

**HUBUNGAN ANTARA *LEARNED*  
*RESOURCEFULNESS* DAN STRES AKADEMIK PADA  
MAHASISWA PROGRAM SARJANA KEDOKTERAN  
UMUM**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai persyaratan gelar**

**Sarjana Psikologi**

**OLEH :**

**AISYAH SAFIRA**

**04041381823058**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2022**

**HUBUNGAN ANTARA *LEARNED*  
*RESOURCEFULNESS* DAN STRES AKADEMIK PADA  
MAHASISWA PROGRAM SARJANA KEDOKTERAN  
UMUM**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai persyaratan gelar**

**Sarjana Psikologi**

**OLEH :**

**AISYAH SAFIRA**

**04041381823058**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2022**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA *LEARNED RESOURCEFULNESS* DAN STRES  
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM SARJANA  
KEDOKTERAN UMUM**

**SKRIPSI**

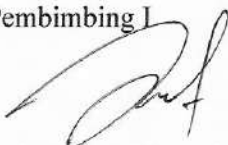
Dipersiapkan dan disusun oleh

**AISYAH SAFIRA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 21 Maret 2022

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Pembimbing II



Dewi Anggraini, S.Psi., M.A  
NIP. 198311022012092201

Penguji I



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A  
NIP. 198612152015042004

Penguji II



M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A  
NIP. 198108132015104101

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar sarjana

Hari, tanggal 21 Maret 2022



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

**LEMBAR PERSETUJUAN  
UJIAN SKRIPSI**

**Nama** : Aisyah Safira  
**NIM** : 04041381823058  
**Program Studi** : Psikologi  
**Fakultas** : Kedokteran  
**Judul Proposal Penelitian** : HUBUNGAN ANTARA *LEARNED RESOURCEFULNESS* DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM SARJANA KEDOKTERAN UMUM

Inderalaya, 14 Maret 2022

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Dosen Pembimbing II



Dewi Anggraini, S.Psi., M.A  
NIP. 198311022012092201

Mengetahui,

Ketua Bagian  
Program Studi Psikologi



Savang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atas diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Palembang, 14 Maret 2022



Aisyah Safira  
NIM. 04041381823058

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu dan Ayah yang telah memberikan segala dukungannya kepada saya. Terima kasih untuk semua doa, perhatian, kerja keras, dan kasih sayangnya. Skripsi ini saya persembahkan untuk dua orang hebat yang telah membesarkan dan mendidik saya dengan sangat baik. Saya harap dengan terselesaikannya skripsi ini dapat menjadi langkah awal saya untuk membahagikan dan membanggakan Ibu dan Ayah.
2. Saudara, kerabat, dan sahabat-sahabat saya. Terima kasih banyak kepada seluruh saudara, keluarga, dan teman-teman saya yang telah banyak membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini. Terima kasih kepada kedua adik saya, Fazza dan Arief yang telah memberikan semangat dan menghibur kakaknya saat jenuh mengerjakan tugas. Terima kasih kepada Ayu, Maudina, dan Novia yang selalu siap membantu, memberi semangat, dan direpotkan. Terima kasih juga untuk seluruh teman serta sahabat saya khususnya Eca, Eci, dll yang sudah memberikan banyak kebahagiaan selama proses perkuliahan.
3. Aisyah Safira. Orang hebat yang ada di balik penelitian skripsi ini. Terima kasih sudah mau berjuang sampai akhir. Semoga ini menjadi awal untuk meraih mimpi-mimpi lainnya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Learned Resourcefulness* dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Sarjana Kedokteran Umum”.

Pada proses pengerjaan proposal penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan ilmu-ilmu baru. Peneliti juga dibantu dan dibimbing oleh banyak pihak sampai pada akhirnya peneliti berhasil menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

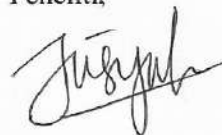
1. Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku ketua bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Bapak Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si, selaku dosen pembimbing I dan dosen pembimbing akademik peneliti yang telah memberikan pengarahan yang sangat bermanfaat bagi peneliti dalam penyusunan proposal penelitian dan selama proses perkuliahan.
6. Ibu Dewi Anggraini, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada peneliti.

7. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A., selaku dosen penguji I peneliti yang memberikan banyak saran baik untuk penelitian ini.
8. Bapak Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A., selaku dosen penguji II peneliti yang telah memberikan saran yang bermanfaat untuk penelitian ini.
9. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
10. Ayu, Cece, Eca, dan Eci yang telah menemani peneliti dari awal perkuliahan sampai sekarang dan memberikan banyak kenangan baik selama perkuliahan.
11. Teman-teman Owsler Twister yang sudah menjadi teman berjuang dan menghabiskan waktu 4 tahun bersama.
12. Teman-teman saya di kedokteran umum yang sudah saya reportkan dengan berbagai macam pertanyaan terkait penelitian ini.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam proses pengerjaan proposal penelitian ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun sehingga dapat lebih baik dan sempurna lagi dimasa yang akan datang. Akhir kata, semoga penelitian-ini dapat memberikan manfaat bagi tiap orang yang membaca.

