

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI KEPALA
PRIMER TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Oleh:
MUHAMMAD BAGUS SYUHADA
NPM : 2108260162

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI KEPALA
PRIMER TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA
UTARA**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Kelulusan Sarjana Kedokteran**



Oleh:
MUHAMMAD BAGUS SYUHADA
NPM : 2108260162

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING



MAJLIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN FISIPOLIS PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN

UMSU Tercakupan & Berkomitmen Kembangkan Standar Akademik, Riset, Pengajaran, Pengabdian Masyarakat, dan Pengembangan Diri
Jl. Gedung Ariea No. 63 Medan, 20211 Telp. (061) - 7209463 / 7333162 Fax. (061) - 7333432
Email: info@umsu.ac.id Website: umsu.ac.id Instagram: [umsu.ac.id](https://www.instagram.com/umsu.ac.id) Facebook: [umsu.ac.id](https://www.facebook.com/umsu.ac.id) Twitter: [umsuacid](https://twitter.com/umsuacid) YouTube: [umsuacid](https://www.youtube.com/umsuacid)



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Muhammad Bagus Syuhada
NPM : 2108260162
Prodi / Bagian : Pendidikan Dokter
Judul Skripsi : HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI
KEPALA TERHADAP PRESTASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA
UTARA ANGKATAN 2023

Disetujui untuk disampaikan kepada panitia ujian

Medan, 10 Juli 2024

Pembimbing

dr. Qarina Hasyala Putri, M.Biomed
NIDN: 0118059105

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 : Muhammad Bagus Syuhada

NPM : 2108260162

Judul Skripsi : HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI KEPALA
PRIMER TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

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

Medan, 24 Januari 2025



(Muhammad Bagus Syuhada)



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEDOKTERAN

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 : MUHAMMAD BAGUS SYUHADA
NPM : 2108260162
Judul : HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI
KEPALA PRIMER TERHADAP PRESTASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN 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 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing

(dr. Qarina Hasyala Putri, M.Biomed)

Penguji 1

(dr. Luhu Avianto Tapiheru, Sp.S)

Penguji 2

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

Mengetahui,



(dr. Siti Mashana Siregar, Sp. THT-KL (K))
NIDN: 0106098201

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd. Ked)
NIDN: 0112098605

Ditetapkan di : Medan

Tanggal : 07 Februari 2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala karena berkat rahmatNya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

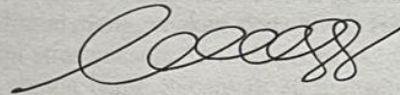
- 1) Ibu dr. Siti Masliana Siregar., Sp.THT-KL(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran.
- 2) Ibu dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter.
- 3) Ibu dr.Qarina Hasyala Putri M.Biomed Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
- 4) Seluruh dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang memberikan pelajaran dan pengetahuan dibidang kedokteran.
- 5) Terutama dan teristimewa penulis ucapkan banyak terima kasih kepada kedua orang tua saya, surga saya dan pengabdian kepada Papa Iwan Kurnianto S.H, M.H. dan mama Marliyanti.S.Tr.Keb., yang telah membesarkan, mendidik, membimbing dengan penuh kasih sayang dan cinta tak henti-hentinya mendoakan penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar dan tepat waktu.
- 6) Kakak dr.Ananda Pratiwi Kurnianti dan adek Tiara Nabila selaku saudara kandung penulis yang selalu memberikan dukungan,doa,dan semangat.
- 7) Syarifah Fachira Nabilla Al-Mahdaly S.Tr.Ak. selaku teman dekat penulis yang tidak bosannya memberikan dukungan secara langsung maupun secara tidak langsung dan saran serta turut membimbing penulis hingga akhir.
- 8) Kepada teman saya Ijaz, Farid, Lilo, Agam, Rafi Rustian, Aldo, Abay, Nando dan teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan yang telah membantu dan memberikan semangat serta dorongan sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.
- 9) Kepada Semua pihak yang tidak bisa penulis ucapkan satu persatu yang turut mendukung dan mendoakan penulis dalam menyelesaikan skripsi in hingga

selesai.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan juga saran demi kesempurnaan tulisan ini sangat saya harapkan.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, 24 Januari 2025



Muhammad Bagus Syuhada

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mhd Bagus Syuhada

NPM : 2108260162

Judul Skripsi : HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN NYERI KEPALA PRIMER TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

menyatakan bahwa setelah berdiskusi dengan Dosen Pembimbing, saya segera akan melakukan *submit* dan publikasi artikel hasil karya tulis ilmiah saya pada jurnal

Implementa Husada

Demikian surat pernyataan ini saya buat.

Diketahui oleh,

(dr Qarina Hasyala Putri M.Biomed)

Medan, 18 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,

Mhd Bagus Syuhada

ABSTRAK

Pendahuluan: Stres adalah kondisi mental yang dapat memengaruhi kesejahteraan fisik dan emosional seseorang. Mahasiswa kedokteran sering menghadapi tekanan akademik yang tinggi, yang dapat menyebabkan stres dan nyeri kepala primer. Kondisi ini berpotensi memengaruhi konsentrasi, daya tahan tubuh, dan prestasi akademik mereka. Penelitian sebelumnya menunjukkan stres akademik dan nyeri kepala tegang sebagai penyebab umum penurunan kualitas hidup mahasiswa kedokteran. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dan nyeri kepala primer terhadap prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara angkatan 2023. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik *consecutive sampling* terhadap 73 mahasiswa. Data tingkat stres diukur menggunakan Kuesioner MSSQ, sementara nyeri kepala dinilai menggunakan skala NRS. **Hasil:** Sebanyak 36 mahasiswa (49,3%) mengalami stres sedang, 31 mahasiswa (42,5%) stres berat, dan 6 mahasiswa (8,2%) stres sangat berat. Sebanyak 30 mahasiswa (41%) mengalami nyeri kepala sedang, 29 mahasiswa (39,7%) nyeri ringan, sementara hanya 9 orang (12,3%) sementara hanya 5 mahasiswa (6,8%) nyeri berat. Analisis bivariat menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat stres ($p=0.000$) dan nyeri kepala ($p=0.000$) dengan prestasi akademik. **Kesimpulan:** Stres dan nyeri kepala primer memiliki hubungan signifikan dengan prestasi akademik. Penanganan stres dan nyeri kepala yang efektif penting untuk mendukung keberhasilan akademik mahasiswa.

Kata kunci: tingkat stres, nyeri kepala, prestasi akademik.

ABSTRACT

Introduction: Stress is a mental condition that can affect a person's physical and emotional well-being. Medical students often face high levels of academic pressure, which can lead to stress and primary headaches. This condition has the potential to affect their concentration, endurance and academic performance. Previous research suggests academic stress and tension headaches as common causes of decreased quality of life in medical students. **Objective:** This study aims to analyze the relationship between stress levels and primary headaches on the academic achievement of students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of North Sumatra class of 2023. **Method:** This study used a cross-sectional design with consecutive sampling technique for 73 students. Stress level data was measured using the MSSQ Questionnaire, while headaches were assessed using the NRS scale. **Results:** A total of 36 students (49.3%) experienced moderate stress, 31 students (42.5%) experienced severe stress, and 6 students (8.2%) experienced very severe stress. A total of 30 students (41%) experienced moderate headaches, 29 students (39.7%) had mild pain, while only 9 students (12.3%) had severe pain. Bivariate analysis showed a significant relationship between stress levels ($p=0.000$) and headaches ($p=0.000$) with academic achievement. **Conclusion:** Stress and primary headaches have a significant relationship with academic achievement. Effective management of stress and headaches is important to support student academic success

Keywords: stress, primary headache, academic performance.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Mahasiswa	5
1.4.2 Bagi FK UMSU.....	5
1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Stres	6
2.1.1 Definisi Stres	6
2.1.2 Fisiologi Stres.....	7
2.1.3 Klasifikasi Stres.....	7
2.1.4 Gejala Stres	8
2.1.5 Pengukuran Tingkat Stres	8
2.1.6 Mengatasi Stres	10
2.2 Nyeri Kepala	13
2.2.1 Defenisi Nyeri Kepala	13
2.2.2 Klasifikasi Nyeri Kepala	14
2.2.3 Etiologi Nyeri Kepala.....	15
2.2.4 Gejala Klinis.....	15
2.2.5 Patofisiologi	16
2.2.6 Cara Mendiagnosa.....	18
2.2.7 Tatalaksana	18
2.2.8 Pengukuran Nyeri Kepala	20

2.3 Prestasi Akademik.....	21
2.4 Kerangka Teori	24
2.5 Kerangka Konsep.....	25
2.6 Hipotesis	25
BAB 3 METODE PENELITIAN	26
3.1 Definisi Operasional	26
3.2 Desain Penelitian	26
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.4 Populasi dan Sampel	27
3.4.1 Populasi	27
3.4.2 Sampel	27
3.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	28
3.5.1 Kriteria Inklusi	28
3.5.2 Kriteria Eksklusi.....	28
3.6 Identifikasi Variabel.....	29
3.6.1 Variabel Terikat.....	29
3.6.2 Variabel Bebas	29
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.7.1 Jenis dan Sumber Data	29
3.8 Pengolahan Data.....	30
3.9 Teknik Analisis Data	30
3.9.1 Uji Univariat.....	30
3.9.2 Uji Bivariat	31
3.10 Alur Penelitian.....	32
BAB IV	33
HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil Analisis Data	33
4.1.1 Karakteristik Responden	33
4.1.2 Analisa Univariat.....	33
4.1.3 Analisis Bivariat	37
4.2 Pembahasan	40
BAB V	44
KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
5.1 Kesimpulan	44
5.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Tatalaksana Migrain	31
Tabel 2.2. Tatalaksana TTH	32
Tabel 2.3. Evaluasi Hasil Belajar	36
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.1. Karakteristik Responden	45
Tabel 4.2. Distribusi Karakteristik Prestasi Akademik	45
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Stressor	46
Tabel 4.4. Distribusi Karakteristik Tingkat Stress	47
Tabel 4.5. Distribusi Karakteristik Nyeri Kepala.....	48
Tabel 4.6. Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Prestasi Akademik.....	49
Tabel 4.7. Hubungan Nyeri Kepala dengan Tingkat Prestasi Akademik.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Visual Analog Scale	21
Gambar 2. 2 Numeric Rating Scale (NRS).....	21
Gambar 2. 3 Kerangka Teori	24
Gambar 2. 4 Kerangka Konsep	25
Gambar 3 1 Alur Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Ethical Clearance	49
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	50
Lampiran 3. Informed Consent.....	51
Lampiran 4. Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan Medical Students Stressor Questionnair (MSSQ)	52
Lampiran 5. Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan Kuesioner yang diadaptasi dari Nyeri Visual Analogue (VAS)	56
Lampiran 6. Data Responden	57
Lampiran 7. Validitas dan Reabilitas MSSQ.....	59
Lampiran 8. Data Statistik	60
Lampiran 9. Dokumentasi	77

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut PPDGJ-III, stres diklasifikasikan sebagai salah satu gangguan suasana hati yang ditandai dengan gejala utama seperti suasana hati yang tertekan, kehilangan minat atau anhedonia, dan kehilangan energi yang ditunjukkan dengan cepat lelah, bersama dengan gejala lain seperti menurunnya konsentrasi atau perhatian, harga diri atau kepercayaan diri yang menurun, perasaan bersalah atau tidak berharga, pandangan yang suram dan pesimis terhadap masa depan pikiran atau tindakan untuk menyakiti diri sendiri atau bunuh diri gangguan tidur, dan berkurangnya nafsu makan. Laporan Kesehatan Mental Mahasiswa tahun 2022 menemukan bahwa mahasiswa sering menghadapi masalah seperti kecemasan, kurang tidur, keraguan, kesulitan dalam manajemen waktu, dan kelelahan karena tugas kuliah atau tugas, sehingga mereka sangat rentan terhadap stres. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), jumlah penduduk Indonesia berusia ≥ 15 tahun yang mengalami gangguan jiwa atau stres meningkat hingga 7% pada tahun 2018.²

Stres adalah salah satu bentuk respons tubuh yang tidak spesifik terhadap tuntutan aktivitas, yaitu suatu bentuk respons fisiologis psikologis dan perilaku manusia yang bertujuan untuk mengadaptasi dan mengatur tekanan internal serta eksternal dalam tubuh. Gangguan mental atau stres merupakan salah satu masalah kesehatan yang kerap dialami oleh masyarakat usia produktif, seperti mahasiswa. Mahasiswa tentu saja termasuk dalam kategori usia produktif. Mereka tidak hanya bertanggung jawab terhadap kemajuan diri mereka sendiri, tetapi juga berfungsi dalam masyarakat sebagai agen perubahan kontrol sosial, dan kekuatan moral. Karena banyaknya aktivitas dan kebutuhan untuk melaksanakan berbagai hal, banyak mahasiswa yang sering mengalami gangguan mental, dalam hal ini adalah stres. Terdapat empat jenis stres di lingkungan mahasiswa, yaitu stres interpersonal, intrapersonal, akademik, dan lingkungan. Konflik dengan teman, orang tua, atau pacar adalah contoh dari stresor interpersonal. Stresor intrapersonal merupakan sumber stres yang berasal dari

dalam diri sendiri, seperti kesulitan keuangan, perubahan pola makan, kebiasaan tidur, atau penurunan kesehatan.

Kebiasaan tidur atau penurunan kesehatan. Stresor akademik seperti nilai yang buruk, banyaknya tugas, dan mata kuliah yang sulit juga memiliki peran yang signifikan.⁶

Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah sakit kepala. Sakit kepala adalah masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kegiatan sehari-hari penderita. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia, sakit kepala termasuk gangguan neurologis yang paling sering terjadi dan sering kali menjadi kasus darurat, mencakup sekitar 2% dari seluruh pasien rawat inap di rumah sakit. Di seluruh dunia, sekitar 50% orang dewasa mengalami sakit kepala setidaknya sekali dalam setahun. Klasifikasi Internasional Gangguan Sakit Kepala (ICHD-3) mengelompokkan sakit kepala ke dalam gangguan primer dan sekunder, yang mencakup sakit kepala cluster, migrain, dan sakit kepala tipe tegang (TTH).⁷

Di Indonesia sendiri, menurut hasil penelitian multisenter yang berbasis rumah sakit yang dilakukan di empat rumah sakit besar di Indonesia (Medan, Bandung, Makassar, dan Denpasar), ditemukan prevalensi penderita nyeri kepala sebagai berikut: migrain tanpa aura (10%), migrain dengan aura (1,8%), nyeri kepala tipe tegang prediktif (31%), nyeri kepala kronik (24%), dan nyeri kepala cluster (31%).⁸ Menariknya, prevalensi stres mahasiswa di seluruh dunia adalah 38,91%, di Asia 61,3%, dan di Indonesia 71,6%.⁹

Proses belajar mahasiswa kedokteran sangatlah panjang dan mengharuskan mereka untuk lulus dalam setiap ujian. Tuntutan yang tinggi itu menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami stres dan sakit kepala. Aktivitas akademik yang dilakukan oleh mahasiswa kedokteran sangat banyak dan bervariasi, seperti perkuliahan setiap hari dari pagi hingga sore, berbagai magang, praujian, pascaujian, penulisan laporan magang, keterampilan klinis seperti latihan klinis, diskusi kelompok kecil, ujian blok, magang, dan ujian klinis terstruktur objektif (OSCE). Stres dan sakit kepala dapat menurunkan konsentrasi dan perhatian, menghambat proses pengambilan keputusan, serta memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan dan memengaruhi

kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan yang baik dengan pasien di masa depan. Penelitian yang dilakukan di beberapa negara berkembang menunjukkan bahwa stres yang dirasakan oleh mahasiswa dapat berdampak pada pencapaian akademik mereka. Pencapaian akademik sendiri mencakup berbagai aspek kognitif dan sikap mahasiswa. Hal ini sangat penting dalam konteks pendidikan karena prestasi akademik sering kali dijadikan sebagai tolok ukur keberhasilan dalam memahami materi pembelajaran secara individu.

Berdasarkan studi sebelumnya, didapatkan hasil bahwa tingkat stres mahasiswa tahun pertama Program Pendidikan Dokter (PSPD) UIN Malang tahun ajaran 2022/2023 sebagian besar mengalami stres berat dengan jumlah 31 orang mahasiswa atau sekitar 63,3%. Faktor yang paling dominan sebagai penyebab stres adalah dimensi Academic Stressors (ARS) dengan skor rata-rata 2,43. Dalam aspek akademik, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa PSPD UIN Malang tahun ajaran ini memperoleh nilai B pada nilai akhir blok pertama dengan jumlah 13 orang mahasiswa atau sekitar 26,5%. Pada penelitian lain di FK UMSU Angkatan 2018 ditemukan kejadian nyeri kepala sebanyak 10 orang (12,5%) yang mengalami nyeri kepala dan yang tidak mengalami nyeri kepala sebanyak 70 orang (87,5%). Berdasarkan penilaian hasil International Headache Society Classification Questionnaire (HO K-H dan Ong BK-C) ditemukan bahwa nyeri kepala mengganggu aktivitas sehari-hari (tetap bekerja tetapi terganggu) pada 31 individu (38,8%).¹²

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan nyeri kepala terhadap prestasi akademik pada mahasiswa FK UMSU, sementara tujuan khususnya mencakup penentuan prevalensi tingkat stres dan nyeri kepala di kalangan mahasiswa tersebut dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi serta strategi yang efektif dalam mengelola stres dan nyeri kepala, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan dan prestasi akademik mahasiswa, serta memberikan wawasan bagi pengembangan

program intervensi yang dapat membantu mahasiswa mengatasi stres dan mengurangi kejadian nyeri kepala.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dapat diambil adalah bagaimana hubungan tingkat stres dan nyeri kepala terhadap prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres, dan nyeri kepala terhadap prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menentukan prevalensi tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 2) Menentukan prevalensi nyeri kepala pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 3) Menentukan prevalensi prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 4) Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 5) Mengetahui hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 6) Mengetahui hubungan antara stressor dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- 7) Mengetahui hubungan antara nyeri kepala dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dan fisik, khususnya dalam mengelola stres untuk mencegah nyeri kepala.

