stressor (SRS)*

Social Related Stressor adalah stres yang bersumber dari aspek sosial, misalnya kesulitan beradaptasi dengan lingkungan kampus, kurangnya dukungan sosial, persaingan antar mahasiswa, atau keterbatasan interaksi sosial.

e. *Drive and Desire Related Stressor (DRS)*

Drive and Desire Related Stressor adalah stres yang berhubungan dengan motivasi, ambisi, atau ekspektasi pribadi maupun keluarga, termasuk rasa takut gagal, tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, atau konflik antara keinginan pribadi dan kenyataan.

f. *Group Activities Related Stressor (GARS)*

Group Activities Related Stressor adalah stres akibat aktivitas kelompok atau organisasi, seperti kesulitan dalam kerja tim, banyaknya kegiatan organisasi, benturan jadwal, serta peran ganda antara akademik dan organisasi.

MSSQ dikembangkan khusus untuk mahasiswa kedokteran dan sudah divalidasi serta reliabel secara internasional.^{28,29} Kuesioner ini juga telah dialihbahasakan dan sudah tervalidasi pada penelitian sebelumnya di Indonesia sehingga tepat digunakan untuk mengukur tingkat stres mahasiswa kedokteran.³⁰

2.2. Organisasi

2.2.1. Definisi organisasi

Organisasi adalah suatu kumpulan sosial yang dibentuk dari adanya interaksi antara individu yang membentuk suatu pola yang terstruktur menjadi kesatuan yang memiliki tujuan tertentu.³¹ Louis A. Allen berpendapat definisi organisasi adalah sebagai proses penentuan dan

pengelompokkan pekerjaan yang akan dikerjakan, menetapkan dan melimpahkan wewenang dan tanggung jawab dengan maksud untuk memungkinkan orang-orang bekerja sama secara efektif dalam mencapai tujuan.³²

2.2.2. Bentuk organisasi kemahasiswaan FKIK UMSU

Di lingkungan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara terdapat berbagai bentuk organisasi kemahasiswaan yang menjadi wadah bagi mahasiswa untuk beraktivitas, mengembangkan potensi diri, serta memperluas jejaring sebagai berikut:

1. Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)

Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah adalah organisasi gerakan mahasiswa Islam yang merupakan bagian dari organisasi otonom Muhammadiyah. Organisasi ini terdiri dari 55 pengurus.

2. Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)

Senat Mahasiswa FKIK UMSU adalah lembaga legislatif tingkat fakultas di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Organisasi ini terdiri dari 74 pengurus.

3. Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)

Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU adalah lembaga legislatif mahasiswa tingkat fakultas yang bertugas mewakili dan memperjuangkan aspirasi mahasiswa FKIK UMSU. Organisasi ini terdiri dari 20 pengurus.

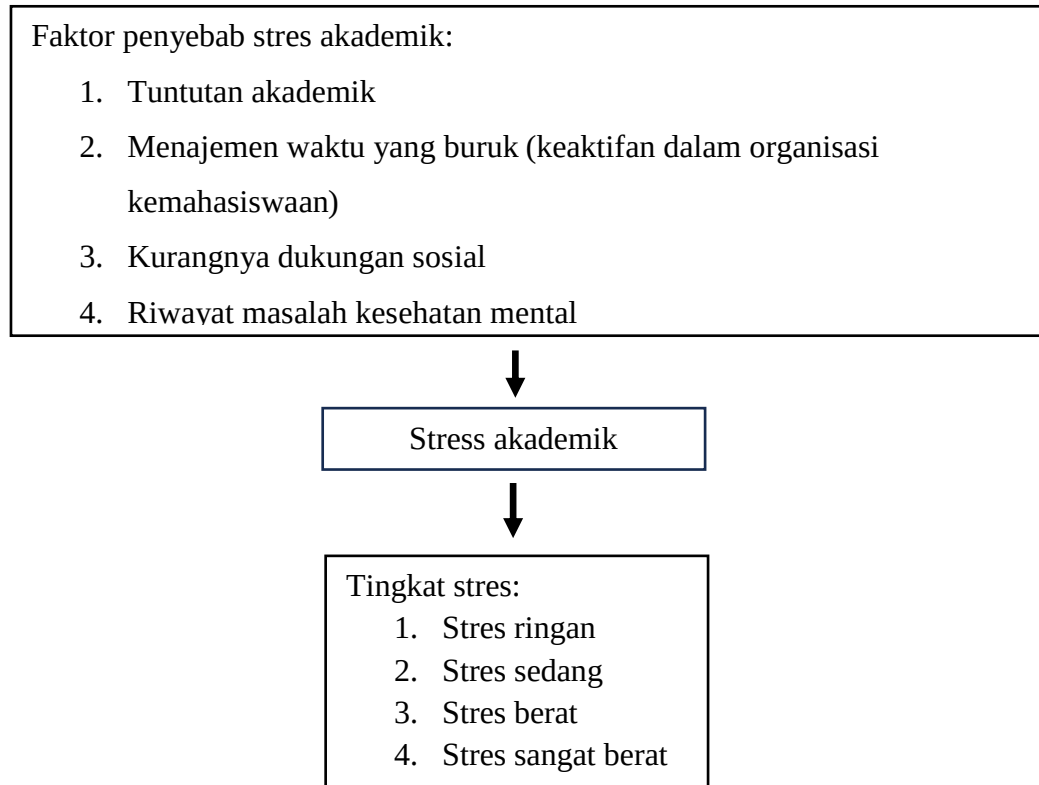
4. Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU

Tim Bantuan Medis FKIK UMSU adalah organisasi yang bergerak di bidang kegawatdaruratan medis dan kesejahteraan kesehatan Masyarakat. Organisasi ini terdiri dari 33 pengurus.

2.2.3. Alat ukur keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan

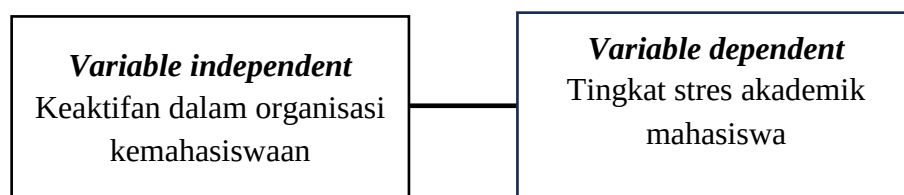
Keaktifan berorganisasi adalah peran seseorang secara aktif dalam berpartisipasi atau keikutsertaan mereka dalam suatu organisasi yang berdampak dengan membawa perubahan perilaku.³³ Keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dapat diukur menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Pratiwi pada penelitian sebelumnya.³⁴ Kuesioner telah dilakukan uji validitas serta realibilitas. Kuesioner berpedoman pada indikator dari berbagai aspek keaktifan mahasiswa berorganisasi, seperti komitmen, tanggung jawab, kemampuan adaptasi, dan upaya meningkatkan keterampilan diri.³⁵

2.3. Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka teori

2.4. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka konsep

2.5. Hipotesa

H0: Tidak terdapat hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

H1: Terdapat hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi operasional

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1.	<i>Independent</i> (keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan)	Peran mahasiswa secara aktif berpartisipasi dalam organisasi kemahasiswaan yang berdampak dengan membawa perubahan perilaku.	Kuesioner keaktifan berorganisasi	• Sangat rendah: $X < (M - 1SD)$ • Rendah: $(M - 1SD) \leq X < M$ • Tinggi: $M \leq X < (M + 1SD)$ • Sangat tinggi: $X \geq (M + 1SD)$	Ordinal
2.	<i>Dependent</i> (tingkat stres akademik mahasiswa)	Tingkat kondisi mental yang muncul ketika tuntutan dari aktivitas belajar melebihi kemampuan yang dimiliki oleh seorang mahasiswa	kuesioner <i>MMSQ (Medical student stressor questionnaire)</i>	• 0-1.00: Stres ringan • 1.01-2.00: Stres sedang • 2.01-3.00: Stres berat • 3.01-4.00: stres sangat berat	Ordinal

3.2. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik observasional dengan desain *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa FKIK UMSU. Desain *cross-sectional* dipilih karena data dikumpulkan pada satu waktu

tanpa adanya intervensi dari peneliti. Selain itu, pendekatan ini lebih efisien secara waktu dan biaya, keunggulan lain dari desain *cross-sectional* adalah pelaksanaan yang mudah dan dapat menjangkau populasi yang terbatas.

3.3. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan Waktu penelitian sebagai berikut.

Tabel 3. 2 Waktu penelitian

No.	Kegiatan	Bulan							
		5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Bimbingan dan penyusunan proposal								
2.	Seminar proposal								
3.	Revisi proposal								
4.	Pengurusan etik								
5.	Pengumpulan data								
6.	Bimbingan, pengolahan data dan penyusunan hasil								
7.	Seminar hasil								

3.4. Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1. Populasi Penelitian

Populasi untuk penelitian ini diambil dari mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang berperan sebagai pengurus organisasi yaitu 182 mahasiswa. Populasi didapat melalui wawancara dan dibuktikan dengan surat resmi dari organisasi terkait.

3.4.2. Sampel Penelitian dan Besar Sampel

Teknik pengumpulan sampel menggunakan *consecutive sampling*, responden akan menjadi sampel apabila sesuai dengan kriteria inklusi dan

eksklusi yang sudah ditentukan. Responden akan diberi penjelasan singkat mengenai penelitian yang akan dilakukan dan diminta persetujuan secara sukarela untuk bersedia ikut serta dalam menjalankan prosedur penelitian melalui komunikasi online yaitu *WhatsApp*. Responden yang bersedia dan masuk kriteria inklusi kemudian akan dijadikan sebagai sampel penelitian hingga jumlah sampel terpenuhi.

Jumlah sampel diukur menggunakan aplikasi program *GPower* versi 3.1 dengan jenis analisis *a priori*. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji korelasi Spearman. Namun, Aplikasi *GPower* versi 3.1 tidak menyediakan opsi khusus untuk uji korelasi Spearman, maka sebagai pengganti peneliti menggunakan pendekatan *Correlation: Bivariate* normal model sebagai estimasi konservatif di aplikasi *Gpower* versi 3.1. Uji ini dipilih karena uji korelasi Spearman merupakan bagian dari analisis *Bivariate*. Nilai efektivitas hubungan (efek korelasi) yang digunakan pada penelitian ini yaitu 0,3. Nilai ini didapat dari penelitian sebelumnya oleh Arini pada tahun 2022 dan dengan mempertimbangkan pedoman Cohen (1988), yang merepresentasikan hubungan sedang sebagai acuan dalam perhitungan sampel, agar lebih konservatif.³⁶ Tingkat signifikansi (α) dipilih sebesar 0,05 dan power sebesar 0,80 dan didapatkan minimal sampel untuk penelitian ini adalah 84 mahasiswa.

3.4.3. Kriteria inklusi dan eksklusi

a. Kriteria inklusi

Adapun kriteria inklusi untuk penelitian ini sebagai berikut:

Mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan ikut serta sebagai pengurus organisasi kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

b. Kriteria eksklusi

Adapun kriteria eksklusi untuk penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mahasiswa pengurus organisasi kemahasiswaan yang terdiagnosa mengalami gangguan kesehatan mental.
- b. Mahasiswa pengurus organisasi yang mengalami stres akibat peristiwa duka yang terjadi belakangan ini.
- c. Mahasiswa pengurus organisasi kemahasiswaan tetapi ikut serta dalam organisasi di luar kampus (organisasi Masyarakat, relawan, komunitas, dll).
- d. Mahasiswa pengurus organisasi kemahasiswaan tetapi tidak setuju untuk mengisi kuesioner secara lengkap dan konsisten.

3.5. Metode Pengumpulan Data

a. Kuesioner keaktifan berorganisasi

Kuesioner Keaktifan berorganisasi diambil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pratiwi pada tahun 2017. Kuesioner telah melalui uji validitas menggunakan uji statistik *Corrected Item Total Correlation* dan diperoleh hasil $\geq 0,3$ yang berarti valid untuk digunakan. Uji reliabilitas instrumen keaktifan mahasiswa dalam organisasi dilakukan menggunakan uji statistik *Alpha Cronbach* dan didapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,904. Dikatakan reliabel karena nilai koefisien *alpha* melebihi 0,70. Sehingga kuesioner dapat digunakan untuk penelitian ini.³⁴

Kuesioner terdiri dari 12 pertanyaan valid dengan 5 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Kurang Setuju (KS), dan Tidak Setuju (TS). Pertanyaan disusun sesuai dengan indikator berikut dengan keterangan pertanyaan nomor 2, 6, dan 9 merupakan pertanyaan negatif.

Tabel 3. 3 Komponen pertanyaan kuesioner keaktifan berorganisasi

NO	Indikator kuesioner keaktifan berorganisasi	No pertanyaan
1.	Komitmen	1, 2, dan 3
2.	Tanggung jawab	4, 5 dan 6

3.	Kemampuan adaptasi	7 dan 8
4.	Upaya meningkatkan keterampilan diri	9, 10, 11, dan 12

S

koring penelitian ini menggunakan skala likert dengan 5 alternatif jawaban dengan skor minimum 12 dan maksimum 60.

Tabel 3. 4 skoring kuesioner keaktifan berorganisasi

No	Jawaban	Skor	
		Pertanyaan positif	Pertanyaan negatif
1.	Sangat Setuju (SS)	5	1
2.	Setuju (S)	4	2
3.	Netral (N)	3	3
4.	Kurang Setuju (KS)	2	4
5.	Tidak Setuju (TS).	1	5

Hasil penjumlahan skor kemudian akan dikategorikan untuk menentukan tingkat keaktifan berorganisasi.

