

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN KETANGGUHAN AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN
KEDUA DEPARTEMEN KEDOKTERAN UMUM FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Adzkia Ra'ida Salma
15010115130178

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Ketangguhan akademik (*academic hardiness*) adalah sebuah karakteristik kepribadian individu yang meliputi kemampuan untuk mengolah keadaan menekan dalam situasi akademik, memiliki kesungguhan dalam menjalani kegiatan akademik dengan tujuan meningkatkan kemajuan akademik yang positif, serta menganggap tekanan akademik sebagai tantangan dan bukan untuk dihindari. Ketangguhan akademik yang baik dapat diperoleh dari interaksi individu dengan teman sebaya, sehingga ia akan dapat mengatasi stres akademik dengan lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik pada mahasiswa tahun kedua Departemen Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tahun kedua yang berjumlah 240 orang. Sampel penelitian sejumlah 127 mahasiswa diperoleh dengan teknik *cluster random sampling*. Analisis Rank Spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik ($r_{xy}=0,305, p < 0,001$). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya pada individu, maka semakin tinggi pula ketangguhan akademik individu tersebut. Uji independent sample t-test menunjukkan bahwa mahasiswa dengan IPK lebih dari 3,5 memiliki ketangguhan akademik yang lebih tinggi.

Kata kunci: ketangguhan akademik, dukungan sosial, teman sebaya, mahasiswa kedokteran

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa yang hidup di masa ini merasakan stres dan depresi yang lebih besar dibandingkan mahasiswa di masa lampau (Pryor dkk dalam Santrock, 2012). Moore (dalam Suseno, Hartati, & Astuti, 2013) menyatakan bahwa sumber stres dari siswa bisa bermacam-macam. *Stressor* tersebut bisa berupa stres mengenai keuangan, beban tugas, ujian maupun masalah interaksi dengan teman sebaya. Salah satu bentuk dari stres adalah kesulitan akademis atau stres akedemis.

Mahasiswa Fakultas Kedokteran adalah mahasiswa dengan dinamika perkuliahan yang berbeda dari mahasiswa non-medis lainnya. Selain mengalami stress yang lebih tinggi disbanding mahasiswa Fakultas lain, mahasiswa kedokteran juga menghabiskan banyak waktunya di kampus bersama teman-temannya. Penelitian *cross-sectional* yang dilakukan oleh Jafri dkk. (2017) di beberapa perguruan tinggi di Karachi, Pakistan menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran lebih tinggi daripada mahasiswa non-medis lainnya. Mahasiswa kedokteran, keperawatan, gizi merasa kelelahan dan mengalami penurunan kualitas hidup ketika menerima berbagai mata kuliah (JdM & Rocha dalam Pereira dkk., 2013). Kondisi ini mengarah pada munculnya depresi, kecemasan dan stres dengan prevalensi yang tinggi (Dyrbye, Thomas, & Shanafelt, dalam Pereira dkk., 2013). Keadaan ini dipicu oleh berbagai faktor, diantaranya adalah banyaknya waktu dan konten dari kuliah mereka, kurangnya waktu untuk bersantai dan rileks, sulitnya menguasai topik pembelajaran baru, tuntutan yang tinggi, serta

berhubungan langsung dengan penyakit dan kematian (De Armond, dalam Pereira dkk., 2013).

Tingkat stres yang dialami mahasiswa kedokteran berbeda-beda. Penelitian yang dilakukan oleh Chang, Eddins-folensbee, dan Coverdale (2012) menyebutkan bahwa prevalensi dari *burnout*, depresi dan stres pada mahasiswa kedokteran tahun pertama, kedua dan ketiga di Baylor College of Medicine, Texas, Amerika Serikat lebih tinggi dibandingkan dengan berbagai kelompok mahasiswa kedokteran dari penelitian-penelitian sebelumnya. Tingkat stres ini disebabkan oleh sulitnya sumber informasi untuk membuat keputusan mengenai mata kuliah, kecemasan bahwa mereka tidak akan menguasai berbagai pengetahuan medis, serta kecemasan bahwa mereka tidak akan mampu melewati pelatihan dan praktik klinis yang panjang dan penuh dengan tanggung jawab (Chang dkk., 2012).

Penelitian yang dilakukan di Indonesia mengenai tingkat stres pada mahasiswa tiga tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang pernah dilakukan oleh Legiran, Azis, dan Bellinawati (2015). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa 50,8% mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga mengalami stres. Legiran dkk. (2015) menyatakan bahwa stres yang berlebihan pada mahasiswa akan membutuhkan perhatian karena dapat membawa dampak buruk pada prestasi dan performansi mahasiswa dalam bidang akademik. Oleh karena itu, mahasiswa Fakultas Kedokteran harus memiliki daya tahan yang kuat untuk menghadapi tantangan akademik, sehingga performansi akademik para mahasiswa tersebut akan menjadi lebih baik.

Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa Departemen Kedokteran Umum pada Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Studi pendahuluan berupa wawancara kepada tiga orang mahasiswa tahun pertama, kedua dan ketiga telah dilaksanakan. Studi

pendahuluan menghasilkan bahwa mahasiswa tahun kedua mengalami tingkat stress yang relatif lebih tinggi dibandingkan kedua angkatan lainnya. Mahasiswa tahun pertama Departemen Kedokteran Umum mengalami stres yang cukup tinggi dikarenakan mereka baru saja melakukan adaptasi, namun para mahasiswa tahun pertama belum dibebani dengan tuntutan organisasi. Studi pendahuluan yang dilakukan kepada salah satu mahasiswa angkatan ketiga menyatakan bahwa kegiatan akademiknya sudah berkurang jika dibandingkan dengan tahun pertama dan kedua karena mahasiswa tahun ketiga tidak lagi dibebani oleh praktikum.

Hasil studi pendahuluan dengan delapan mahasiswa tahun kedua menunjukkan bahwa kegiatan akademik juga dirasa membebani dirinya. Peneliti melakukan wawancara dengan hasil yaitu para subjek tahun kedua tersebut menyatakan bahwa ujian modul yang terus menerus membuat mereka stres dan kelelahan. Beban akademik yang harus ditanggung adalah target materi yang banyak, praktikum satu hingga tiga kali dalam seminggu, *pretest* praktikum dan responsi, sehingga mengakibatkan para mahasiswa ini harus belajar di malam sebelumnya. Berbeda dengan mahasiswa tahun pertama, mahasiswa tahun kedua juga mempunyai tanggungjawab lain selain tanggung jawab akademik. Tanggung jawab ini adalah tanggung jawab organisasi. Tanggung jawab yang banyak ini mengakibatkan terkadang membuatnya tidak memiliki waktu istirahat dan merasa kecapekan.

Dengan adanya kesulitan akademik tersebut, para mahasiswa tersebut mengalami stres. Beberapa subjek mengatakan bahwa mereka ingin berhenti. Untuk bangkit dari keterpurukan, mereka juga berusaha untuk meninjau kembali motivasi dan sisi positif dari kesulitan mereka. Para subjek ini mengaku masih merasa sulit untuk mengatur waktu.

Studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tahun kedua adalah mahasiswa yang memiliki kegiatan paling banyak diantara mahasiswa tahun pertama dan ketiga. Karena mahasiswa tahun kedua harus memenuhi tugas organisasi sekaligus menjalani praktikum yang prosesnya panjang. Sedangkan mahasiswa tahun pertama tidak mengikuti organisasi dan mahasiswa tahun ketiga tidak lagi menjalani praktikum. Hal tersebut sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan mahasiswa kedokteran tiga tahun pertama adalah mahasiswa kedokteran dengan tingkat stres paling tinggi (Chang dkk., 2012; Legiran dkk., 2015). Stresor yang dialami mahasiswa tahun kedua pun sejalan dengan penelitian sebelumnya yakni penurunan kualitas hidup akibat banyaknya kegiatan akademik sebagai mahasiswa kedokteran (Pereira dkk., 2013).

Segala tekanan dan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tahun kedua tersebut masih dibarengi dengan tingginya tuntutan belajar yang dimiliki setiap mahasiswa fakultas kedokteran (Talumewo, Pangemanan, & Marunduh, 2014). Artinya, mahasiswa kedokteran harus memiliki prestasi belajar yang baik, karena mahasiswa tersebut harus memenuhi setiap standar kelulusan yang ada di Perguruan Tinggi (Awalia, Hamidy, & Risma, 2014). Oleh karena itu, mahasiswa kedokteran harus mampu untuk mengatasi tekanan dan stres akademik yang dialami.

Tekanan dan stres akademik ini harus dihadapi bersamaan dengan adanya tugas perkembangan sebagai seorang remaja terutama yang harus mempersiapkan diri menuju tahap dewasa awal. Remaja memiliki tugas untuk membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya serta lawan jenis, menerima keadaan fisik, mempelajari peran gender, belajar untuk mandiri baik secara emosi maupun ekonomi, belajar mengenai nilai-nilai yang ada di masyarakat serta mempelajari kecakapan sosial (Hurlock, 2014).