1.4.2 Bagi FK UMSU

Penelitian ini diharapkan memberikan data yang dapat digunakan untuk merancang program intervensi dan dukungan kesehatan bagi mahasiswa dan memperkuat komitmen fakultas dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa melalui kebijakan dan fasilitas yang lebih baik.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk kemajuan dan motivasi bagi penelitian selanjutnya, serta dapat memperluas wawasan dan pengetahuan dalam bidang yang relevan.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stress

2.1.1 Definisi Stres

Stres adalah suatu kondisi ketika seseorang merasakan ketidakmampuan (emosional, fisik, dan mental) dalam menghadapi ancaman terhadap dirinya, yang dapat memengaruhi kesehatan mentalnya. Stres adalah hasil interaksi antara individu dan lingkungannya yang menyebabkan munculnya tuntutan biologis, psikologis, dan sosial. Menurut American Institute of Stress, stres adalah sebuah keadaan atau perasaan ketika tubuh dihadapkan pada tuntutan yang melebihi kapasitas yang dapat diberikan oleh individu tersebut. Stres terbagi menjadi beberapa kategori, yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Stres ringan biasanya dialami oleh setiap orang. Stres sedang adalah gangguan ringan pada tubuh yang berlangsung beberapa menit. Stres berat adalah gangguan berat yang dapat berlangsung selama beberapa minggu hingga bertahun-tahun.¹³

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, gangguan yang memengaruhi kesehatan mental dan emosional seseorang dari luar secara umum dibagi menjadi tiga golongan stresor:¹⁴

1. Stimulus: Stres terjadi akibat adanya rangsangan atau tekanan dari luar yang memengaruhi kejiwaan seseorang.
2. Respon: Stres adalah reaksi terhadap rangsangan negatif atau buruk yang menyebabkan kerugian bagi seseorang. Reaksi ini disebabkan oleh respons fisiologis yang dihasilkan oleh aktivitas medula adrenal dan sistem saraf simpatik atau kelenjar pituitari dan korteks adrenal.
3. Proses dinamis: Stres disebabkan oleh proses dinamis yang berasal dari faktor internal dan eksternal. Prinsip ini menjelaskan bahwa stres dapat muncul dikarenakan adanya tuntutan baik dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan luar. Komponen kognitif seperti pikiran, sikap, dan keyakinan dapat memengaruhi rangsangan dan respons terhadap stres.

2.1.2 Fisiologi Stres

Respons tubuh terhadap stres diawali di hipotalamus, yang mendapatkan informasi mengenai stres fisik dan emosional dari bagian otak lain dan reseptor di seluruh tubuh. Sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA) selanjutnya mengaktifkan sistem saraf simpatik yang memproduksi hormon stres dan katekolamin. Nukleus paraventricular hipotalamus memproduksi faktor pelepas kortikotropin, yang merangsang kelenjar pituitari untuk memproduksi kortikotropin (CRH). ACTH kemudian merangsang korteks adrenal untuk memproduksi kortisol. Kortisol dan katekolamin meningkatkan cadangan energi dengan mengubah glikogen menjadi glukosa.¹⁵

Kortisol juga menghambat fungsi tubuh tertentu, termasuk mengurangi peredaran O₂, yang menyebabkan peningkatan CO₂ dalam darah dan vasodilatasi, menurunkan tekanan darah.¹⁶ Kortisol juga memiliki efek pada hormon lain seperti epinefrin, menyebabkan vasokonstriksi dan peningkatan detak jantung, yang mengalihkan aliran darah ke kaki dan tangan, mengurangi aliran darah beroksigen ke otak dan menurunkan fungsinya.¹⁷ Respons tubuh terhadap stres ini dikenal sebagai mekanisme koping, yang terbagi menjadi adaptif dan maladaptif.¹⁸

2.1.3 Klasifikasi Stres

Stres diklasifikasikan menjadi 3 tingkat, yaitu:¹⁹

- 1) Stres ringan adalah kondisi stres yang dapat dialami siapa saja. Misalnya, Anda menjadi pelupa, terlalu banyak tidur, cemas, dan lebih banyak mengkritik, dan pada stres ringan, fase ini biasanya berakhir dalam beberapa menit.
- 2) Stres sedang dapat merupakan situasi yang berlangsung lebih lama dibandingkan stres ringan atau bahkan berlangsung berjam-jam atau sehari-hari. Fase stres sedang ini biasanya ditandai dengan fakta bahwa ketegangan meningkat dalam batas yang dapat diterima, memungkinkan memperhatikan situasi yang dapat memengaruhi pasien, dan berkonsentrasi pada pendengaran dan penglihatan.

- 3) Stres berat adalah keadaan stres kronis yang berlangsung lebih lama, berbulan-bulan atau bertahun-tahun, dibandingkan stres ringan atau sedang, dan stres berat ini meningkatkan risiko gangguan kesehatan. Hal ini dapat terjadi karena orang yang menderita stres berat kehilangan kendali atas aktivitas fisiknya, dan orang yang menderita stres berat biasanya mengalami penurunan kemampuan berkonsentrasi.

2.1.4 Gejala Stres

Gejala stres terdiri dari nyeri atau sakit kepala, kesulitan tidur, nyeri perut dan masalah pencernaan, kecemasan, emosi yang tidak terkontrol, depresi, kelelahan, suasana hati yang buruk dan sering menangis, kesulitan berkonsentrasi, kurangnya rasa percaya diri, hipertensi dan sistem kekebalan tubuh yang lemah. Menurut Ghani, seseorang yang mengalami stres dapat dikenali melalui beberapa tanda, yaitu:²⁰

- 1) Gejala Fisik

Gejala fisik termasuk nyeri kepala, peningkatan tekanan darah, dan serangan jantung.

- 2) Gejala Psikologis

Gejala psikologis meliputi kesulitan tidur, mimpi buruk, depresi, kegelisahan saat bekerja, kebingungan, mudah tersinggung atau impulsif, serta tanda-tanda depresi lainnya.

- 3) Gejala Perilaku

Gejala perilaku mencakup membolos, mudah marah, penurunan produktivitas, dan sering membuat kesalahan dalam pekerjaan.

2.1.5 Pengukuran Tingkat Stres

Tingkat stres pada mahasiswa dapat juga diukur dengan Kuesioner Stresor Mahasiswa Kedokteran (MSSQ). MSSQ yang diadaptasi secara kontekstual adalah instrumen yang valid dan andal yang dapat digunakan dalam penilaian stres di kalangan mahasiswa kedokteran serta alat khusus untuk menilai tingkat stres pada mahasiswa kedokteran.²¹ Kuesioner ini terdiri dari 40 pertanyaan yang merupakan penyebab stres dikategorikan menjadi stres ringan (0-1), sedang (1,01-2), berat

(2,01-3), dan sangat berat (3,01-4) yang diukur menggunakan kuesioner MSSQ dan pada kuesioner ini memiliki pemicu stresor yang dibagi menjadi 6 kelompok juga sebagai dimensi, yaitu:²²

1) *Academic related stressor (ARS)*

Faktor penyebab dalam kategori ini mencakup cara penilaian, jadwal studi, dan kegiatan lainnya yang berhubungan dengan acara akademik. Berbagai penelitian telah mengungkapkan bahwa faktor penyebab utama bagi mahasiswa kedokteran adalah faktor akademik.

2) *Interpersonal & Intrapersonal related stress (IRS)*

Stresor intrapersonal merujuk pada faktor internal, seperti kurangnya motivasi untuk belajar dan konflik batin. Sementara itu, stresor interpersonal berkaitan dengan hubungan antar individu, termasuk tindakan pelecehan verbal, fisik, dan emosional dari orang lain, serta perselisihan dengan guru, teman sebaya, atau staf.

3) *Teaching and learning Related stressor (TLRS)*

Kebanyakan merujuk pada kesesuaian tugas yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswa, kompetensi dosen dalam membimbing serta mengajar mahasiswa, kualitas umpan balik yang diberikan oleh dosen, persepsi dosen terhadap rekan dosen lain, dan dukungan yang diberikan oleh dosen.

4) *Social related stressor (SRS)*

Serupa dengan pengaruh sosial yang disebutkan sebelumnya, intervensi dari teman sebaya, hubungan romantis, serta kekurangan waktu untuk berinteraksi dengan teman dan keluarga.

5) *Drive & Desire related stressor (DRS)*

Umumnya berhubungan dengan ketidakberdayaan untuk belajar kedokteran karena berbagai alasan seperti adanya pilihan lain, memilih bidang yang tidak tepat, kehilangan motivasi setelah menghadapi realitas belajar kedokteran, bergantung pada orang tua untuk pendidikan kedokteran, serta mengikuti teman dalam memilih untuk belajar kedokteran.

6) *Group Activities Related Stressor (GARS)*

Hal ini biasanya terkait dengan partisipasi dalam diskusi kelompok, presentasi kelompok dan mengharapkan orang lain untuk melakukannya dengan baik.

2.1.6 Mengatasi Stres

Stres dapat memengaruhi berbagai kondisi, termasuk kondisi mental, fisik, dan emosional seseorang, sehingga penting untuk memahami cara mengatasi stres. Dalam Panduan Manajemen Stres dijelaskan bahwa terdapat beberapa metode untuk menangani stres. Pertama, kenali diri sendiri sebelum memahami kondisi orang lain, yakni kenali kelemahan diri dan ketahui hal-hal yang disukai serta tidak disukai. Kedua, jaga diri dengan memahami kebutuhan diri, memelihara pola hidup sehat, menjalin persahabatan dan hubungan baik dengan orang lain, serta lakukan hobi positif yang disukai. Ketiga, pertahankan keseimbangan antara berbagai aspek intelektual, fisik, emosional, bahkan spiritual yang berguna untuk mengurangi stres yang dialami oleh setiap individu. Berikut ini adalah beberapa cara untuk mengurangi stres antara lain:¹¹

1) Melalui pola makan yang sehat dan bergizi

Pola makan yang bergizi dan sehat adalah pola makan setidaknya 3 kali sehari dengan menu 4 sehat 5 sempurna. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan jenis makanan yang harus memiliki komposisi karbohidrat, lemak, dan protein yang seimbang, karena asupan makanan terutama yang tinggi lemak dapat menyebabkan stres pada individu. Contohnya, perempuan yang sering mengonsumsi makanan berlemak biasanya memiliki berat badan berlebih. Individu yang mengalami stres cenderung akan kehilangan lemak tubuh sehingga kadar lemak dalam darah akan meningkat. Pola makan yang baik harus diimbangi dengan pola makan yang seimbang dan sehat.

2) Menjaga kebugaran jasmani

Orang yang memiliki kebugaran fisik yang baik dapat terhindar dari stres dan memiliki toleransi psikologis yang tinggi terhadap stres. Selain pola makan yang sehat, bergizi, dan istirahat yang cukup, kebugaran fisik yang baik merupakan dasar yang baik bagi kondisi psikologis seseorang. Olahraga fisik yang terencana, sedang, teratur, dan rutin dapat mengurangi tekanan darah saat menghadapi serangan stres dan menjaga kebugaran fisik individu. Disarankan untuk melakukan aktivitas fisik ringan hingga sedang setidaknya 20 menit sebanyak tiga kali seminggu, seperti berjalan kaki, berenang, atau bersepeda, untuk menjaga kebugaran fisik.

3) Latihan pernafasan

Pernafasan yang baik adalah dengan menarik napas dalam-dalam secara perlahan, menahannya di perut beberapa saat, lalu mengeluarkannya secara perlahan. Cara bernafas seperti ini sangat membantu dalam mengurangi stres. Sebagai contoh, jika seseorang merasakan jantung berdebar kencang, sebaiknya bernafaslah perlahan dan dalam, akan melatih detak jantung dan memperlambatnya. Maka, mulai sekarang sebaiknya Anda melatih teknik pernapasan yang baik dan benar agar terhindar dari stres.¹²

4) Latihan relaksasi

Relaksasi diperlukan baik secara fisik maupun mental. Aktivitas fisik yang paling sering menjadi pilihan adalah melakukan *massage* secara rutin. Hal ini berguna membantu mengembalikan dan memperlancar saraf yang tidak selaras dengan posisinya selama berolahraga.¹²

5) Melakukan aktivitas yang menggembirakan

Melalui aktivitas yang menggembirakan, diharapkan individu yang mengalami kesulitan akan melupakan permasalahannya untuk sementara waktu. Itu sebabnya, baru-baru ini muncul pengobatan yang dikatakan dapat mendorong produksi hormon endorfin dengan membuat orang tertawa terbahak-bahak atau menangis.¹²

6) Rekreasi

Berlibur atau rekreasi merupakan aktivitas yang bertujuan untuk mengurangi kelelahan jasmani dan rohani. Selain itu, liburan mutlak diperlukan untuk membangun hubungan yang harmonis dan mendorong komunikasi yang harmonis antar anggota keluarga. Selain itu, liburan dapat meningkatkan

Kinerja pada orang yang mengalami kelelahan akibat pekerjaan sehari-hari atau stres psikologis yang tinggi.¹²

7) Membangun hubungan yang harmonis

Hubungan serta komunikasi yang harmonis dengan orang lain, terutama anggota keluarga, dapat membantu mengurangi potensi stres. Individu yang tidak diterima dengan baik dalam lingkungan keluarganya memiliki risiko stres yang lebih tinggi. Oleh karena itu, keluarga perlu menciptakan suasana dan komunikasi yang harmonis di antara anggotanya untuk mencegah stres.

8) Hindari kebiasaan buruk

Secara umum, orang yang mengalami stres cenderung meredakan stresnya dengan merokok, makan berlebihan, minum alkohol, dan menggunakan narkoba. Meskipun aktivitas tersebut dapat mengurangi stres, namun bisa membahayakan kesehatan jika dilakukan secara berlebihan dalam jangka waktu yang lama.

9) Rencanakan kegiatan harian secara teratur

Orang yang merencanakan kegiatan sehari-harinya dapat mengurangi risiko stres karena mereka diingatkan tentang jadwal aktivitasnya.

10) Memelihara dan merawat tanaman dan hewan

Menanam dan merawat tanaman bisa menjadi bentuk rekreasi karena memberikan perhatian visual dan sementara serta dapat menurunkan tingkat stres. Selain itu, merawat hewan seperti kucing, anjing, burung, ikan, dan lainnya merupakan hobi yang dapat mengalihkan fokus dari masalah ke objek perawatan.

11) Luangkan waktu untuk diri sendiri atau keluarga

Meluangkan waktu untuk diri sendiri atau keluarga juga sangat penting untuk menghindari stres. Contohnya, aktivitas seperti memancing bisa membantu meredakan ketegangan seseorang yang sedang stres.

12) Menghindar dari kesendirian

Jika seseorang mengalami stres sebaiknya lebih cenderung mencari teman yang bisa mengungkapkan perasaannya, jadi yang terbaik adalah bertemu orang sebanyak mungkin untuk menghindari kesepian (serahkan pada mereka/curhat) untuk membantu mengurangi stres mental.

2.2 Nyeri Kepala

2.2.1 Defenisi Nyeri Kepala

Sakit kepala adalah keluhan yang paling sering dialami oleh pasien di seluruh dunia. Nyeri ini terjadi di area kepala dan juga dikenal dengan istilah cephalgia. Dari segi anatomi, sakit kepala merujuk pada rasa nyeri yang terasa di atas garis orbito-meatal dan di bagian belakang kepala, yang tidak mencakup rasa sakit di daerah orofasial seperti hidung, sinus paranasal, rahang, sendi temporomandibular, dan telinga. Sekitar 50% populasi dunia mengalami sakit kepala setiap tahunnya, dan lebih dari 90% orang pernah merasakannya dalam hidup mereka. Berdasarkan laporan terkini, antara lima hingga sembilan juta pasien dengan keluhan migrain menerima perawatan primer di Amerika Serikat setiap tahunnya. Secara umum, wanita lebih sering mengalami keluhan ini. Jenis sakit kepala yang paling umum adalah TTH, migrain, dan sakit kepala cluster, dengan tingkat kejadian masing-masing sekitar 40%, 10%, dan 1% dari total populasi orang dewasa di seluruh dunia.²³

Sakit kepala sekunder adalah kondisi yang muncul akibat sebab lain, seperti cedera kepala dan testis, gangguan pembuluh darah di area kepala dan leher, gangguan intrakranial yang tidak berhubungan dengan pembuluh darah, penggunaan atau penghentian obat, infeksi, gangguan homeostatis, atau gangguan mental. Sakit kepala tanpa tanda peringatan adalah sakit kepala yang berisiko rendah. Tipe sakit kepala ini tidak memerlukan pencitraan saraf dan umumnya mengarah pada sakit kepala primer. Tanda peringatan yang perlu diwaspadai meliputi sakit kepala yang berkepanjangan atau semakin parah, sakit kepala yang muncul tiba-tiba atau sakit kepala yang terasa berbeda dari biasanya, sakit kepala terburuk yang pernah dialami dalam hidup seseorang, sakit kepala yang berat saat pertama kali terjadi, gejala sistemik lainnya, kejang, atau gejala neurologis. Jika salah satu dari tanda peringatan ini muncul, diperlukan pemeriksaan lebih lanjut dengan pencitraan atau tes laboratorium untuk mengidentifikasi penyebab sakit kepala.

2.2.2 Klasifikasi Nyeri Kepala

Menurut kriteria International Headache Society (HIS), sakit kepala dibagi menjadi sakit kepala primer (10%) dan sakit kepala sekunder (90%). Sakit kepala primer terdiri dari TTH, migrain, dan sakit kepala cluster, sementara sakit kepala lainnya termasuk dalam kategori sakit kepala sekunder. Apabila tidak ada kerusakan struktural atau metabolik yang mendasari sakit kepala, maka sakit kepala tersebut dikategorikan sebagai sakit kepala primer. Sakit kepala yang diakibatkan oleh kerusakan struktural atau sistemik disebut sebagai sakit kepala sekunder.

1) *Migrain*

Ciri-ciri nyeri migrain termasuk nyeri di satu sisi, berdenyut atau seperti tertusuk dengan intensitas sedang hingga berat yang semakin parah dengan aktivitas fisik. Nyeri tersebut biasanya disertai gejala seperti mual, fotofobia (sensitivitas terhadap cahaya), dan fonofobia (sensitivitas terhadap suara). Durasi sakit kepala migrain dapat bervariasi antara 4 hingga 72 jam, dan nyeri itu dapat menyebabkan batasan fungsional dalam aktivitas sehari-hari.