Tabel 3. 5 Nilai rentang tingkat keaktifan berorganisasi

No	Kategori keaktifan berorganisasi	Rentang nilai
1.	Sangat tinggi	$X \geq (M+1SD)$
2.	Tinggi	$M \leq X < (M+1SD)$
3.	Sedang	$(M-1SD) \leq X < M$
4.	Rendah	$X < (M-1SD)$

Keterangan:

M: Mean

SD: Standar Deviasi

X: Hasil jumlah skor kuesioner setiap responden.

b. Kuesioner MSSQ (*Medical student stressor questioner*)

Pada penelitian ini pengumpulan data menggunakan instrument MSSQ yang telah dialihbahasakan kedalam bahasa Indonesia dan telah dinyatakan valid dan reliabel oleh Salsabila dkk pada penelitian sebelumnya karena memiliki nilai R hitung lebih dari nilai R tabel, dengan R tabel 0,312 serta hasil uji reliabilitas nilai Cronbach's Alpha 0,752 sehingga dapat dikatakan reliabel karena nilai melebihi 0,70.³⁰

Tabel 3. 6 Komponen pertanyaan MSSQ

NO	Domain stresor	No pertanyaan
1.	<i>Academic Related Stressor (ARS)</i>	1, 4, 7, 10, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 30, 33, 36.
2.	<i>Intrapersonal & Interpersonal Related Stressor (IRS)</i>	3, 5, 9, 26, 28, 31, 39
3.	<i>Teaching & Learning Related Stressors (TLRS)</i>	8, 14, 16, 20, 22, 35, 37
4.	<i>Social Related Stressors (SRS)</i>	2, 18, 21, 24, 29, 38
5.	<i>Drive & Desire Related Stressors (DRS)</i>	6, 32, 40
6.	<i>Group Activities Related Stressors (GRS)</i>	11, 13, 15, 34

Kuesioner terdiri dari 40 pertanyaan valid dan responden akan memberikan tanda memilih sesuai keterangan skor sebagai berikut

Tabel 3. 7 Keterangan skor instrumen ARS

No	Skor	Interpretasi
1.	0	Tidak menyebabkan stres sama sekali
2.	1	Menyebabkan stres ringan
3.	2	Menyebabkan stres sedang
4.	3	Menyebabkan stres berat
5.	4	Menyebabkan stres sangat berat

Hasil penjumlahan skor kemudian dibagi sesuai jumlah pertanyaan dan selanjutnya akan dikategorikan untuk menentukan tingkat stres akademik.

Tabel 3. 8 Nilai rentang tingkat stres akademik

No	Kategori tingkat stres akademik	Rentang nilai
1.	Stres ringan	0-1.00
2.	Stres sedang	1.01-2.00
3.	Stres berat	2.01-3.00

4. Stres sangat berat	3.01-4.00
-----------------------	-----------

3.6. Metode Pengolahan Data

Setelah dilakukan penelitian selanjutnya data akan dikumpulkan dan dilakukan pengolahan data dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. *Editing*

Pada tahap ini data kuesioner yang telah diisi responden akan dilakukan pemeriksaan ketepatan dan kelengkapan data. Kesalahan terhadap data juga akan dilakukan perbaikan pada tahap ini.

2. *Coding*

Data yang diperoleh akan diberi kode penomoran untuk memudahkan dalam menganalisis data penelitian.

3. *Entry*

Data yang sudah diberi kode penomoran akan dimasukkan kedalam perangkat aplikasi statistic untuk selanjutnya dianalisis.

4. *Cleaning*

Seluruh data akan diperiksa ulang untuk menghindari kesalahan saat memasukkan data.

5. *Saving*

Pada tahap ini akan dilakukan penyimpanan data untuk dianalisis.

3.7. Metode Analisis Data

Data yang telah terkumpul akan dianalisis melalui dua tahap yaitu:

1. Analisis *Univariate*

Data yang diperoleh akan dianalisis secara *univariate* untuk mengetahui distribusi frekuensi, kategori hasil kuesioner, dan persentase dari tiap variabel. Selain itu, dilakukan juga perhitungan nilai rata-rata dari setiap domain pada kuesioner MSSQ. Hasil analisis akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan diagram untuk memperlihatkan distribusi masing-masing domain.

Selanjutnya, dibuat presentasi rata-rata keseluruhan domain MSSQ guna memberikan gambaran umum tingkat stres mahasiswa berdasarkan total skor yang diperoleh.

2. Analisis *Bivariate*

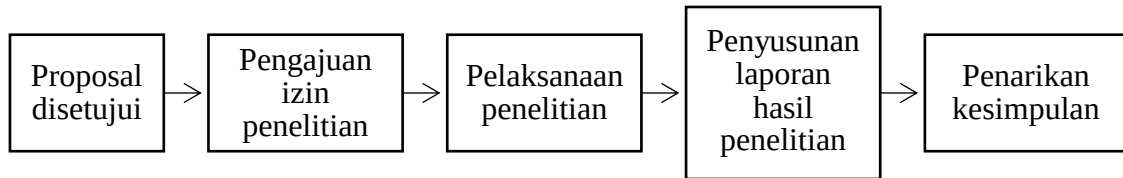
Data selanjutnya akan dilakukan analisis secara *bivariate* menggunakan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 30 untuk mengetahui hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik menggunakan uji korelasi Spearman. Uji ini dipilih karna data berskala ordinal. Interpretasi hasil dilakukan dengan acuan nilai signifikansi (*p-value*) dan koefisien korelasi (ρ). Nilai signifikansi yang digunakan yaitu 0,05 yang bermakna apabila $p < 0,05$ maka H_1 diterima dan menunjukkan adanya hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik. Sebaliknya, jika $p > 0,05$ maka H_0 diterima dan menunjukkan tidak adanya hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik.

Hasil hubungan yang signifikan kemudian akan ditentukan arah hubungannya melalui nilai koefisien korelasi Spearmann (ρ) berkisar antara -1 hingga +1. Jika nilai ρ (+) maka diinterpretasikan bahwa ada hubungan positif (searah) dari kedua variabel. Sebaliknya, jika nilai ρ (-) maka diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan negatif (berlawanan arah) dari kedua variabel. Selain itu, koefesien angka menunjukkan kekuatan hubungan antara dua variabel.³⁷

Tabel 3. 9 Nilai koefisien korelasi Spearmann (ρ)

No	Nilai ρ (-/+)	Kekuatan Hubungan
1.	0,00 – 0,19	Sangat lemah atau tidak ada
2.	0,20 – 0,39	Lemah
3.	0,40 – 0,59	Sedang
4.	0,60 – 0,79	Kuat
5.	0,80 – 1,00	Sangat kuat

3.8. Alur Penelitian



Gambar 3. 1 Alur penelitian

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil penelitian

4.1.1. Karakteristik responden

Penelitian telah dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, pada periode bulan September-Oktober. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa FKIK UMSU, dan didapatkan 84 responden.

Tabel 4. 1 Tabel karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi(n)	Persentase(%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	23	27,4%
Perempuan	61	72,6%
Jenis organisasi yang diikuti		
SEMA FKIK UMSU	26	30,95%
IMM FKIK UMSU	29	34,52%
TBM FKIK UMSU	28	33,33%
DPM FKIK UMSU	9	10,71%
Jumlah organisasi yang diikuti		
1 organisasi	76	90,5%
>1 organisasi	8	9,5%
Jabatan dalam organisasi		
Tidak ada (anggota biasa)	46	54,8%
Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara	32	38,1%
Ketua / Wakil Ketua	6	7,1%

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil bahwa dari sebanyak 84 responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 responden (72,6%). Kemudian dilihat dari jenis organisasi menunjukkan jumlah anggota organisasi terbanyak menjadi responden adalah IMM FKIK UMSU sebanyak 29 responden (34,52%). Sementara itu berdasarkan jumlah organisasi yang diikuti didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yaitu 76 responden (90,5%) hanya mengikuti 1

organisasi intrakampus. Berdasarkan jabatan didapatkan hasil mayoritas responden adalah anggota biasa organisasi yaitu 46 responden (54,8%).

4.1.2. Distribusi tingkat stres berdasarkan domain stresor

a. Tingkat stres berdasarkan domain stresor

Tabel 4. 2 Tingkat stres berdasarkan Domain ARS

Tingkat stres	ARS		IRS		TLRS		SRS		DRS		GARS	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Stres ringan	22	26,2%	37	44%	28	33,3%	29	34,5%	32	38,1%	38	45,2%
Stres sedang	29	34,5%	25	29,8%	34	40,5%	36	42,9%	29	34,5%	34	40,5%
Stres berat	25	29,8%	18	21,4%	19	22,6%	18	21,4%	20	23,8%	11	13,1%
Stres sangat berat	8	9,5%	4	4,8%	3	3,6%	1	1,2%	3	3,6%	1	1,2%

Berdasarkan domain stresor yang diisi responden, diperoleh tingkat stres yang bervariasi pada setiap domain. Pada domain ARS, mayoritas responden yaitu 29 orang (34,5%) mengalami stres sedang. Pada domain IRS, sebagian besar responden yaitu 37 orang (44%) berada pada kategori stres ringan. Pada domain TLRS, mayoritas responden yaitu 34 orang (40,5%) juga mengalami stres sedang. Demikian pula pada domain SRS, sebagian besar responden yaitu 36 orang (42,9%) berada pada kategori stres sedang. Pada domain DRS, mayoritas responden yaitu 32 orang (38,1%) mengalami stres ringan. Sementara itu, pada domain GARS, mayoritas responden yaitu 38 orang (45,2%) berada pada kategori stres ringan.

b. Rata-rata tingkat stres berdasarkan keseluruhan Domain Stresor

Tabel 4. 3 Tingkat stres berdasarkan domain stresor

Domain stresor	Mean
ARS	1,79
IRS	1,40
TLRS	1,52
SRS	1,43
DRS	1,54
GARS	1,30

Dari data didapatkan bahwa hasil stresor dominan pada mahasiswa FKIK UMSU yaitu domain ARS (1,79) yang artinya stres akademik merupakan sumber stres utama bagi para responden.

4.1.3. Distribusi Frekuensi Tingkat stres mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Tabel 4. 4 Tingkat stres mahasiswa di FKIK UMSU

Tingkat stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Stres ringan	27	32,1%
Stres sedang	36	42,9%
Stres berat	19	22,6%
Stres sangat berat	2	2,4%

Berdasarkan tabel data diatas didapatkan bahwa tingkat stres mayoritas responden adalah stres sedang yaitu 36 responden (42,9%), dengan diikuti data stres ringan sebanyak 27 responden (32,1%), stres berat 19 responden (22,6%), dan stres sangat berat 2 responden (2,4%).

4.1.4. Distribusi Frekuensi Keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Tabel 4. 5 Keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan di FKIK UMSU

Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	9	10,7%
Sedang	30	35,7%
Tinggi	38	45,2%
Sangat Tinggi	7	8,3%

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa keaktifan berorganisasi responden dalam organisasi kemahasiswaan FKIK UMSU sebagian besar berada dalam kategori tinggi yaitu 38 responden (45,2%).

4.1.5. Distribusi Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Keaktifan Organisasi

Tabel 4. 6 Distribusi tingkat stres akademik berdasarkan keaktifan organisasi

Keaktifan Organisasi	Domain ARS				Total
	Stres ringan	Stres sedang	Stres berat	Stres sangat berat	
Rendah	1 (1,2%)	3 (3,6%)	4 (4,8%)	1 (1,2%)	9 (10,7%)
Sedang	9 (10,7%)	8 (9,5%)	8 (9,5%)	5 (6,0%)	31 (36,9%)
Tinggi	10 (11,9%)	15 (17,9%)	12 (14,3%)	1 (1,2%)	38 (45,2%)
Sangat Tinggi	2 (2,4%)	3 (3,6%)	1 (1,2%)	1 (1,2%)	8 (9,5%)
Total	22 (26,2%)	29 (34,5%)	25 (29,8%)	8 (9,5%)	84 (100%)

Berdasarkan tabel diatas, mahasiswa dengan keaktifan organisasi sangat tinggi memiliki jumlah responden paling sedikit dengan distribusi stres akademik yang tersebar pada setiap kategori. Kemudian dapat dilihat bahwa jumlah responden terbanyak pada kategori keaktifan tinggi dengan tingkat stres akademik sedang yaitu 15 (17,9%) responden.

4.1.6. Hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik

Data hasil penelitian kemudian dilakukan analisis menggunakan uji korelasi Spearman untuk menilai hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik dan didapatkan hasil analisis variabel sebagai berikut.

Tabel 4.7 Hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik

Variabel	Nilai signifikansi (<i>p-value</i>)	Koefisien korelasi (<i>ρ</i>)
Keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan	0,226	-0,134
Tingkat stres akademik mahasiswa		

Berdasarkan tabel data di atas, didapatkan hasil nilai signifikansi yaitu 0,226 ($p > 0,05$) yang bermakna bahwa H1 tidak dapat diterima dan menunjukkan tidak adanya hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik. Kemudian, pada nilai koefisien korelasi didapatkan hasil nilai -0,133 yang bermakna bahwa terdapat kecenderungan hubungan negatif (berlawanan arah) yang sangat lemah dari kedua variabel.

4.2. Pembahasan

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 61 orang (72,6%), sedangkan laki-laki berjumlah 23 orang (27,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa kebanyakan tenaga medis dan kesehatan adalah perempuan, karena perempuan cenderung memiliki emosional dan sikap sosial yang lebih kuat sehingga memicu empati dan keinginan untuk membantu serta merawat dibandingkan laki-laki.³⁸ Kemudian

hasil terkait keikutsertaan tampak IMM 29 reponden (34,52%) dan TBM 28 responden (33,33%) lebih mendominasi dibandingkan organisasi lain, namun angka tersebut hanya menggambarkan distribusi responden dalam sampel penelitian, bukan mencerminkan jumlah anggota sebenarnya di masing-masing organisasi.

