

HUBUNGAN *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK PADA DOKTER MUDA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS RIAU

Saphira Adriyan Putri
Zulharman
Firdaus
saphiraadriyan@ymail.com

ABSTRACT

Each individual must have experienced stress including clerkship. Therefore, the individual must have the ability to manage stress. The stress level on each individual is influenced by many factors, one of the factors is adversity quotient. The high adversity quotient is able to help somebody to manage and deal with the stress. The purpose of this study was to determine the relationship between adversity quotient and academic stress level in clerkship of Riau University. Cross-sectional analytic correlative study designed to 145 medical students who selected by minimal sample which will be divided every station with proportional random sample. Collecting data used adversity quotient questionnaire based on the theory of Paul G Stoltz and Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) using an online questionnaire (google docs). Data was analyzed bivariate by Spearman correlation. The result of this study was moderate negative correlation between adversity quotient and academic stress level in clerkship of Riau University with $r = -0,558$, $r\text{ square} = 0,311$ and $p\text{ value} = 0,000$.

Keywords: *academic stress level, adversity quotient, clerkship*

PENDAHULUAN

Setiap individu pasti pernah mengalami stres. Stres merupakan bagian normal dari kehidupan sehari-hari. Stres dibutuhkan seseorang sebagai motivasi untuk aktif tetapi di sisi lain stress bias menimbulkan perasaan tidak nyaman jika seseorang tidak mampu mengelolanya dan

disinilah dibutuhkan kemampuan untuk mengelola stres (*stress management*).^{1,2}

Respon dalam mengelola stres oleh masing-masing individu berbeda-beda tergantung faktor pencetusnya. Hal ini juga dialami oleh mahasiswa kedokteran. Penyebab tingginya tingkat stress

akademik pada mahasiswa kedokteran dikategorikan menjadi stressor terkait proses pembelajaran, stressor terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, stressor terkait hubungan belajar mengajar, stressor terkait hubungan sosial, stressor terkait keinginan dan pengendalian, serta stressor terkait aktivitas kelompok.³⁻⁶

Stresor mahasiswa adalah keterbatasan masa studi sedangkan dokter muda adalah tugas dan tanggung jawab yang berat.⁵ Perbedaan tingkat stres pada masing-masing individu dengan stressor yang sama dipengaruhi oleh banyak hal, seperti cara *coping stress*, ketahanan psikologi, kecerdasan emosional, *self efficacy*, dukungan sosial dan *Adversity Quotient*.^{6,7,8}

Adversity quotient merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi kesulitan tersebut, serta mampu melampaui harapan-harapan atas kinerja dan potensinya.^{4,6,9,10} Tingkat *adversity quotient* individu dinilai berdasarkan aspek-aspek *adversity quotient* yang terdiri dari *control* (kemampuan individu dalam mempengaruhi dan mengendalikan kesulitan), *origin-ownership* (kemampuan individu dalam mengetahui penyebab dan tanggung jawabnya terhadap suatu kesulitan), *reach* (kemampuan individu dalam membatasi suatu permasalahan agar tidak berdampak terhadap bidang kehidupan yang lain), dan *endurance* (kemampuan individu untuk bertahan dan berhubungan dengan persepsi individu tentang berapa lama kesulitan akan berlangsung).^{4,11,12,13}

Suatu peristiwa stres dengan tingkat yang berbeda-beda merupakan respon individu terhadap kesulitan-

kesulitan yang di hadapinya. Sebagian individu menjadi putus asa, tetapi sebagian lain merasa bersemangat oleh tantangan yang ditimbulkan peristiwa tersebut. Hal ini selaras dengan konsep *adversity quotient*, sehingga *adversity quotient* berpengaruh terhadap tingkat stres seseorang.^{4,6,14}

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau terkait pengaruh dan pentingnya *Adversity Quotient* dalam menghadapi stres.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan peneliti analitik korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2015. Sampel berjumlah 145 orang dengan teknik pengambilan minimal sampel yang akan dibagi setiap stase menggunakan teknik *proportional random sample*.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden penelitian