2) *TTH*

Ciri-ciri sakit kepala tipe tegang (TTH) meliputi nyeri tekan atau nyeri ikat bilateral, menyerupai pita atau holosefalik dengan tingkat intensitas ringan sampai sedang. Nyeri tidak meningkat dengan kegiatan fisik biasa, tidak terdapat mual, namun fotofobia atau fonofobia mungkin muncul. Lamanya sakit kepala pada TTH berkisar antara 30 menit hingga 7 hari.

3) *Cluster*

Karakteristik nyeri pada sakit kepala cluster dijelaskan sebagai nyeri yang tumpul, menusuk, atau intens yang selalu bersifat unilateral di area rongga mata dan sekitarnya (supraorbital, temporal, atau kombinasi dari lokasi-lokasi ini). Serangan ini disertai dengan satu atau lebih dari gejala berikut, yang semuanya terjadi secara ipsilateral: injeksi konjungtiva, lakrimasi, kongesti nasal, rinorea, keringat pada dahi dan wajah, miosis, ptosis, dan edema kelopak mata. Selama serangan, sebagian besar pasien merasa gelisah atau cemas. Durasi sakit kepala cluster berkisar antara 15 hingga 180 menit dan dapat terjadi dengan frekuensi dari sekali setiap dua hari hingga 8 kali sehari.

2.2.3 Etiologi Nyeri Kepala

Etiologi nyeri kepala primer berdasarkan kriteria *International Headache Society* (IHS), yaitu:

a) *Migrain*

Migrain disebabkan oleh gangguan pada kelainan neurobiologis. Aktivitas dari sistem vaskular trigeminal serta oleh perubahan sensitivitas pada sistem saraf trigeminal.

b) TTH

Tension Type Headache (TTH) umumnya disebabkan oleh stres dan ketegangan, namun bisa juga disebabkan oleh kelelahan, kecemasan, membaca terlalu lama (tekanan pada mata), cedera leher, dan hipertensi.

c) *Cluster*

Cluster dapat disebabkan oleh kelainan hipotalamus, penurunan kadar oksigen, pelebaran pembuluh darah karena pengaruh genetik, dan kompresi saraf V akibat pembengkakan dinding arteri karotis interna.

2.2.4 Gejala Klinis

Menurut divisi klasifikasi *International Headache Society* (IHS), sakit kepala memiliki sejumlah karakteristik yaitu:25

1) Migrain memiliki kriteria diagnostik, migrain tanpa aura:

- a) Pola serangan (minimal terjadi 5 kali serangan)
- b) Durasi (umumnya 4 sampai 72 jam)
- c) Karakteristik (unilateral, berdetak, berat, semakin buruk akibat aktivitas fisik), disertai aura (sensitivitas cahaya atau suara) atau tanpa aura.

2) *Migrain* mempunyai kriteria diagnostik migrain aura :

- a) Minimal Dua kali serangan
- b) 1 atau lebih dari gejala aura reversible berikut:
 - 1. Visual
 - 2. Sensori
 - 3. Bicara atau bahasa
 - 4. Motorik

5. Retina

c) Setidaknya ada 2 dari 4 gejala berikut:

- Setidaknya terdapat 1 gejala aura yang berkembang secara bertahap dalam waktu 5 menit, atau 2 atau lebih gejala muncul secara berurutan.
- Masing-masing gejala aura berlangsung antara 5-60 menit.
- Setidaknya ada 1 gejala aura yang bersifat unilateral.
- Sakit kepala muncul bersamaan dengan aura atau mengikuti aura dalam waktu 60 menit.

d) Sakit kepala tidak dapat dijelaskan oleh diagnosis ICHD-3 yang lain dan serangan iskemik transien telah dikecualikan.

1. Kriteria diagnostik untuk sakit kepala TTH, sakit kepala TTH:

Pola serangannya nyeri kepala *cluster* memiliki kriteria diagnostik:

- Pola serangan (kurang lebih terdapat 5 serangan nyeri kepala intraorbital berat atau sangat berat).
- Durasi (15-180 menit bila tidak segera ditangani).
- Karakteristik (unilateral edema palpebra ipsilateral).
- Frekuensi serangan (mulai dari sekali setiap 2 hari hingga 8 kali dalam sehari)

2.2.5 Patofisiologi

a) *Migrain*

Nyeri kepala migrain ditandai dengan *hipersensitivitas* sensorik yang disebabkan oleh disfungsi sistem kontrol sensorik monoaminergik pada batang otak dan juga thalamus. Kemudian, aktivasi dari sel-sel yang terdapat di dalam nukleus trigeminal kemudian melepaskan neuropeptida vasoaktif khususnya

Pada *calcitonin gene-related peptide* (CGRP) pada bagian ujung vaskular saraf trigeminal dan terdapat didalam nukleus trigeminal. Antagonis dari reseptor CGRP memiliki keefektifan dalam tatalaksana pada serangan migrain akut. Selain itu, proyeksi ke periaqueductal gray dan juga hipotalamus sebagai tempat sistem desendens timbal balik menghasilkan efek antinociseptif, termasuk neuralgia trigeminal dan lokus coeruleus pons dan medula ventromedial rostral.

B) TTH

Pada sakit kepala tegang, sumber dari sakit kepala adalah jaringan miofasial, aktivitas struktur yang peka terhadap nyeri di bagian atas sumsum tulang belakang, dengan sakit kepala yang berkurang sebagai respons terhadap modulasi sentral dari rangsangan perifer yang masuk. Kemudian, sakit kepala tegang merupakan hasil dari perkembangan sakit kepala tegang yang bersifat periodik, yang terjadi pada individu yang memiliki predisposisi atau kecenderungan akibat gangguan dalam proses nociceptif sentral dan gangguan sensitivitas dalam sistem saraf pusat.

C) Cluster

Sakit kepala cluster disertai dengan aktivitas dari saraf trigeminovaskular, yang melepaskan neuropeptida vasoaktif dan menyebabkan peradangan neurogenik yang bersifat steril. Pemicu serangan cluster menyebabkan pelepasan mediator penyebab nyeri yang dikeluarkan oleh sistem trigeminovaskular. Selain itu, dalam patogenesis sakit kepala cluster, terdapat perubahan yang terjadi pada ritme sirkadian sebagai akibat dari disfungsi hipotalamus. Selama serangan sakit kepala cluster, terjadi perubahan yang dipicu oleh hipotalamus pada prolaktin, testosteron, hormon pertumbuhan, kortisol, beta-endorfin, dan melatonin. Dalam kasus ini, hipoksemia diduga berperan dalam patofisiologi sakit kepala cluster, karena terdapat pula hubungan antara sakit kepala cluster dan tidur REM, hipoksia pada ketinggian, terapi vasodilator, serta terapi inhalasi oksigen pada serangan cluster.

2.2.6 Cara Mendiagnosa

a) Riwayat Kesehatan

Gejala utama yang jelas adalah sakit kepala, namun ada beberapa riwayat kesehatan yang juga perlu diperhatikan, seperti:

1. Sudah berapa lama pasien merasakan gejala utama ini.
2. Apakah sakit kepala pasien semakin parah, tetap sama, atau mengalami perbaikan.
3. Tanyakan tentang bagian tubuh yang meraskan sakit kepala.
4. Tanyakan tentang seberapa sering nyeri terjadi, apakah terus-menerus atau berselang, dan seberapa sering muncul.
5. Kebiasaan apa yang sebelumnya menyebabkan sakit kepala?
6. Riwayat penggunaan obat-obatan.
7. Riwayat keluarga yang memiliki kelainan genetik atau pengalaman yang sama.

b) Pemeriksaan Fisik

Secara umum, pemeriksaan fisik untuk sakit kepala adalah normal, tetapi segera lakukan pemeriksaan jika terdapat tanda-tanda peringatan. Tanda-tanda peringatan sakit kepala "SNOOP" meliputi:

S: Gejala sistemik, faktor risiko sakit kepala sekunder, kejang.

N: Gejala neurologis atau tanda-tanda yang tidak normal. O: Onset.

O: Usia lebih tua.

P: Perkembangan sakit kepala, perubahan posisi, papiledema, faktor pemicu.

2.2.7 Tatalaksana

- a) Tatalaksana Migren pada pengobatan lini pertama untuk serangan migrain meliputi parasetamol 1 gm atau ibuprofen 600–800 mg atau aspirin 900 mg dengan atau tanpa antiemetik seperti domperidone 10–20 mg. Obat ini tersedia secara bebas dan pasien disarankan untuk meminumnya segera setelah mereka mengetahui bahwa mereka menderita migrain. Mereka yang

Memiliki aura harus menjalani pengobatan pada awal fase nyeri kepala. Pilihan pengobatan pencegahan untuk migrain terdapat pada tabel tersebut

Tabel 2. 1 Tatalaksana *Migrain* ²⁶

	Dosis
Obat pencegahan lini pertama	
Beta-blocker	
Propranolol	80– 320 mg
Metoprolol	50– 200 mg
Atenolol	25– 200 mg
Bisoprolol	5 –10 mg
Antidepresan trisiklik	
Amitriptilin	10–150 mg
Desipramin	100–300 mg
Nortriptilin	10–150 mg
Protriptilin	5–60 mg
Anti-kejang	
Topiramate	25–100 mg
Obat pencegahan lini kedua	
Anti-kejang	
Natrium valproat	300–2000 mg
Gabapentin	300–2400 mg
Antagonis serotonin	
Metisergida	2–6 mg setiap
Obat	hari 1,5-6 mg
Pizotifen	setiap hari

- b) Sebagian besar pasien TTH episodik jarang melapor ke dokter dan langsung menggunakan analgesik. Untuk pasien dengan *episodic frequent* TTH, analgesik sederhana dan NSAID adalah andalan dalam terapi akut . Pengobatan akut paling sering dilakukan dengan analgesik sederhana yaitu aspirin dan parasetamol (acetaminophen), serta dengan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID).

Rekomendasi pengobatan yang diberikan tercantum pada berikut:

Tabel 2. 2 Tatalaksana TTH²⁷

Medication	Dose
<i>Acute</i>	400 mg
Ibuprofen	1000 mg
ASA	500-550 mg
Naproxen sodium	1000 mg
Acetaminophen	
<i>Prophylacti</i>	
First line	
• Amitriptyline	10-100 mg/hari
• Nortriptyline	10-100 mg/hari
<i>Second line</i>	
• Mirtazapine	30 mg/hari
• Venlafaxine	30 mg/hari
ASA—acetylsalicylic acid.	
Adapted from Toward Optimized Practice	

Untuk mengatasi sakit kepala cluster akut, respons yang baik diperoleh melalui inhalasi oksigen dengan dosis 10-12 l/menit selama 15-20 menit, dan sumatriptan dengan dosis 6 mg yang diberikan secara subkutan dapat mengurangi durasi serangan menjadi 10-15 menit. Sumatriptan dengan dosis 20 mg dan zolmitriptan 5 mg juga efektif terhadap sakit kepala cluster akut. Tindakan nonfarmakologis yang dapat mengurangi sakit kepala termasuk olahraga teratur, penggunaan herbal, kompres hangat atau dingin, latihan yoga untuk merelaksasi tubuh, dan juga pengendalian kebiasaan makan.

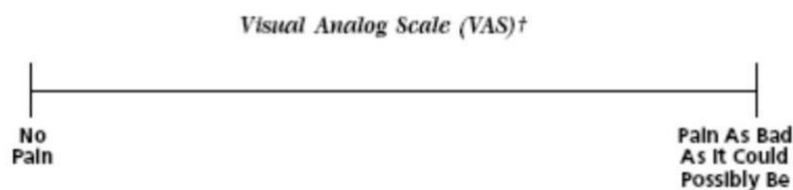
2.2.8 Pengukuran Nyeri Kepala

Secara umum, pengukuran intensitas nyeri pada kondisi akut akibat trauma, pembedahan, atau penyakit akut biasanya menggunakan skala analog visual (VAS) dan skala penilaian numerik (NRS). Penggunaan VAS dan NRS telah diterapkan sejak tahun 1950-an.

a) *Visual analog scale (VAS)*

Skala analog visual (VAS) adalah salah satu parameter yang digunakan untuk mengklasifikasikan intensitas nyeri VAS terdiri dari dua bagian: bagian depan dan bagian belakang. Bagian depan terdiri dari garis lurus sepanjang jarak 10 sentimeter, tanpa rasa sakit sama sekali di awal dan

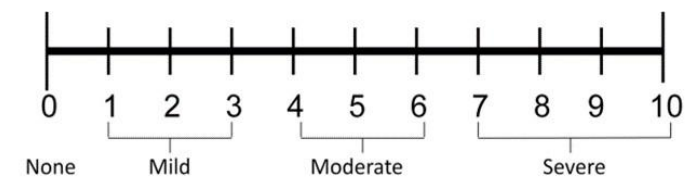
Rasa sakit yang dirasakan sangat kuat di akhir Di bagian belakang, VAS terdiri dari serangkaian angka dari 0 hingga 10, sedangkan di bagian depan mengikuti garis lurus. VAS menggunakan sebuah garis sepanjang 100 mm (10 cm) ujung kiri menandakan tidak ada rasa sakit dan ujung kanan menandakan rasa sakit yang sangat hebat. Pengukuran dinilai sebagai tidak ada rasa sakit dari normal 0-5 mm, rasa sakit ringan 5-44 mm, rasa sakit sedang 45-74 mm, dan rasa sakit yang sangat hebat 75-100 mm.



Gambar 2. 1 *Visual Analog Scale (VAS)*

b) *Numeric rating scale (NRS)*

NRS memanfaatkan skala 0-10 untuk menggambarkan tingkat nyeri. Penilaian dilaksanakan pada skala 0 (tanpa rasa nyeri), 1-3 (nyeri ringan), 4-6 (nyeri sedang), dan 7-10 (nyeri parah).



Gambar 2. 2 *Numeric Rating Scale (NRS)*

2.3 Prestasi Akademik

2.3.1 Definisi Prestasi Akademik

Belajar adalah suatu kegiatan atau proses yang melibatkan perbedaan antara aktivitas fisik dan mental untuk memahami sesuatu. 28 Dalam proses belajar terdapat suatu pola pembelajaran yang menjadi sebuah cara seseorang mendapatkan ilmu pengetahuan. Dalam bidang pendidikan kedokteran, pola pembelajaran yang diterapkan adalah pembelajaran berbasis masalah, mahasiswa harus berperan aktif dalam menyelesaikan masalah.²⁹

Prestasi belajar adalah ukuran yang merujuk pada proses peningkatan atau pencapaian hasil pembelajaran dalam bidang akademik dan diberikan oleh guru kepada siswa untuk mengetahui ada tidaknya kemajuan dalam program pendidikan. Prestasi belajar ditampilkan dalam bentuk kuantitatif berupa nilai ujian siswa. 30

2.3.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar

Seiring dengan berjalannya waktu, banyak perubahan yang terjadi untuk meningkatkan masyarakat, salah satunya adalah di bidang pendidikan. Hal ini penting karena dapat menjadi acuan bagi suatu bidang untuk memperbaiki pendidikan, khususnya bagi siswa yang nantinya akan menjadi agen perubahan. Menurut Slameto, ada beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian pembelajaran siswa dalam hal ini yaitu prestasi belajar:31

1) Faktor internal yang bersumber dari dalam diri siswa, seperti faktor fisik (kesehatan dan cacat tubuh), faktor psikologis (intelegensi, perhatian, minat, bakat, motive, kematangan dan kemauan) dan faktor kelelahan. 2) Faktor eksternal yang bersumber dari luar, seperti faktor stres (stres, kecemasan, depresi, dan lain-lain). Misalnya, faktor keluarga (tingkat pendidikan orang tua, hubungan antar anggota keluarga, penyediaan fasilitas belajar, dan keadaan ekonomi), faktor kelas, dan faktor masyarakat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa dari 20 universitas di Minnesota, yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres dan tidak mampu mengelola stres tersebut memperoleh IPK yang lebih rendah, yang berdampak negatif.³²

Stres akademik pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, ujian tengah semester dan akhir semester, masa ujian praktikum, ketidakpuasan terhadap pilihan jurusan, serta masalah pribadi, termasuk kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, gangguan dalam manajemen waktu, dan konflik dengan keluarga, teman, atau pasangan. Jika tidak ditangani dengan baik, stres dapat berdampak buruk pada prestasi akademik mahasiswa, yang dapat menyebabkan penurunan kinerja akademik, gangguan kesehatan fisik dan mental, serta masalah emosional, seperti kecanduan smartphone, dan dalam kasus ekstrim, perasaan putus asa. Penelitian juga

Menunjukkan bahwa stres yang berkelanjutan dapat menurunkan komitmen, kepuasan kerja, serta menurunkan produktivitas, keterlibatan, dan kreativitas, yang secara langsung memengaruhi prestasi akademik mahasiswa. Begitu pula, nyeri kepala yang sering dialami oleh mahasiswa, baik disebabkan oleh stres atau faktor lain, dapat memperburuk konsentrasi dan produktivitas belajar mereka, sehingga mengganggu pencapaian akademik.³³⁻³⁶

Tuntutan yang berasal dari faktor internal dan eksternal yang dihadapi oleh mahasiswa dapat menjadi beban yang melebihi kemampuan mereka, sehingga memicu stres yang berdampak pada kelelahan fisik dan mental, penurunan energi, serta gangguan emosional. Paparan stres yang berkepanjangan dapat mengurangi kemampuan mahasiswa untuk mengelola tekanan yang mereka hadapi. Selain itu, stres yang terus-menerus juga dapat menyebabkan timbulnya nyeri kepala, seperti migrain atau sakit kepala tegang, yang memperburuk kondisi fisik dan mental mereka. Nyeri kepala yang terkait dengan stres dapat mengganggu konsentrasi dan daya belajar mahasiswa, yang berpengaruh langsung terhadap prestasi akademik mereka. Ketika mahasiswa mengalami stres dan nyeri kepala secara bersamaan, hal ini dapat mengurangi efektivitas mereka dalam mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas, serta berinteraksi dengan lingkungan kampus, yang akhirnya memengaruhi pencapaian akademik mereka secara keseluruhan.^{34,37,38}

2.3.3 Pengukuran Prestasi Akademik

Penilaian prestasi akademik, dalam hal ini nilai mahasiswa di perguruan tinggi atau yang disebut Indeks Prestasi (IP). Prestasi akademik mahasiswa merupakan hasil belajarnya selama satu semester yang diberikan oleh dosen. Hasil tersebut dicantumkan dalam bentuk huruf dengan serangkaian nilai yang bergantung pada kebijakan masing-masing perguruan tinggi.