Dilihat dari jumlah organisasi yang diikuti, sebagian besar responden yaitu 76 orang (90,5%) hanya mengikuti satu organisasi, sedangkan 8 orang (9,5%) mengikuti lebih dari satu organisasi. Hal ini merupakan salah satu strategi mahasiswa untuk tetap menjaga keseimbangan dan manajemen waktu antara tuntutan sebagai mahasiswa dengan organisator.³⁹ Kemudian data hasil penelitian juga ditemukan bahwa mayoritas jabatan adalah anggota biasa 46 mahasiswa (54,8%), perbedaan jabatan struktural mempengaruhi tanggung jawab mahasiswa dan menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mungkin lebih nyaman untuk menjadi anggota biasa agar tetap dapat menyeimbangkan antara tugas akademik dan tugas sebagai anggota biasa.⁴⁰

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa stresor utama yang dialami oleh mahasiswa kedokteran adalah beban akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menggunakan instrumen *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ), dan mendapatkan hasil bahwa stres akademik merupakan stresor dengan kontribusi tertinggi dibandingkan domain stres lainnya. Stres akademik yang tinggi dapat dipicu oleh beban belajar, kompetisi, ekspektasi yang tinggi atau ketakutan akan kegagalan, serta faktor sosial. Namun, tidak memengaruhi fungsi kognitif mahasiswa. Munculnya stres dapat memberikan dampak positif terhadap prestasi mahasiswa, tetapi juga bisa menjadi hambatan jika tidak disertai mekanisme koping yang baik.⁴¹ Sementara itu domain dengan mean terendah adalah GARS (1,30). Nilai mean GARS yang rendah menunjukkan bahwa interaksi kelompok dan organisasi mahasiswa cenderung suportif. Dukungan sosial yang baik berperan penting dalam menurunkan stres, karena individu merasa diterima, memiliki ruang untuk berbagi cerita dan kesulitan, serta

mendapatkan bantuan dan motivasi dari lingkungan sekitarnya dalam menghadapi tuntutan akademik maupun aktivitas organisasi.⁴²

Berdasarkan analisis menggunakan uji korelasi Spearman didapatkan hasil penelitian ini bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan organisasi dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa dengan nilai $p > 0,226$ ($p > 0,05$). Hasil nilai koefisien yang negatif juga sangat lemah yaitu $-0,134$ menunjukkan kecenderungan bahwa mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah, namun hubungan tersebut tidak bermakna secara statistik. Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trismanyanti dkk yang menyatakan bahwa tidak ditemukannya hubungan signifikan terjadi akibat faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti, seperti faktor manajemen waktu, dukungan sosial, serta kondisi psikologis.⁴³ Penelitian lain dengan sampel yang lebih besar juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang tidak bermakna antara keaktifan berorganisasi dengan tingkat stres mahasiswa ($p = 0,307$), meskipun hubungan antara variabel lain seperti semester dan stres ditemukan signifikan. Peneliti tersebut menyatakan bahwa stres tidak semata dihasilkan oleh tuntutan eksternal seperti organisasi, tetapi juga terkait mekanisme koping yang dimiliki untuk menghadapinya.⁴⁴ Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Pondok Pesantren Darussalam Purwokerto juga mendapatkan hasil data tidak signifikan. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa keaktifan berorganisasi tidak menjadi beban bagi mahasiswa, namun merupakan kegiatan yang menimbulkan perasaan antusias dan kesukarelaan sehingga tidak mengakibatkan tekanan psikologis yang bermakna.⁴⁵

Meskipun penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan, beberapa penelitian terdahulu menemukan hubungan yang signifikan dan umumnya memiliki arah negatif, bermakna bahwa semakin tinggi keaktifan berorganisasi maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. Salah satunya di Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung, yang hasilnya menunjukkan adanya hubungan negatif dengan korelasi tinggi.

Penelitian tersebut menemukan bahwa organisasi sering kali menjadi tempat bagi mahasiswa untuk melepaskan stresnya. Beban akademik di lingkungan yang sama menjadikan mahasiswa saling memiliki dukungan emosional dari teman seperjuangannya. Namun, terdapat beberapa perbedaan yang mungkin mempengaruhi hasil analisis variabel, pada penelitian tersebut digunakan metode pengumpulan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga berpotensi memengaruhi karakteristik responden dan lebih representatif. Selain itu, pemilihan responden yang akan menjadi sampel juga ditentukan, peneliti hanya menggunakan sampel yang berasal dari Angkatan 2018 dan 2019 yang berarti pada tahun 2022 mereka merupakan mahasiswa Angkatan senior, sehingga tingkat adaptasi terhadap tuntutan akademik lebih tinggi.²⁰

Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dan tingkat stres akademik, dengan nilai risiko stres akademik pada mahasiswa yang aktif berorganisasi sebesar 0,3 kali lebih rendah dibandingkan kelompok mahasiswa yang tidak berorganisasi, mahasiswa yang berorganisasi secara aktif dapat belajar manajemen waktu, sehingga dapat menggunakan waktu dengan baik, dan memiliki banyak relasi. Mahasiswa yang berorganisasi umumnya memiliki banyak pengalaman mengatasi masalah, dan mahasiswa yang mampu mengatasi masalahnya biasanya mampu mengelola stresnya. Kemudian, perbedaan hasil dengan penelitian ini diduga dipengaruhi oleh perbedaan metode penelitian yang digunakan. Sampel minimal yang digunakan yaitu sebesar 116 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Two Stage Cluster Sampling* lalu penentuan sampel menggunakan *Probability Sampling with Quota* sehingga setiap subkelompok populasi memiliki peluang terwakili secara lebih proporsional. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner faktor-faktor yang mempengaruhi stres dan tes *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS) yang menilai stres secara umum dan psikologis, sedangkan pada penelitian ini digunakan instrumen yang lebih spesifik pada stres akademik.

Perbedaan fokus instrumen ini dapat menyebabkan perbedaan sensitivitas dalam mendeteksi tingkat stres yang dialami responden.¹⁸

Faktor lain yang menjadi alasan tidak ditemukannya hubungan tersebut adalah *adversity intelligence*, yaitu kemampuan seseorang untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan serta tantangan dalam hidup. Mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki tingkat *adversity intelligence* yang tergolong tinggi, sehingga menjadi faktor protektif yang dapat melindungi dari stres akademik dan secara efektif membentuk toleransinya terhadap stres.¹⁹ Selain itu interaksi informal atau faktor kolektif seperti budaya berkumpul dan ngobrol di luar kegiatan informal organisasi juga memungkinkan mahasiswa mendapatkan dukungan sosial yang secara tidak langsung menjadi mekanisme koping terhadap stres akademik.⁴⁶

Namun, tidak menutup kemungkinan mahasiswa yang mengikuti organisasi mengalami stres akademik tinggi, ini dapat terjadi akibat beban ganda yang dialami mahasiswa. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari pada tahun 2019 yang mengatakan bahwa mahasiswa yang tidak mampu menjalankan perannya secara maksimal sehingga menjadi sumber stres tambahan apabila tidak diimbangi dengan kemampuan manajemen waktu dan strategi koping yang efektif.¹⁶ Faktor ketidakmampuan manajemen peran antara sebagai organisator dan peran sebagai seorang pelajar mengakibatkan mahasiswa sering meninggalkan proses pembelajaran pada mata kuliah dan sering tidak menyelesaikan tugas perkuliahan. Hal ini mengakibatkan kecemasan yang dapat berlarut menjadi stres bagi mahasiswa.¹⁷

Oleh karena itu, mengatasi stres akademik merupakan hal yang penting bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental dan kemampuan akademiknya. Penerapan strategi koping yang baik terbukti dapat menurunkan stres akademik mahasiswa. Salah satu strategi koping yang paling direkomendasikan bagi mahasiswa adalah manajemen waktu, menentukan prioritas dan mengurangi kebiasaan menunda dapat menjadi langkah untuk mencegah dan mengurangi stres akademik pada mahasiswa.⁴⁷ Selain itu, konseling individual dan dukungan sosial

terbukti efektif mempengaruhi tingkat stres akademik dan meningkatkan kesejahteraan emosional.⁴⁸

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pengambilan sample penelitian secara *cross-sectional*, dengan desain *consecutive sampling* sehingga hasil penelitian hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu tertentu dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara keaktifan organisasi dan tingkat stres akademik. Faktor penyebab stres lain seperti dukungan sosial, strategi koping, motivasi belajar, atau kondisi psikologis individu, tidak diteliti lebih lanjut sehingga kemungkinan berperan sebagai variabel perancu. Selain itu, perbedaan pemahaman antar responden pada setiap pertanyaan mungkin mempengaruhi hasil dari penelitian.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1.Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian dan analisis data maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat hubungan signifikan dengan kecenderungan arah hubungan negatif yang sangat lemah antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Keaktifan berorganisasi mahasiswa mayoritas tergolong tinggi yaitu 38 responden (45,2%), diikuti keaktifan sedang sebanyak 30 responden (35,7%), rendah 9 responden (10,7%), dan sangat tinggi 7 responden (8,3%).
3. Tingkat stres akademik mayoritas mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang ikut serta dalam organisasi kemahasiswaan adalah stres sedang yaitu 29 responden (34,5%), dengan diikuti data stres berat 25 responden (29,8%), stres ringan sebanyak 22 responden (26,2%), dan stres sangat berat 8 responden (9,5%).

5.2.Saran

Penelitian ini tidak luput dari kekurangan oleh karena itu peneliti mengajukan saran untuk peneliti selanjutnya sebagai berikut:

1. Melakukan pengambilan data sampel sebaiknya diambil pada periode yang berpotensi menimbulkan stres atau diambil sebelum bergabung organisasi dan setelah bergabung organisasi sehingga dapat menentukan sebab akibat antara keaktifan organisasi dan tingkat stres akademik.

2. Menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, strategi koping, motivasi belajar, atau kondisi psikologis individu untuk diteliti lebih lanjut sehingga kemungkinan variabel perancu dapat diminimalisasi
3. Berdasarkan penelitian ini peneliti juga mengharapkan agar kedepannya mahasiswa lebih banyak ikut serta aktif dalam berorganisasi, karena selain meningkatkan keterampilan, aktif berorganisasi juga dapat membantu mahasiswa menurunkan tingkat stres akademik apabila didukung oleh mekanisme koping yang baik, sehingga mahasiswa mampu mengelola tuntutan akademik dan organisasi secara seimbang tanpa meningkatkan beban stres.
4. Mahasiswa yang sudah aktif berorganisasi agar tetap menjaga manajemen waktu antara kegiatan organisasi dan tanggung jawab sebagai mahasiswa, sehingga dapat mendukung pengembangan diri dan menurunkan tingkat stres akademik.
5. Institusi dan organisasi memberikan dukungan bagi mahasiswa untuk mengikuti organisasi yang sesuai dengan minat mahasiswa. Serta menciptakan lingkungan yang positif sehingga mahasiswa dapat memanfaatkan organisasi sebagai tempat melatih mekanisme koping yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Stress [Internet]. Geneva: World Health Organization. 2023 [cited 2025 May 2]. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
2. Anjala K. Understanding the Academic Stress: Factors, Impact and Strategies: A Review. *Int J Adv Res Innov*. 2024;12:11–16. doi:10.69996/ijari.2024003
3. Thensiniya Jeyapalan & Erik Blair. The Factors Causing Stress in Medical Students and Their Impact on Academic Outcomes: A Narrative Qualitative Systematic Review. *Int J Med Students*. Published online 2024. doi:10.5195/ijms.2024.2218
4. Naluri [homepage on the Internet]. *Naluri Reports Southeast Asia's Largest Mental Health Dataset*. Kuala Lumpur: Naluri. 2023 [cited 2025 May 26]. <https://www.naluri.life/news-and-reports/naluri-reports-southeast-asia-largest-mental-health-dataset>.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) [Internet]. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023 [cited 2025 May 2]. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>.
6. Almarzouki AF. Stress, working memory, and academic performance: a neuroscience perspective. *Stress*. 2024;27(1). doi:10.1080/10253890.2024.2364333
7. Dessauvagie AS, Dang HM, Nguyen TAT, Groen G. Mental Health of University Students in Southeastern Asia: A Systematic Review. *Asia-Pacific J public Heal*. 2022;34(2–3):172–181. doi:10.1177/10105395211055545
8. Al-Shahrani MM, Alasmri BS, Al-Shahrani RM, Al-Moalwi NM, Al Qahtani AA, Siddiqui AF. The Prevalence and Associated Factors of Academic Stress among Medical Students of King Khalid University: An Analytical Cross-Sectional Study. *Healthc*. 2023;11(14). doi:10.3390/healthcare11142029

9. Aamir IS. Stress Level Comparison of Medical and Nonmedical Students: A Cross Sectional Study done at Various Professional Colleges in Karachi, Pakistan. *Acta Psychopathol.* 2017;03(02). doi:10.4172/2469-6676.100080
10. Sari DP, Nugroho H, Iskandar A. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Sebelum Menghadapi OSCE. *J Sains dan Kesehat.* 2021;3(4):482–488. doi:10.25026/jsk.v3i4.348
11. Hedyaty S, Natasha Ayu Shafira N. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *J Med Stud .* 2022;2(2):61–71.
12. Sajuni S, Cahyono A. Stress analytics of medical students at Faculty of Medicine, University of Surabaya. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia (The Indonesian Journal of Medical Education).* 2022;11(3):319-325.. doi:10.22146/jpki.64881
13. Muliarta IM, Wirata G, Tunas IK. Academic stress in medical students during 3 different states: holiday, lecture, and exams. *Biomedical and Pharmacology Journal.* 2023;16(1):493-501. doi:10.13005/bpj/2630
14. Aulia F, Dwianggraeni PR, Ishak AR. Peran organisasi mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif. *Jurnal Mahasiswa Komunikasi Cantrik.* 2023;3(2):141–150. doi:10.20885/cantrik.vol3.iss2.art5
15. Savira Y, Marhayuni E, Widodo S, Lestrari SMP. Hubungan Manajemen Waktu Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2020. *J Med Malahayati.* 2023;7(2):627–634. doi:10.33024/jmm.v7i2.10120
16. Sari N. Hubungan keaktifan berorganisasi dengan stres pada mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala [skripsi]. Universitas Syiah Kuala; 2019 [cited 2025 Aug 5]. https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16601

17. Kabiba K, Arfin A, Junaidin J. Faktor penyebab terjadinya konflik peran dalam proses pembelajaran pada mahasiswa pengurus organisasi. *Didaktis: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan*. 2021;21(1):7685.<https://journal.umsurabaya.ac.id/didaktis/article/view/748>
18. Surury I, Putri LA, Hamida GSN, Prastiwi ND. Peran Berorganisasi Sebagai Faktor Protektif Terhadap Terjadinya Stress Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Semin Nas Penelit LPPM UMJ*. Published online 2022:1–10. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit>
19. Prasetyawan AB, Ariati J. Hubungan Antara Adversity Intelligence Dan Stres Akademik Pada Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) Di Universitas Diponegoro Semarang. *J EMPATI*. 2020;7(2):619–632. doi:10.14710/empati.2018.21690
20. Faiza AS. Hubungan antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran [skripsi] : Universitas Islam Sultan Agung; 2022 [cited 2025 May 26]. <https://repository.unissula.ac.id/25407/>
21. Republik Indonesia. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara RI Tahun 2003 Nomor 78. [cited 2025 August 3]. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/43920>
22. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Apa itu stres: gejala, penyebab, pencegahan dan pengobatan [Internet]. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2024 [cited 2025 May 26].<https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres>
23. Iqra. A systematic – Review of academic stress intended to improve the educational journey of learners. *Methods Psychol*. 2024;11:100163. doi:10.1016/j.metip.2024.100163
24. Nur L, Mugi H. Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *J Ilmu Manaj*. 2021;18(1):20-30. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/39339/15281>
25. Yang J, Zhang Y, Li P, Zhang H, Liu T. College Students' Academic Stressors on Mental Health during the COVID-19 Pandemic: A Comparison between Graduating Students and Non-Graduating Students. *Int J Ment Health Promot*.