Gambaran umum responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan stase

Stase	Responden	Frekuensi	Persentasi (%)
Ilmu Penyakit Dalam		18	12,4
Bedah		17	11,7
Ilmu Kesehatan Anak		19	13,1
Obstetri dan Ginekologi		16	11,0
Radiologi		6	4,1
Kulit dan Kelamin		6	4,1

Mata	7	4,8
Saraf	7	4,8
THT	7	4,8
Kardiologi /	9	6,3
Respirasi		
Psikiatri	7	4,8
Anastesi	7	4,8
Forensik	9	6,3
IKM-KK	10	7,0
Total	145	100

Berdasarkan tabel 4.1, responden dalam penelitian ini yang berada di stase ilmu penyakit dalam berjumlah 18 orang (12,4%), bedah berjumlah 17 orang (11,7%), ilmu kesehatan anak berjumlah 19 orang (13,1%), obstetri dan ginekologi berjumlah 16 orang (11%), radiologi dan kulit kelamin berjumlah 6 orang (4,1%), mata, saraf, THT, anastesi dan psikiatri berjumlah 7 orang (4,8%), kardiologi/ respirasi dan forensik berjumlah 9 orang (6,3%), dan IKM-KK berjumlah 10 orang (7,0%).

2. Gambaran *Adversity Quotient* dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi *adversity quotient*

Kriteria	Skor	Frek	(%)
Rendah	< 56,88	19	13,1
Sedang	56,88 - 72,88	103	71,0
Tinggi	> 72,88	23	15,9
Total		145	100

Berdasarkan tabel 4.2, *adversity quotient* dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau tergolong tinggi berjumlah 23 orang (15,9%), *adversity quotient* sedang berjumlah 103 orang (71,0%) dan *adversity quotient* rendah berjumlah 19 orang (13,1%).

3. Gambaran tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi tingkat stress akademik

Kriteria	Skor	Frekuensi	Persentasi (%)
Ringan	27 – 52	5	3,4
Sedang	53 – 78	98	67,6
Berat	79 - 104	42	29,6
Total		145	100

Berdasarkan tabel 4.5, tingkat stres akademik dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau tergolong berat berjumlah 42 orang (29,6%), tingkat stres akademik sedang berjumlah 98 orang (67,6%) dan tingkat stres akademik ringan berjumlah 5 orang (3,4%).

4. Hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Untuk mengetahui hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau digunakan uji hipotesis korelasi *Spearman*. Hasil uji hipotesis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut: Tabel 4.7 Uji hipotesis hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik dokter muda

Variabel	<i>r</i>	<i>r</i> <i>squar</i> <i>e</i>	<i>p</i>	Arahkorelas i
<i>Adversity Quotient</i> dengan tingkat stres	- 0,558	0,311	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.7, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik dengan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,000$, $r = -0,558$, $r^2 = 0,311$). *Adversity quotient* berpengaruh 31% terhadap tingkat stress akademik. Semakin tinggi *adversity quotient* seorang individu maka semakin rendah tingkat stress akademik individu tersebut.

PEMBAHASAN

5.1 Gambaran *adversity quotient* dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 145 orang dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau, didapatkan *adversity quotient* dokter muda yang tergolong *adversity quotient* tinggi berjumlah 23 orang (15,9%), *adversity quotient* sedang berjumlah 103 orang (71,0%), *adversity quotient* rendah berjumlah 19 orang (13,1%). Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat *adversity quotient*, yang mana salah satunya adalah kemampuan dalam pengembangan dan penerapan individu terhadap *adversity quotient*, yaitu dalam cara individu tersebut merespon setiap kesulitan yang ada, mengetahui dan menganalisis kesulitan yang sedang dihadapinya serta kemampuan dalam mengatasi setiap kesulitan tersebut.¹²

Dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau sebagian besar memiliki tingkat *adversity quotient* tergolong sedang, yaitu berjumlah 103 orang (71,0%) yang mana tersebar di setiap stase.