Berdasarkan Peraturan Rektor FK UMSU tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Program Sarjana Universitas FK UMSU, terkait evaluasi hasil belajar dijelaskan bahwa nilai hasil belajar dinyatakan dengan huruf dengan konversi bentuk bilangannya, sebagai berikut:

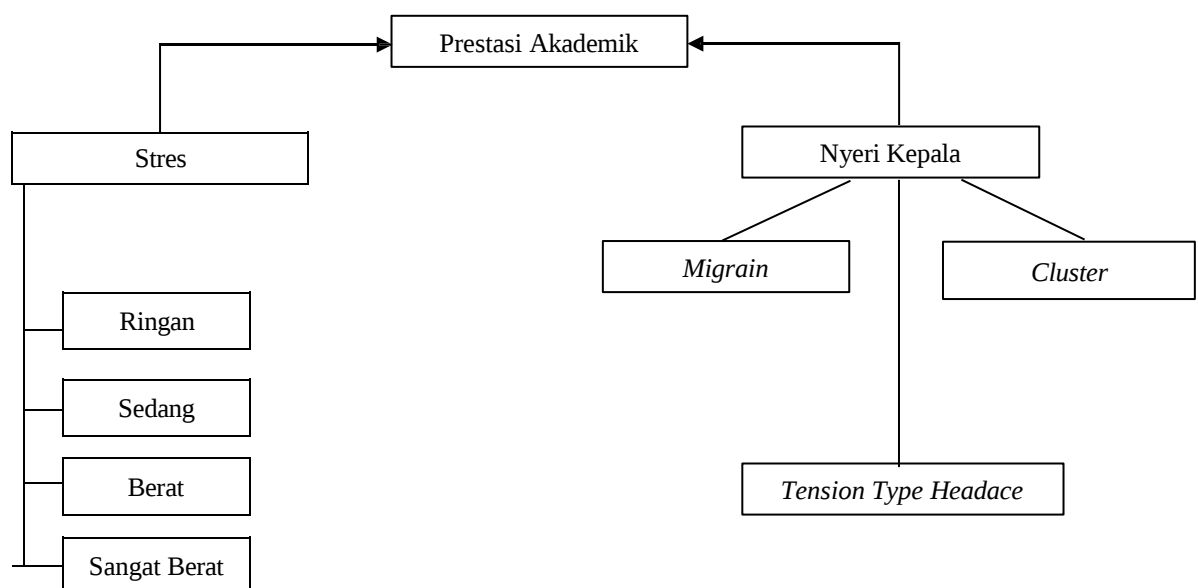
Tabel 2. 3 Evaluasi Hasil Belajar

Rentang Nilai Angka	Nilai Huruf	Nilai Konversi 4.00
80 – 100	A	4.00
76 – < 80	A-	3.67
73 – < 75	B+	3.33
70 – < 73	B	3.00
65 – < 70	B-	2.67
60 – < 65	C+	2.33
55 – < 60	C	2.00
50 – < 55	D	1.67
< 50	E	0.00

Dari hasil evaluasi capaian pembelajaran dapat disimpulkan bahwa indeks prestasi akademik merupakan acuan untuk mengukur keberhasilan akademik mahasiswa. Kemudian ada indeks prestasi semester (IPS) sebagai angka capaian akademik mahasiswa pada setiap semester yang diprogramkan. Bila indeks prestasi semester tersebut digabungkan dengan indeks prestasi semester berikutnya, maka disebut indeks prestasi kumulatif (IPK).

2.4 Kerangka Teori

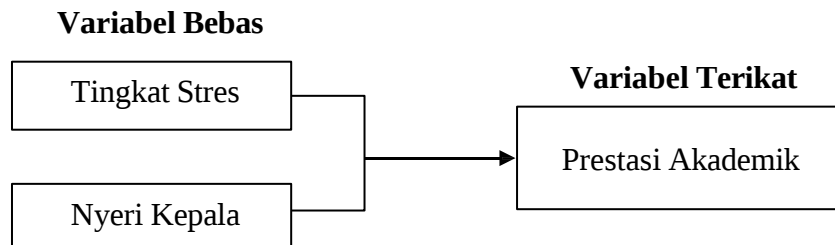
Berdasarkan tujuan penelitian di atas maka kerangka teori penelitian ini adalah



Gambar 2. 3 Kerangka Teori

2.5 Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian merupakan kerangka yang menghubungkan Variabel Bebas (*Variable Independent*) dengan Variabel Terikat (*Variable Dependent*).



Gambar 2. 4 Kerangka Konsep

2.6 Hipotesis

Hipotesis yang bisa didapatkan penulis pada penelitian ini yaitu:

H0 : Tidak terdapat hubungan tingkat stres dengan tingkat prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2023.

H1 : Terdapat hubungan tingkat stres dengan tingkat prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2023.

H0 : Tidak terdapat hubungan nyeri kepala dengan tingkat prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2023.

H2 : Terdapat hubungan nyeri kepala dengan tingkat prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2023.

BAB 3

METODE PENELITIAN

1. Definisi Operasional

Variabel	Defenisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Tingkat Stres (variabel independent)	Hasil penilaian terhadap berat ringannya stres yang dimiliki mahasiswa saat pembelajaran di FK UMSU	Kuesioner	Ordinal	0-1 = stres ringan
		Stresor		1,01-2 = stres sedang
		Mahasiswa		2,01-3 = sters berat
		Kedokteran (MSSQ)		3,01-4 = stres sangat berat
Nyeri Kepala (variabel independent)	Sakit Kepala pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UMSU Tahun 2023 FK UMSU	Kuesioner	Ordinal	1 = 0-5 mm (Nyeri Normal)
		<i>Numeric</i>		2 = 5-44 mm (Nyeri Ringan)
		<i>Rating Scale</i>		3= 45-74 mm (Nyeri Sedang)
		(NRS)		4 = > 75 mm (Nyeri Berat)
Prestasi Akademik Mahasiswa (variabel dependent)	Hasil proses pembelajaran di bidang akademik yang mencerminkan kemampuan dan kinerja mahasiswa dalam menyerap materi	IP Semester	Ordinal	• IP >3,50 = Pujian
				• IP 3,00-3,50 = Sangat Memuaskan
				• IP 2,70-3,00 = Memuaskan
				• IP < 2,70 = Kurang

Tabel 3. 1 Defenisi Operasional

2. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan menggunakan desain *Cross sectional*.

3. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di FK UMSU Angkatan 2023 dengan alamat Jl. Gedung Arca No.53, Teladan Bar., Kecamatan Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20217, yang dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa angkatan 2023.

Kegiatan penulisan proposal skripsi ini berlangsung pada bulan Agustus hingga Januari 2025.

4. Populasi dan Sampel

a) Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa angkatan 2023 yang terdaftar pada program Pendidikan Dokter di FK UMSU. Dengan total populasi sebanyak 270 mahasiswa.

b) Sampel

Penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel secara konsekutif, yaitu dengan mengambil satu per satu partisipan dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2023 FK UMSU yang berjumlah 270 orang. Berdasarkan perhitungan kebutuhan sampel dengan memperhatikan daya statistik dan taraf signifikansi yang telah ditetapkan, maka jumlah sampel yang dibutuhkan adalah sebanyak 73 orang.⁴³

Perhitungan jumlah sampel ini dilakukan untuk memastikan penelitian ini memiliki **kekuatan statistik 0,80** dengan tingkat signifikansi **0,05**. Kekuatan statistik (*statistical power*) 0,80 menunjukkan bahwa penelitian ini memiliki 80% kemungkinan untuk mendeteksi efek jika efek tersebut benar-benar ada dalam populasi.⁴³

Untuk menghitung jumlah sampel yang dibutuhkan, perhitungan dilakukan menggunakan *power analysis* yang mempertimbangkan tingkat signifikansi dan kekuatan statistik yang diinginkan. Berikut adalah rumus umum yang digunakan dalam perhitungan ini:

$$n = \frac{(Z_{\alpha/2} + Z_{\beta})^2 \cdot (\sigma_1^2 + \sigma_2^2)}{\Delta^2}$$
$$n = \frac{(1.96 + 0.84)^2 \cdot 2}{0.7} = 73$$

Keterangan:

- N = jumlah sampel yang diperlukan
- $Z_{\alpha/2}$ = nilai z untuk tingkat signifikansi ($Z_{\alpha/2}=1,96$ untuk $\alpha =0,05$)
- Z_{β} = nilai z untuk kekuatan statistik ($Z_{\beta}=0,84$ untuk power = 0,80)
- $\frac{\Sigma 1}{2}$ dan $\frac{\Sigma 2}{2}$ = variansi atau penyebaran data untuk dua grup yang dibandingkan
- Δ = ukuran efek, yaitu perbedaan yang dianggap signifikan antara dua grup

Dalam penelitian ini, perhitungan menggunakan rumus di atas menghasilkan kebutuhan sampel sebanyak 73 orang. Penelitian ini dirancang untuk mendeteksi hubungan signifikan antara tingkat stres, nyeri kepala primer, dan prestasi akademik, dengan ukuran sampel yang cukup agar hasil penelitian dapat diandalkan dan valid. Dengan menggunakan rumus ini, peneliti memastikan bahwa jumlah sampel yang dipilih cukup untuk mencapai kekuatan statistik yang diinginkan, yang akan meningkatkan kemungkinan mendeteksi hubungan yang signifikan antara variabel yang diteliti.

5. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Untuk Menentukan Sampel

a) Kriteria Inklusi

- Mahasiswa menjadi sampel penelitian
- Bersedia menjadi sampel penelitian
- Mahasiswa Angkatan 2023

b) Kriteria Eksklusi

- Tidak aktif dalam kegiatan akademik

6. Identifikasi Variabel

a) Variabel Terikat

Prestasi akademik dalam pendidikan kedokteran digunakan untuk menilai kompetensi lulusan dalam praktik kedokteran, mengidentifikasi level kompetensi mahasiswa, memastikan kemajuan akademis, dan memprediksi kinerja masa depan mereka. Evaluasi terus menerus terhadap prestasi akademik, seperti Indeks Prestasi Kumulatif (IP), Tekanan lingkungan dan beban kerja yang meningkat dapat berdampak negatif pada prestasi akademik mahasiswa kedokteran.

b) Variabel Bebas

Stres merupakan suatu peristiwa yang menantang yang membutuhkan adaptasi fisiologis, kognitif, dan perilaku.⁴⁰ Menurut WHO, stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stresor psikososial yang menyebabkan distress yang mendalam dan konflik yang berkepanjangan.⁴¹ Stres berhubungan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang penuh tekanan, sehingga menimbulkan perasaan cemas, marah, dan frustrasi.⁴²

Sakit kepala adalah rasa nyeri yang berasal dari kepala atau bagian atas leher tubuh. Nyeri ini berasal dari jaringan dan struktur yang mengelilingi otak, karena otak sendiri tidak memiliki serabut saraf yang menyebabkan rasa nyeri. Jaringan seperti periosteum yang berada di sekitar tulang, otot yang menutupi tengkorak, sinus, mata, dan telinga, serta selaput yang melapisi permukaan otak dan sumsum tulang belakang, arteri, vena, dan saraf dapat mengalami peradangan atau iritasi, yang mengakibatkan sakit kepala. Nyeri ini dapat dirasakan seperti nyeri yang tumpul, tajam, berdenyut, konstan, ringan, atau sangat intens.⁴³

7. Teknik pengumpulan data

a) Jenis dan sumber data

Data yang dipakai dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh dari responden melalui pengisian kuesioner. Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data primer adalah kuesioner yang memuat pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan judul penelitian. Sumber data dalam penelitian ini didapatkan secara langsung dari mahasiswa angkatan 2023 program studi pendidikan kedokteran di fk umsu

Pengelolaan data

Pengolahan data dalam penelitian ini meliputi tahap-tahap berikut:

a) *Editing*

Melakukan pengoreksian atau pengecekan terhadap data dari kuesioner yang telah diisi oleh responden diperiksa untuk memastikan tidak ada kesalahan pencatatan dan melakukan koreksi jika diperlukan

b) *Coding*

Pemberian kode pada data dan mengelompokkan kategori yang sama. Kode tersebut dapat berupa angka atau huruf untuk memudahkan analisis data.

c) *Entry*

Data yang telah dikumpulkan dimasukkan ke dalam tabel dan kemudian diinput ke dalam program perangkat lunak komputer untuk dianalisis lebih lanjut.

d) *Cleaning*

Memeriksa data yang telah dimasukkan untuk memastikan tidak ada kesalahan, seperti data yang tidak lengkap atau kesalahan pada kode.

e) *Saving data*

Menyimpan data yang telah diproses dengan aman.

8. Teknik analisis data

a) Uji univariat

Uji univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi data masing-masing variabel yang diteliti. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data dari setiap variabel yang diteliti, antara lain:

Tingkat stres: menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk Mengategorikan tingkat stres mahasiswa berdasarkan hasil kuesioner stresor mahasiswa kedokteran (mssq), yang dikelompokkan dalam kategori rendah, sedang, atau tinggi.

Mssq dikembangkan untuk mengidentifikasi stresor bagi mahasiswa kedokteran dan mengukur intensitas stres yang disebabkan oleh stresor tersebut. Mssq terdiri dari 40 item yang menggambarkan 6 domain stresor dan diurutkan secara acak, yaitu:

I. Stresor terkait akademik (ars), khususnya pernyataan no. 1, 4, 7, 10, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 30, 33, 36

Ii. Stresor interpersonal & intrapersonal (irs) pernyataan no. 3, 5, 9, 26, 28, 31, 39

Iii. Stresor terkait pengajaran dan pembelajaran (tlrs), pernyataan no. 8, 14, 16, 20, 22, 35, 37

Iv. Stresor terkait sosial (srs), pernyataan no. 2, 18, 21, 24, 29, 38,

V. Stresor terkait dorongan dan keinginan (drs), pernyataan no. 6, 32, 40,

Vi. Stresor terkait aktivitas kelompok (gars), pernyataan no. 11, 13, 15, 34.

Cara memberi skor:

- berikut ini adalah skala untuk setiap pernyataan mssq:

1: agak menyusahkan (normal)

2: stres cukup ringan (stresor ringan)

3: menyebabkan stres sedang (stresor sedang)

4: menyebabkan stres berat (stresor berat)

Sakit kepala: menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan karakteristik sakit kepala pada mahasiswa berdasarkan kuesioner numeric rating scale (nrs), yang menilai frekuensi, intensitas, dan durasi sakit kepala.

Kinerja akademik: menggunakan mean, median, dan simpangan baku untuk menggambarkan ip keseluruhan mahasiswa.

b) Uji bivariat

Untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dan prestasi akademik, serta antara nyeri kepala primer dan prestasi akademik, digunakan uji

Kendall's tau. Uji kendall tau merupakan uji korelasi nonparametrik yang cocok untuk mengukur hubungan antara dua variabel ordinal. Jika nilai p yang diperoleh dari uji kendall's tau kurang dari 0,05 (nilai $p < 0,05$), h_0 ditolak dan h_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel yang diuji.

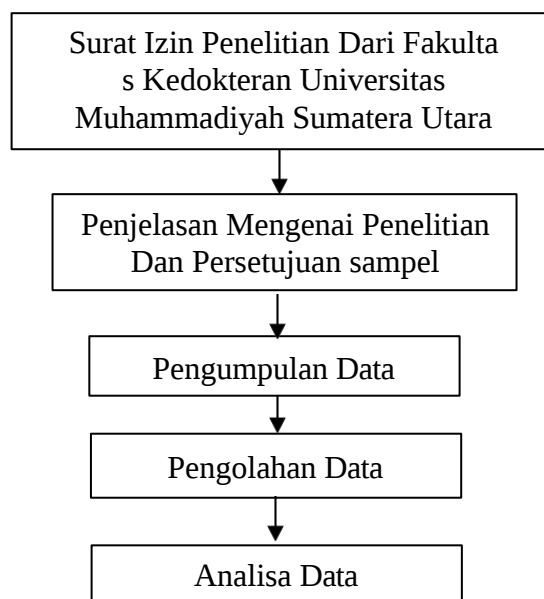
Penafsiran hasil uji kendall's tau:

Nilai tau menunjukkan arah dan kekuatan hubungan antara dua variabel. Nilai p kurang dari 0,05 berarti hubungan antara dua variabel signifikan secara statistik.

Sifat korelasi akan menentukan arah dan korelasi, keeratan korelasi dapat dikelompokkan sebagai berikut :

- 0,1 – 0,25 : korelasi lemah
- > 0,26 – 0,5 : korelasi cukup kuat
- > 0,51 – 0,75 : korelasi kuat
- 0,76 – 1 : korelasi sangat kuat

9. alur penelitian



gambar 3 1 alur penelitian

BAB IV

Hasil dan pembahasan

4.1 Hasil analisis data

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan analisis data yang mencakup karakteristik responden, analisis univariat, dan analisis bivariat.

4.1.1 Karakteristik responden

Tabel 4.1 Menyajikan data karakteristik demografi responden, meliputi jenis kelamin, usia, serta data terkait sakit kepala.

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	30	41
Perempuan	43	59
Usia		
15-19 tahun	51	69.9
20-25 tahun	22	30
Sakit kepala minggu ini		
Tidak	61	83.6
Ya	12	16.4
Frekuensi sakit kepala tahun lalu		
<15 hari/ bulan	67	92
≥15 hari/ bulan	6	8

4.1.2 Analisa univariat

Pada analisis univariat, penelitian ini menggambarkan distribusi frekuensi dari tingkat stres, nyeri kepala dan prestasi akademik yang dialami oleh mahasiswa fk umsu.

1. Tingkat stres

Pada tabel berikut menyajikan distribusi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa fk umsu.

Tabel 4. 2 Distribusi karakteristik tingkat stres

Tingkat stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Stres ringan	0	0
Stres sedang	31	42.5
Stres berat	36	49.3
Stres sangat berat	6	8.2
Total	73	100

Tabel 4.2 menunjukkan distribusi karakteristik tingkat stres pada mahasiswa fk umsu angkatan 2023. Berdasarkan data yang dipaparkan, jumlah responden sebanyak 73 orang, yang tingkat stresnya diklasifikasikan menjadi empat kategori, yaitu stres ringan, stres sedang, stres berat, dan stres sangat berat.