Untuk menghadapi masa ini, penting bagi seorang individu untuk memiliki sebuah atribut psikologis yang dapat digunakan untuk menghadapi stres akademik, atribut ini adalah *academic hardiness* (ketangguhan akademik) (Benishek & Lopez, 2001). Ketangguhan akademik mengacu pada ketahanan seorang siswa terhadap kegagalan akademik, ciri-ciri siswa yang *hardy* (tangguh) secara akademik adalah menunjukkan kesediaan untuk terlibat dalam kegiatan akademik yang menantang, memiliki komitmen untuk berkegiatan akademik dan memiliki kontrol atas prestasi dan hasil akademik yang mereka raih (Maddi, Harvey, Khoshaba, Fazel, & Resurreccion, dalam Creed, Conlon, & Dhaliwal, 2013). Ketangguhan akademik adalah sebuah karakteristik kepribadian dalam individu yang meliputi kemampuan untuk mengolah keadaan menekan dalam situasi akademik, memiliki kesungguhan dalam menjalani kegiatan akademik dengan tujuan meningkatkan kemajuan akademik yang positif, serta menganggap tekanan akademik sebagai tantangan dan bukan untuk dihindari (Benishek & Lopez, 2001).

Penelitian Pinilih dan Sawitri (2018) mengenai hubungan antara kongruensi karir remaja-orangtua dan *academic hardiness* (ketangguhan akademik) pada mahasiswa Departemen Ilmu Keperawatan di Universitas Diponegoro menghasilkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kongruensi karir remaja-orangtua dengan *academic hardiness*. Artinya, sebuah keselarasan mengenai karir antara remaja dan orangtua merupakan salah satu atribut yang secara positif memiliki hubungan dengan *academic hardiness*.

Dalam penelitian lain, *academic hardiness* (ketangguhan akademik) memiliki hubungan positif dengan persepsi terhadap harga diri akademik, ketertarikan terhadap matematika, dan efikasi diri terhadap matematika (Benishek & Lopez, dalam Creed, Conlon, & Dhaliwal, 2013).

Hasil studi pendahuluan juga menghasilkan bahwa para mahasiswa kedokteran menghabiskan banyak waktu mereka dengan teman sebaya. Mereka memiliki kurikulum yang berbeda dari mahasiswa non-medis lainnya, sehingga mereka menghabiskan banyak waktunya di kampus bersama teman sebaya mereka. Mahasiswa kedokteran juga menghabiskan banyak waktu di kampus karena kewajiban non-akademik yaitu organisasi. Beberapa mahasiswa menyampaikan bahwa salah satu hal untuk mengurangi stress adalah dengan menceritakan permasalahan mereka kepada teman-teman yang dipercaya serta menghabiskan waktu bersama teman. Memiliki teman yang sudah cocok juga merupakan salah satu hal yang mengurangi stress bagi mereka. Salah satu subjek menyatakan bahwa caranya dalam menghadapi stress akademik dapat dilihat dari apa yang dilakukan oleh teman-temannya. Beberapa diantara mahasiswa tersebut mengaku bahwa mereka merasa minder ketika teman-teman di departemennya memiliki ambisi yang tinggi untuk meraih prestasi akademik. Mahasiswa tersebut merasa stres dan panik ketika melihat teman-temannya begitu berambisi. Beberapa mahasiswa juga menyatakan bahwa hubungan dengan teman-temannya tidak bisa memprediksi cara mereka dalam menghadapi stress akademik.

Perbedaan pendapat mengenai dapat atau tidaknya dukungan sosial teman sebaya dapat digunakan untuk memprediksi ketangguhan akademik pada mahasiswa kedokteran masih diperdebatkan oleh mahasiswa kedokteran itu sendiri. Perlu adanya kajian secara teoretis dan kajian mengenai penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor ketangguhan akademik dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa kedokteran yang menghabiskan banyak waktunya di kampus bersama teman sebayanya.

Secara teoretis, Kobasa (dalam Compton & Hoffman, 2012) menyatakan bahwa *hardiness* (ketangguhan) adalah kombinasi dari tiga faktor kognitif dalam menginterpretasi kejadian dalam hidup. Orang yang *hardy* (Tangguh) bukanlah korban dari perubahan yang menekan, namun justru secara aktif menentukan arah dari perubahan tersebut (Gentry & Ouellette-Kobasa, dalam Compton & Hoffman, 2012).

Myers dkk. (2009) menjelaskan bahwa *hardiness* (ketangguhan) dapat dipelajari melalui pengalaman hidup dan dapat diperoleh melalui interaksi dengan orang lain dan lingkungan. Kemudian, menurut teori Bronfrenbrenner, lingkungan dimana terjadinya interaksi langsung antara individu dengan agen-agen sosial dinamakan mikrosistem (Bronfrenbrenner dalam Santrock, 2012). Salah satu agen sosial yang ada dalam mikrosistem adalah teman sebaya (Santrock, 2012).