Palembang, 14 Maret 2022

Peneliti,



Aisyah Safira  
NIM. 04041381823058



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	9
E. Keaslian Penelitian.....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>21</b>
A. Stres Akademik.....	21
1. Pengertian Stres Akademik.....	21
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	22
3. Aspek-aspek Stres Akademik .....	25
B. <i>Learned Resourcefulness</i> .....	28

1. Pengertian <i>Learned Resourcefulness</i> .....	28
2. Komponen-komponen <i>Learned Resourcefulness</i> .....	29
C. Hubungan Antara Stres Akademik dan <i>Learned Resourcefulness</i> .....	30
D. Kerangka Berpikir .....	34
E. Hipotesis Penelitian.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	35
1. Stres Akademik.....	35
2. <i>Learned Resourcefulness</i> .....	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	36
1. Populasi Penelitian .....	36
2. Sampel Penelitian.....	37
D. Metode Pengambilan Data .....	38
1. Skala Stres Akademik .....	39
2. Skala <i>Learned Resourcefulness</i> .....	40
E. Validitas dan Reliabilitas .....	42
1. Validitas .....	42
2. Reliabilitas .....	42
F. Metode Analisis Data.....	43
1. Uji Asumsi Penelitian .....	43
a. Uji Normalitas .....	43
b. Uji Linieritas .....	44
2. Uji Hipotesis Penelitian .....	44
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
A. Orientasi Kanchah Penelitian.....	45
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	49
1. Persiapan Administrasi .....	49
2. Persiapan Alat Ukur .....	49
3. Pelaksanaan Penelitian .....	55

C. Hasil Penelitian .....	62
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	62
2. Deskripsi Data Penelitian .....	64
3. Uji Analisis Data Penelitian .....	66
D. Hasil Analisis Tambahan .....	69
1. Uji Beda <i>Learned Resourcefulness</i> dan Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin .....	69
2. Uji Beda <i>Learned Resourcefulness</i> dan Stres Akademik Berdasarkan Usia .....	70
3. Uji Beda <i>Learned Resourcefulness</i> dan Stres Akademik Berdasarkan Tahun Masuk.....	71
4. Uji Beda <i>Learned Resourcefulness</i> dan Stres Akademik Berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi.....	72
5. Uji Beda <i>Learned Resourcefulness</i> dan Stres Akademik Berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi.....	73
E. Pembahasan.....	74
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>84</b>
A. Kesimpulan .....	84
B. Saran .....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>96</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	34
------------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Penilaian Setiap Aitem Skala Penelitian .....	39
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik .....	40
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Learned Resourcefulness</i> .....	41
Tabel 4.1 Distribusi Aitem Valid dan Tidak Valid Skala Stres Akademik	51
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala Stres Akademik.....	52
Tabel 4.3 Distribusi Aitem Valid dan Tidak Valid Skala <i>Learned Resour-</i> <i>cefulness</i> .....	54
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Learned Resourcefulness</i> ....	55
Tabel 4.5 Penyebaran Skala Uji Coba .....	57
Tabel 4.6 Tanggal Penyebaran Skala dan Jumlah Subjek Penelitian .....	60
Tabel 4.7 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....	62
Tabel 4.8 Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	62
Tabel 4.9 Deskripsi Tahun Masuk Subjek Penelitian.....	63
Tabel 4.10 Deskripsi Domisili Perguruan Tinggi Subjek Penelitian.....	63
Tabel 4.11 Deskripsi Jenis Perguruan Tinggi Subjek Penelitian .....	64
Tabel 4.12 Deskripai Data Deskriptif Subjek Penelitian.....	64
Tabel 4.13 Formulasi Kategorisasi .....	65
Tabel 4.14 Dekripsi Kategorisasi Stres Akademik Subjek Penelitian .....	65
Tabel 4.15 Dekripsi Kategorisasi <i>Learned Resourcefulness</i> Subjek Peneli- tian .....	66
Tabel 4.16 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	67
Tabel 4.17 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian .....	68
Tabel 4.18 Hasil Uji Hipotesis Variabel Penelitian.....	68
Tabel 4.19 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin .....	69
Tabel 4.20 Hasil Perbedaan <i>Mean</i> Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin .....	70
Tabel 4.21 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia .....	70
Tabel 4.22 Hasil Uji Beda Berdasarkan Tahun Masuk.....	71
Tabel 4.23 Uji Beda Berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi.....	72
Tabel 4.24 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi.....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN A</b> .....	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN B</b> .....	<b>111</b>
<b>LAMPIRAN C</b> .....	<b>118</b>
<b>LAMPIRAN D</b> .....	<b>156</b>
<b>LAMPIRAN E</b> .....	<b>167</b>
<b>LAMPIRAN F</b> .....	<b>177</b>
<b>LAMPIRAN G</b> .....	<b>180</b>

**HUBUNGAN ANTARA *LEARNED RESOURCEFULNESS* DAN STRES  
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM SARJANA  
KEDOKTERAN UMUM**

**Aisyah Safira<sup>1</sup>, Indra Prapto Nugroho<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *learned resourcefulness* dan stres akademik pada mahasiswa jurusan kedokteran umum. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *learned resourcefulness* dan stres akademik.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 150 mahasiswa jurusan kedokteran umum di Indonesia. Sedangkan teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling purposive*. Variabel *learned resourcefulness* diukur menggunakan skala psikologi yang disusun oleh peneliti yang mengacu pada komponen dari Rosenbaum (1989). Sedangkan untuk mengukur variabel stres akademik, peneliti menyusun skala psikologi berdasarkan aspek dari Rustam dan Tentama (2020).