- 2022;24(4):603–618. doi:10.32604/ijmhp.2022.019406
26. Adryana NC, Oktafany, Apriliana E, Oktaria D. A Comparative Study of Stress Level in The First, Second, And Third Year Students of Medical Faculty of University of Lampung. *Majority*. 2020;9(2):142–149. [http://repository.lppm.unila.ac.id/30985/1/Nabila Casogi 2020.pdf](http://repository.lppm.unila.ac.id/30985/1/Nabila%20Casogi%2020.pdf)
 27. Psychology Foundation of Australia. *Depression Anxiety Stress Scales (DASS)* [Internet]. Sydney: Psychology Foundation; 1995 [cited 2025 May 2]. Available from: <https://www.psychology.org.au/publications/%E2%80%A6>
 28. Yusoff MSB. A multicenter study on validity of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). *Int Med J*. 2011;18(1):14–18.
 29. Jayarajah U, Lakmal K, Athapathu A, Jayawardena AJ, de Silva V. Validating the Medical Students' Stressor Questionnaire (MSSQ) from a Sri Lankan medical faculty. *J Taibah Univ Med Sci*. 2020;15(5):344–350. doi:10.1016/j.jtumed.2020.08.003.
 30. Salsabila F, Armyanti I, Fitrianingrum I. Hubungan kemampuan refleksi diri dengan tingkat stres mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran dan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak, Indonesia: hasil penelitian. *Cermin Dunia Kedokteran*. 2024;51(12):667-682.
 31. Tanjung AS, Purba AM, Muhammad M. Pemahaman terhadap teori-teori organisasi. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*. 2022;4(4):5816-5823.
 32. Allen LA. *Management and Organization*. Auckland; Singapore: McGraw-Hill International; 1984. Chapter 1. Accessed via Google Books. <https://books.google.co.id/books?id=a-WGPwAACAAJ>
 33. Setyaningrum DF, Sawiji H, Ninghardjanti P. Pengaruh keaktifan berorganisasi dan prestasi belajar terhadap kesiapan kerja mahasiswa program studi pendidikan administrasi perkantoran angkatan 2013 Universitas Sebelas Maret Surakarta. *J Inf dan Komun Adm Perkantoran*. 2018;2(2):26–40.
 34. Pratiwi SS. Pengaruh Keaktifan Mahasiswa Dalam Organisasi Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas

- Negeri Yogyakarta. *J Pendidik dan Ekon.* 2017;6(1):54–64.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/ekonomi/article/view/6074>
35. Luiselli JK, Gardner RM, Bird F, Maguire H, Harper JM. Organizational behavior management in human services settings: Conducting and disseminating research that improves client outcomes, employee performance, and systems development. *J Organ Behav Manage.* 2022;42(3):255–273. doi:10.1080/01608061.2022.2027319
 36. Cohen J. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1988.
 37. Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta; 2017.
 38. Hojat M, DeSantis J, Shannon SC, Speicher MR, Bragan L, Calabrese LH. Empathy as related to gender, age, race and ethnicity, academic background and career interest: A nationwide study of osteopathic medical students in the United States. *Med Educ.* 2020;54(6):571–581. doi:10.1111/medu.14138
 39. Yulizar MR, Mubarak N, Komalasari S. Apakah mahasiswa aktif berorganisasi lebih dari satu mengakibatkan prokrastinasi akademik? *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.* 2025;5(1):26-33
 40. Rohmahwati D, Hutahaeen ESH, Muzzamil F. Antara organisasi dan akademik: dinamika performa mahasiswa. *Jurnal Psikologi Poseidon.* 2025;83-97.
 41. Suhartini SM, Fuji R, Setyawati E, Lestari W. The Effect of Academic Stress on the Cognitive Function of Medical Students A . Introduction. 2025;6(2):904–916.
 42. Sefianmi D, Sari R, Rachmani I. Ketika teman jadi penyelamat: studi dukungan sosial sebaya dalam mengatasi academic burnout mahasiswa. *Jurnal Psikologi.* 2025;2(4):7.
 43. Trismayanti R, Ramadhani C, Maharani N. Studi perbandingan tingkat stres akademik antara mahasiswa aktif dan nonaktif di perguruan tinggi. *SSRN Electronic Journal*. Published online 2025. doi:10.2139/ssrn.5251172.

44. Malikul Husna M, Fitrikasari A, Sarjana W, Wardani ND. Hubungan antara keaktifan berorganisasi dengan tingkat stres: studi pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 2023
45. Apriliyani I, Purwatiningsih P, Zenitha M. Hubungan regulasi emosi dengan keaktifan berorganisasi pada mahasiswa di Pondok Pesantren Darussalam Purwokerto. *Jurnal Ilkes (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2024;15(2):167-172. doi:10.35966/ilkes.v15i2.382.
46. Iyartiningtiyas VP. Dukungan sosial sebagai faktor yang berperan penting dalam menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2025;6(2). doi:10.31004/jkt.v6i2.47142.
47. Zahwa FK, Hanif MM. Strategi efektif mengatasi stres akademik melalui manajemen waktu untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)*. 2024;2(4):142-148.
48. Husniah WO, Fauzi MI. Teknik emotion focused coping untuk mengatasi stres akademik mahasiswa tingkat akhir melalui konseling individual. *Pendidikan dan Konseling*. 2023;5:438-442.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar persetujuan responden

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Responden :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi subyek (responden) dalam penelitian dari:

Nama : Dinda Rahmadani

NIM : 2208260251

1. Saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti mengenai hal-hal terkait penelitian.
2. Seluruh jawaban saya akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Tidak ada nama yang akan dicantumkan dalam laporan.
3. Saya tidak sedang menjalani pengobatan untuk gangguan mental atau psikologis dari profesional (psikolog/psikiater).
4. Saya tidak sedang mengalami stres akibat peristiwa duka yang terjadi belakangan ini.
5. Saya tidak mengikuti organisasi diluar organisasi kemahasiswaan kampus.
6. Saya mengerti prosedur penelitian akan dilakukan melalui pengisian kuesioner dan tidak memberikan efek buruk terhadap diri saya sendiri.
7. Saya bersedia secara sukarela untuk menjadi responden peneliti dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan dari siapapun dan menyetujui bahwa semua data yang telah dihasilkan pada penelitian ini akan disajikan dalam bentuk lisan maupun tulisan.

Medan, 2025

(.....)

Lampiran 2. Kuesioner MSSQ domain ARS**i. Kuesioner MSSQ domain ARS**

0 = Tidak menyebabkan stres sama sekali

1 = Menyebabkan sedikit stres

2 = Menyebabkan stres sedang

3 = Menyebabkan stres tinggi

4 = Menyebabkan stres sangat tinggi

Untuk pertanyaan yang ditandai (*), artinya jika belum masuk tahap klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu.

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Ujian atau tes					
2.	Berbicara kepada pasien tentang masalah pribadi anda*					
3.	Memiliki konflik dengan mahasiswa lain					
4.	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian					
5.	Kekerasan verbal atau fisik oleh mahasiswa lain					
6.	Harapan orang tua terhadap studi kedokteran anda					
7.	Keinginan untuk berprestasi dengan baik (ekspektasi diri)					
8.	Tidak memiliki bahan belajar yang cukup					
9.	Memiliki konflik dengan staf kampus					
10.	Beban belajar yang berlebihan					
11.	Keikutsertaan dalam diskusi di kelas					
12.	Tertinggal materi pelajaran dari teman-teman yang lain					
13.	Partisipasi dalam presentasi kelas					
14.	Kurangnya arahan dan bimbingan dari dosen					

15.	Perasaan tidak kompeten/tidak mampu					
16.	Keraguan terhadap harapan diri sendiri					
17.	Praktik skill lab yang tidak mencukup					
18.	Kurangnya waktu untuk bersama keluarga dan teman					
19.	Persaingan ketat dalam pelajaran dengan mahasiswa lain					
20.	Kurangnya keterampilan mengajar dosen (cara mengajar yang membosankan)					
21.	Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien*					
22.	Pemberian tugas yang tidak sesuai					
23.	Kesulitan memahami materi kuliah					
24.	Menghadapi sakit atau kematian pasien*					
25.	Mendapat nilai jelek					
26.	Kurangnya motivasi untuk belajar					
27.	Kurangnya waktu untuk meninjau kembali apa yang sudah dipelajari					
28.	Mendapat perkataan atau perlakuan kasar dari dosen					
29.	Sering diganggu ketika belajar oleh orang lain					
30.	Tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen					
31.	Memiliki konflik dengan dosen					
32.	Ketidakmauan untuk belajar kedokteran					
33.	Merasa banyak hal yang harus dipelajari					
34.	Harus berprestasi dengan baik (paksaan dari orang lain)					
35.	Saat dosen tidak memberikan masukan (feedback) yang cukup selama kuliah					
36.	Pemberian nilai ujian yang tidak adil (misalnya teman yang biasa-biasa saja mendapat nilai bagus)					
37.	Kurangnya apresiasi/tidak dihargai atas pekerjaan (tugas dan lainnya) yang telah Anda selesaikan dengan baik					

38.	Melakukan pekerjaan menggunakan komputer					
39.	Perkataan atau perlakuan kasar dari staf kampus					
40.	Adanya beban tanggung jawab dalam keluarga					

Stressor Domain	Cronbach's alpha value
Academic related stressors (ARS)	0.921
Intrapersonal and interpersonal related stressors (IRS)	0.895
Teaching and learning-related stressors (TLRS)	0.858
Social related stressors (SRS)	0.710
Drive and desire related stressors (DRS)	0.646
Group activities related stressors (GARS)	0.728

Lampiran 3. Kuesioner Keaktifan berorganisasi

1. Jenis organisasi kemahasiswaan yang Anda ikuti (boleh pilih lebih dari satu):

☐ Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)

☐ Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)

☐ Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)

☐ Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU

2. Apa jabatan Anda dalam organisasi yang paling aktif saat ini?

☐ Tidak ada (anggota biasa)

☐ Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara

☐ Ketua / Wakil Ketua

☐ Jabatan lainnya: _____

NO	Pertanyaan	TS	KS	N	S	SS
1	Saya selalu aktif dalam mengikuti kegiatan yang diadakan oleh organisasi					
2	Saya jarang menghadiri rapat untuk kegiatan organisasi					
3	Saya mengikuti kegiatan di organisasi dengan sungguh sungguh					
4	Saya selalu menjadi panitia di setiap kegiatan organisasi					
5	Ketika mendapat amanah dari ketua organisasi, saya selalu melaksanakannya dengan penuh tanggung jawab					
6	Selama saya ikut organisasi, waktu belajar saya jadi terganggu					
7	Saya suka berkomunikasi dengan banyak orang, oleh karena itu saya ikut organisasi					
8	Saya merasa kesulitan untuk bekerjasama dengan orang					

	lain					
9	Aktif dalam organisasi dapat memacu prestasi belajar saya					
10	Dengan ikut organisasi, saya menjadi semangat untuk terus berkembang					
11	Saya mendapatkan piagam kejuaraan melalui organisasi					
12	Saya merasa lebih tertantang untuk menggali kemampuan yang saya miliki					