Pentingnya keterlibatan teman sebaya dalam menumbuhkan ketangguhan juga didukung oleh tugas perkembangan mahasiswa kedokteran yang notabene masuk kedalam tahap remaja dan dewasa awal. Tugas perkembangan remaja salah satunya adalah membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya serta lawan jenis (Hurlock, 2014). Sedangkan masa dewasa awal adalah masa ketika individu memasuki tahap keakraban versus keterkucilan, dimana pada masa ini individu harus membangun relasi yang akrab dengan orang lain (Santrock, 2012). Selain itu, menurut Sanderson (2013) mahasiswa perguruan tinggi membutuhkan dukungan emosional untuk menghadapi stres yang ada di hidupnya.

Demi melihat tingginya ketangguhan akademik pada individu, maka diperlukan dukungan sosial teman sebaya untuk memprediksinya. Dukungan sosial didefinisikan sebagai dukungan atau bantuan yang diberikan dari orang lain sehingga seorang individu akan merasa dicintai, dirawat, dan dihargai, serta dianggap bagian dari sebuah kelompok

dan merupakan tanggungjawab bersama. Dukungan sosial dapat berasal dari orang tua, pasangan, kerabat lain, teman, komunitas sosial dan masyarakat (seperti gereja atau klub), atau bahkan hewan peliharaan yang setia (Taylor, 2015).

Secara teori, dukungan sosial dapat memprediksi ketangguhan akademik pada individu. Namun dari penelitian-penelitian yang telah dilaksanakan, tidak semua penelitian dapat membuktikan bahwa dukungan sosial dapat memprediksi tingginya ketahanan seorang individu dalam dunia akademik. Dalam penelitian Sivandani, Ebrahimi, dan Vahidi (2013) menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak bisa memprediksi pencapaian akademik individu.

Sedangkan dalam penelitian lain mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik menunjukkan adanya hubungan antara dua variabel tersebut (Sari & Indrawati, 2016). Hal tersebut berarti bahwa dukungan sosial teman sebaya yang positif akan menghasilkan individu yang baik dalam bertahan terhadap kondisi yang sulit, bangkit lagi dari keterpurukan, mengatasi kesulitannya, serta beradaptasi terhadap tuntutan serta kesulitan dalam bidang akademik.

Dukungan sosial juga telah diteliti dengan berbagai variabel psikologis lain. Penelitian mengenai dukungan sosial teman sebaya dengan distres pada mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif secara signifikan (Pramesuti & Dewi, 2014). Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah distres yang ada diantara para mahasiswa tersebut.

Dukungan sosial teman sebaya juga berhubungan positif dengan penyesuaian diri (Rufaida & Kustanti, 2017). Hal ini berarti bahwa seorang yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik maka akan menghasilkan penyesuaian diri yang baik pula.

Individu yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik akan memiliki kemampuan menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berganti dengan baik. Dukungan sosial teman sebaya juga memiliki hubungan positif dengan efikasi diri wirausaha pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro (Sinaga & Kustanti, 2017).

Belum ada penelitian yang benar-benar menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat memprediksi ketangguhan akademik pada individu, terutama pada mahasiswa kedokteran. Padahal, dari studi pendahuluan pada subjek penelitian, diketahui bahwa mahasiswa tahun kedua Departemen Kedokteran Umum menghabiskan banyak waktu dikampus. Mahasiswa kedokteran juga merasakan stres dan disibukkan dengan kegiatan akademik sekaligus organisasi. Penelitian mengenai ketangguhan akademik dengan subjek mahasiswa kedokteran juga belum pernah dilakukan, penelitian mengenai ketangguhan akademik (*academic hardiness*) baru pernah dilakukan dengan subjek mahasiswa keperawatan (Pinilih & Sawitri, 2018). Perlu adanya bukti empiris untuk membuktikan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik.

Uraian di atas mengindikasikan dukungan sosial teman sebaya dapat digunakan sebagai prediktor untuk melihat ketangguhan akademik. Dalam penelitian ini, sampel penelitian yang digunakan adalah mahasiswa tahun kedua Departemen Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Subjek penelitian ini lebih banyak menghabiskan waktunya di kampus bersama teman-temannya. Penelitian yang membuktikan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut penting untuk dilakukan. Dengan adanya hasil penelitian ini, maka ketangguhan akademik dapat diprediksi tidak hanya melalui individu tersebut saja, tapi melalui dukungan sosial yang berasal dari

teman sebaya. Melalui penelitian ini, maka diharapkan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan ketangguhan akademik akan dapat terukur dengan baik.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik pada mahasiswa tahun kedua Departemen Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik pada mahasiswa tahun kedua Departemen Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis dari penelitian ini adalah diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan sumbangan baik untuk memperkaya studi ilmiah yang ada dalam bidang keilmuan psikologi, terutama dalam psikologi pendidikan dan klinis, mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan akademik.

2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan pihak-pihak yang terkait mendapatkan informasi mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan ketangguhan

akademik. Pihak Departemen Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dapat memanfaatkan informasi dari penelitian ini untuk memprediksi ketangguhan akademik menggunakan dukungan sosial pada mahasiswa mereka.