Dari tabel tersebut terlihat bahwa tidak ada responden yang mengalami stres ringan (0%). Sebagian besar responden masuk dalam kategori stres sedang, yaitu sebanyak 31 orang atau 42,5% dari seluruh responden. Stres berat dialami oleh 36 orang atau 49,3% responden, sehingga menjadi kategori dengan frekuensi tertinggi. Sebanyak 6 orang atau 8,2% responden masuk dalam kategori stres sangat berat. Dari hasil tersebut terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang hingga berat, sedangkan stres sangat berat hanya dialami oleh sebagian kecil responden. Tidak adanya responden yang mengalami stres ringan menunjukkan bahwa mahasiswa yang diteliti secara umum memiliki tingkat stres yang cukup tinggi.

2. Nyeri kepala

Tabel berikut menyajikan distribusi tingkat nyeri kepala yang dialami oleh mahasiswa fk umsu

Tabel 4. 3 Distribusi karakteristik nyeri kepala

Nyeri kepala	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	9	12.3
Ringan	29	39.7
Sedang	30	41
Berat	5	6.8
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 30 orang (41%). Selanjutnya, sebanyak 29 orang (39.7%) mengalami nyeri kepala pada kategori ringan, sementara hanya 9 orang (12.3%) yang berada pada kategori normal atau tanpa nyeri kepala, dan yang paling sedikit berada pada kategori berat, yaitu sebanyak 5 orang (6.8%). Hasil ini

menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami nyeri kepala dengan intensitas sedang hingga ringan, yang mungkin dipengaruhi oleh faktor akademik atau stres. Mahasiswa dengan kondisi nyeri kepala normal merupakan kelompok minoritas dalam populasi penelitian.

3. Prestasi akademik (ip semester)

Tabel berikut menunjukkan distribusi prestasi akademik mahasiswa fk umsu berdasarkan indeks prestasi (ip) semester terakhir.

Tabel 4. 4 Distribusi karakteristik prestasi akademik

Prestasi akademik (ip)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pujian	9	12.3
Sangat memuaskan	47	64.4
Memuaskan	13	17.8
Kurang	4	5.5
Total	73	100

Tabel 4.4 menunjukkan distribusi prestasi akademik mahasiswa berdasarkan indeks prestasi (ip) semester. Mayoritas mahasiswa memiliki prestasi akademik pada kategori sangat memuaskan, yaitu sebanyak 9 orang (12.3%). Selanjutnya, mahasiswa dengan kategori memuaskan berjumlah 47 orang (64.4%), sedangkan kategori pujian dicapai oleh 13 orang (17.8%). Sementara itu, hanya 4 orang (5.5%) yang berada pada kategori kurang. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki prestasi akademik yang baik, dengan lebih dari separuh populasi mencapai kategori "sangat memuaskan" atau lebih tinggi. Hanya sebagian kecil mahasiswa yang memiliki prestasi akademik di bawah kategori "kurang memuaskan".

4. Faktor yang mempengaruhi tingkat stress

Pada penelitian ini didapatkan distribusi frekuensi stresor pada mahasiswa angkatan 2023 fk umsu berdasarkan analisis data dari hasil kuesioner mssq.

Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi stresor

Tingkat stres	ARS		IRS		TLRS		SRS		DRS		GARS	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ringan	0	0	2	2,7	4	5,5	1	1,4	10	13,7	3	4,1
Sedang	24	32,9	35	47,9	29	39,7	43	58,9	30	41,1	40	54,8
Berat	39	53,4	28	38,4	34	46,6	22	30,1	27	37,0	30	41,1
Sangat berat	10	13,7	8	11	6	8,2	7	9,6	6	8,2	0	0
Total	73	100	73	100	73	100	73	100	73	100	73	100

Tabel 4.5 menunjukkan stresor atau penyebab yang dialami mahasiswa fk umsu berdasarkan enam dimensi (ARS,IRS,TLRS,SRS,DRS,GARS). Pada *academic related stressors* (ARS) atau yang berkaitan dengan akademik, mayoritas mahasiswa berada di tingkat stres berat sebanyak 39 responden (53,4%). Pada dimensi *intrapersonal and interpersonal related stressors* (IRS) atau stresor terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, ditemukan bahwa mahasiswa paling banyak mengalami tingkat stres berat sebanyak stress sedang sebanyak 35 responden (47,9 %). Pada *teaching and learning related stressors* (TLRS) atau yang berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran, paling banyak ditempati oleh mahasiswa dengan tingkat stres berat sebanyak 34 responden (46,6%). Pada dimensi *social related stressors* (SRS) atau yang berkaitan dengan hubungan sosial, mahasiswa banyak mengalami stres sedang yaitu sebanyak 30 responden (40,1%). Pada *drive and desire related stressors* (DRS) atau yang berkaitan dengan dorongan dan keinginan, mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang sebanyak 30 responden (40,1%). Dimensi terakhir yaitu *group activities related stressors* (GARS) atau yang berkaitan dengan aktivitas berkelompok, ditemukan mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang sebanyak 40 responden (54,8%).

4.1.3 Analisis bivariat

Dalam penelitian ini, analisis bivariat diperlukan untuk mengetahui hubungan antara stres dan sakit kepala dengan prestasi akademik mahasiswa fk umsu. Untuk analisis bivariat, korelasi kendall-tau digunakan dalam penelitian ini. Kriteria keputusan didasarkan pada probabilitas atau nilai signifikansi (sig. (2-tailed)), yaitu:

- Jika nilai signifikansi $> \alpha(0.05)$, maka H_0 diterima
- Jika nilai signifikansi $\leq \alpha(0.05)$, maka H_0 ditolak

1. Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Prestasi Akademik

Tabel berikut menyajikan hasil uji hubungan tingkat stres dengan tingkat prestasi akademik.

Tabel 4.6 Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Prestasi Akademik

		IP				Total
		Kurang memuaskan	Memuaskan	Sangat memuaskan	Dengan pujian	
Stres	Sedang	0	10	18	8	36
	Berat	2	20	18	1	31
	Sangat berat	3	3	0	0	6
	Total	5	33	36	9	73
Kendall Tau's Correlation		-0,369	Nilai p	0,001		

Berdasarkan hasil analisis yang ditunjukkan pada Tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat stres dan prestasi akademik

2. Hubungan stressor dengan tingkat prestasi akademik

Tabel 4. 7 Hubungan Stressor dengan Tingkat Prestasi Akademik

Stresor		Prestasi Akademik (IP)
ARS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,449
	<i>Nilai p</i>	0,001
IRS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,458
	<i>Nilai p</i>	0,001
TLRS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,520
	<i>Nilai p</i>	0,001
SRS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,357
	<i>Nilai p</i>	0,001
DRS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,330
	<i>Nilai p</i>	0,001
GARS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,419
	<i>Nilai p</i>	0,001

Uji korelasi Kendall's Tau digunakan untuk melihat kekuatan hubungan antara variabel-variabel stres yang diteliti dengan prestasi akademik mahasiswa. Berikut adalah hasil analisis dari masing-masing jenis stresor yang diukur:

1. *Academic-Related Stress (ARS)*

Berdasarkan hasil uji korelasi, nilai korelasi Kendall's Tau untuk stres akademik (ARS) adalah -0,449 dengan nilai p sebesar 0,001. Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik dengan prestasi akademik. Hubungan negatif yang sedang hingga kuat ini menunjukkan bahwa semakin tinggi stres yang dirasakan siswa terkait dengan tugas akademik, semakin buruk prestasi akademiknya.

2. *Interpersonal-Related Stress (IRS)*

Analisis tersebut mengungkapkan nilai korelasi sebesar -0,458 dengan nilai p sebesar 0,001 untuk stres hubungan interpersonal (IRS). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara stres interpersonal dan prestasi akademik siswa. Artinya, semakin tinggi stres yang dialami siswa dalam hubungan sosialnya, semakin buruk prestasi akademiknya.

3. *Time-Limited Stress (TLRS)*

Korelasi stres akibat tekanan waktu (TLRS) menunjukkan nilai korelasi -0,520 dengan nilai p 0,001. Korelasi ini menunjukkan hubungan negatif yang kuat antara stres akibat tekanan waktu dan prestasi akademik. Siswa yang mengalami tingkat stres yang lebih tinggi akibat tekanan waktu dalam menyelesaikan tugas akademik cenderung mengalami penurunan prestasi akademik.

4. *Social-Related Stress (SRS)*

Hasil uji korelasi stres yang berkaitan dengan interaksi sosial (SRS) menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,330 dengan nilai p sebesar 0,001. Korelasi ini mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara stres sosial dan prestasi akademik. Hal ini mengisyaratkan bahwa siswa yang mengalami tingkat stres sosial yang lebih tinggi, seperti akibat interaksi dengan teman atau lingkungan sosial, cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih buruk.

5. *General Academic-Related Stress (GARS)*

Pada akhirnya, hasil analisis Stres Akademik Umum (GARS) menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,419 dengan nilai p sebesar 0,001. Ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik umum dan prestasi akademik siswa. Siswa yang mengalami tingkat stres akademik umum yang lebih tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih buruk.

Secara keseluruhan, hasil analisis kelima dimensi stres menunjukkan bahwa semua bentuk stres yang diukur dalam penelitian ini memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prestasi akademik. Artinya, semakin tinggi tingkat stres siswa, semakin buruk prestasi akademiknya. Temuan ini menunjukkan bahwa manajemen stres yang baik sangat penting untuk mempertahankan atau meningkatkan prestasi akademik siswa.

3. Hubungan Nyeri Kepala dengan Tingkat Prestasi Akademik

Tabel 4. 7 Hubungan Nyeri Kepala dengan Tingkat Prestasi Akademik

Nyeri Kepala		Prestasi Akademik (IP)
NRS	<i>Kendall Tau's Correlation</i>	-0,230
	Nilai p	0,028

Tabel 4.7 menunjukkan hasil uji hubungan antara nyeri kepala dengan prestasi akademik. Hasil analisis korelasi Kendall's Tau menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar -0,230 dengan nilai p sebesar 0,028. Karena nilai signifikansi (p-value) lebih kecil dari α (0,05), maka H_0 ditolak dan H_2 diterima.

Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara nyeri kepala dengan tingkat prestasi akademik mahasiswa FK UMSU. Nilai korelasi negatif $r = -0,230$ menunjukkan hubungan cukup kuat intensitas nyeri kepala yang lebih tinggi berkorelasi dengan prestasi akademik yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa nyeri kepala merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mencapai prestasi akademik yang optimal

4.2 Pembahasan

Dari hasil penelitian pada mahasiswa Angkatan 2023 FK UMSU ditemukan tingkat stres yang cukup tinggi, dengan hampir 50% responden mengalami stres berat, tidak ditemukan responden yang mengalami stres ringan (0%). Sebagian besar responden termasuk dalam kategori “stres sedang” yaitu sebanyak 31 orang atau (42,5%) dari total responden. Stres berat dialami oleh 36 orang atau (49,3%) responden sehingga menjadi kategori dengan frekuensi tertinggi. Sebanyak 6 orang atau (8,2%) responden termasuk dalam kategori “stres sangat berat”. Sebagian besar responden mengalami stres ringan sampai sedang (49,3%). Namun pada responden yang mengalami stres berat indeks prestasi belajarnya secara signifikan kurang memuaskan, kemungkinan disebabkan karena mereka belum mampu mengelola stres secara efektif. Tingkat stres yang lebih tinggi pada kategori ringan sampai sedang dapat disebabkan oleh adanya mekanisme coping yang tepat pada mahasiswa.

Mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023 yang mengalami stress berat juga dikarenakan saat dilakukan penelitian sedang berada pada semester 3 saat berada di semester ini mereka sedang memasuki tahap pembelajaran yang lebih intensif dengan materi yang semakin kompleks dan menuntut, mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023 juga mulai mempelajari keterampilan klinis serta teori yang lebih mendalam dari semester sebelumnya. Proses ini memerlukan pemahaman yang mendalam dan matang agar pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dengan baik di lapangan. Selain itu, tekanan untuk mempertahankan nilai akademik yang baik semakin meningkat, sehingga mahasiswa harus dapat mengelola beban belajar yang berat dan menjaga kualitas studi mereka, selain itu saat dilakukan pengambilan sampel mahasiswa FK UMSU sedang mendekati masa ujian.

Dari hasil studi yang telah dilakukan terhadap mahasiswa FK UMSU diperoleh bahwa jumlah mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023 sebagian besar menunjukkan bahwa mahasiswa berada pada kategori Sedang yaitu sebanyak 30 orang (41%), nyeri kepala pada kategori ringan sebanyak 29 orang (39,7%), sedangkan hanya 9 orang (12,3%) yang berada pada kategori Normal atau tidak ada nyeri kepala dan paling sedikit berada pada kategori Berat yaitu sebanyak 5 orang (6,8%). Mahasiswa dengan nyeri kepala normal merupakan minoritas dalam populasi penelitian ini.

Prestasi akademik mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023 dinilai dengan memanfaatkan indeks prestasi semester terakhir. Sebagian besar mahasiswa memiliki prestasi akademik pada kategori “sangat memuaskan” (64,4%), diikuti dengan kategori “memuaskan” (17,8%), hanya 12,3% mahasiswa yang mencapai kategori “pujian” dan 5,5% berada pada kategori “kurang memuaskan”, hal ini dikarenakan mahasiswa Fakultas Kedokteran menerapkan standar akademik yang ketat, diharapkan mampu untuk menguasai materi yang kompleks, mulai dari ilmu dasar medis hingga keterampilan klinis. Untuk mencapai ini, mahasiswa harus memiliki etos kerja yang tinggi dan menyusun jadwal belajar yang disiplin, dengan waktu belajar yang panjang dan tekun. Karena tantangan besar yang dihadapi, mahasiswa yang berhasil mempertahankan nilai tinggi dianggap memiliki kinerja luar biasa, yang tercermin dalam IPK yang sangat memuaskan.

Berdasarkan hasil Uji Korelasi Kendall Tau, nilai korelasi (r) variabel stres terhadap prestasi akademik menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,369 dengan nilai p sebesar 0,001 yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_2) diterima. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas stres dengan prestasi akademik mahasiswa FK UMSU. Korelasi negatif sebesar -0,369 (cukup kuat) menunjukkan bahwa semakin berat stress yang dialami, maka semakin rendah prestasi akademik mahasiswa.

Hal ini menunjukkan bahwa nyeri kepala dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mencapai prestasi akademik yang optimal. Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda mengenai dampak stres terhadap prestasi akademik mahasiswa. Penelitian pertama yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2021 juga menunjukkan hal yang sama. Dengan nilai p sebesar 0,013⁴⁶

Sementara itu, penelitian lain yang dilakukan tidak sejalan yang dilakukan di UIN Malang pada tahun ajaran 2022/2023 terhadap mahasiswa tingkat pertama Program Studi Pendidikan Dokter, tidak menemukan hubungan yang signifikan antara stres dengan prestasi akademik. Nilai p yang diperoleh adalah 0,381 ($>0,05$), yang menunjukkan bahwa stres tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor lain selain stres mungkin lebih memengaruhi prestasi akademik mahasiswa di program studi tersebut.¹¹

Perbedaan hasil antara kedua penelitian tersebut mungkin disebabkan oleh faktor-faktor seperti karakteristik mahasiswa, tingkat stres yang dialami, serta perbedaan metodologi yang digunakan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi prestasi akademik mahasiswa, dengan mempertimbangkan pengaruh stres sebagai variabel utama.

Berdasarkan hasil uji korelasi Kendall's Tau nilai korelasi (r) variabel nyeri kepala primer diperoleh nilai korelasi sebesar $-0,230$ korelasi cukup kuat dengan p -value sebesar $0,028$ (signifikan), yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_2) diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas nyeri kepala dengan prestasi akademik mahasiswa FK UMSU. Korelasi negatif sebesar $-0,230$ menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas nyeri kepala, semakin rendah prestasi akademik mahasiswa. Ini mengindikasikan bahwa nyeri kepala dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mencapai prestasi akademik yang optimal.

Hal ini dapat disebabkan oleh gangguan fokus dan konsentrasi, nyeri kepala yang intens menghambat kemampuan mahasiswa untuk fokus saat belajar atau mengikuti perkuliahan. Ketidaknyamanan fisik ini dapat mengalihkan perhatian dari tugas akademik, yang pada akhirnya memengaruhi kualitas belajar dan prestasi akademik. Selain itu, nyeri kepala yang sering muncul bisa menjadi indikator stres atau kelelahan, stres akademik yang berlarut-larut memperburuk kondisi tersebut, mengurangi energi, mengganggu tidur, dan menghambat kemampuan dalam mengelola waktu dengan efektif, yang berdampak negatif pada prestasi akademik. Pengaruh psikologisnya pun tak kalah penting, karena nyeri kepala yang berulang dapat menyebabkan kecemasan dan ketidakpastian terkait kesehatan, yang mengganggu kestabilan emosional dan psikologis mahasiswa. Ketidakstabilan ini berpotensi menurunkan motivasi dan semangat belajar, sehingga mengurangi kemampuan mereka untuk meraih prestasi yang optimal.

47,48

Penelitian sebelumnya di Universitas Nusa Cendana menemukan bahwa mayoritas mahasiswa ($68,9\%$) mengalami nyeri kepala primer, dengan tipe nyeri kepala tersering adalah migrain ($56,9\%$) dan intensitas nyeri ringan ($54,9\%$). Hasil ini mendukung penelitian saya yang menunjukkan hubungan signifikan antara nyeri kepala primer dan penurunan prestasi akademik, nyeri kepala berpotensi

menjadi faktor yang memengaruhi kemampuan mahasiswa mencapai prestasi akademik optimal.⁴⁷

Penelitian yang dipublikasikan dalam *Endemis Journal* pada Juli 2023 mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara stres dan kecemasan dengan kejadian nyeri kepala tipe tegang primer (TTH) pada mahasiswa, namun kualitas tidur tidak berhubungan signifikan. Berbeda dengan temuan tersebut, penelitian ini tidak menemukan hubungan signifikan antara nyeri kepala primer dan prestasi akademik mahasiswa. Perbedaan hasil ini bisa disebabkan oleh faktor-faktor lain yang mempengaruhi prestasi akademik yang tidak teridentifikasi dalam penelitian sebelumnya, serta perbedaan desain penelitian dan populasi yang diteliti.⁴⁸

Analisis menggunakan korelasi Kendall's Tau menunjukkan bahwa semua jenis stresor - stres terkait akademik (ARS), stres terkait interpersonal (IRS), stres terkait temporal (TLRS), stres terkait sosial (SRS), DRS, stres terkait akademik umum (GARS) - berkorelasi negatif dengan prestasi akademik. Nilai korelasi berkisar antara -0,330 hingga -0,520 korelasi cukup kuat, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stresor, semakin rendah prestasi akademik siswa. Semua hasil memiliki nilai p sebesar 0,001, yang berarti bahwa hubungan antara stresor dan prestasi akademik signifikan secara statistik.