Keterangan:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

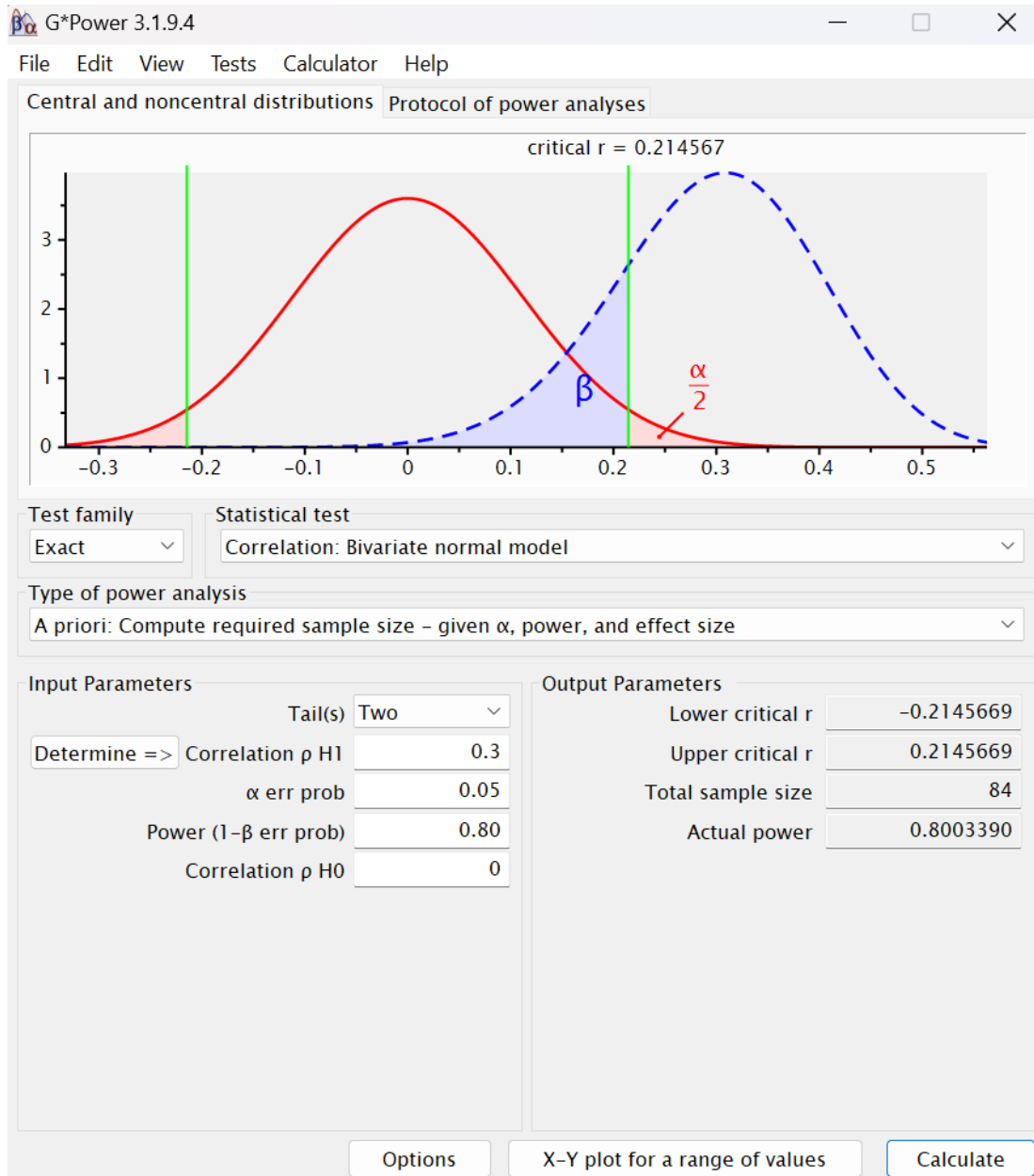
N: Netral

KS: Kurang Setuju

TS: Tidak Setuju

Nama Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Keaktifan Mahasiswa dalam Organisasi	0,904	Reliabel

Lampiran 4. Menentukan jumlah sampel dengan Gpower



Lampiran 5. Izin kode etik penelitian



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No : 1638/KEPK/FKUMSU/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The Research protocol proposed by

Peneliti Utama : Dinda Rahmadani
Principal in investigator

Nama Institusi : Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Name of the Institution Faculty of Medicine University of Muhammadiyah of Sumatera Utara

Dengan Judul
Title

"HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN INVOLVEMENT IN STUDENT ORGANIZATIONS AND ACADEMIC STRESS LEVELS AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES AT MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF NORTH SUMATRA"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah
 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan / Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan
 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion / Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicator of each standard

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 September 2025 sampai dengan tanggal 11 September 2026
The declaration of ethics applies during the periode September 11, 2025 until September 11, 2026

Medan, 11 September 2025
 Ketua

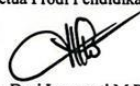
 Ass. Prof. Dr. dr. Nurfadly, MKT

Lampiran 6. Surat selesai penelitian



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN FKIK UMSU

Nama : DINDA RAHMADANI
 NPM : 2208260251
 Program Studi : Pendidikan Dokter
 Judul Proposal : Hubungan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Menyatakan bahwa mahasiswa/i yang bersangkutan telah menyelesaikan penelitian di FKIK UMSU

Medan, 21 November 2025
 Ketua Prodi Pendidikan Kedokteran

 dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked

Lampiran 7. Data hasil penelitian

A. Data karakteristik responden

Subjek	J. kelamin	J. Organisasi yang diikuti	Jabatan dalam organisasi
R1	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R2	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Ketua / Wakil Ketua
R3	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R4	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R5	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU), Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R6	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R7	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R8	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R9	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R10	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU), Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R11	Perempuan	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris /

		UMSU (DPM FKIK UMSU)	Bendahara
R12	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R13	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R14	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R15	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R16	Perempuan	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Ketua / Wakil Ketua
R17	Perempuan	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R18	Perempuan	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R19	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R20	Perempuan	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R21	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU), Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R22	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R23	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R24	Laki-laki	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R25	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK	Sekretaris divisi

		UMSU	
R26	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R27	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R28	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R29	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R30	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R31	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R32	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R33	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R34	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R35	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R36	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R37	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R38	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Ketua / Wakil Ketua
R39	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK	Anggota Aktif XIII

		UMSU	
R40	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R41	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R42	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Anggota aktif
R43	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R44	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R45	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Ketua / Wakil Ketua
R46	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R47	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R48	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R49	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R50	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R51	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R52	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R53	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris /

			Bendahara
R54	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	wakil bendahara
R55	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	wakil bendahara 3
R56	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R57	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R58	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R59	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R60	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R61	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Pengurus Harian Staf Ahli
R62	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R63	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Ketua / Wakil Ketua
R64	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R65	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R66	Laki-laki	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R67	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)

R68	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R69	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU), Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Tidak ada (anggota biasa)
R70	Perempuan	Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R71	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R72	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R73	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R74	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R75	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Ketua Bidang Kajian dan Pengembangan Keilmuan
R76	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R77	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R78	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R79	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara
R80	Perempuan	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R81	Laki-laki	Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)

R82	Laki-laki	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R83	Perempuan	Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)	Tidak ada (anggota biasa)
R84	Laki-laki	Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara

B. Data Keaktifan organisasi dan MSSQ

Subjek	Skor keaktifan	Skor ARS	Skor IRS	Skor TLRS	Skor SRS	Skor DRS	Skor GARS	Skor Total MSSQ
R1	47	1.92	0.86	1.57	2	0.33	1	1.28
R2	47	1.38	0.43	0.86	0.33	0.33	0.5	0.64
R3	47	2	1.14	0.71	0.67	0.67	0.5	0.95
R4	52	1.92	2.57	0.86	1.5	2.33	1.5	1.78
R5	46	2.54	1.14	2	2.17	1.67	2	1.92
R6	39	3.23	2.29	2.57	2	1	2.25	2.22
R7	46	2.15	2.29	2.71	2.33	1.67	0.75	1.98
R8	49	1.54	0.14	0.86	0.83	2	0.25	0.94
R9	41	2.92	2.71	3	3	1.67	1.75	2.51
R10	42	3.38	1.43	2.29	2.33	2.67	1.5	2.27
R11	39	1.23	1.71	1.71	1.5	1	1.25	1.4
R12	43	2.46	2.86	2.14	2.33	0.67	1.75	2.04
R13	46	1	0.57	1	1	0.67	1	0.87
R14	38	0.85	2.29	0.43	0.33	0.33	0	0.7
R15	48	2.62	1.57	1.71	1.33	2.67	1.5	1.9
R16	47	1.69	1.43	1.71	1.33	0.67	1	1.31
R17	41	1.38	0.57	0.71	0.83	1.33	0.5	0.89
R18	44	2.15	2.14	1.57	1.33	1.67	1.25	1.69
R19	42	1.69	2.29	1.57	1.67	1.67	1	1.65
R20	42	2	1.57	2	1.67	2	2	1.87
R21	48	0.46	0.86	0.14	0.67	1	0.5	0.6
R22	35	2	2	2	2	2	2	2
R23	40	0.69	0.14	0.43	0.17	0.33	0	0.29
R24	42	1	1	0.43	0.67	0.33	0.25	0.61
R25	47	2	2.57	1.43	1.5	3	1.5	2

R26	41	3.38	1	2.29	2.5	1.33	1.75	2.04
R27	43	3	1.29	1.86	2.33	1	2.5	2
R28	48	1.92	0.43	1.71	1.33	2	2	1.57
R29	48	2.23	1.71	2.14	1.5	2.67	2	2.04
R30	48	1.54	1.43	1.71	1.17	2	1.25	1.52
R31	41	0.08	0	0	0.17	0	0	0.04
R32	44	3.54	2.57	3	1.83	3.33	2.5	2.8
R33	41	1.54	0.29	0.29	0.83	1.33	1	0.88
R34	48	2.38	1	2	0.83	1	1.75	1.49
R35	43	2.15	0.86	1.71	1.33	2.33	2.75	1.86
R36	47	1.92	2.14	2.71	1.83	0.33	1.5	1.74
R37	48	0.92	0.14	0.57	0.5	0.33	0.25	0.45
R38	44	1.62	1	1.29	1.33	1	1	1.21
R39	43	0.54	0.71	0.14	0.67	1	0	0.51
R40	41	3.08	2.43	2.71	2.67	2	2.75	2.61
R41	43	2.31	2.86	2.43	2.17	1.33	1	2.02
R42	43	0.92	1	1.14	0.83	1	1	0.98
R43	42	2.85	3.71	2.71	2.33	1.33	2.75	2.62
R44	39	1.38	1.86	1.14	2	1.33	0.75	1.41
R45	48	0.69	0.14	0.14	0.67	1	0.25	0.48
R46	44	1.62	1.86	1.43	1.33	1.33	1.25	1.47
R47	45	1.92	0.86	1.86	1	2.33	1.5	1.58
R48	43	2.23	2.57	2.57	2.33	2.67	2	2.4
R49	48	1.15	0	0	1.33	2.67	1	1.03
R50	54	0.62	0.71	0.71	0.83	1	0.25	0.69
R51	46	2.46	1.14	1.71	1.83	2	1	1.69
R52	46	1.77	1.71	1.43	1.33	0.33	1	1.26
R53	41	3.69	2.57	3.57	3.33	3.33	3	3.25
R54	46	2.69	2.71	2.43	2	2.33	1.25	2.24
R55	45	0.23	0.14	0	0	0	0.25	0.1
R56	37	2.31	1.57	1.71	1.5	1.33	1.5	1.65
R57	30	2.77	3.86	3.43	1.5	1.33	2.5	2.56
R58	37	2.38	2.86	2.29	2.5	2.67	1.75	2.41
R59	50	1.85	2	1.43	1.5	1.33	2	1.68
R60	49	2.31	1.57	2.57	1.33	2.33	2.25	2.06
R61	44	1	0.29	1	0.83	1	0.5	0.77
R62	50	3.54	2.86	3.14	3	3	3.25	3.13
R63	48	0.85	0.43	0.57	0.67	0.67	0.25	0.57
R64	47	1	0.86	0.86	1	0.67	1	0.9

R65	40	0.54	0	0	0.17	1.33	0.5	0.42
R66	45	2.15	0.86	1.14	2.17	2.67	2	1.83
R67	43	3.15	1.71	2.86	2.17	2.33	2.5	2.45
R68	41	1.38	1.29	1.14	1.17	1.33	1	1.22
R69	46	0.92	0.71	1.14	1	0.33	0.25	0.73
R70	46	2.46	3.14	1.71	2.17	3.67	1.5	2.44
R71	44	1.23	0.29	1.29	1.33	1	1.5	1.11
R72	40	2.69	1	2	2.17	3	2	2.14
R73	40	1.15	1.43	0.86	1	1.67	1.25	1.23
R74	50	0.92	1.14	1	1	1	0.75	0.97
R75	37	2.31	3.43	2.71	1.83	2.67	2	2.49
R76	40	0.23	0.14	0.29	1.17	2.33	1.25	0.9
R77	43	1	0.43	1	0.83	2.33	2.25	1.31
R78	44	2.08	1.57	1.57	1.83	2.33	1.5	1.81
R79	42	1.46	0.86	2.14	1.17	2	1	1.44
R80	47	2.08	1.14	1.86	2.17	2	1.5	1.79
R81	41	1.08	0.86	1.14	1.17	0	1	0.87
R82	42	0.69	0.43	0.43	0.5	0.67	0.75	0.58
R83	44	1.92	1.14	1.71	1.33	1.67	1.5	1.55
R84	44	0.92	0.57	0.86	0.67	1.67	0.25	0.82

Lampiran 8. Lembar hasil SPSS

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	61	72.6	72.6	72.6
	Laki-laki	23	27.4	27.4	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Jumlah responden

	N	Minimum	Maximum	Sum	Std. Deviation
SEMA	84	.00	1.00	26.00	.46507
IMM	84	.00	1.00	29.00	.47830
TBM	84	.00	1.00	28.00	.47424
DPM	84	.00	1.00	9.00	.31115
Valid N (listwise)	84				

Jumlah organisasi yang diikuti

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	76	90.5	90.5	90.5
	2.00	8	9.5	9.5	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Jabatan dalam organisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ketua / Wakil Ketua	6	7.1	7.1	7.1
	Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara	32	38.1	38.1	45.2
	Tidak ada (anggota biasa)	46	54.8	54.8	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINARS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	22	26.2	26.2	26.2
	stres sedang	29	34.5	34.5	60.7
	stres berat	25	29.8	29.8	90.5
	stres sangat berat	8	9.5	9.5	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINIRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	37	44.0	44.0	44.0
	stres sedang	25	29.8	29.8	73.8
	stres berati	18	21.4	21.4	95.2
	stres sangat berat	4	4.8	4.8	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINTLRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	28	33.3	33.3	33.3
	stres sedang	34	40.5	40.5	73.8
	stres berati	19	22.6	22.6	96.4
	stres sangat berat	3	3.6	3.6	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINSRs

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	29	34.5	34.5	34.5
	stres sedang	36	42.9	42.9	77.4
	stres berati	18	21.4	21.4	98.8
	stres sangat berat	1	1.2	1.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINDRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	32	38.1	38.1	38.1
	stres sedang	29	34.5	34.5	72.6
	stres berati	20	23.8	23.8	96.4
	stres sangat berat	3	3.6	3.6	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

DOMAINGRS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	38	45.2	45.2	45.2
	stres sedang	34	40.5	40.5	85.7
	stres berati	11	13.1	13.1	98.8
	stres sangat berat	1	1.2	1.2	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ARS	84	.08	3.69	1.7976	.86377
IRS	84	.00	3.86	1.4031	.95282
TLRS	84	.00	3.57	1.5204	.88332
SRS	84	.00	3.33	1.4345	.72071
DRS	84	.00	3.67	1.5437	.88537
GRS	84	.00	3.25	1.3095	.78351
Valid N (listwise)	84				

TINGKAT STRES

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stres ringan	27	32.1	32.1	32.1
	stres sedang	36	42.9	42.9	75.0
	stres berati	19	22.6	22.6	97.6
	stres sangat berat	2	2.4	2.4	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

KEAKTIFAN ORGANISASI KEMAHASISWAAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	10.7	10.7	10.7
	Sedang	30	35.7	35.7	46.4
	Tinggi	38	45.2	45.2	91.7
	Sangat tinggi	7	8.3	8.3	100.0
	Total	84	100.0	100.0	

KATEGORI * DOMAINARS Crosstabulation

Count

		DOMAINARS				
		stres ringan	stres sedang	stres berat	stres sangat berat	Total
keaktifan	Rendah	1	3	4	1	9
	Sedang	9	8	8	5	30
	Tinggi	10	15	12	1	38
	Sangat tinggi	2	3	1	1	7
Total		22	29	25	8	84

Correlations

			KATEGORI	DOMAINARS
Spearman's rho	Keaktifan organisasi	Correlation Coefficient	1.000	-.134
		Sig. (2-tailed)	.	.226
		N	84	84
	DOMAINARS	Correlation Coefficient	-.134	1.000
		Sig. (2-tailed)	.226	.
		N	84	84

Lampiran 9. Kuesioner penelitian via Gform

KUESIONER PENELITIAN HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Assalamualaikum wr.wb teman teman.. perkenalkan saya **Dinda Rahmadani** Mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara npm **2208260251 Angkatan 2022**. Saat ini saya sedang melakukan penelitian skripsi yang berjudul **"HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA"** Sebagai syarat untuk menyelesaikan S1 Pendidikan Dokter.