Hasil analisis korelasi menunjukkan *learned resourcefulness* dan stres akademik memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai  $r = -0,674$ . Dari hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

**Kata kunci** : *Learned resourcefulness*, Stres Akademik

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si  
NIP. 199407072018031001

Dewi Anggraini, S.Psi., M.A  
NIP. 198311022012092201

Mengetahui,  
Ketua Bagian Program Studi Psikologi

Savang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004



**THE RELATIONSHIP BETWEEN LEARNED RESOURCEFULNESS AND  
ACADEMIC STRESS AMONG PRE-CLINICAL MEDICAL STUDENTS**

**Aisyah Safira<sup>1</sup>, Indra Prapto Nugroho<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

*The aim of this study is determining whether there is a relationship between learned resourcefulness and academic stress among pre-clinical medical student. This study hypothesizes that there is relationship between learned resourcefulness and academic stress.*

*The participants of this study are 150 pre-clinical medical student in Indonesia. Sampling in this study using purposive sampling technique. The study measurements are learned resourcefulness scale that refers to components from Rosenbaum (1989) and academic stress scale that refers to aspects from Rustam and Tentama (2020).*

*Statistical analysis completed by using pearson product moment correlation. The result of the correlation analysis between learned resourcefulness and academic stress showed the  $p$ -value = 0,00 ( $p < 0,05$ ) and  $r = -0,674$ . It means that there is a significant negative relationship between learned resourcefulness and academic stress. Therefore the hypothesis of this study is accepted.*

**Keyword** : *Learned Resourcefulness, Academic Stress*

<sup>1</sup> *Student at Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University*

<sup>2</sup> *Lecturer at Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University*

Dosen Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si

NIP. 199407072018031001

Dosen Pembimbing II



Dewi Anggraini, S.Psi., M.A

NIP. 198311022012092201

Mengetahui,  
Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si

NIP. 197805212002122004



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap individu dapat mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimilikinya dengan belajar mengenai banyak hal. Salah satunya melalui jalur pendidikan sampai ke perguruan tinggi. Menurut Suryana (2018) perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang mempersiapkan peserta didiknya agar menjadi anggota masyarakat dengan keterampilan dan kemampuan akademis yang baik. Di dalam perguruan tinggi, terdapat beberapa fakultas salah satunya adanya fakultas kedokteran. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 52 tahun 2017 menyebutkan bahwa fakultas kedokteran merupakan himpunan sumber daya pendukung perguruan tinggi yang menyelenggarakan dan mengelola pendidikan dokter.

Dilansir dari detik.com pada tanggal 31 Maret 2020, Widiyani menyebutkan bahwa perbandingan antara jumlah calon mahasiswa yang mengikuti tes masuk fakultas kedokteran dan jumlah kursi yang tersedia adalah 1 : 46 dan jumlah ini dapat meningkat pada perguruan tinggi favorit. Sedangkan Caesaria (dilansir dari kompas.com pada tanggal 20 Februari 2021) menyebutkan bahwa program studi Pendidikan Dokter Umum saat ini masih menjadi program studi favorit para siswa. Pendidikan dokter adalah program studi yang mengarah pada penguasaan ilmu dan keterampilan untuk membuat diagnosis serta pengambilan keputusan yang ilmiah (Konsil Kedokteran Indonesia, 2012). Dalam Konsil Kedokteran Indonesia (2012)

juga disebutkan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum menjalani masa studi minimal selama 7 semester.

Prabamurti (2019) mengatakan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum memiliki jadwal perkuliahan yang padat mulai dari kuliah pengantar, kuliah penunjang, *skill lab*, rangkaian kegiatan praktikum (*pre-test*, kegiatan praktikum, *post-test*, dan penulisan laporan), tutorial, *objective structured clinical examination* (OSCE), dan ujian blok. Maulana, Soleha, Saftarina, dan Siagian (2014) mengungkapkan bahwa jadwal kegiatan perkuliahan yang padat menjadi faktor yang menyebabkan mahasiswa program sarjana kedokteran umum tertekan selama masa studinya.

Beban tugas perkuliahan juga dapat menjadi penyebab meningkatnya tingkat stres pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum (Saldaña Orozco, De Loera, & De Loera, 2017). Banyaknya materi yang harus dipelajari dan peningkatan beban belajar sebelum ujian dilaporkan menjadi penyebab utama terjadinya stres akibat faktor akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran (Ruzhenkova, Ruzhenkov, Lukyantseva, & Anisimova, 2018). Mahasiswa program sarjana kedokteran umum mengalami stres karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan secara bersamaan (Mustikawati & Putri, 2018).

Ujian menjadi salah satu hal yang menakutkan bagi mahasiswa program sarjana kedokteran umum. Yusoff, Abdul, Baba, Ismail, dan Esa (2013) mengungkapkan hal ini terjadi karena mahasiswa kedokteran dibebani banyaknya tuntutan belajar dalam waktu singkat sebelum mengikuti ujian. Dalam penelitian

