

Artikel Penelitian

SOSIAL SUPPORT DAN PSYCHOLOGICAL DISTRESS MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PATTIMURA DI MASA PENERAPAN NEW NORMAL

Johan B. Bension¹, Alessandra F. Saija¹, Amanda Manuputty¹, Rachmawati Dwi Agustin¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura

Corresponding author e-mail: alessandrasaija30@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Pandemi COVID-19 menyebabkan perubahan yang menimbulkan kekhawatiran. Tanggungjawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang dialami oleh mahasiswa. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimura di masa penerapan new normal. **Metode :** Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan alat ukur *socialsupport* sebanyak 10 pertanyaan dan *psychologicaldistress* sebanyak 12 pertanyaan. Partisipan dalam penelitian ini adalah 610 mahasiswa yang masih terdaftar aktif di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura (FK UNPATTI). Teknik statistik yang digunakan adalah total sampling, dimana semua populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. **Hasil :** Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa fakultas kedokteran di masa penerapan new normal dengannilai $F_{hitung} = 165.292$ ($p < 0.05$). **Kesimpulan :** Penelitian ini menunjukkan bahwa dalam menghadapi perkuliahan mahasiswa membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekatnya, agar tercapai prestasi yang baik.

Kata kunci : *social support, psychological distress, mahasiswa kedokteran, new normal*

Abstract

Background : The COVID-19 pandemic is causing changes. The responsibilities and demands of academic life on students can be part of the stress experienced by students. **Aims :** This study aims to examine the effect of social support on psychological distress for students of the Faculty of Medicine, Pattimura University in Massa, the application of the new normal. **Method :** The study used a quatitative approach with 10 questions social support and 12 questions for psychological distress. Participants in this study were 610 students who are still actively enrolled in the medical faculty. The statiscal technique used is total sampling, where all population are used as research samples. **Result :** The result of the analysis show that there is an effect of social support on the psychological distress of medical faculty students during the application of the new normal with a value of $F_{count} = 165,292$ ($p < 0.05$). **Conclusion :** This shows that in dealing with student recovery, students need support from those closest to them, in order to achieve good achievements.

Keywords: *social support, psychological distress, medical students, new normal*

Pendahuluan

Pandemi COVID-19 menjadi masalah di seluruh dunia sehingga bisa menyebabkan kekhawatiran, ketakutan bahkan stres yang merupakan reaksi alamiah dan pada diri

individu. Virus COVID-19 ini dengan sangat cepat dan telah menyebar ke hampir semua negara, termasuk Indonesia, hanya dalam waktu beberapa bulan. Hal tersebut membuat beberapa negara menerapkan kebijakan untuk

memberlakukan *lockdown* dalam rangka mencegah penyebaran virus Corona. Di Indonesia sendiri, diberlakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) atau Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) untuk menekan penyebaran virus ini.^{1,2}

Berdasarkan surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 yang berisi mengenai "Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19" yang berisi bahwa peserta didik melakukan pembelajaran dari rumah dalam rangka pemenuhan hak peserta didik mendapatkan pendidikan yang layak selama masa pandemik COVID-19, dengan menyatakan bahwa tahun ajaran baru tidak harus melalui tatap muka dan menggunakan pembelajaran jarak jauh (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020)³ hal ini dilakukan sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran COVID-19. Pembelajaran secara *daring* diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah dan kampus untuk mengantisipasi penyebaran virus.⁴ Namun, ada beragam implementasi yang dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk menghadapi iklim digital. Pada masa ini juga banyak siswa maupun mahasiswa yang mengalami kecemasan dan stress, selama proses pembelajaran online.

Banyak mahasiswa yang mengalami kebingungan menghadapi metode pembelajaran

online disertai dengan banyaknya tugas sehingga menyebabkan semakin meluas terjadinya kecemasan terlebih lagi di masa pandemi COVID-19. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Livana dkk⁴ yang menunjukkan bahwa tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab stress mahasiswa selama pandemi. Cao *et al*⁵ dalam hasil penelitiannya juga menunjukkan bahwa (0,9%) mahasiswa mengalami ansietas berat, (2,7%) mengalami ansietas sedang, dan (21,3%) mengalami ansietas ringan. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan dalam menghadapi pandemi COVID-19 sangat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan. Kecemasan dapat mengganggu proses belajar, menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat seseorang, dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain. Apabila, kecemasan terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan stress yang mengganggu aktivitas sehari-hari.

Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stress yang dialami oleh mahasiswa. Stress sendiri merupakan suatu reaksi atau respon psikologis manusia, saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap stress bahkan sebelum manusia itu lahir. Stress yang dialami oleh mahasiswa merupakan bagian dari stress akademik yang merupakan tekanan mental dan

emosional atau tension yang terjadi akibat tuntutan kehidupan dalam proses perkuliahan di kampus.^{6,7}

Selain itu, El-Zoghby *et al*⁸ dalam penelitiannya yang berjudul “*Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Social Support among Adult Egyptians*” yang dilakukan di Negara Mesir terhadap 510 responden didapatkan hasil sebanyak 211 responden (41,4%) mengalami dampak yang berat, 174 responden (34,1%) mengalami stress karena pekerjaan, 284 responden (55,7%) stress karena keuangan, 320 responden (62,7%) stress karena dirumah, 275 responden (53,9%) mengalami ketakutan, 265 responden (52%) perasaan tidak berdaya dan 338 responden (66,3%) merasa khawatir. Dengan demikian, untuk mengatasi berbagai masalah yang terjadi sangat, dibutuhkan dukungan social dari orang-orang terdekat seperti teman, sahabat, keluarga maupun orang dianggap dekat dengan individu.

Hasil diskusi penulis dengan mahasiswa diketahui bahwa mahasiswa mengalami kendala selama proses kuliah online, diantaranya tugas kuliah yang lebih banyak dibandingkan kuliah tatap muka, baik yang sifatnya individu maupun kelompok. Jaringan internet yang kadang tidak stabil sehingga membuat mahasiswa sering merasa cemas dan stress, karena tidak bisa mengikuti kuliah secara maksimal. Selanjutnya, ada yang mengalami gangguan tidur akibat stress memikirkan masalah pandemic maupun proses perkuliahan secara online. Gangguan tidur ini

bisa disebabkan juga karena aktivitas fisik berkurang dimana WFH menuntut mahasiswa dalam kondisi pergerakan fisik yang sedikit sedangkan di lain sisi, mata hanya tertuju pada layar computer atau telepon genggam. Mahasiswa juga mengeluhkan bahwa, pandemi membuat mereka tidak bisa bertemu dengan teman-teman maupun orang yang terdekat, karena semua kegiatan harus dilakukan di rumah.

Adapun tujuan dari dilakukan penelitian untuk mengetahui gambaran *social support* mahasiswa laki-laki dan perempuan, mengetahui gambaran *psychological distress* laki-laki dan perempuan, dan mengetahui apakah terdapat pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimuradi masa penerapan new normal.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan dua variabel yaitu *social support* dan *psychological distress*. Teknik *total sampling*, dimana semua populasi dijadikan sebagai sampel penelitian, sehingga didapatkan jumlah sampel untuk penelitian sebanyak 610 responden.

Hasil

Gambaran *Social Support* Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan Fakultas Kedokteran di Masa Penerapan New Normal

Tabel 1. Gambaran *Social Support* Pada Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan

Jenis Kelamin	Total	F	%	Kategori
Laki-laki	157	51	33%	Tinggi
Perempuan	453	174	38%	Tinggi

Gambaran *social support* pada Tabel 1, menunjukkan dari total 157 mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran diperoleh rata-rata (51 mahasiswa laki-laki) memiliki *social support* yang tinggi dengan persentase 33%. Begitu juga dari total 453 mahasiswa perempuan Fakultas Kedokteran, diperoleh rata-rata (174 mahasiswa) memiliki *social support* yang tinggi dengan persentase 38%.

Gambaran *Psychological Distress* Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan Fakultas Kedokteran di Masa Penerapan New Normal

Tabel 2. Gambaran *Psychological Distress* Pada Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan

Jenis Kelamin	Total	F	%	Kategori
Laki-laki	157	59	38%	Rendah
Perempuan	453	171	38%	Rendah

Gambaran *psychological distress* pada Tabel 4, menunjukkan dari total 157 mahasiswa laki-laki fakultas kedokteran diperoleh rata-rata (59 mahasiswa laki-laki) memiliki *psychological*

distress yang rendah dengan persentase 38%. Begitu juga dari total 453 mahasiswa perempuan fakultas kedokteran, diperoleh rata-rata (171 mahasiswa) memiliki *psychological distress* yang rendah dengan persentase 38%.

Pengaruh *Social Support* Terhadap *Psychological Distress*

Tabel 3. Uji Pengaruh *Social Support* Terhadap *Psychological Distress*

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	9287.215	1	9287.215	165.292	.000 ^a
Residual	34161.507	608	56.187		
Total	43448.721	609			

Hasil pengujian hipotesis pada Tabel 3 menunjukkan bahwa ada pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa Fakultas Kedokteran di masa penerapan new normal dengan nilai $F_{hitung} = 165.292$ ($p < 0.05$).