Tujuan penelitian ini adalah Menqanalisis hubungan antara keaktifan dalam organisasi

Menyatakan bersedia menjadi subyek (responden) dalam penelitian dari: *

Nama : Dinda Rahmadani

NIM : 2208260251

- Saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti mengenai hal-hal terkait penelitian.
- Seluruh jawaban saya akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Tidak ada nama yang akan dicantumkan dalam laporan.
- Saya tidak sedang menjalani pengobatan untuk gangguan mental atau psikologis dari profesional (psikolog/psikiater).
- Saya tidak sedang mengalami stres akibat peristiwa duka yang terjadi belakangan ini.
- Saya tidak mengikuti organisasi diluar organisasi kemahasiswaan kampus.
- Saya mengerti prosedur penelitian akan dilakukan melalui pengisian kuesioner dan tidak memberikan efek buruk terhadap diri say sendiri.

Jenis kelamin *

☐ Perempuan

☐ Laki-laki

Jenis organisasi kemahasiswaan yang Anda ikuti (boleh pilih lebih dari satu):

☐ Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU)

☐ Senat Mahasiswa FKIK UMSU (SEMA FKIK UMSU)

☐ Dewan Perwakilan Mahasiswa FKIK UMSU (DPM FKIK UMSU)

☐ Tim Bantuan Medis (TBM) FKIK UMSU

kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian akan dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri atas dua kuesioner yaitu kuesioner *Medical Student Stressor Questionnaire* (40 pertanyaan) dan kuesioner keaktifan berorganisasi (12 pertanyaan).

Responden hanya akan diminta untuk mengisi kuesioner sesuai dengan pengalaman, kondisi, dan pendapat pribadi mereka secara jujur dan objektif tanpa ada intervensi apapun dari peneliti.

Partisipasi bersifat sukarela, tanpa paksaan, dan tidak dikenakan biaya. Data dijamin kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila ada pertanyaan, dapat menghubungi saya:

Nama : Dinda Rahmadani
No. HP/WA : 082286984396
Email : dindarahmadani701@gmail.com

Terima kasih atas partisipasi saudara/i.

Wassalamualaikum Wr.Wb
Hormat saya,

7. Saya bersedia secara sukarela untuk menjadi responden peneliti dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan dari siapapun dan menyetujui bahwa semua data yang telah dihasilkan pada penelitian ini akan disajikan dalam bentuk lisan maupun tulisan.

☐ Ya, saya bersedia

☐ Tidak, saya tidak bersedia

Nama Lengkap *

Jawaban Anda

Umur *

Jawaban Anda

Apa jabatan Anda dalam organisasi yang paling aktif saat ini?

☐ Tidak ada (anggota biasa)

☐ Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara

☐ Ketua / Wakil Ketua

☐ Yang lain: _____

Berikutnya Kosongkan formulir

KUESIONER KEAKTIFAN BERORGANISASI

Saya selalu aktif dalam mengikuti kegiatan *
yang diadakan oleh organisasi

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Saya jarang menghadiri rapat untuk *
kegiatan organisasi

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Saya mengikuti kegiatan di organisasi *
dengan sungguh sungguh

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Saya selalu menjadi panitia di setiap *
kegiatan organisasi

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Ketika mendapat amanah dari ketua *
organisasi, saya selalu melaksanakannya
dengan penuh tanggung jawab

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Selama saya ikut organisasi, waktu belajar *
saya jadi terganggu

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Saya suka berkomunikasi dengan banyak *
orang, oleh karena itu saya ikut organisasi

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Saya merasa kesulitan untuk bekerjasama *
dengan orang lain

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Aktif dalam organisasi dapat memacu *
prestasi belajar saya

- ☐ Sangat Setuju
- ☐ Setuju
- ☐ Netral
- ☐ Kurang Setuju
- ☐ Tidak setuju

Dengan ikut organisasi, saya menjadi semangat untuk terus berkembang *

☐ Sangat Setuju

☐ Setuju

☐ Netral

☐ Kurang Setuju

☐ Tidak setuju

Saya mendapatkan piagam kejuaraan melalui organisasi *

☐ Sangat Setuju

☐ Setuju

☐ Netral

☐ Kurang Setuju

☐ Tidak setuju

Saya merasa lebih tertantang untuk menggali kemampuan yang saya miliki *

☐ Sangat Setuju

☐ Setuju

☐ Netral

☐ Kurang Setuju

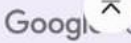
☐ Tidak setuju

[Kembali](#) [Berikutnya](#) [Kosongkan formulir](#)

Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google. - [Hubungi pemilik formulir](#) - [Persyaratan Layanan](#) - [Kebijakan Privasi](#)

Apakah formulir ini tampak mencurigakan? [Laporkan](#)

KUESIONER MSSQ	
0 = Tidak menyebabkan stres sama sekali 1 = Menyebabkan sedikit stres 2 = Menyebabkan stres sedang 3 = Menyebabkan stres tinggi 4 = Menyebabkan stres sangat tinggi Untuk pertanyaan yang ditandai (*), artinya jika belum masuk tahap klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu.	Sistem kuota/pembatasan jumlah orang yang boleh mengikuti ujian * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Ujian atau tes * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Kekerasan verbal atau fisik oleh mahasiswa * lain 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Berbicara kepada pasien tentang masalah pribadi anda* (jika belum masuk tahap klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu) 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Harapan orang tua terhadap studi kedokteran anda * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Memiliki konflik dengan mahasiswa lain * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Keinginan untuk berprestasi dengan baik (ekspektasi diri) * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Tidak memiliki konflik dengan mahasiswa lain * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Tidak memiliki bahan belajar yang cukup * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐

Memiliki konflik dengan staf kampus * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Kurangnya arahan dan bimbingan dari dosen * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Beban belajar yang berlebihan * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Perasaan tidak kompeten/tidak mampu * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Keikutsertaan dalam diskusi di kelas * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Keraguan terhadap harapan diri sendiri * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Tertinggal materi pelajaran dari teman-teman yang lain * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Praktik skill lab yang tidak mencukup * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Partisipasi dalam presentasi kelas * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Kurangnya waktu untuk bersama keluarga dan teman * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐

Persaingan ketat dalam pelajaran dengan mahasiswa lain *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Kesulitan memahami materi kuliah *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Kurangnya keterampilan mengajar dosen (cara mengajar yang membosankan) *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Menghadapi sakit atau kematian pasien* (jika belum masuk tahap klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu) *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien* (jika belum masuk tahap klinik (koas), bayangkan saja Anda sedang berada dalam kondisi seperti itu) *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Mendapat nilai jelek *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Pemberian tugas yang tidak sesuai *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Kurangnya motivasi untuk belajar *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Kurangnya waktu untuk meninjau kembali
apa yang sudah dipelajari *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Memiliki konflik dengan dosen *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Mendapat perkataan atau perlakuan kasar
dari dosen *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Ketidakmauan untuk belajar kedokteran *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Sering diganggu ketika belajar oleh orang
lain *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Merasa banyak hal yang harus dipelajari *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Tidak bisa menjawab pertanyaan dari
dosen *

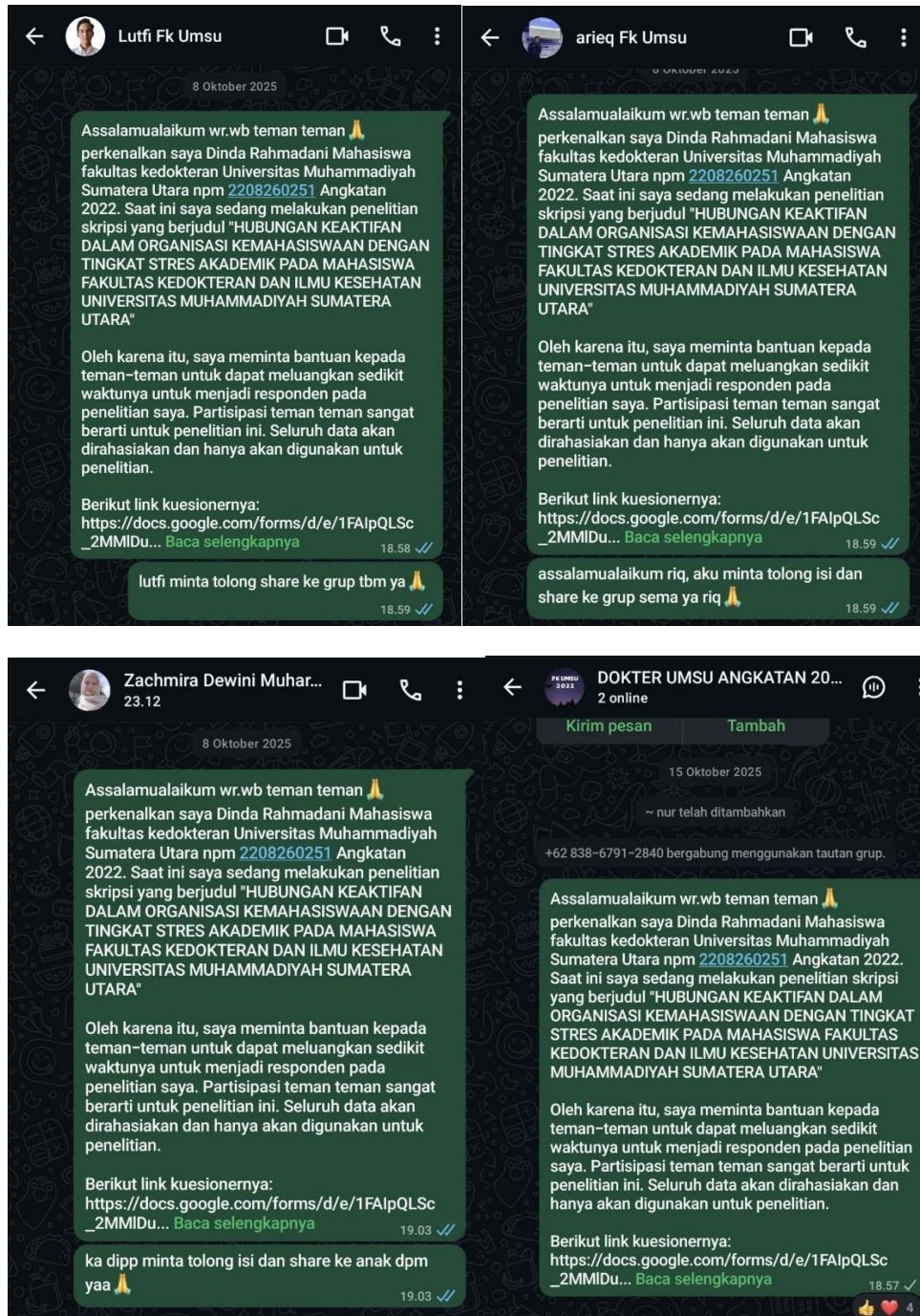
- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Harus berprestasi dengan baik (paksaan
dari orang lain) *

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐

Saat dosen tidak memberikan masukan (feedback) yang cukup selama kuliah * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Perkataan atau perlakuan kasar dari staf kampus * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Pemberian nilai ujian yang tidak adil (misalnya teman yang biasa-biasa saja mendapat nilai bagus) * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Adanya beban tanggung jawab dalam keluarga * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐
Kurangnya apresiasi/tidak dihargai atas pekerjaan (tugas dan lainnya) yang telah Anda selesaikan dengan baik * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Kembali Berikutnya Kosongkan formulir
Melakukan pekerjaan menggunakan komputer * 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐	Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir. Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google. - Hubungi

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



**HUBUNGAN KEAKTIFAN DALAM ORGANISASI KEMAHASISWAAN
DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS**

MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Dinda Rahmadani¹, Yulia Afrina Nasution²

Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email : dindarahmadani701@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Stres akademik merupakan kondisi tekanan mental atau emosional akibat tuntutan dalam lingkungan pendidikan, yang banyak dialami mahasiswa kedokteran karena beban akademik yang tinggi dan jadwal yang padat. Keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dapat memberikan manfaat pengembangan diri, namun tuntutan waktu dan tanggung jawab yang besar berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan antara kewajiban akademik dan kegiatan organisasi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian berjumlah 84 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman. **Hasil:** Berdasarkan analisis data uji statistik korelasi Spearman dijumpai nilai $p > 0,226$ ($p > 0,05$) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Kemudian dijumpai nilai koefisien korelasi (ρ) yaitu -0,134 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat lemah dari kedua variabel tersebut. **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan dengan arah hubungan negatif yang sangat lemah antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Mayoritas mahasiswa memiliki tingkat keaktifan berorganisasi yang tinggi, sementara tingkat stres akademik yang paling banyak dialami adalah stres sedang.