Sari, Lisiswanti, dan Oktaria (2017) mengatakan bahwa faktor yang membuat penurunan kesehatan mental mahasiswa program sarjana kedokteran umum adalah karena banyaknya jenis ujian yang harus diikuti dalam berbagai situasi yang menekan dan terlalu banyak materi pelajaran yang harus dipelajari dalam waktu yang singkat. Joseph, Nallapati, Machado, Nair, Matele, dan Sinha (2021) mengatakan bahwa ketakutan akan kegagalan dalam mengikuti ujian menjadi salah satu penyebab utama dari stres akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Selain itu, kompetisi antar teman juga tinggi pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum. Seperti yang diungkapkan oleh Klingenber, Gwozdz, dan Gill (2011) dalam penelitiannya bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum melakukan banyak hal untuk bersaing di bidang akademik selama kuliah seperti bertanya sebanyak-banyaknya pada dosen agar disukai dan diberi perlakuan berbeda oleh dosen tersebut, pergi kuliah lebih awal agar mendapat informasi yang lebih dari mahasiswa lainnya, serta tidak memberi tahu teman lainnya ketika mendapat bahan pembelajaran tambahan. Almoallim (dalam Alotiby, Almaghrabi, Alosaimy, Khawandanah, Alansari, Basahal, & Zamil, 2021) mengatakan bahwa hal ini menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami kekhawatiran terhadap kinerja akademik mereka karena harus bersaing dengan mahasiswa lainnya. Kompetisi antar teman menjadi isu yang menyebabkan terjadinya stres akademik di kalangan mahasiswa kedokteran (Kumaraswamy, 2013). Salih, Fageehi, Ateva, Hakami, Ghazwani, Alabdalu, dan Mustafa (2021) juga mengungkapkan bahwa

kompetisi antar teman (dalam hal pelajaran) menjadi tantangan terbesar bagi mahasiswa kedokteran.

Dalam penelitian lainnya, Rahmayani, Liza, dan Syah (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum merasa tertekan karena tidak memiliki bahan belajar yang cukup, merasa tidak kompeten dibanding mahasiswa lainnya, serta memiliki konflik dengan dosen yang dapat terjadi saat tutorial, skill lab, atau kelas perkuliahan.

Beberapa hal di atas menunjukkan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum mendapat banyak tekanan dari kehidupan akademik. Barseli dan Ifdil (2017) mengatakan bahwa tekanan yang disebabkan oleh suatu keadaan akademik tertentu dapat memunculkan stres akademik. Selaras dengan hal tersebut, Ifdil dan Ardi (2013) mengungkapkan bahwa dalam bidang akademik, tekanan dan tuntutan yang sumbernya berasal dari kegiatan akademik disebut dengan stres akademik.

Penelitian sebelumnya menemukan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibanding mahasiswa program studi lainnya (Azis & Bellinawati, 2015). Lebih lanjut lagi, mahasiswa program sarjana kedokteran umum pada tahun pertama dan kedua mengalami stres akibat tuntutan akademik yang lebih tinggi daripada tahun lainnya (Melaku, Mossie, & Negash, 2015). Hal ini terjadi karena mahasiswa belum terbiasa dengan lingkungan perkuliahan kedokteran yang mereka jalani (Muhammad, Ahmad, & Usman, 2019)

Sani, Mahfouz, Bani, Alsomily, Alagi, Madkhaly, Madhkali, Hakami, Shaabi, Al Ebrahim, Ageel, dan Asirim (2012) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa mahasiswa program sarjana kedokteran umum yang mengalami stres akademik memiliki penurunan pada kinerjanya seperti penurunan tingkat konsentrasi dan perhatian, menghambat proses mengambil keputusan, serta menghalangi mahasiswa untuk dapat membangun hubungan dengan orang lain.

Rustam dan Tentama (2020) mendefinisikan stres akademik sebagai respon yang diberikan individu saat mengalami peristiwa-peristiwa akademik yang menimbulkan rasa tidak nyaman. Sedangkan Sun, Dunne, dan Hou (2011) mengartikan stres akademik sebagai tekanan psikologis dalam diri individu yang disebabkan oleh lingkungan akademik. Busari (2014) mengatakan bahwa stres akademik merupakan tekanan yang muncul karena seseorang ingin tampil dan memberikan hasil terbaik dalam bidang akademik namun terhalang oleh batasan waktu. Stres akademik terdiri dari empat aspek yaitu: emosi, fisiologis, perilaku, dan kognitif (Rustam & Tentama, 2020).

Stres akademik memberi dampak yang negatif pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum. Rahmi (2013) mengatakan bahwa stres akademik yang dialami mahasiswa dapat berpengaruh pada kesehatan fisik seperti kelelahan, gangguan pernafasan, pusing, sulit konsentrasi yang membuat mahasiswa terganggu saat proses belajar atau ujiannya. Mahasiswa yang mengalami stres akademik tinggi membutuhkan perhatian lebih karena bisa memunculkan niat untuk mengakhiri hidup mereka (Maulina & Sari, 2018). Beautrais (2020) mengungkapkan hal yang serupa, mahasiswa kedokteran yang memiliki tingkat

stres lebih tinggi adalah mahasiswa dengan pikiran untuk bunuh diri yang lebih tinggi juga.

Salah satu hal yang berkaitan dengan stres akademik adalah *learned resourcefulness*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Akgun dan Ciarrochi (dalam Martin & Kennett, 2019) menunjukkan bahwa individu yang mengalami stres akademik adalah individu dengan tingkat *learned resourcefulness* yang rendah karena individu dengan tingkat *learned resourcefulness* yang tinggi menggunakan keterampilan mengendalikan diri mereka untuk meminimalisir kecemasan yang dirasakan saat dihadapkan dengan kondisi yang menekan sedangkan individu dengan tingkat *learned resourcefulness* yang rendah mudah merasa cemas saat berada di kondisi menekan.