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Arab Saudi untuk mengeksplorasi stres dan sumber stres di kalangan mahasiswa di Departemen Kesehatan Wanita di universitas-universitas Saudi, 42,7% mahasiswa mengalami tingkat stres yang tinggi, sementara 41,5% mengalami tingkat stres sedang. Mahasiswa tahun kedua dan ketiga cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah daripada mahasiswa tahun keempat, dan tingkat stres yang tinggi tidak dipengaruhi oleh usia atau prestasi akademik.⁴⁵

Pentingnya pengelolaan stres dan nyeri kepala yang dapat memengaruhi konsentrasi serta kualitas belajar mahasiswa, yang pada gilirannya berdampak pada prestasi akademik. Mengingat pengaruh stres terhadap kinerja akademik yang signifikan, diharapkan mahasiswa dapat lebih memperhatikan kesehatan mental dan fisik mereka, serta memperoleh dukungan yang diperlukan untuk mengelola stres dengan lebih baik. Temuan ini juga membuka ruang untuk penelitian lebih lanjut yang dapat mengidentifikasi faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap prestasi akademik mahasiswa

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan untuk pengembangan selanjutnya. Populasi yang terbatas pada mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023 membuat hasilnya sulit digeneralisasi ke mahasiswa fakultas atau universitas lain. Selain itu, mayoritas responden adalah perempuan, yang dapat memengaruhi hasil karena faktor gender. Penggunaan kuesioner sebagai metode pengumpulan data juga berpotensi memengaruhi validitas, mengingat responden mungkin tidak selalu jujur atau akurat. Penelitian ini juga hanya mengukur stres dan nyeri kepala dengan alat ukur terbatas, tanpa mempertimbangkan variabel lain seperti faktor sosial, psikologis, dan lingkungan. Faktor eksternal seperti kondisi ekonomi dan dukungan sosial juga tidak dianalisis secara mendalam.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian tentang hubungan stres dengan nyeri kepala pada mahasiswa FK UMSU Angkatan 2023, dapat diambil simpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar mahasiswa mengalami stres berat (49,3%), diikuti dengan stres sedang (42,5%) dan sangat berat (8,2%), sementara tidak ada yang mengalami stres ringan.
2. Untuk nyeri kepala, mayoritas mengalami nyeri kepala sedang (41%), diikuti ringan (39,7%), dan sedikit yang mengalami nyeri kepala berat (6,8%).
3. Mayoritas mahasiswa memiliki prestasi akademik pada kategori Sangat Memuaskan, yaitu sebanyak 9 orang (12.3%). Selanjutnya, mahasiswa dengan kategori Memuaskan berjumlah 47 orang (64.4%), sedangkan kategori Pujian dicapai oleh 13 orang (17.8%). Sementara itu, hanya 4 orang (5.5%)
4. Faktor utama yang memengaruhi stres adalah tekanan akademik, seperti ujian, tugas, dan praktikum.
5. Terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan prestasi akademik. Semakin tinggi stres semakin rendah prestasi akademik yang dicapai.
6. Terdapat hubungan signifikan antara stressor dan prestasi akademik, dengan stressor tertinggi yang menyebabkan stress berat adalah Academic Related Stressors (ARS)
7. Terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres, nyeri kepala, dan prestasi akademik. Semakin tinggi stres dan nyeri kepala, semakin rendah prestasi akademik yang dicapai.

5.2 Saran

1. Bagi pembaca
Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan mengenai pentingnya pengelolaan stres dalam dunia akademik dan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara stres, nyeri kepala, dan prestasi

dan penelitian ini dapat dijadikan pedoman atau referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya dan memberi manfaat dalam perkembangan ilmu pengetahuan.

2. Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Diharapkan dengan adanya seminar dan edukasi atau kegiatan lainnya dapat memberikan informasi kepada mahasiswa tentang dampak yang ditimbulkan oleh stres yang dapat menimbulkan sakit kepala sehingga dapat membantu mahasiswa dalam memecahkan masalah sehingga tidak terjadi stres.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian pada kelompok lain, serta menggali faktor-faktor lain yang memengaruhi hubungan antara stres, nyeri kepala, dan prestasi akademik untuk mendapatkan solusi yang lebih efektif dalam mengatasi dampak negatif stres.

DAFTAR PUSTAKA

1. Venable MA, Pietrucha ME. *College Student Mental Health Report.*; 2022. <https://www.bestcolleges.com/research/college-student-mental-health/>
2. Kementerian Kesehatan RI. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.* Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI; 2018.
3. Kurniawan RA. *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) di RSUD Karsa Husada Kota Batu.* Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim; 2020.
4. Silvia S. *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental pada Mahasiswa Secara Global: Literature Review.* Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2022.
5. Cahyono H. Peran Mahasiswa di Masyarakat. *Banten-Bode J Pengabdian Kpd Masyarakat.* 2019;1(1):32–41.
6. Ramadhan H. Gambaran Tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa Akhir yang Sedang Menyusun Skripsi. *J Educ Batanghari.* 2022;4(10):1–8.
7. World Health Organization. Migraine and Other Headache Disorders. Published 2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/headache-disorders>
8. Aslan A, Acikada C, Güvenç A, Gören H, Hazir T, Özkara A. Metabolic Demands of Match Performance in Young Soccer Players. *J Sports Sci Med.* 2012;11(1):170–179.
9. Sandi WA. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Mitra Indonesia Tahun 2020. *J Ilmu Kesehatan Masyarakat Indones.* 2021;2(2):1–9.
10. Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *J Kesehatan Andalas.* 2019;8(1):103–111.
11. Lestari PI. *Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Pertama Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.* Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang; 2022.
12. Sastra CIM, Hamdani I. Gambaran Tingkat Stres dan Nyeri Kepala pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *J Ilm Maksitek.* 2023;8(3):205–211.
13. Adryana NC, Oktafany OF, Apriliana E. Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat I, II, dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority.* 2020;9(2):142–149.
14. Mustikyanoro APJ. *Hubungan Aktivitas Olahraga dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.* Universitas Lampung; 2022.

15. Meilani M. *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Nyeri Kepala Primer pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin*. Universitas Hasanuddin; 2023.
16. Hasyar ARA, Muchlis NY, Dwitama Y, Idris I, Yusuf I. Direct Effects of Carbon Dioxide-rich Water Bathing on Peripheral Blood Flow. *Malaysian J Med Heal Sci*. 2020;16(14):23–28.
17. Sherwood L. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. 9th ed. EGC; 2018.
18. Buse DC, Lipton RB. Primary Headache: What's Stress Got to Do with It? *Cephalalgia*. 2015;35(10):844–849.
19. Knaus WJ. *Stress Management: A Comprehensive Handbook*. 2nd ed. New Page Books; 2001.
20. Rhomadhon R. *Hubungan antara Nilai Overactive Bladder Symptom Score (OABSS) dengan Stres, Depresi, dan Kecemasan pada Mahasiswa Preklinik Program Studi Kedokteran (PSKed) yang Menderita Overactive Bladder (OAB)*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2018.
21. 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.
22. Puspitha FC, Sari MI, Oktaria D. Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*. 2018;7(3):24–33.
23. Haryani S. Penatalaksanaan Nyeri Kepala pada Layanan Primer. *Callosum Neurol*. 2018;1(3):83–90.
24. Kim HJ, Kim JS. The Relationship Between Smartphone Use and Subjective Musculoskeletal Symptoms in University Students. *J Phys Ther Sci*. 2015;27(3):575–579.
25. Cady RK, Dodick DW, Levine HL, et al. Sinus Headache: A Neurology, Otolaryngology, Allergy, and Primary Care Consensus on Diagnosis and Treatment. In: *Mayo Clinic Proceedings*. Vol 80. Elsevier; 2005:908–916.
26. Ahmed F. Headache Disorders: Differentiating and Managing The Common Subtypes. *Br J Pain*. 2012;6(3):124–132. doi:10.1177/2049463712459691
27. Becker WJ, Findlay T, Moga C, Scott NA, Harstall C, Taenzer P. Guideline for Primary Care Management of Headache in Adults. *Can Fam Physician*. 2015;61(8):670–679.
28. Pane A, Dasopang MD. Belajar dan Pembelajaran. *Fitrah J Kaji Ilmu-Ilmu Keislam*. 2017;3(2):333–352.
29. Wieka AC, Kartika AA, Masdalena M, Handoko E. Hubungan Perubahan Pola Belajar terhadap Stres dan Prestasi Akademik pada Masa Pandemi COVID-19. *Heal Tadulako J (Jurnal Kesehat Tadulako)*. 2022;8(1):52–58.
30. Ocvitasari A, Widiyati DE, Firmansyah M. Analisis Faktor Kesiapan Akademik Terkait Orientasi Motivasi Berprestasi, M-Score dan Kegiatan Non Akademik terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *J Kedokt Komunitas (Journal*

Community Med. 2020;8(2):74–82.

31. Saputro M, Ardiawan Y, Fitriawan D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar (Studi Korelasi pada Mahasiswa Pendidikan Matematika IKIP PGRI Pontianak). *J Pendidik Inform Dan Sains*. 2015;4(2):233–246.
32. Frazier P, Gabriel A, Merians A, Lust K. Understanding Stress as an Impediment to Academic Performance. *J Am Coll Heal*. 2019;67(6):562–570.
33. Kholidah EN, Alsa A. Berpikir Positif menurunkan Stres Psikologis pada Siswa. *J Psikol*. 2012;39(1):67–75.
34. Dewi DK, Savira SI, Satwika YW, Khoirunnisa RN. Profile Perceived Academic Stress pada Mahasiswa. *J Psikol Teor dan Terap*. 2022;13(3):395–403. doi:10.26740/jpitt.v13n3.p395-403
35. Khaira W. Faktor Penyebab Stres Akademik Siswa Remaja. *FITRAH Int Islam Educ J*. 2023;5(1):123–135.
36. Djoar RK, Putu A, Anggarani M. Faktor-faktor yang mempengaruhi stress akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jambura Heal Sport J*. 2024;6(1):52–59.
37. Misra R, McKean M. College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction. *Am J Health Stud*. 2000;16(1):41–51.
38. Lipton RB, Stewart WF, Diamond S, Diamond ML, Reed M. Prevalence and Burden of Migraine in the United States: Data from The American Migraine Study II. *Headache J Head Face Pain*. 2001;41(7):646–657. doi:10.1046/j.1526-4610.2001.041007646.x
39. Firmansyah D, Dede. Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *J Ilm Pendidik Holistik*. 2022;1(2):85–114.
40. Oltmanns TF, Emery RE. *Psikologi Abnormal*. Pustaka Pelajar; 2012.
41. World Health Organization. *Investing in Mental Health*.; 2003. <https://iris.who.int/handle/10665/42823>
42. Priyoto. *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika; 2014.
43. Sugiyono. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA. 2019
44. Wedro B, Taylor DC, Cunha JP. Headache. MedicineNet. Published 2023. <https://www.medicinenet.com/headache/article.htm>
45. Mona F et all. Investing stress and source of stress among female health proffesion stundents a Saudi university. 2020
46. HadI M, Tadjudin N, pengaruh stress terhadap prestasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran universitas tarumanegara volume 4 nomor 4 2023
47. Landa D, Rante S et all, Increasing The Incident Rate Of Primary Headache Resulting From Poor Sleep Quality In Nusa Cendana University Faculty Of Medicine Students Year 2020 cendana medical jurnal 2023
48. Rasyid A N, muchtar F, et all. Faktor faktor yang berhubungan dengan kejadian tension type headache pada mahasiswa tingkat akhir fakultas kesehatan masyarakat universitas halu oleo, endemis journal 2023

LAMPIRAN

Lampiran 1. Ethical Clearance



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 : 1389/KEPK/FKUMSU/2024

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The Research protocol proposed by

Peneliti Utama : Muhammad Bagus Syuhada
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 TINGKAT STRES DAN NYERI KEPALA TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND HEADACHES ON ACADEMIC ACHIEVEMENT IN STUDENTS AT THE FACULTY OF MEDICINE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY 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.

Declarated 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 Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 04 Desember 2024 sampai dengan tanggal 04 Desember 2025
The declaration of ethics applies during the periode 04 Desember, 2024 until Desember 04, 2025



Medan, 04 Desember 2024
Ketua
[Signature]
Assoc. Prof. Dr. dr. Nurfadly, MKT

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menerima surat ini agar disebarkan
memor dan sebagainya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Pp/PT/III/2024

Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217 Telp. (061) - 7350163, 7333162, Fax. (061) - 7363488

<https://fk.umsu.ac.id> fk@umsu.ac.id [umsu.medan](#) [umsu.medan](#) [umsu.medan](#) [umsu.medan](#)

Nomor : 1955 /II.3.AU/UMSU-08/F/2024

Lampiran : -

Perihal : Izin Penelitian

Medan, 03 Jumadil Akhir 1446 H

04 Desember 2024 M

Kepada. Saudara. **Muhammad Bagus Syuhada**
di

Tempat

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Sehubungan dengan surat Saudara berkenaan permohonan izin untuk melakukan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, yaitu :

Nama : Muhammad Bagus Syuhada

NPM : 2108260162

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dan Nyeri Kepala Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

maka kami memberikan izin kepada saudara, untuk melaksanakan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, selama proses penelitian agar mengikuti peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian Saudara kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh



dr. Siti Masfana Siregar, Sp.THT-KL (K)
NIDN: 0106098201

Tembusan Yth :

1. Wakil Dekan I, III FK UMSU
2. Ketua Program Studi Pendidikan Kedokteran FK UMSU
3. Ketua Bagian Skripsi FK UMSU
4. Peringgal



Lampiran 3. *Informed Consent*

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Nama : Muhammad Bagus Syuhada

NPM 2108260162

Fak/jurusan : Kedokteran/Pendidikan Dokter

Saya selaku mahasiswa dan peneliti dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara akan melakukan penelitian yang berjudul hubungan tingkat stres dan nyeri kepala terhadap prestasi akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas muhammadiyah sumatera utara angkatan 2023.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan nyeri kepala primer terhadap prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara angkatan 2023. Oleh karena itu, peneliti meminta kesediaan saudara/i untuk mengisi pertanyaan-pertanyaan yang tertera pada kuesioner terlampir untuk disertakan dalam data penelitian.

Adapun data individu dalam penelitian ini tidak akan dipublikasikan.

Nama :

Jenis Kelamin :

Universitas :

Angkatan :

Dengan ini menyatakan setuju/menolak untuk menjawab pertanyaan yang tertera pada kuesioner-kuesioner yang tertera untuk disertakan dalam data penelitian.

Peneliti



Muhammad Bagus Syuhada

Lampiran 4. Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan *Medical Students Stressor Questionnaire* (MSSQ)

Lampiran Kuisisioner

Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire)

Data Responden

Nomor responden :

Nama responden :

Umur :

Jenis kelamin :

Angkatan :

IP Semester lalu :

Petunjuk Pengisian

Pernyataan-pernyataan di dalam kuesioner ini menyatakan suatu kondisi yang mungkin dapat menyebabkan stres pada diri Anda. Terdapat 40 pernyataan dan tersedia 4 jawaban yang dapat Anda pilih, yaitu:

1 : sedikit menimbulkan stres

2 : cukup menimbulkan stres

3 : sangat menimbulkan stres

4 : sangat banyak menimbulkan stres

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

No	Pertanyaan	1	2	3	4
1	Saat Ujian atau Tes menyebabkan saya merasa stres				
2	Saya merasa stres saat berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi mereka (*)				
3	Saya merasa tertekan saat terjadi konflik dengan mahasiswa lain				

4	Sistem kuota atau pembatasan jumlah peserta ujian menyebabkan saya stres				
5	Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari mahasiswa lain				
6	Harapan orang tua agar saya belajar di fakultas kedokteran menyebabkan saya stres				
7	Dorongan untuk selalu melakukan segala sesuatu dengan baik sering membuat saya merasa tertekan				
8	Ketersediaan materi perkuliahan yang kurang baik membuat saya merasa stres				
9	Saya merasa tertekan akibat konflik dengan teman, rekan kerja, atau personel lain				
10	Beban belajar yang berlebihan membuat saya merasa tertekan				
11	Saya merasa tertekan saat melakukan diskusi di dalam kelas				
12	Saya merasa stres saat tertinggal jadwal kuliah atau materi pelajaran dibandingkan teman lain				
13	Saya merasa tertekan saat harus melakukan presentasi di dalam kelas				
14	Kurangnya bimbingan dari dosen menjadi sumber stres bagi saya				
15	Saya merasa tidak mampu melakukan sesuatu hingga merasa stres				
16	Keraguan terhadap diri sendiri sering membuat saya tertekan				
17	Kurangnya latihan keterampilan klinik membuat saya merasa stres				
18	Kurangnya waktu bersama keluarga menjadi penyebab stres bagi saya				

19	Persaingan ketat dengan mahasiswa lain membuat saya merasa tertekan				
20	Cara mengajar dosen yang kurang efektif membuat saya stres				
21	Saya merasa tertekan saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien				
22	Saya merasa stres saat mendapatkan tugas yang tidak saya sukai				
23	Kesulitan memahami materi kuliah membuat saya merasa tertekan				
24	Saya merasa tertekan saat menghadapi pasien dengan penyakit berat atau saat menghadapi kematian pasien				
25	Saya merasa stres saat mendapatkan nilai yang tidak memuaskan				
26	Motivasi belajar yang menurun sering menjadi penyebab stres bagi saya				
27	Kurangnya waktu untuk meninjau kembali materi membuat saya merasa tertekan				
28	Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari dosen				
29	Saya merasa terganggu saat sering mendapatkan gangguan dari orang lain saat belajar atau bekerja				
30	Saya merasa tertekan saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen				
31	Saya merasa tertekan saat terjadi konflik dengan dosen				
32	Saya pernah merasa tidak ingin melanjutkan kuliah di fakultas kedokteran				
33	Banyaknya hal yang harus dipelajari membuat saya merasa tertekan				