Berdasarkan teori *adversity quotient* yang dikembangkan oleh Paul G Stoltz, dokter muda yang memiliki tingkat *adversity quotient* sedang disebut dengan istilah *Campers*. Sebagian dokter muda memiliki kemampuan cukup baik dalam menghadapi kesulitan. Mereka memiliki kemampuan yang terbatas terutama dalam perubahan yang besar yang menuntut mereka beradaptasi sehingga mereka berhenti berusaha ketika kesulitan tersebut dirasa mengancam.¹²

Dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang memiliki *adversity quotient* tergolong tinggi atau dikenal dengan istilah *Climbers* berjumlah 23 orang (15,9%). *Climbers* merupakan dokter muda yang menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk terus maju mengembangkan potensi yang ada.¹²

Dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang memiliki *adversity quotient* tergolong rendah atau dikenal dengan istilah *Quitters* berjumlah 19 orang (13,1%). *Quitters* mengindikasikan dokter muda yang memiliki kemampuan rendah dalam menghadapi kesulitan dan mereka menghindari tanggung jawab, putus asa dan berhenti berusaha dalam menghadapi kesulitan, mereka juga cenderung menolak kesempatan yang di sertai tantangan sebagai peluang.¹²

Perbedaan tingkat *adversity quotient* pada masing-masing dokter muda dipengaruhi oleh banyak hal. Penelitian yang dilakukan oleh Pangma, Tayraukham dan Nuangchalerm diketahui faktor yang paling mempengaruhi *adversity quotient* seseorang adalah kekuasaan, kebebasan, harga diri, antusiasme, percaya diri dan motivasi.¹⁵

Adversity quotient mempengaruhi kemampuan akademik mahasiswa. Hal ini didukung oleh penelitian Huijuan yang menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan akademik mahasiswa adalah *adversity quotient*.¹⁶ Oleh karena hal tersebut, fakultas kedokteran diharapkan dapat membantu mahasiswa dan dokter muda dalam meningkatkan *adversity quotient* yang dimilikinya.

5.2 Gambaran tingkat stres akademik dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 145 dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau, menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire*, mahasiswa paling banyak memiliki tingkat stres sedang berjumlah 98 orang (67,6%) yang tersebar di setiap stasenya, stres berat 42 orang (29,0%), ringan berjumlah 5 orang (3,4%) dan tidak ada yang mengalami stres sangat berat. Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat stress seseorang, diantaranya *self efficacy*, cara *coping stress*, ketahanan psikologi, kecerdasan emosional dan *adversity quotient*.^{7,8,12}

Dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau sebagian besar memiliki tingkat stres akademik sedang berjumlah 98 orang (67,6%). Artinya, sebagian besar dokter muda memiliki stres yang cukup mengganggu, tetapi stres tersebut dapat dikelola dengan baik. Dokter muda yang memiliki tingkat stres berat memiliki stres yang mengganggu kestabilan emosi dan berakibat terganggunya kegiatan sehari-hari, yaitu berjumlah 42 orang (29,6%).

Dokter muda yang memiliki tingkat stres ringan mengindikasikan stres yang ada tidak menyebabkan stres, yaitu berjumlah 5 orang (3,4%).³

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Amerika Serikat dan Eropa didapatkan hasil bahwa sepertiga mahasiswa kedokteran memiliki kesehatan mental yang buruk dan meningkat pada mahasiswa tingkat lanjutan sebesar 25%-52%.¹⁷ Penelitian terhadap 315 mahasiswa kedokteran di Hochiminh City, Vietnam, didapatkan hasil 39,6% mahasiswa mengalami depresi yang terbanyak bersumber dari masalah intrapersonal, akademik dan lingkungan. Dari penelitian tersebut juga diketahui bahwa salah satu faktor yang mengurangi tingkat stres mahasiswa adalah tinggal bersama keluarga dan mendapat motivasi dari orang terdekat.¹⁸