Rosenbaum (dalam Lee, Rong, Hsu, Liu, & Kuo, 2018) menjelaskan bahwa ketika seseorang dihadapkan dengan situasi yang sulit, Ia akan menggunakan keterampilan *learned resourcefulness* seperti melakukan *self-talk* yang positif untuk mengurangi perasaan negatif yang dirasakan lalu mengarahkan dirinya untuk menggunakan keterampilan *problem solving* yang berfokus pada masalah. Selaras dengan hal tersebut, mereka dengan *learned resourcefulness* yang tinggi menggunakan keterampilan memecahkan masalah untuk membantu mereka mengambil keputusan pada tuntutan-tuntutan yang dihadapi (Ngai & Chan, 2012).

Eroğlu, Akbaba, Adıgüzel, dan Peker (2014) mengungkapkan bahwa individu dengan *learned resourcefulness* yang tinggi juga yakin bahwa mereka memegang kendali atas hidup mereka dan hal tersebut membantu mereka untuk

merasa lebih baik, mengembangkan kepercayaan diri, dan menerapkan kemampuan menyelesaikan masalah yang baik sehingga mereka dapat mengendalikan dan menghentikan pikiran tidak berdaya.

*Learned resourcefulness* dipelajari individu sejak kecil dan terus berlangsung sepanjang kehidupan dimana individu menghadapi situasi yang menekan dengan efektif (Lucas, 2010). Pada level mahasiswa, *learned resourcefulness* dapat terus berkembang saat individu berada dalam lingkungan yang memberika dukungan sosial yang baik (Kennett, Quinn, & Carty, 2020).

Individu yang berkecimpung dan belajar di bidang kesehatan memiliki tingkat *learned resourcefulness* yang rendah di tahun-tahun awal (Akgün, Hiçdurmaz, & Öz, 2019). Akgün, Hiçdurmaz, dan Öz (2019) menjelaskan bahwa hal ini terjadi karena pada tahun-tahun awal, individu masih kurang pengalaman di bidang tersebut dan keterampilan *learned resourcefulness* akan berakumulasi seiring berjalannya waktu melalui proses belajar informal dan pengalaman.

Rosenbaum (1989) mengartikan *learned resourcefulness* sebagai kumpulan keterampilan (umumnya kognitif) dari dalam diri untuk meregulasi peristiwa internal (emosi, kognisi, respon psikologis, dan rasa sakit) yang dapat menghalangi individu dalam mengeksekusi perilaku negatif yang ingin dilakukan. *Learned resourcefulness* terdiri dari dua komponen yaitu *redressive self-control* untuk melanjutkan fungsi normal individu yang terganggu contohnya seperti mengendalikan pikiran dan emosi individu saat dalam kondisi tertekan dan *reformative self-control* untuk menghentikan kebiasaan agar dapat menerapkan

perilaku baru yang lebih efektif contohnya individu menghentikan kebiasaan bangun siang untuk menerapkan gaya hidup yang lebih sehat (Rosenbaum, 1989). *Learned resourcefulness* akan membantu seseorang untuk menghadapi situasi yang sulit dalam kehidupan, beradaptasi dengan situasi yang baru, dan menghindari konsekuensi negatif seperti depresi dan *learned helplessness* (Rosenbaum dalam Lee, Rong, Hsu, Liu, & Kuo, 2018).

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *learned resourcefulness* dan stres akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum di Indonesia.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *learned resourcefulness* dan stres akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dari penelitian, maka tujuan penelitian adalah untuk melihat hubungan antara *learned resourcefulness* dan stres akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum.



#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat baik secara teoritis maupun praktis diantaranya:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat memberi sumbangan ilmu dalam pengembangan keilmuan psikologi dan memperkaya hasil penelitian sebelumnya khususnya mengenai psikologi positif, sosial, dan klinis.

##### **2. Manfaat Praktis**

- a. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh subjek, psikolog pendidikan, dan dosen dalam memberikan informasi dan gambaran tingkat *learned resourcefulness* dan stres akademik pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelusuran terhadap beberapa penelitian terkait, peneliti menemukan penelitian-penelitian sebelumnya mengenai kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Diantaranya yaitu:

Hidayat dan Fourianalistyawati (2018) dalam penelitian yang berjudul Peranan *Mindfulness* terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama. Subjek dalam penelitian ini adalah 82 orang mahasiswa tahun pertama. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi sederhana. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat peranan *mindfulness* terhadap stres akademik pada mahasiswa tahun pertama. Hasil penelitian menunjukkan *mindfulness* berperan menurunkan stres akademik khususnya pada dimensi *stressor* akademik.

Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *mindfulness*. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah *learned resourcefulness*. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Hidayat dan Fourianalistyawati adalah mahasiswa tahun pertama. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Husnar, Sania, & Nashori (2017) dalam penelitian berjudul Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik. Subjek dalam penelitian ini adalah 102 mahasiswa S1 di salah satu perguruan tinggi Islam di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi ganda. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: (1) Terdapat pengaruh yang signifikan dari harapan dan tawakal terhadap stres akademik pada mahasiswa, (2) Terdapat pengaruh yang signifikan dari harapan terhadap stres akademik pada mahasiswa, (3) Terdapat pengaruh yang signifikan dari tawakal terhadap stres akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif dari harapan

dan tawakal secara bersama-sama terhadap stres akademik pada mahasiswa, harapan tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik, sedangkan tawakal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik.

Terdapat beberapa perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Husnar dkk dan penelitian ini yaitu pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah Harapan dan Tawakal. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan *learned resourcefulness* sebagai variabel bebas. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Husnar dkk adalah mahasiswa S1 di salah satu perguruan tinggi Islam di Yogyakarta. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Purwati dan Rahmadani (2018) dalam penelitian berjudul Hubungan antara Kelekatan pada Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro Semarang. Subjek dalam penelitian ini adalah 190 mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi sederhana. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Teknik PWK Universitas Diponegoro. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro.