34	Saya merasa tertekan saat harus menyelesaikan sesuatu dengan baik, tetapi rekan kerja tidak ikut berkontribusi				
35	Kurangnya masukan (feedback) dari dosen membuat saya stres				
36	Ketidakjelasan dalam proses penilaian menyebabkan saya merasa tertekan				
37	Saya merasa tidak dihargai atas pekerjaan yang telah saya selesaikan dengan baik				
38	Penggunaan komputer dalam mengerjakan sesuatu membuat saya merasa stres				
39	Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari rekan kerja				
40	Beban tanggung jawab dalam keluarga sering menjadi penyebab stres bagi saya				

Lampiran 5. Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan Kuesioner yang diadaptasi dari Numeric Rating Scale (NRS)

Lampiran Kuisisioner

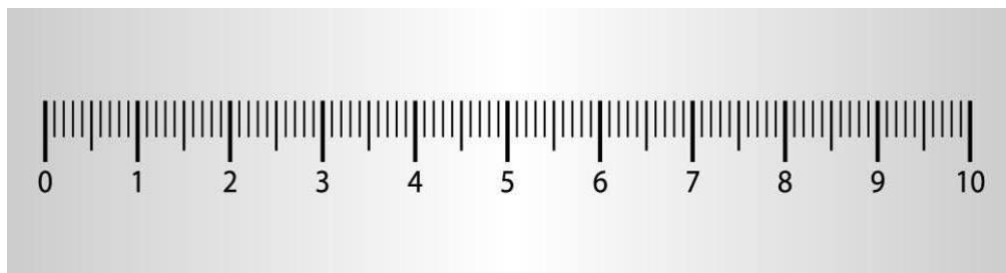
Pertanyaan yang termasuk dalam kuesioner sesuai dengan skala ukur Kuesioner Numeric Rating Scale (NRS)

1. Apakah anda menderita sakit kepala satu minggu ini :

	Ya		Tidak
--	----	--	-------

2. Berapa hari sakit kepala timbul selama satu tahun lalu..... hari/ tahun

	< 180 hari (<14 hari/ bulan)
	180 hari (> 15 hari/ bulan)



Sebutkan Hasil interpretasi :

- a) Normal : 1 (0-5 mm)
- b) Nyeri Ringan : 2 (5-44 mm)
- c) Nyeri Sedang : 3 (45-74 mm)
- d) Nyeri Berat : 4 (> 75 mm)

Terima kasih kepada mahasiswa/i yang telah meluangkan waktu dan atas partisipasi dalam mengisi kuesioner untuk keperluan penelitian skripsi saya. Harap diperiksa kembali jangan sampai ada yang terlewatkan. Informasi yang anda berikan sangat berharga dan akan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

Lampiran 6. Data Responden

No	Nama	NPM	Jenis Kelamin	Umur
1	nazla azzahra	230826143	Perempuan	15-19
2	Sahnaz Adiva	2308260101	Perempuan	15-19
3	Fadilah Harahap	2308260163	Perempuan	15-19
4	aushaf rachman	2308260108	Laki-Laki	15-19
5	TM AURA SULTAN R	2308260095	Laki-Laki	15-19
6	hafifah	2308260149	Perempuan	15-19
7	Sigit aldeto eiandy	2308260148	Laki-Laki	20-25
8	Ananda Zaimah Rahmasari Hsb	2308260133	Perempuan	15-19
9	Suci Mulya Rizka Sagala	2308260109	Perempuan	15-19
10	Artika dwi andhini	2308260173	Perempuan	15-19
11	Anggita Pratiwi	2308260136	Perempuan	15-19
12	Rifani Salsabila	2308260126	Perempuan	20-25
13	Naila asysyifa	2308269123	Perempuan	15-19
14	afifah alfina siregar	2308260156	Perempuan	15-19
15	Siti Fadillah	2308260162	Perempuan	15-19
16	M. Fauzi Ar-Rizal	2308260129	Laki-Laki	15-19
17	Al Azizi Rahmadsyah	2308260110	Laki-Laki	15-19
18	Siti Fatimah Izzatunnisa Marpaung	2308260044	Perempuan	20-25
19	aditya faiz ardin	2308260177	Laki-Laki	15-19
20	Naswa taqwalia	2308260105	Perempuan	15-19
21	Halimatu Sa'diyah	2308260116	Perempuan	20-25
22	naswa safrina irawan	2308260120	Perempuan	20-25
23	Nisrina Rasikah	2308260045	Perempuan	15-19
24	Rafi Hanif Hasibuan	2308260189	Laki-Laki	15-19
25	Debby Anggita Dianu	2308260266	Perempuan	20-25
26	M RAFLI KARO KARO	2308260058	Laki-Laki	15-19
27	Shandy aulia	2308260055	Perempuan	15-19
28	Haura Izzani Siregar	2308260231	Perempuan	20-25
29	Farhan Zachry Ramadhan	2308260059	Laki-Laki	15-19
30	Balqis Tiara Fahira Putri	2308260077	Perempuan	15-19
31	Mazaya Nadhirah Putri	2308260080	Perempuan	15-19
32	Lintang Amallya	2308260232	Perempuan	15-19
33	Nada Fadila	2308260088	Perempuan	15-19
34	Toti Habibi Dalimunthe	2308260091	Laki-Laki	15-19
35	Anastasya Hanum Siregar	2308260240	Perempuan	15-19
36	Alya Mutiara Adev	2308260081	Perempuan	15-19
37	Mutia	2308260068	Perempuan	15-19

38	raisha nabilla	2308260089	Perempuan	15-19
39	Delan Hikmal Khairunnisyah Harahap	2308260166	Perempuan	20-25
40	Shaqilla Miftahul Jannah Utami	2308260259	Perempuan	15-19
41	Muhammad Haikal Hafizh	2308260084	Laki-Laki	15-19
42	Sindy Aulia	2308260018	Perempuan	15-19
43	Nafisya humaira	2308260083	Perempuan	15-19
44	Alia Syafitri Lubis	2308260252	Perempuan	15-19
45	Maritza Putri Ardhani	2308260241	Perempuan	15-19
46	Alghani Nurfahlevi	2308260008	Laki-Laki	20-25
47	M. Fatur Maulana Asdisyah	2308260010	Laki-Laki	20-25
48	Syair Perdana	2308260024	Laki-Laki	20-25
49	Syafiq Ghassan	2308260025	Laki-Laki	20-25
50	Ridhofi Nugraha Hasibuan	2308260026	Laki-Laki	20-25
51	Lucky Azhari Lubis	2308260029	Laki-Laki	20-25
52	Muhammad Faristz Afarabie	2308260034	Laki-Laki	20-25
53	Zahirah Naifah Julfiyanto	2308260035	Perempuan	15-19
54	Ricky Refriano Yusfa	2308260036	Laki-Laki	20-25
55	Alya Fadiyah Hasibuan	2308260037	Perempuan	15-19
56	Siti Fathimah Azzahro Rambe	2308260039	Perempuan	15-19
57	Annisa	2308260040	Perempuan	15-19
58	M Dikki Erlangga Simanjuntak	2308260046	Laki-Laki	20-25
59	Farid Zevian	2308260048	Laki-Laki	15-19
60	Indra Wahyu Iskandar Pohan	2308260056	Laki-Laki	15-19
61	M. Rafli Karo Karo	2308260058	Laki-Laki	15-19
62	Farhan Zachry Ramadhan	2308260059	Laki-Laki	20-25
63	Salwa Zuhrotul Amaliyyah	2308260060	Perempuan	15-19
64	Muhammad Farhan Azura	2308260062	Laki-Laki	20-25
65	Natasha Azzura.H	2308260063	Perempuan	15-19
66	Wiraldi Alkhadri Nasution	2308260064	Laki-Laki	20-25
67	Rabiatul Adawiyah Nasution	2308260065	Perempuan	15-19
68	Syauqie Al Fathir Husni Rangkuti	2308260066	Laki-Laki	20-25
69	Try Nugroho	2308260067	Laki-Laki	15-19
70	Mutia	2308260068	Perempuan	15-19
71	Daffa Agung Al Fariqi	2308260069	Laki-Laki	20-25
72	Fingga Afysyah Sugandi	2308260070	Laki-Laki	15-19
73	Nisrina Syahirah Rahmi	2308260071	Perempuan	15-19

Lampiran 7. Validitas dan Reabilitas MSSQ

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 8. Data Statistik

Frequencies

Frequency Table

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	30	41,1	41,1	41,1
	Perempuan	43	58,9	58,9	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15-19	51	69,9	69,9	69,9
	20-25	22	30,1	30,1	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Ujian atau tes apa yang paling sering menyebabkan anda stres atau nyeri kepala?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	OSCE	42	57,5	57,5	57,5
	POSTTEST	2	2,7	2,7	60,3
	UAB	29	39,7	39,7	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Frequencies

Frequency Table

		Saat Ujian atau Tes menyebabkan saya merasa stres			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	3	4,1	4,1	4,1
	sedang	7	9,6	9,6	13,7
	berat	41	56,2	56,2	69,9
	sangat berat	22	30,1	30,1	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres saat berbicara dengan pasien terkait masalah pribadi mereka

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	28	38,4	38,4	38,4
	sedang	28	38,4	38,4	76,7
	berat	14	19,2	19,2	95,9
	sangat berat	3	4,1	4,1	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat terjadi konflik dengan mahasiswa lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	25	34,2	34,2	34,2
	sedang	25	34,2	34,2	68,5
	berat	16	21,9	21,9	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Sistem kuota atau pembatasan jumlah peserta ujian menyebabkan saya stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	26	35,6	35,6	35,6
	sedang	20	27,4	27,4	63,0
	berat	20	27,4	27,4	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari mahasiswa lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	34	46,6	46,6	46,6
	sedang	26	35,6	35,6	82,2
	berat	9	12,3	12,3	94,5
	sangat berat	4	5,5	5,5	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Harapan orang tua agar saya belajar di fakultas kedokteran menyebabkan saya stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	27	37,0	37,0	37,0
	sedang	22	30,1	30,1	67,1
	berat	17	23,3	23,3	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Dorongan untuk selalu melakukan segala sesuatu dengan baik sering membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	32	43,8	43,8	43,8
	sedang	20	27,4	27,4	71,2
	berat	15	20,5	20,5	91,8
	sangat berat	6	8,2	8,2	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Ketersediaan materi perkuliahan yang kurang baik membuat saya merasa stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	19	26,0	26,0	26,0
	sedang	34	46,6	46,6	72,6
	berat	16	21,9	21,9	94,5
	sangat berat	4	5,5	5,5	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan akibat konflik dengan teman, rekan kerja, atau personel lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	32	43,8	43,8	43,8
	sedang	26	35,6	35,6	79,5
	berat	10	13,7	13,7	93,2
	sangat berat	5	6,8	6,8	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Beban belajar yang berlebihan membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	15	20,5	20,5	20,5
	sedang	19	26,0	26,0	46,6
	berat	31	42,5	42,5	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat melakukan diskusi di dalam kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	31	42,5	42,5	42,5
	sedang	30	41,1	41,1	83,6
	berat	12	16,4	16,4	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres saat tertinggal jadwal kuliah atau materi pelajaran dibandingkan teman lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	13	17,8	17,8	17,8
	sedang	16	21,9	21,9	39,7
	berat	35	47,9	47,9	87,7
	sangat berat	9	12,3	12,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat harus melakukan presentasi di dalam kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	31	42,5	42,5	42,5
	sedang	31	42,5	42,5	84,9
	berat	11	15,1	15,1	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kurangnya bimbingan dari dosen menjadi sumber stres bagi saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	28	38,4	38,4	38,4
	sedang	29	39,7	39,7	78,1
	berat	14	19,2	19,2	97,3
	sangat berat	2	2,7	2,7	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tidak mampu melakukan sesuatu hingga merasa stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	22	30,1	30,1	30,1
	sedang	32	43,8	43,8	74,0
	berat	14	19,2	19,2	93,2
	sangat berat	5	6,8	6,8	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Keraguan terhadap diri sendiri sering membuat saya tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	24	32,9	32,9	32,9
	sedang	28	38,4	38,4	71,2
	berat	14	19,2	19,2	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kurangnya latihan keterampilan klinik membuat saya merasa stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	22	30,1	30,1	30,1
	sedang	26	35,6	35,6	65,8
	berat	16	21,9	21,9	87,7
	sangat berat	9	12,3	12,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kurangnya waktu bersama keluarga menjadi penyebab stres bagi saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	29	39,7	39,7	39,7
	sedang	29	39,7	39,7	79,5
	berat	9	12,3	12,3	91,8
	sangat berat	6	8,2	8,2	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Persaingan ketat dengan mahasiswa lain membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	24	32,9	32,9	32,9
	sedang	18	24,7	24,7	57,5
	berat	23	31,5	31,5	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Cara mengajar dosen yang kurang efektif membuat saya stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	26	35,6	35,6	35,6
	sedang	30	41,1	41,1	76,7
	berat	11	15,1	15,1	91,8
	sangat berat	6	8,2	8,2	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari pasien

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	28	38,4	38,4	38,4
	sedang	25	34,2	34,2	72,6
	berat	14	19,2	19,2	91,8
	sangat berat	6	8,2	8,2	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres saat mendapatkan tugas yang tidak saya sukai

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	19	26,0	26,0	26,0
	sedang	26	35,6	35,6	61,6
	berat	20	27,4	27,4	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kesulitan memahami materi kuliah membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	17	23,3	23,3	23,3
	sedang	21	28,8	28,8	52,1
	berat	28	38,4	38,4	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat menghadapi pasien dengan penyakit berat atau saat menghadapi kematian pasien

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	30	41,1	41,1	41,1
	sedang	19	26,0	26,0	67,1
	berat	16	21,9	21,9	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres saat mendapatkan nilai yang tidak memuaskan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	15	20,5	20,5	20,5
	sedang	7	9,6	9,6	30,1
	berat	34	46,6	46,6	76,7
	sangat berat	17	23,3	23,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Motivasi belajar yang menurun sering menjadi penyebab stres bagi saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	18	24,7	24,7	24,7
	sedang	20	27,4	27,4	52,1
	berat	28	38,4	38,4	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kurangnya waktu untuk meninjau kembali materi membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	23	31,5	31,5	31,5
	sedang	20	27,4	27,4	58,9
	berat	20	27,4	27,4	86,3
	sangat berat	10	13,7	13,7	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari dosen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	32	43,8	43,8	43,8
	sedang	21	28,8	28,8	72,6
	berat	13	17,8	17,8	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa terganggu saat sering mendapatkan gangguan dari orang lain saat belajar atau bekerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	22	30,1	30,1	30,1
	sedang	25	34,2	34,2	64,4
	berat	19	26,0	26,0	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	21	28,8	28,8	28,8
	sedang	29	39,7	39,7	68,5
	berat	16	21,9	21,9	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tertekan saat terjadi konflik dengan dosen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	24	32,9	32,9	32,9
	sedang	26	35,6	35,6	68,5
	berat	14	19,2	19,2	87,7
	sangat berat	9	12,3	12,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya pernah merasa tidak ingin melanjutkan kuliah di fakultas kedokteran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	35	47,9	47,9	47,9
	sedang	23	31,5	31,5	79,5
	berat	6	8,2	8,2	87,7
	sangat berat	9	12,3	12,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Banyaknya hal yang harus dipelajari membuat saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	22	30,1	30,1	30,1
	sedang	26	35,6	35,6	65,8
	berat	17	23,3	23,3	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

**Saya merasa tertekan saat harus menyelesaikan sesuatu dengan baik,
tetapi rekan kerja tidak ikut berkontribusi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	22	30,1	30,1	30,1
	sedang	27	37,0	37,0	67,1
	berat	17	23,3	23,3	90,4
	sangat berat	7	9,6	9,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Kurangnya masukan (feedback) dari dosen membuat saya stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	27	37,0	37,0	37,0
	sedang	29	39,7	39,7	76,7
	berat	14	19,2	19,2	95,9
	sangat berat	3	4,1	4,1	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Ketidakjelasan dalam proses penilaian menyebabkan saya merasa tertekan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	24	32,9	32,9	32,9
	sedang	32	43,8	43,8	76,7
	berat	11	15,1	15,1	91,8
	sangat berat	6	8,2	8,2	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa tidak dihargai atas pekerjaan yang telah saya selesaikan dengan baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	23	31,5	31,5	31,5
	sedang	26	35,6	35,6	67,1
	berat	15	20,5	20,5	87,7
	sangat berat	9	12,3	12,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Penggunaan komputer dalam mengerjakan sesuatu membuat saya merasa stres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	31	42,5	42,5	42,5
	sedang	25	34,2	34,2	76,7
	berat	12	16,4	16,4	93,2
	sangat berat	5	6,8	6,8	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari rekan kerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	28	38,4	38,4	38,4
	sedang	27	37,0	37,0	75,3
	berat	10	13,7	13,7	89,0
	sangat berat	8	11,0	11,0	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Beban tanggung jawab dalam keluarga sering menjadi penyebab stres bagi saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ringan	24	32,9	33,3	33,3
	sedang	20	27,4	27,8	61,1
	berat	20	27,4	27,8	88,9
	sangat berat	8	11,0	11,1	100,0
	Total	72	98,6	100,0	
Missing	System	1	1,4		
Total		73	100,0		

Correlations

			Academic related stressor (ARS)	Interpersonal & intrapersonal related stressor (IRS)
Kendall's tau_b	Academic related stressor (ARS)	Correlation Coefficient	1,000	,562**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	73	73
	Interpersonal & intrapersonal related stressor (IRS)	Correlation Coefficient	,562**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	73	73
	Teaching and learning related stressor (TLRS)	Correlation Coefficient	,729**	,552**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Social related stressors (SRS)	Correlation Coefficient	,613**	,423**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Drive & desire related stressor (DRS)	Correlation Coefficient	,505**	,491**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Group activities related stressor (GARS)	Correlation Coefficient	,489**	,427**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Nyeri Kepala	Correlation Coefficient	,216*	,149
		Sig. (2-tailed)	,042	,158
		N	73	73
	Prestasi Akademik	Correlation Coefficient	-,449**	-,458**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73