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis statistik ditemukan bahwa mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran memiliki *social support* yang tinggi dengan persentase 33%, begitupun *social support* yang dimiliki oleh perempuan 38% yang berarti bahwa *social support* yang dimiliki pada laki-laki maupun perempuan sangat baik. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Zimet *et al*⁹ yang menyatakan bahwa *social support akan tinggi bila mendapat dukungan dari orang-orang terdekat individu yang meliputi dukungan keluarga, dukungan*

pertemanan dan dukungan dari orang-orang yang berarti bagi individu.

Selain itu, Penelitian yang dilakukan oleh Mariani *et al*¹⁰ terhadap penduduk Italia yang melakukan karantina di awal pandemi COVID-19 menyatakan bahwa dukungan sosial khususnya dukungan keluarga terkait dengan lebih sedikit kecemasan dan depresi selama pandemi COVID-19. Dukungan keluarga menjadi penting karena di Italia orang telah dipaksa untuk tinggal di rumah selama beberapabulan, sehingga lebih sering menghabiskan banyak waktu dengan anggota keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological distress* pada mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran berada pada katagori rendah dengan persentase 38%. Begitu juga *psychological distress* yang dimiliki oleh mahasiswa perempuan dengan persentase 38%. Hal ini berarti bahwa pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan mudah menghadapi stress bila mengalami kecemasan dalam proses perkuliahan dengan kata lain, mahasiwa masih belum mampu mengelola stress bila berhadapan dengan tantangan. Hal ini sejalan dengan dikemukakan oleh Ridner¹¹ yang menyatakan bahwa *psychological distres* adalah penderitaan emosional yang dialami seseorang secara tidak menyenangkan dalam menghadapi suatu stressor tertentu baik sementara ataupun permanen.

Hasil Penelitian ,menunjukkan baw aada pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa Fakultas Kedokteran di masa

penerapan *new normal* dengannilai $F_{hitung} = 165.292$ ($p < 0.05$). Hal ini berarti bahwa bahwa apabila dukungan *social support* sangat berpengaruh untuk menurunkan *psychological distress* yang dialami oleh individu selama masa pandemi COVID-19.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penulis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki *social support* yang tinggi baik pada mahasiswa laki-laki (33%) dan perempuan (38%)
2. Mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki *psychological distress* yang rendah. Dimana mahasiswa laki-laki (38%) dan mahasiswa perempuan (38%).
3. Terdapat pengaruh *social support* terhadap *psychological distress* mahasiswa Fakultas Kedokteran di masa penerapan *new normal* dengan nilai $p < 0.05$.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. 2020. Info Corona virus 2020. Jakarta: Kemenkes RI. Tanggal 19 Maret 2021 diakses pada laman <https://covid19.kemkes.go.id/category/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/#.X7Nta3AzbiU>.
2. World Health Organization W. Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it [Internet]. Tanggal 19 Maret 2021 diakses pada laman: <https://www.who.int/emergencies/diseas>

- es/novelcoronavirus2019/technicalguidance/naming-the-coronavirus-disease-(covid-2019)-and-thevirus-thatcauses-it
3. Charismiadji, Indra. 2020. Mengelola Pembelajaran Daring yang Efektif.
 4. Diunduh dari <http://smpn3depoksleman.sch.id/mengelola-pembelajaran-daring-yang-efektif/>
 5. Livana, Hasanah, dkk. 2020. Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran
 6. Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. 2020. The psychological impact of the Covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 112934
 7. Bingku, T.A., Bidjuni, H., dan Wowiling, F. 2014. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Reguler Dengan Mahasiswa Ekstensi Dalam Proses Belajar Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Unsrat Manado. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) Universitas Sam Ratulangi Manado, Manado.
 8. Simbolon, I. 2015. Gejala Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung. *Jurnal Skolastik Keperawatan*. Vol. 1 No. 1. Januari-Juni 2015.
 9. Ridner, S. H. 2004. Psychological Distress: concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 536-545. Matthews, G. 2000. Distress. Fink (ed) in *encyclopedia of stress*. Volume 1 (A-D) New York: Academic Press.
 10. Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G., Farley, G.K. 1988. The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*., 52 (1), 30-41
 11. Mariani, R., Renzi, A., Di Trani, M., Trabucchi, G., Danskin, K., & Tambelli, R. (2020). The Impact of Coping Strategies and Perceived Family Support on Depressive and Anxious Symptomatology During the Coronavirus Pandemic (COVI-19) Lockdown. *Frontiers in Psychiatry*, 11(November), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.58772>
 12. Ridner, S. H. 2004. Psychological Distress: concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 536-545