Adapun perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Purwati dan Rahmandani dengan penelitian ini yaitu variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah kelekatan pada teman sebaya. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah *learned resourcefulness*. Subjek dalam penelitian yang dilakukan oleh Purwati dan Rahmadani (2018) adalah mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro Semarang. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Khan, Altaf, & Kausar (2013) dalam penelitian berjudul *Effect of Perceived Academic Stress on Students' Performance*. Subjek dalam penelitian ini adalah 150 mahasiswa dari kampus yang berbeda di Islamabad. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier dan *independent sample t-test*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: (1) Stres akademik mempengaruhi *students' performance*, (2) Stres akademik pada mahasiswa perempuan akan lebih tinggi dibanding mahasiswa laki-laki, (3) Stres akademik pada mahasiswa yang lebih muda akan lebih tinggi dibanding mahasiswa yang lebih tua. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari stres akademik terhadap *students' performance*, tidak ada perbedaan yang signifikan antara mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki pada skala *Perceived Stress*, serta stres akademik lebih tinggi pada mahasiswa yang lebih muda.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Khan dkk dengan penelitian ini yaitu pada variabel bebas, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel bebas

dalam penelitian sebelumnya adalah stres akademik. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan peneliti variabel bebasnya adalah *learned resourcefulness*. Variabel terikat dalam penelitian Khan dkk adalah *students' performance*. Sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres akademik. Subjek dalam penelitian sebelumnya adalah mahasiswa di Islamabad. Berbeda dengan subjek penelitian ini yaitu mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Cole, Nonterah, Utsey, Hook, Hubbard, Opare-Henaku, & Fischer (2015) yang berjudul *Predictor and Moderator Effects of Ego Resilience and Mindfulness on the Relationship Between Academic Stress and Psychological Well-Being in a Sample of Ghanaian College Students*. Subjek dalam penelitian ini adalah 431 mahasiswa Ghanaian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah *hierarchical regression*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: (1) Terdapat hubungan positif antara stres akademik dan *mental health symptom* (depresi dan *anxiety*), (2) Terdapat hubungan negatif antara variabel moderator (*ego resilience* dan *mindfulness*) dan *mental health symptom* (depresi dan *anxiety*), (3) Variabel moderator (*ego resilience* dan *mindfulness*) akan mengurangi hubungan positif antara stres akademik dan *mental health symptom* (depresi dan *anxiety*). Hasil penelitian menunjukkan stres akademik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan depresi dan *anxiety*. *Ego resilience* dan *mindfulness* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan depresi dan *anxiety*. *Ego resilience* dan *mindfulness* juga mengurangi hubungan antara stres akademik dan *mental health symptoms*. *Ego*

*resilience* mengurangi hubungan antara stres akademik dengan *anxiety*, sedangkan *mindfulness* mengurangi hubungan antara stres akademik dan depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Cole *et al.* (2015) dan penelitian ini memiliki beberapa perbedaan pada variabel moderator, variabel bebas, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel moderator dalam penelitian sebelumnya adalah *ego resilience* dan *mindfulness*. Sedangkan dalam penelitian ini tidak ada variabel moderator. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah stres akademik. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian yang dilakukan peneliti adalah *learned resourcefulness*. Variabel terikat dalam penelitian Cole dkk adalah *Psychological Well-Being*. Sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres akademik. Subjek dalam penelitian sebelumnya adalah mahasiswa Ghanaian. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Goff (2011) dalam penelitian berjudul *Stressors, Academic Performance, and Learned Resourcefulness in Baccalaureate Nursing Student*. Subjek dalam penelitian ini adalah 53 mahasiswa keperawatan di Baccalaureate. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi ganda. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apa hubungan antara *stressor* dan *academic performance* dan apa efek tadi *learned resourcefulness* pada hubungan antara *stressor* dan *academic performance* di mahasiswa keperawatan Baccalaureate. Hasil penelitian menunjukkan adanya *personal* dan *academic stressor* yang tinggi, namun prediktor yang tidak signifikan dengan *academic performance*. Sementara itu ditemukan juga bahwa *academic* dan *personal stressor*

memperngaruhi *learned resourcefulness* sebagai variabel mediator dan *learned resourcefulness* mempengaruhi *academic performance*.

Terdapat beberapa perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Goff (2011) dan penelitian ini yaitu pada variabel bebas, variabel mediator, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *academic* dan *personal stressor*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan *learned resourcefulness* sebagai variabel bebas. Variabel mediator dalam penelitian sebelumnya adalah *learned resourcefulness*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan variabel moderator. Lalu variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah *academic performance*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan stres akademik sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Goff adalah mahasiswa keperawatan Baccalaureate. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Ngai dan Chan (2012) dalam penelitian berjudul *Learned Resourcefulness, Social Support, and Perinatal Depression in Chinese Mothers*. Subjek dalam penelitian ini adalah 170 ibu baru di Cina. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah *path analysis*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: (1) Wanita yang mengalami lebih sedikit stres namun dengan *learned resourcefulness* dan dukungan sosial yang lebih tinggi akan mengurangi gejala depresif selama kehamilan dan pada 6 minggu & 6 bulan *postpartum*. (2) *Learned resourcefulness* dan dukungan sosial akan memediasi efek dari stres pada gejala depresif dan memprediksi gejala depresif pada 6 minggu dan