Kata kunci: keaktifan organisasi, mahasiswa kedokteran, organisasi kemahasiswaan, stres akademik

ABSTRACT

Introduction: Academic stress is a condition of mental or emotional pressure due to demands in the educational environment, which is often experienced by medical students because of the high academic load and busy schedule. Active participation in student organizations can provide self-development benefits, but the demands of time and significant responsibilities have the potential to create an imbalance between academic obligations and organizational activities. **Method:** This study used an observational analytical quantitative method with a cross-sectional design. The research subjects consisted of 84 students from the Faculty of Medicine and Health Sciences at Muhammadiyah University of North Sumatra who were active in student organizations. The sampling technique used consecutive sampling. Data were analyzed using Spearman correlation test. **Results:** Based on the analysis of Spearman correlation statistical test data, a p-value > 0.226 ($p > 0.05$) was found, indicating that there is no significant relationship. Then, a correlation coefficient (ρ) of -0.134 was found, indicating that there is a very weak negative relationship between the two variables. **Conclusion:** This study shows that there is no significant relationship, with a very weak negative direction, between involvement in student organizations and the level of academic stress among students of the Faculty of Medicine and Health Sciences at Muhammadiyah University of North Sumatra. The majority of students have a high level of organizational involvement, while the most common level of academic stress experienced is moderate stress.

Keywords: *academic stress, medical students, student organizations, student organization activeness*

PENDAHULUAN

Stres merupakan keadaan khawatir atau ketegangan mental yang muncul sebagai respons terhadap situasi sulit dan merupakan respons alami manusia dalam menghadapi tantangan kehidupan.¹ Dalam konteks pendidikan tinggi, stres yang dialami mahasiswa dikenal sebagai stres akademik, yaitu tekanan mental atau emosional yang timbul akibat tuntutan akademik, ekspektasi internal maupun eksternal, serta tekanan dari lingkungan pendidikan.² Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akademik karena beban pembelajaran yang berat, jadwal perkuliahan yang padat, tuntutan prestasi akademik yang tinggi, serta ekspektasi dari keluarga dan lingkungan sekitar.³

Secara global, prevalensi stres tergolong tinggi. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan kondisi ini menempati peringkat keempat sebagai penyebab utama masalah kesehatan global.¹ Di kawasan Asia Tenggara,

survei Naluri menunjukkan sekitar 43% orang dewasa mengalami stres.⁴ Sementara itu, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan sekitar 2,8% kelompok usia 15–24 tahun mengalami gangguan kesehatan mental. Data ini menunjukkan bahwa stres, termasuk stres akademik, menjadi permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius.⁵

Stres akademik dapat berdampak negatif terhadap mahasiswa, antara lain menurunkan produktivitas, mengganggu proses pembelajaran, serta memengaruhi prestasi akademik.⁶ Studi di kawasan Asia Tenggara melaporkan bahwa sekitar 16,4% mahasiswa mengalami stres akademik.⁷ Penelitian pada mahasiswa kedokteran Universitas King Khalid, Arab Saudi, menunjukkan bahwa 85,5% mahasiswa mengalami stres sedang hingga berat.⁸ Di Indonesia, beberapa penelitian menunjukkan tingginya prevalensi stres akademik pada mahasiswa kedokteran, seperti di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi dengan

angka 55%–56,6%, serta Universitas Surabaya yang melaporkan stresor akademik sebagai stresor tertinggi.^{9, 10}

Di tengah tekanan akademik yang tinggi, sebagian mahasiswa kedokteran tetap aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Keaktifan berorganisasi diyakini memberikan berbagai manfaat positif, seperti pengembangan soft skills, perluasan relasi sosial, serta peningkatan kepercayaan diri.¹¹ Namun, keterlibatan organisasi yang tinggi juga dapat menimbulkan beban tambahan berupa tuntutan waktu dan tanggung jawab, sehingga berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan antara kewajiban akademik dan organisasi serta menjadi sumber stres tambahan.¹²

Penelitian mengenai hubungan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik menunjukkan hasil yang beragam. Beberapa studi melaporkan bahwa mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki tingkat stres yang lebih tinggi akibat beban ganda dan konflik peran.¹³ Sebaliknya,

penelitian lain menunjukkan bahwa keaktifan berorganisasi justru berkaitan dengan tingkat stres yang lebih rendah karena mahasiswa memiliki kemampuan coping, pengalaman pemecahan masalah, serta kecerdasan adversity yang lebih baik. Bahkan, beberapa penelitian pada mahasiswa kedokteran menunjukkan adanya hubungan negatif antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres, di mana organisasi menjadi sarana pelepas stres.¹⁴

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (FKIK UMSU) menyediakan berbagai organisasi kemahasiswaan sebagai wadah pengembangan diri mahasiswa. Data internal FKIK UMSU tahun 2025 menunjukkan sekitar 15,1% mahasiswa aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Namun, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa kedokteran di FKIK UMSU. Oleh karena itu,

penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik observasional dengan desain cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (FKIK UMSU). Desain cross-sectional dipilih karena pengambilan data dilakukan pada satu waktu tanpa intervensi peneliti, serta dinilai efisien dari segi waktu dan biaya.

Penelitian dilaksanakan di FKIK UMSU pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif FKIK UMSU yang berperan sebagai pengurus organisasi kemahasiswaan, dengan jumlah 182 mahasiswa berdasarkan data resmi organisasi terkait. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*, yaitu seluruh responden yang memenuhi kriteria inklusi dan

eksklusi diikutsertakan hingga jumlah sampel terpenuhi. Penentuan besar sampel dilakukan menggunakan aplikasi *G*Power* versi 3.1 dengan pendekatan *Correlation: Bivariate normal model* sebagai estimasi konservatif untuk uji korelasi Spearman. Asumsi *effect size* 0,3, tingkat signifikansi 0,05, dan power 0,80, diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 84 mahasiswa.

Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif FKIK UMSU yang menjadi pengurus organisasi kemahasiswaan di lingkungan fakultas. Kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang terdiagnosis gangguan kesehatan mental, mengalami stres akibat peristiwa duka, mengikuti organisasi di luar kampus, atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap dan konsisten.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen. Keaktifan berorganisasi diukur menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari Pratiwi (2017), terdiri dari 12 pertanyaan dengan skala Likert 5 poin. Instrumen ini telah dinyatakan

valid (*Corrected Item Total Correlation* $\geq 0,3$) dan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,904. Skor total dikategorikan menjadi tingkat keaktifan sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan nilai mean dan standar deviasi.¹⁵

Tingkat stres akademik diukur menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)* versi Bahasa Indonesia yang telah divalidasi dan reliabel (*Cronbach's Alpha* 0,752). Kuesioner terdiri dari 40 item dengan skala 0–4 dan mencakup enam domain stresor. Skor rata-rata dikategorikan menjadi stres ringan, sedang, berat, dan sangat berat.^{16, 17, 18}

Pengolahan data meliputi tahap editing, coding, entry, cleaning, dan saving. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 30. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi dan karakteristik variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman untuk menilai hubungan antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres akademik. Nilai $p < 0,05$ dianggap

bermakna secara statistik, dengan interpretasi kekuatan hubungan berdasarkan nilai koefisien korelasi Spearman (ρ).

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.9. Hasil penelitian

3.9.1. Karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi(n)	Persentase(%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	23	27,4%
Perempuan	61	72,6%
Jenis organisasi yang diikuti		
SEMA FKIK UMSU	26	30,95%
IMM FKIK UMSU	29	34,52%
TBM FKIK UMSU	28	33,33%
DPM FKIK UMSU	9	10,71%
Jumlah organisasi yang diikuti		
1 organisasi	76	90,5%
>1 organisasi	8	9,5%
Jabatan dalam organisasi		
Tidak ada (anggota biasa)	46	54,8%
Koordinator / Kepala Divisi / Sekretaris / Bendahara	32	38,1%
Ketua / Wakil Ketua	6	7,1%

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil bahwa dari sebanyak 84 responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 responden (72,6%). Kemudian dilihat dari jenis organisasi menunjukkan jumlah anggota organisasi terbanyak menjadi responden adalah IMM FKIK UMSU sebanyak 29 responden (34,52%). Sementara itu berdasarkan jumlah organisasi yang diikuti didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yaitu 76 responden (90,5%) hanya mengikuti 1 organisasi intrakampus. Berdasarkan jabatan

didapatkan hasil mayoritas responden adalah anggota biasa organisasi yaitu 46 responden (54,8%).

Distribusi tingkat stres berdasarkan domain stresor

c. Tingkat stres berdasarkan domain stresor

Tingkat stres	ARS		IRS		TLRS		SRS		DRS		GARS	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Stres ringan	22	26,2%	37	44%	28	33,3%	29	34,5%	32	38,1%	38	45,2%
Stres sedang	29	34,5%	25	29,8%	34	40,5%	36	42,9%	29	34,5%	34	40,5%
Stres berat	25	29,8%	18	21,4%	19	22,6%	18	21,4%	20	23,8%	11	13,1%
Stres sangat berat	8	9,5%	4	4,8%	3	3,6%	1	1,2%	3	3,6%	1	1,2%

Berdasarkan domain stresor yang diisi responden, diperoleh tingkat stres yang bervariasi pada setiap domain. Pada domain ARS, mayoritas responden yaitu 29 orang (34,5%) mengalami stres sedang. Pada domain IRS, sebagian besar responden yaitu 37 orang (44%) berada pada kategori stres ringan. Pada domain TLRS, mayoritas responden yaitu 34 orang (40,5%) juga mengalami stres sedang. Demikian pula pada domain SRS, sebagian besar responden yaitu 36 orang (42,9%) berada pada kategori stres sedang. Pada domain DRS, mayoritas responden yaitu 32 orang (38,1%) mengalami stres ringan.

Sementara itu, pada domain GARS, mayoritas responden yaitu 38 orang (45,2%) berada pada kategori stres ringan.

d. Rata-rata tingkat stres berdasarkan keseluruhan Domain Stresor

Domain stresor	Mean
ARS	1,79
IRS	1,40
TLRS	1,52
SRS	1,43
DRS	1,54
GARS	1,30

Dari data didapatkan bahwa hasil stresor dominan pada mahasiswa FKIK UMSU yaitu domain ARS (1,79) yang artinya stres akademik merupakan sumber stres utama bagi para responden.

Distribusi Frekuensi Tingkat stres mahasiswa di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Tingkat stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Stres ringan	27	32,1%
Stres sedang	36	42,9%
Stres berat	19	22,6%
Stres sangat berat	2	2,4%

Berdasarkan tabel data diatas didapatkan bahwa tingkat stres mayoritas responden adalah stres sedang yaitu 36 responden (42,9%), dengan diikuti data stres ringan sebanyak 27 responden (32,1%), stres

berat 19 responden (22,6%), dan stres sangat berat 2 responden (2,4%).

Distribusi Frekuensi Keaktifan mahasiswa dalam organisasi kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	9	10,7%
Sedang	30	35,7%
Tinggi	38	45,2%
Sangat Tinggi	7	8,3%

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa keaktifan berorganisasi responden dalam organisasi kemahasiswaan FKIK UMSU sebagian besar berada dalam kategori tinggi yaitu 38 responden (45,2%).

Hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik

Data hasil penelitian kemudian dilakukan analisis menggunakan uji korelasi Spearman untuk menilai hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik dan didapatkan hasil analisis variabel sebagai berikut.

Variabel	Nilai signifikansi (p-value)	Koefisien korelasi (ρ)
Keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan	0,226	-0,134
Tingkat stres akademik mahasiswa		

Berdasarkan tabel data di atas, didapatkan hasil nilai signifikansi yaitu 0,226 ($p > 0,05$) yang bermakna bahwa H1 tidak dapat diterima dan menunjukkan tidak adanya hubungan antara keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan dengan tingkat stres akademik. Kemudian, pada nilai koefisien korelasi didapatkan hasil nilai -0,133 yang bermakna bahwa terdapat kecenderungan hubungan negatif (berlawanan arah) yang sangat lemah dari kedua variabel.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 61 orang (72,6%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 23 orang (27,4%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tenaga medis dan kesehatan didominasi oleh perempuan. Perempuan dinilai memiliki kepekaan emosional dan sikap sosial yang lebih

kuat, sehingga memunculkan empati, kepedulian, serta dorongan untuk membantu dan merawat, yang menjadi karakteristik penting dalam bidang kesehatan.¹⁹ Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini juga mencerminkan komposisi mahasiswa kedokteran yang secara umum lebih banyak diisi oleh perempuan dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan keikutsertaan dalam organisasi kemahasiswaan, organisasi yang paling banyak diikuti oleh responden adalah Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah FKIK UMSU (IMM FKIK UMSU) sebanyak 29 responden (34,52%), diikuti oleh Tim Bantuan Medis FKIK UMSU (TBM FKIK UMSU) sebanyak 28 responden (33,33%). Namun demikian, proporsi ini hanya menggambarkan distribusi responden dalam penelitian dan tidak dapat diinterpretasikan sebagai representasi jumlah anggota sebenarnya di masing-masing organisasi. Tingginya partisipasi pada IMM dan TBM dapat dikaitkan dengan karakteristik kedua organisasi tersebut yang memiliki aktivitas rutin,

peran sosial yang kuat, serta peluang pengembangan diri yang luas bagi mahasiswa kedokteran.