Correlations

			Teaching and learning related stressor (TLRS)	Social related stressors (SRS)
Kendall's tau_b	Academic related stressor (ARS)	Correlation Coefficient	,729**	,613**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Interpersonal & intrapersonal related stressor (IRS)	Correlation Coefficient	,552**	,423**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Teaching and learning related stressor (TLRS)	Correlation Coefficient	1,000	,577**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	73	73
	Social related stressors (SRS)	Correlation Coefficient	,577**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	73	73
	Drive & desire related stressor (DRS)	Correlation Coefficient	,600**	,540**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Group activities related stressor (GARS)	Correlation Coefficient	,567**	,457**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Nyeri Kepala	Correlation Coefficient	,279**	-,024
		Sig. (2-tailed)	,008	,824
		N	73	73
	Prestasi Akademik	Correlation Coefficient	-,520**	-,357**
		Sig. (2-tailed)	,000	,001
		N	73	73

Correlations

			Drive & desire related stressor (DRS)	Group activities related stressor (GARS)
Kendall's tau_b	Academic related stressor (ARS)	Correlation Coefficient	,505**	,489**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Interpersonal & intrapersonal related stressor (IRS)	Correlation Coefficient	,491**	,427**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Teaching and learning related stressor (TLRS)	Correlation Coefficient	,600**	,567**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Social related stressors (SRS)	Correlation Coefficient	,540**	,457**
		Sig. (2-tailed)	,000	,000
		N	73	73
	Drive & desire related stressor (DRS)	Correlation Coefficient	1,000	,443**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	73	73
	Group activities related stressor (GARS)	Correlation Coefficient	,443**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	73	73
	Nyeri Kepala	Correlation Coefficient	,242 [*]	,271 [*]
		Sig. (2-tailed)	,019	,013
		N	73	73
	Prestasi Akademik	Correlation Coefficient	-,330**	-,419**
		Sig. (2-tailed)	,001	,000
		N	73	73

Correlations

			Nyeri Kepala	Prestasi Akademik
Kendall's tau_b	Academic related stressor (ARS)	Correlation Coefficient	,216*	-,449**
		Sig. (2-tailed)	,042	,000
		N	73	73
	Interpersonal & intrapersonal related stressor (IRS)	Correlation Coefficient	,149	-,458**
		Sig. (2-tailed)	,158	,000
		N	73	73
	Teaching and learning related stressor (TLRS)	Correlation Coefficient	,279**	-,520**
		Sig. (2-tailed)	,008	,000
		N	73	73
	Social related stressors (SRS)	Correlation Coefficient	-,024	-,357**
		Sig. (2-tailed)	,824	,001
		N	73	73
	Drive & desire related stressor (DRS)	Correlation Coefficient	,242*	-,330**
		Sig. (2-tailed)	,019	,001
		N	73	73
	Group activities related stressor (GARS)	Correlation Coefficient	,271*	-,419**
		Sig. (2-tailed)	,013	,000
		N	73	73
	Nyeri Kepala	Correlation Coefficient	1,000	-,230*
		Sig. (2-tailed)	.	,028
		N	73	73
	Prestasi Akademik	Correlation Coefficient	-,230*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,028	.
		N	73	73

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 9. Dokumentasi

1. Google Form melalui google drive

Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN NYERI KEPALA PRIMER TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

B I U ↻

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Halo teman-teman, perkenalkan saya **Muhammad Bagus Syuhada**, mahasiswa semester 7 dari Jurusan Kedokteran pada Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Saat ini, saya sedang menyusun penelitian skripsi terkait **Hubungan Tingkat Stres Dan Nyeri Kepala Primer Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara** sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran.

Sehubungan dengan pernyataan diatas, saya memohon kesediaan mahasiswa/i angkatan 2023 untuk mengisi kuesioner ini berdasarkan pada pengalaman dan pendapat pribadi anda. Data maupun informasi yang diberikan hanya akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian akademis yang diharapkan dapat juga kerahasiaannya.

Terima kasih kepada Mahasiswa/i atas ketersediaan waktu dalam mengisi kuesioner ini.

20-25

25-30

IP Semester Lalu *

Teks jawaban singkat

Ujian atau tes apa yang paling sering menyebabkan anda stres atau nyeri kepala?

☐ UAB

☐ OSCE

☐ UTS

☐ UAS

☐ POSTTEST

Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Nama *

Teks jawaban singkat

Nomor Pokok Mahasiswa *

Teks jawaban singkat

Jenis Kelamin *

☐ Laki-Laki

☐ Perempuan

Umur

☐ 15-19

20-24

25-29

30-34

35-39

40-44

45-49

50-54

55-59

60-64

65-69

70-74

75-79

80-84

85-89

90-94

95-99

100

Log in

MSSQ (Medical Student Stressor Questionnaire)

Pernyataan-pernyataan di dalam kuesioner ini menyatakan suatu kondisi yang mungkin dapat menyebabkan stres pada diri Anda. Terdapat 40 pernyataan dan tersedia 4 jawaban yang dapat Anda pilih, yaitu:

- 1 : Tidak Menimbulkan Stres (TMS)
- 2 : Sedikit Menimbulkan Stres (SMS)
- 3 : Cukup Menimbulkan Stres (CMS)
- 4 : Sangat Menimbulkan Stres (SGMS)

Bayangkan saja anda sedang berada dalam kondisi seperti itu.

B I U ↻

Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Bagian Tanpa Judul

Nama

124 jawaban

Mutia
Farhan Zachry Ramadhan
Raja Firdaus
aldi atmaja khair harahap
Lucky Tiara Kinanti
Alya Mutiara Adev
Nafisya humaira
Syafiq Ghassan
putri nadya

Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Nomor Pokok Mahasiswa

124 jawaban

2308260068
2308260059
2308260058
2308260102
081377369263
2308260153
2308260081
2308260083
2308260025



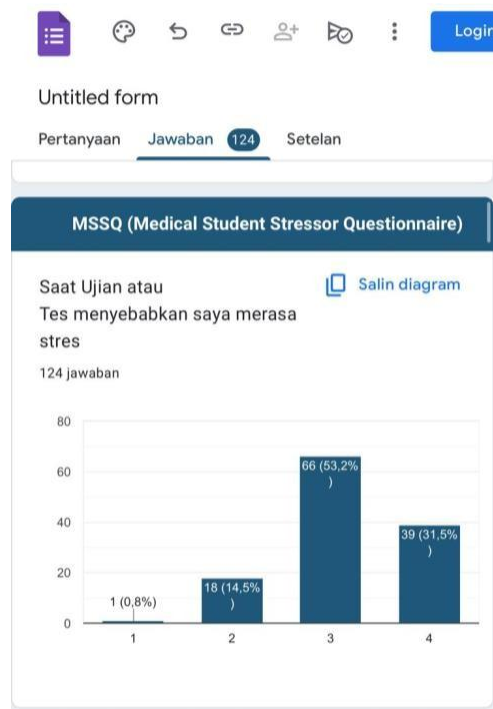
Untitled form

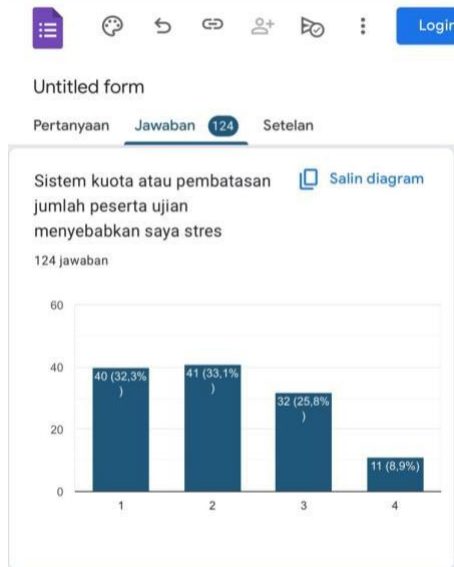
Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

IP Semester Lalu

124 jawaban

3,1
3,5
3
3.10
2.89
3.1
3,3
3.2
3,2







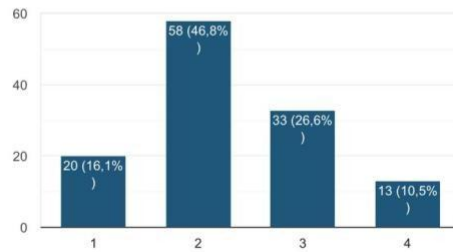
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Ketersediaan materi perkuliahan yang kurang baik membuat saya merasa stres

 Salin diagram

124 jawaban



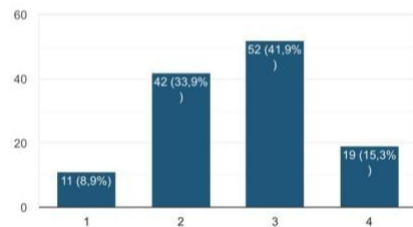
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Beban belajar yang berlebihan membuat saya merasa tertekan

 Salin diagram

124 jawaban



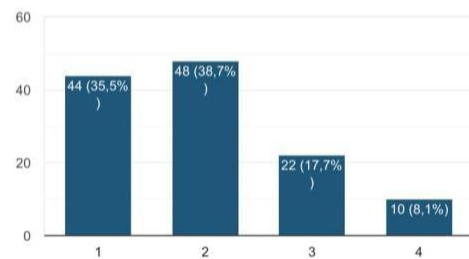
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Saya merasa tertekan akibat konflik dengan teman, rekan kerja, atau personel lain

 Salin diagram

124 jawaban



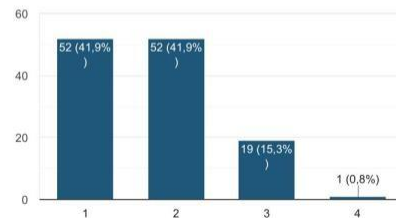
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Saya merasa tertekan saat melakukan diskusi di dalam kelas

 Salin diagram

124 jawaban







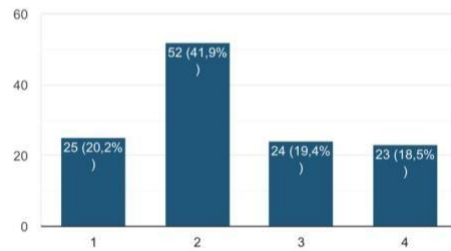
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Keraguan terhadap diri sendiri sering membuat saya tertekan

[Salin diagram](#)

124 jawaban



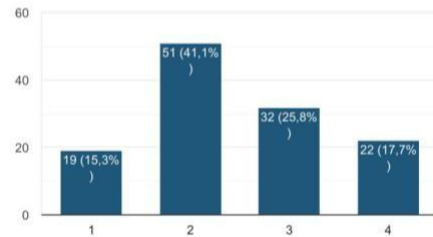
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Kurangnya latihan keterampilan klinik membuat saya merasa stres

[Salin diagram](#)

124 jawaban



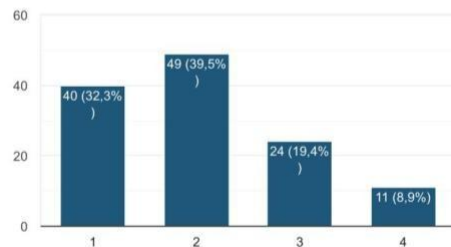
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Kurangnya waktu bersama keluarga menjadi penyebab stres bagi saya

[Salin diagram](#)

124 jawaban



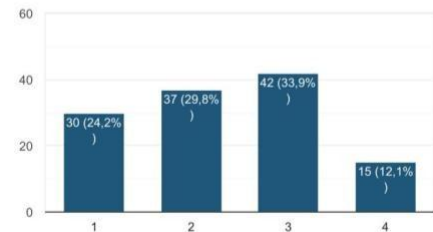
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Persaingan ketat dengan mahasiswa lain membuat saya merasa tertekan

[Salin diagram](#)

124 jawaban







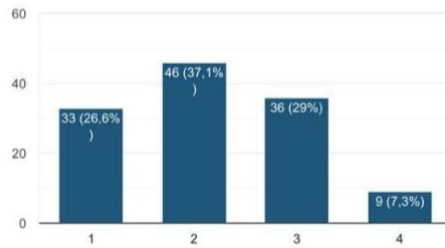
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Saya merasa tertekan saat menghadapi pasien dengan penyakit berat atau saat menghadapi kematian pasien

Salin diagram

124 jawaban



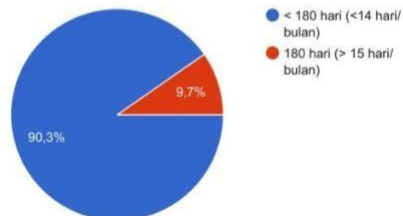
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Berapa hari sakit kepala timbul selama satu tahun lalu..... hari/ tahun

Salin diagram

124 jawaban



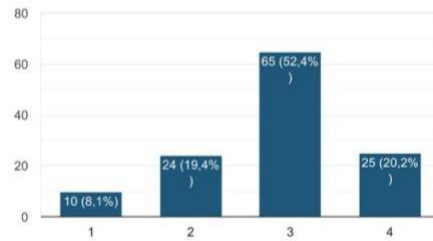
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Saya merasa stres saat mendapatkan nilai yang tidak memuaskan

Salin diagram

124 jawaban



Untitled form

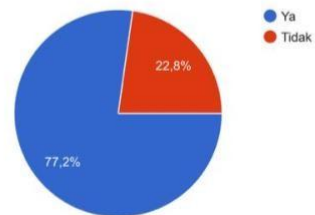
Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

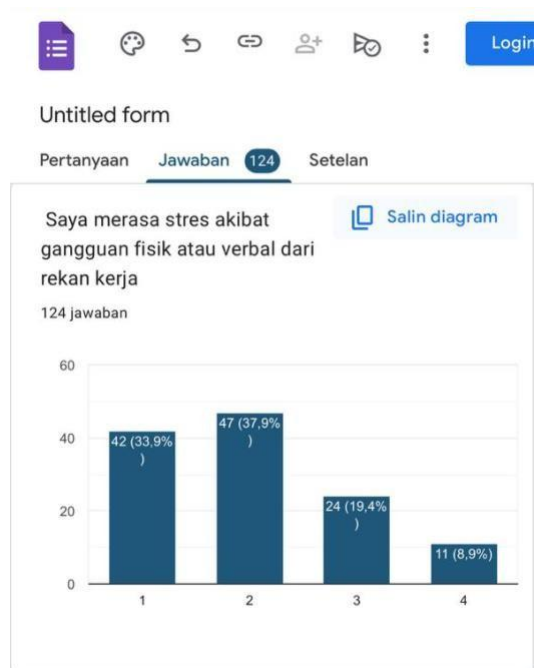
Pertanyaan menggunakan skala ukur Kuesioner Nyeri Visual Analogue Scale (VAS)

Apakah anda menderita sakit kepala satu minggu ini

Salin diagram

123 jawaban







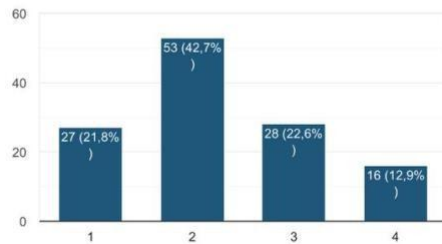
Untitled form

Pertanyaan Jawaban **124** Setelan

Saya merasa tertekan saat terjadi konflik dengan dosen

 Salin diagram

124 jawaban



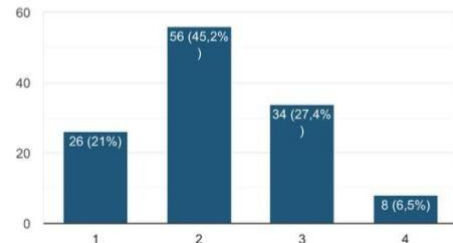
Untitled form

Pertanyaan Jawaban **124** Setelan

Saya merasa tertekan saat tidak bisa menjawab pertanyaan dari dosen

 Salin diagram

124 jawaban



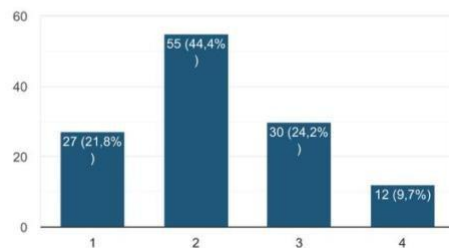
Untitled form

Pertanyaan Jawaban **124** Setelan

Saya merasa terganggu saat sering mendapatkan gangguan dari orang lain saat belajar atau bekerja

 Salin diagram

124 jawaban



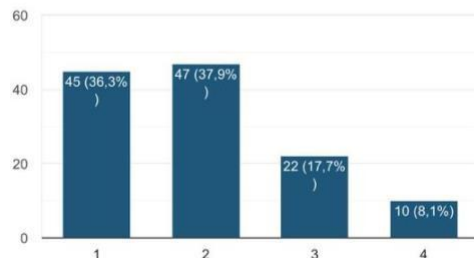
Untitled form

Pertanyaan Jawaban **124** Setelan

Saya merasa stres akibat gangguan fisik atau verbal dari dosen

 Salin diagram

124 jawaban





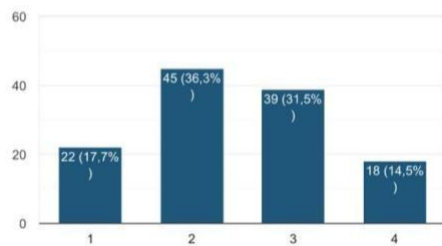
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Kurangnya waktu untuk meninjau kembali materi membuat saya merasa tertekan

Salin diagram

124 jawaban



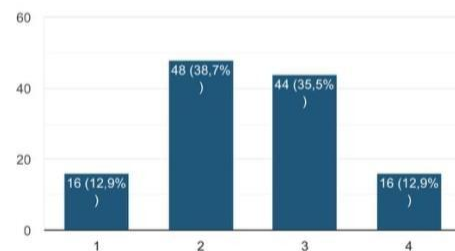
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Motivasi belajar yang menurun sering menjadi penyebab stres bagi saya

Salin diagram

124 jawaban



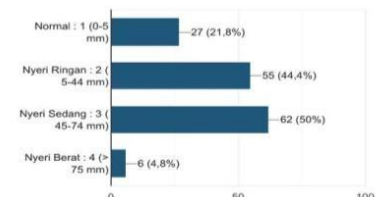
Untitled form

Pertanyaan Jawaban 124 Setelan

Sebutkan hasil interpretasi :

Salin diagram

124 jawaban



Terima kasih kepada mahasiswa/i yang telah meluangkan waktu dan atas partisipasi dalam mengisi kuesioner untuk keperluan penelitian skripsi saya. Harap diperiksa kembali jangan sampai ada yang terlewatkan. Informasi yang anda berikan sangat berharga dan akan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

2. Dokumentasi pengisian Google Form