6 bulan *postpartum*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *learned resourcefulness* memiliki dampak langsung pada gejala depresif dan memediasi efek dari stres pada gejala depresif selama kehamilan dan pada 6 minggu *postpartum*. Dukungan sosial memberikan dampak langsung pada gejala depresif dan memediasi efek dari stres pada gejala depresif selama kehamilan. *Learned resourcefulness* dan dukungan sosial memprediksi secara langsung gejala depresif dan 6 bulan *postpartum*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Ngai dan Chan (2012) dengan penelitian ini adalah variabel bebas, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *learned resourcefulness* dan dukungan sosial. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan *learned resourcefulness* saja sebagai variabel bebas. Lalu variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah *perinatal depression*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan stres akademik sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Ngai dan Chan adalah ibu baru di Cina. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Lai, Zauszniewski, Tang, Hou, Su, & Lai (2014) dalam penelitian berjudul *Personal beliefs, learned resourcefulness, and adaptive functioning in depressed adults*. Subjek dalam penelitian ini adalah 187 orang dewasa dengan depresi di Taiwan selatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah *hierarchical regression*. Penelitian ini dilakukan untuk meneliti hubungan antara *learned resourcefulness*, *personal beliefs*, dan *adaptive functioning simultaneously*, serta efek dari *personal belief* pada hubungan antara *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning* di orang



dewasa dengan depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *personal belief* memberikan efek pada *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning* pada orang dewasa dengan depresi dan memberikan arahan untuk merancang intervensi perawatan yang mempertimbangkan *personal belief* saat mengajari *skill resourcefulness* pada orang dewasa dengan depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Lai *et al.* (2014) dan penelitian ini memiliki beberapa perbedaan pada variabel bebas, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *personal belief*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan *learned resourcefulness* sebagai variabel bebas. Lalu variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan stres akademik sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Lai dkk adalah orang dewasa dengan depresi di Taiwan selatan. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Cowden, Fuller, & Anshell (2014) dalam penelitian berjudul *Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: an explanatory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety*. Subjek dalam penelitian ini adalah 8 pemain pria tenis pria, 8 pemain tenis wanita, dan pelatih. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi ganda. Hipotesis dari penelitian ini adalah: (1) *Learned resourcefulness* akan secara signifikan berhubungan dengan *self-rated mental toughness* pada atlet dan rating pelatih pada *mental toughness* atlet, (2) *Competitive*

*trait anxiety* akan secara signifikan berhubungan dengan *self-rated mental toughness* pada atlet dan rating pelatih pada *mental toughness* atlet, (3) *Learned resourcefulness* akan secara signifikan memprediksi *self-rated mental toughness* pada atlet dan rating pelatih pada *mental toughness* atlet saat mempertimbangkan *selected personal characteristics* atlet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *learned resourcefulness* secara signifikan berhubungan dan memprediksi rating *mental toughness*. Rating pelatih pada *mental toughness* atlet tidak berhubungan dengan *athlete-reported learned resourcefulness* dan *learned resourcefulness* bukan prediktor secara signifikan dari rating pelatih pada *mental toughness*. Rating pelatih pada *mental toughness* justru secara signifikan diprediksi oleh urutan rata-rata tim. Selain itu, *competitive trait anxiety* tidak berhubungan dengan rating *mental toughness* dari pelatih maupun atlet. *Competitive trait anxiety* tidak berhubungan dengan *mental toughness* diantara atlet tennis elit.

Adapun perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Cowden *et al.* (2014) dengan penelitian ini yaitu pada variabel bebas, variabel terikat, dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *learned resourcefulness* dan *competitive trait anxiety*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan *learned resourcefulness* sebagai variabel bebas. Lalu variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah *mental toughness*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan stres akademik sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Cowden dkk adalah atlet tennis dan pelatihnya. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Eroğlu, Akbaba, Adıgüzel, & Peker (2014) dalam penelitian berjudul *Learned resourcefulness and coping with stress in mothers of children with disabilities*. Subjek dalam penelitian ini adalah 222 ibu yang anaknya mengikuti institusi edukasi khusus selama tahun akademik 2011-2012 di Sarakarya, Turkey. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah *pearson correlations*. Hipotesis dari penelitian ini adalah *learned resourcefulness* berhubungan positif dengan jenis coping dari *self-confidence*, optimisme, dan *support-seeking* (jenis coping *problem-focused*). Sementara itu *learned resourcefulness* juga berhubungan negatif dengan jenis coping *submissiveness* dan *helplessness* (jenis coping *emotional-focused*). Hasil penelitian menunjukkan tiga cara coping (*self-confidence*, optimisme, dan *support-seeking*) berhubungan secara positif dengan *learned resourcefulness*. Sedangkan dua cara coping lainnya (*submissiveness* dan *helplessness*) berhubungan secara negatif dengan *learned resourcefulness*.