Tingginya tingkat stres pada mahasiswa kedokteran berdampak terhadap kemampuan akademik mahasiswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sohail pada mahasiswa tahun pertama Allama Iqbal Medical College dan diketahui bahwa mahasiswa umumnya mengalami stres derajat sedang (71,67%) dengan nilai $r = -0,583$ yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres mahasiswa semakin rendah nilai akademik mahasiswa tersebut.¹⁹ Begitu pula dengan dokter muda yang memiliki tingkat stres lebih berat karena memiliki stressor dalam hal tugas dan tanggung jawab.⁵

Pengaruh yang dirasakan dokter muda bukan hanya dalam hal kemampuan akademik, tingginya tingkat stres pada dokter muda juga berdampak terhadap kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungan,

sementara kemampuan yang dibutuhkan oleh seorang dokter profesional adalah pengetahuan, *skill* dan keterampilan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Untuk itu, dibutuhkan kemampuan yang baik dalam manajemen stres. Oleh karena pengaruh tersebut, fakultas diharapkan untuk memberikan pelatihan dan diskusi mengenai permasalahan yang dirasakan dokter muda yang mana dapat membantu dokter muda untuk menciptakan lingkungan belajar yang nyaman sehingga nantinya dokter muda dapat mengembangkan potensi secara baik dan maksimal.

5.3 Hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan tabel 4.7, diketahui bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi berlawanan. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$), nilai $r = -0,558$ dan $r^2 = 0,311$. Semakin tinggi *adversity quotient* seseorang maka semakin rendah tingkat stres orang tersebut. *adversity quotient* berpengaruh 31,1% terhadap tingkat stres. Tingkat stres pada masing – masing individu dengan stressor yang sama di pengaruhi oleh banyak hal, salah satunya adalah *adversity quotient*.^{6,7,8}

Dalam mengelola dan mengembangkan *adversity quotient* pada dasarnya tergantung dari bagaimana seseorang tersebut merespon dengan tepat kesulitan dan hambatan yang sedang dihadapinya.

Individu yang merespon kesulitan lebih optimis, tidak ragu – ragu dalam mengambil keputusan dan bertindak konstruktif, sedangkan individu yang pesimis akan bersikap lebih berhati hati dan ragu serta bertindak destruktif, sehingga mereka kehilangan kesempatan.

Adversity quotient dapat ditingkatkan dengan beberapa langkah yang akan membantu individu dalam menciptakan perbaikan-perbaikan serta cara individu untuk merespon kesulitan. Langkah tersebut diantaranya dengan mendengar respon individu terhadap kesulitan yang akan mereka hadapi (*listen*), individu harus dapat menjajaki asal usul dan pengakuan atas akibat dari yang telah dilakukannya (*explore*), individu juga harus mampu menganalisa bukti-bukti sehingga individu memiliki sejumlah kendali dalam menghadapi kesulitan (*analyze*), serta individu harus dapat melakukan sesuatu untuk mengendalikan kesulitan yang ada, membatasi lamanya kesulitan itu terjadi (*do*). Selain meningkatkan *adversity quotient* individu, langkah tersebut dapat mengurangi tingkat stres yang dialami individu.¹³

Penelitian yang dilakukan oleh So'imah tentang hubungan *adversity quotient* dengan toleransi stres pada mahasiswa Universitas Sebelas Maret. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara *adversity quotient* dengan toleransi stres dengan kekuatan korelasi kuat, hal ini dibuktikan dengan nilai $r = 0,687$ dan $p = 0,01$. Artinya, semakin tinggi skor *adversity quotient* seseorang, maka semakin tinggi tingkat toleransi stres orang tersebut.²⁰

Penelitian lain yang dilakukan oleh Sari pada mahasiswa tahun

pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun 2013 tentang hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa adanya korelasi yang bermakna antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik didapatkan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,00$ dan $r = -0.504$). Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* seseorang maka semakin ringan tingkat stres orang tersebut.⁴