Ditinjau dari jumlah organisasi yang diikuti, sebagian besar responden hanya mengikuti satu organisasi intrakampus, yaitu sebanyak 76 orang (90,5%), sedangkan 8 orang (9,5%) mengikuti lebih dari satu organisasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa cenderung membatasi keterlibatan organisasi sebagai strategi untuk menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan aktivitas organisasi.²⁰ Pembatasan jumlah organisasi yang diikuti dapat mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam melakukan manajemen waktu dan prioritas, sehingga dapat meminimalkan konflik peran yang berpotensi meningkatkan stres akademik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas responden menempati jabatan sebagai anggota biasa organisasi, yaitu sebanyak 46 mahasiswa (54,8%). Perbedaan jabatan struktural dalam organisasi

berimplikasi pada perbedaan tanggung jawab dan tuntutan waktu. Jabatan struktural inti umumnya memiliki beban kerja dan tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan anggota biasa. Oleh karena itu, dominasi responden sebagai anggota biasa menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mungkin memilih peran dengan tuntutan yang lebih ringan agar tetap dapat menyeimbangkan kewajiban akademik dan aktivitas organisasi, serta mengurangi potensi tekanan psikologis tambahan.²¹

Berdasarkan analisis domain stres menggunakan instrumen Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ), penelitian ini menemukan bahwa stresor utama yang dialami mahasiswa kedokteran adalah stresor akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Suhartini dkk. yang melaporkan bahwa domain Academic Related Stressor (ARS) merupakan kontributor tertinggi stres pada mahasiswa kedokteran dibandingkan domain stres lainnya. Tingginya stres akademik dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti beban belajar yang

berat, tuntutan prestasi akademik, kompetisi antar mahasiswa, ekspektasi yang tinggi, serta ketakutan akan kegagalan. Meskipun stres akademik yang muncul tidak selalu berdampak langsung pada fungsi kognitif, tingkat stres yang tidak terkelola dengan baik berpotensi menghambat proses pembelajaran dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dalam konteks tertentu, stres juga dapat bersifat adaptif dan memotivasi, namun tanpa mekanisme koping yang efektif, stres justru menjadi hambatan akademik.²²

Sementara itu, domain dengan nilai rerata terendah adalah Group Activities Related Stressor (GARS). Rendahnya nilai rerata GARS menunjukkan bahwa aktivitas kelompok dan interaksi organisasi mahasiswa cenderung bersifat suportif dan tidak menjadi sumber stres utama. Hal ini mengindikasikan bahwa lingkungan organisasi dan interaksi sosial antar mahasiswa dapat berperan sebagai sumber dukungan sosial. Dukungan sosial yang baik diketahui mampu menurunkan persepsi stres karena individu merasa diterima,

memiliki ruang untuk berbagi permasalahan, serta memperoleh bantuan dan motivasi dari lingkungan sekitarnya dalam menghadapi tuntutan akademik maupun aktivitas organisasi.²³

Analisis hubungan antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres akademik menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik ($p = 0,226$; $p > 0,05$). Nilai koefisien korelasi yang diperoleh bersifat negatif dan sangat lemah ($\rho = -0,134$), yang mengindikasikan kecenderungan bahwa semakin aktif mahasiswa berorganisasi, tingkat stres akademik cenderung lebih rendah, namun hubungan tersebut tidak bermakna secara statistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Trismanyanti dkk. yang menyatakan bahwa tidak ditemukannya hubungan signifikan dapat disebabkan oleh adanya faktor lain di luar variabel penelitian, seperti kemampuan manajemen waktu, dukungan sosial, dan kondisi psikologis individu.²⁴

Penelitian lain dengan jumlah sampel yang lebih besar juga melaporkan tidak adanya hubungan bermakna antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres mahasiswa, meskipun variabel lain seperti semester memiliki hubungan yang signifikan dengan stres. Peneliti tersebut menyimpulkan bahwa stres tidak semata-mata dihasilkan oleh tuntutan eksternal, termasuk aktivitas organisasi, tetapi sangat dipengaruhi oleh mekanisme koping individu dalam menghadapi tekanan.²⁵ Penelitian di Pondok Pesantren Darussalam Purwokerto juga menemukan bahwa keaktifan berorganisasi tidak menjadi sumber tekanan psikologis yang bermakna, melainkan justru memunculkan perasaan antusias dan kesukarelaan.²⁶

Di sisi lain, beberapa penelitian terdahulu melaporkan hasil yang berbeda, yaitu adanya hubungan signifikan dengan arah negatif antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres akademik. Penelitian di Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung

menunjukkan bahwa semakin tinggi keaktifan berorganisasi, semakin rendah tingkat stres yang dialami mahasiswa. Organisasi dipandang sebagai sarana pelepasan stres dan tempat memperoleh dukungan emosional dari sesama mahasiswa yang menghadapi tuntutan akademik serupa.²⁷ Perbedaan hasil dengan penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan metode penelitian, seperti penggunaan total sampling serta karakteristik responden yang merupakan mahasiswa angkatan senior dengan tingkat adaptasi akademik yang lebih baik.

Penelitian oleh Surury dkk. juga menemukan bahwa mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki risiko stres yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tidak berorganisasi. Hal ini dikaitkan dengan kemampuan manajemen waktu, pengalaman dalam mengatasi masalah, serta jaringan sosial yang lebih luas.²⁸ Perbedaan instrumen yang digunakan juga berpotensi memengaruhi hasil, mengingat penelitian tersebut menggunakan DASS yang menilai

stres secara umum, sedangkan penelitian ini menggunakan MSSQ yang lebih spesifik menilai stres akademik.

Faktor lain yang dapat menjelaskan tidak ditemukannya hubungan signifikan adalah adversity intelligence, yaitu kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan. Mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung memiliki adversity intelligence yang lebih baik, sehingga mampu menoleransi dan mengelola stres akademik secara lebih adaptif.¹⁴ Selain itu, interaksi informal di luar kegiatan organisasi, seperti budaya berkumpul dan berbincang, juga berkontribusi sebagai mekanisme koping melalui dukungan sosial.²⁹

Namun demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa keaktifan berorganisasi juga berpotensi meningkatkan stres akademik apabila mahasiswa tidak mampu mengelola peran ganda secara efektif. Penelitian Sari menunjukkan bahwa ketidakmampuan menjalankan peran akademik dan organisasi secara

seimbang dapat menjadi sumber stres tambahan.³⁰ Hal serupa juga dilaporkan oleh Kabiba, yang menyatakan bahwa konflik peran dan kegagalan dalam manajemen waktu dapat menyebabkan keterlambatan tugas akademik, kecemasan, dan stres berkepanjangan.¹³

Oleh karena itu, pengelolaan stres akademik menjadi aspek penting dalam menjaga kesehatan mental dan keberhasilan akademik mahasiswa. Strategi koping yang efektif, seperti manajemen waktu, penentuan prioritas, serta pengurangan perilaku menunda, terbukti dapat menurunkan tingkat stres akademik.³¹ Selain itu, konseling individual dan dukungan sosial juga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan emosional mahasiswa.³²

Keterbatasan penelitian ini terletak pada desain cross-sectional dan penggunaan consecutive sampling, sehingga hasil penelitian hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu tertentu dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Faktor-faktor lain yang berpotensi

memengaruhi stres akademik, seperti dukungan sosial, strategi koping, motivasi belajar, dan kondisi psikologis individu, belum diteliti lebih lanjut dan berpotensi menjadi variabel perancu. Selain itu, perbedaan pemahaman responden terhadap item kuesioner juga dapat memengaruhi hasil penelitian.

REFERENSI

1. World Health Organization. Stress [Internet]. Geneva: World Health Organization. 2023 [cited 2025 May 2]. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
2. Anjala K. Understanding the Academic Stress: Factors, Impact and Strategies: A Review. *Int J Adv Res Innov*. 2024;12:11–16. doi:10.69996/ijari.2024003
3. Thensiniya Jeyapalan & Erik Blair. The Factors Causing Stress in Medical Students and Their Impact on Academic Outcomes: A Narrative

- Qualitative Systematic Review. *Int J Med Students*. Published online 2024. doi:10.5195/ijms.2024.2218
4. Naluri [homepage on the Internet]. *Naluri Reports Southeast Asia's Largest Mental Health Dataset*. Kuala Lumpur: Naluri. 2023 [cited 2025 May 26]. <https://www.naluri.life/news-and-reports/naluri-reports-southeast-asia-largest-mental-health-dataset>.
 5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) [Internet]. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023 [cited 2025 May 2]. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>.
 6. Almarzouki AF. Stress, working memory, and academic performance: a neuroscience perspective. *Stress*. 2024;27(1). doi:10.1080/10253890.2024.2364333
 7. Dessauvague AS, Dang HM, Nguyen TAT, Groen G. Mental Health of University Students in Southeastern Asia: A Systematic Review. *Asia-Pacific J public Heal*. 2022;34(2–3):172–181. doi:10.1177/10105395211055545
 8. Al-Shahrani MM, Alasmri BS, Al-Shahrani RM, Al-Moalwi NM, Al Qahtani AA, Siddiqui AF. The Prevalence and Associated Factors of Academic Stress among Medical Students of King Khalid University: An Analytical Cross-Sectional Study. *Healthc*. 2023;11(14). doi:10.3390/healthcare11142029
 9. Hedyaty S, Natasha Ayu Shafira N. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu

- Kesehatan Universitas Jambi. *J Med Stud* . 2022;2(2):61–71.
10. Sajuni S, Cahyono A. Stress analytics of medical students at Faculty of Medicine, University of Surabaya. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia (The Indonesian Journal of Medical Education)*. 2022;11(3):319-325..
doi:10.22146/jpki.64881
 11. Muliarta IM, Wirata G, Tunas IK. Academic stress in medical students during 3 different states: holiday, lecture, and exams. *Biomedical and Pharmacology Journal*. 2023;16(1):493-501.
doi:10.13005/bpj/2630
 12. Aulia F, Dwianggraeni PR, Ishak AR. Peran organisasi mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif. *Jurnal Mahasiswa Komunikasi Cantrik*. 2023;3(2):141–150.
doi:10.20885/cantrik.vol3.iss2.art5
 13. Kabiba K, Arfin A, Junaidin J. Faktor penyebab terjadinya konflik peran dalam proses pembelajaran pada mahasiswa pengurus organisasi. *Didaktis: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan*. 2021;21(1):7685.<https://journal.umsurabaya.ac.id/didaktis/article/view/748>
 14. Prasetyawan AB, Ariati J. Hubungan Antara Adversity Intelligence Dan Stres Akademik Pada Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Alam (Mapala) Di Universitas Diponegoro Semarang. *J EMPATI*. 2020;7(2):619–632.
doi:10.14710/empati.2018.21690
 15. Yusoff MSB. A multicenter study on validity of the Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). *Int Med J*. 2011;18(1):14–18.
 16. Jayarajah U, Lakmal K, Athapathu A, Jayawardena AJ, de Silva V. Validating the Medical Students' Stressor

- Questionnaire (MSSQ) from a Sri Lankan medical faculty. *J Taibah Univ Med Sci.* 2020;15(5):344–350. doi:10.1016/j.jtumed.2020.08.003.
17. Salsabila F, Armyanti I, Fitrianingrum I. Hubungan kemampuan refleksi diri dengan tingkat stres mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran dan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak, Indonesia: hasil penelitian. *Cermin Dunia Kedokteran.* 2024;51(12):667-682.
 18. Pratiwi SS. Pengaruh Keaktifan Mahasiswa Dalam Organisasi Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. *J Pendidik dan Ekon.* 2017;6(1):54–64. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/ekonomi/article/view/6074>
 19. Hojat M, DeSantis J, Shannon SC, Speicher MR, Bragan L, Calabrese LH. Empathy as related to gender, age, race and ethnicity, academic background and career interest: A nationwide study of osteopathic medical students in the United States. *Med Educ.* 2020;54(6):571–581. doi:10.1111/medu.14138
 20. Yulizar MR, Mubarak N, Komalasari S. Apakah mahasiswa aktif berorganisasi lebih dari satu mengakibatkan prokrastinasi akademik? *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.* 2025;5(1):26-33
 21. Rohmahwati D, Hutahaean ESH, Muzzamil F. Antara organisasi dan akademik: dinamika performa mahasiswa. *Jurnal Psikologi Poseidon.* 2025;83-97.
 22. Suhartini SM, Fuji R, Setyawati E, Lestari W. The Effect of Academic Stress on the Cognitive Function of

- Medical Students A . Introduction. 2025;6(2):904–916.
23. Sefianmi D, Sari R, Rachmani I. Ketika teman jadi penyelamat: studi dukungan sosial sebaya dalam mengatasi academic burnout mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 2025;2(4):7.
 24. Trismayanti R, Ramadhani C, Maharani N. Studi perbandingan tingkat stres akademik antara mahasiswa aktif dan nonaktif di perguruan tinggi. SSRN. Published online 2025. doi:10.2139/ssrn.5251172.
 25. Faiza AS. Hubungan antara keaktifan berorganisasi dan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran [skripsi] : Universitas Islam Sultan Agung; 2022 [cited 2025 May 26]. <https://repository.unissula.ac.id/25407>
 26. Malikul Husna M, Fitrikasari A, Sarjana W, Wardani ND. Hubungan antara keaktifan berorganisasi dengan tingkat stres: studi pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 2023
 27. Surury I, Putri LA, Hamida GSN, Prastiwi ND. Peran Berorganisasi Sebagai Faktor Protektif Terhadap Terjadinya Stress Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Semin Nas Penelit LPPM UMJ*. Published online 2022:1–10. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit>
 28. Apriliyani I, Purwatiningsih P, Zenitha M. Hubungan regulasi emosi dengan keaktifan berorganisasi pada mahasiswa di Pondok Pesantren Darussalam Purwokerto. *Jurnal Ilkes (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2024;15(2):167-172. doi:10.35966/ilkes.v15i2.382.
 29. Iyartiningtiyas VP. Dukungan sosial sebagai faktor yang berperan penting dalam

menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2025;6(2).
doi:10.31004/jkt.v6i2.47142.

Konseling. 2023;5:438-442.

30. Sari N. Hubungan keaktifan berorganisasi dengan stres pada mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala [skripsi]. Universitas Syiah Kuala; 2019 [cited 2025 Aug 5].
https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16601
31. Zahwa FK, Hanif MM. Strategi efektif mengatasi stres akademik melalui manajemen waktu untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)*. 2024;2(4):142-148.
32. Husniah WO, Fauzi MI. Teknik emotion focused coping untuk mengatasi stres akademik mahasiswa tingkat akhir melalui konseling individual. *Pendidikan dan*