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Hadijah tentang hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres pada korban lumpur Lapindo. Dari hasil penelitian tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *adversity quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang ($p = 0,00$ dan $r = -0.436$). Artinya, semakin tinggi skor *adversity quotient* seseorang, maka semakin rendah tingkat stres orang tersebut.⁹

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stress akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau, didapatkan Fakultas Kedokteran Universitas Riau pada umumnya berada pada tingkat sedang

1. Distribusi tingkat stres akademik dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau pada umumnya tergolong pada tingkat sedang
2. Terdapat hubungan *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau dengan arah berlawanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Riau, keluarga, pembimbing dan dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau, serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

KEPUSTAKAAN

1. Mumpuni Y. Cara jitu mengatasi Stres. Yogyakarta: Penerbit ANDI; 2010.
2. Suminarsis TA. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Praktek Belajar Lapangan di Rumah Sakit[Skripsi]. Kartasura: FIK UMS.
3. Yusoff M, Rahim A. The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual. Malaysia: KKMED; 2010.
4. Sari C. Hubungan Adversity Quotient dengan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau [Skripsi]. Pekanbaru: FK UR; 2014.
5. Widosari Y. Perbedaan Derajat Kecemasan dan Depresi Mahasiswa Kedokteran Preklinik dan Ko-asisten di FK UNS Surakarta[Skripsi]. Surakarta: FK UNS; 2010.
6. Oktavia W. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau [Skripsi]. Pekanbaru: FK UR; 2013.
7. Seffrey SN, Spanres AR, Beverly G. Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga; 2005.

8. Laura AK. Psikologi Umum. Jakarta: Salemba humanika; 2010.
 9. Hadijah, I. Hubungan antara Emotional Quotient dan Adversity Quotient dengan Tingkat Stres pada Korban Lumpur Lapindo [Skripsi]. Malang : Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim ; 2009.
 10. Santoso TI, Suryadi B. Pengaruh Kepercayaan diri dan Adversity Quotient Terhadap Prestasi Belajar Matematika[Skripsi]. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.
 11. Setyaningtyas E. Hubungan Adversity Quotient (AQ) dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Sebelas Maret[Skripsi]. Surakarta: FK UNS; 2011.
 12. Stoltz, Paul G. *Adversity Quotient* Mengubah Hambatan Menjadi Peluang. 7th. ed. Yovita H, editor. Jakarta: Gramedia; 2007.
 13. Sudarman. Adversity Quotient: Kajian Kemungkinan Pengintegrasian dalam Pembelajaran Matematika [Skripsi]. Palu: PMIPA FKIP Universitas Tadulako
 14. Santrock, J.W. Adolescence: Perkembangan Remaja. 8th ed. Kristiaji WC, Sumiharti Y, editor. Jakarta: Erlangga; 2003.
 15. Pagma, Tayraukham, Nuangchalerm. Causal Factors Influencing Adversity Quotient of Twelfth Grade and Third-Year Vocational Students. Journal of Social Sciences. 2009. 5 (4): 466-470.
 16. Huijuan, Z. The Adversity Quotient And Academic Performance Among College Students At St. Joseph's college, Quezon City. [Thesis]. Quezon City: The Departments Of Arts And Sciences St. Joseph's College. 2009.
 17. Dyrbye L, Thomas M, Shanafelt T. Medical Student Distress: Causes, Consequences, and Proposed Solutions. Mayo Clin Proc. 2005;80(12):1613-1622
 18. Dinh, Q. Depression And Stres Among The First Year Medical Student In University Of Medicine And Pahrmary Honchimin Vietnam [Thesis]. Vietnam: Chalalungkom University; 2007.
 19. Sohail, N. Stress and Academic Performance Among Medical Students. Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan. 23 (1). 67-71.
 20. So'imah, Dwi Wahyu. *Hubungan Adversity Quotient dan Self Efficacy Dengan Toleransi Terhadap Stres pada Mahasiswa*. [Thesis]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret; 2013.
-