Terdapat beberapa perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh Eroğlu *et al.* (2014) dengan penelitian ini yaitu pada variabel terikat dan subjek penelitian. Variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah *coping with stress*. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan stres akademik sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek yang diteliti oleh Eroğlu dkk adalah ibu yang anaknya mengikuti institusi edukasi khusus. Sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

Berdasarkan penelitan-penelitian sebelumnya yang telah disebutkan, maka dapat dipastikan bahwa penelitian tentang hubungan antara *learned resourcefulness*

terhadap stres akademik yang akan dilakukan oleh peneliti belum pernah dilakukan pada mahasiswa program sarjana kedokteran umum. Sehingga peneliti akan meneliti hubungan antara *learned resourcefulness* terhadap stres akademik mahasiswa program sarjana kedokteran umum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akgün, B. M., Hiçdurmaz, D., & Öz, F. (2019). The investigation of learned resourcefulness in terms of locus of control, sociotropy-autonomy personality traits, and demographic and professional variables in nurses. *Journal of Psychiatric Nursing*, *10*(3), 155–164. <https://doi.org/10.14744/phd.2019.21549>
- Akmal, S. Z., & Kumalasari, D. (2021). Online learning readiness and well being in Indonesian college students during pandemic: Academic stress as a moderator. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu206>
- Alan, H., Bekar, E. O., Ciftcioglu, G., & Karadag, M. (2019). Relationship between Mobbing Encountered by Nurses and Learned Resourcefulness. *International Journal of Caring Sciences*, *12*(2), 1008–1016. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=c8h&AN=138636090&site=ehost-live>
- Almoallim, H., Aldahlawi, S., Alqahtani, E., Alqurashi, S., & Munshi, A. (2010). Difficulties facing first-year medical students at Umm Alqura University in Saudi Arabia. *Eastern Mediterranean Health Journal*, *16*(12), 1272–1277. <https://doi.org/10.26719/2010.16.12.1272>
- Alotiby, A., Almaghrabi, M., Alosaimy, R., Alharthi, A., Khawandanah, B., Alansari, R., Basahal, A., & Zamil, G. (2021). Learning Environment Quality for Medical Students at Umm Al-Qura University: A Comprehensive Study on Stressors, Sources, and Solutions After Introduction of a New Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery (MBBS) Curriculum. *Advances in Medical Education and Practice*, *Volume 12*(October), 1487–1497. <https://doi.org/10.2147/amep.s343792>
- Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). *Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*. *2*(2), 197–202. <https://doi.org/10.1063/1.3106611>
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II* (II). Pustaka Pelajar.
- Backović, D. V., Živojinović, J. I., Maksimović, J., & Maksimović, M. (2012). Gender differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*, *24*(2), 175–181.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2021). Catalog : 1101001. *Statistik Indonesia 2021*, *1101001*, 790. <https://www.bps.go.id/publication/2020/04/29/e9011b3155d45d70823c141f/statistik-indonesia-2020.html>
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *5*(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>

- Beautrais, A. (2020). Stress and suicide in medical students and physicians. *The New Zealand Medical Student Journal*, April(30), 11–14. <http://search.ebscohost.com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr:2048/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=143166492&lang=es&site=ehost-live&scope=site>
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Bilgiç, Ş., Temel, M., & Çelikkalp, Ü. (2017). Assessment of Learned Resourcefulness, Self-Efficacy and Hope Levels of Nursing Students: A Case Study Tekirdağ. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi*, 4, 117–126. <https://doi.org/10.5222/shyd.2017.117>
- Bilgin, M. (2012). Relations among proposed predictors and outcomes of social self-efficacy in Turkish late adolescents. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 1–18.
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599–609. <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n27p599>
- Caesaria, S. D., (2021, Februari). *Prodi Kedokteran dan Manajemen Jadi Favorit di SNMPTN Unej*. Retrieved from <https://www.kompas.com/edu/read/2021/02/20/131155371/prodi-kedokteran-dan-manajemen-jadi-favorit-di-snmptn-2020-unej?page=all> 2 Oktober 2021.
- Coşkun, Y. (2008). The Prediction of Learned Resourcefulness of High School Students by the Relationship within Their Families. *Journal of the Faculty of Education*, 9(16), 43–65.
- Cole, N. N., Nonterah, C. W., Utsey, S. O., Hook, J. N., Hubbard, R. R., Opare-Henaku, A., & Fischer, N. L. (2015). Predictor and Moderator Effects of Ego Resilience and Mindfulness on the Relationship Between Academic Stress and Psychological Well-Being in a Sample of Ghanaian College Students. *Journal of Black Psychology*, 41(4), 340–357. <https://doi.org/10.1177/0095798414537939>
- Collis, R., & Reed, M. (2016, November 2-6). Non-traditional Students, Non-traditional Teaching: Pathways to Academic Success Include Resourcefulness and Adaptation Skills. *Paper presented at the Higher Education in Transformation Symposium*, Oshawa, Ontario, Canada.
- Cowden, R. G., Fuller, D. K., & Anshel, M. H. (2014). Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: An exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. *Perceptual and Motor Skills*, 119(3), 661–678. <https://doi.org/10.2466/30.PMS.119c27z0>

- Dahlan, M. S. (2009). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan, edisi 4 (deskriptif, bivariat dan multivariat, dilengkapi aplikasi dengan menggunakan spss)*. Salemba Medika.
- DAYIOĞLU, B. (2012). RESILIENCE IN UNIVERSITY ENTRANCE EXAMINATION APPLICANTS: THE ROLE OF LEARNED RESOURCEFULNESS, PERCEIVED SOCIAL SUPPORT, AND GENDER. *A THESIS SUBMITTED TO THE GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES OF MIDDLE EAST TECHNICAL UNIVERSITY, September*, 282.
- Dhita SBK, A. N. (2020). Studi Historis Sekolah Kedokteran Di Indonesia Abad XIX. *Agastya: Jurnal Sejarah Dan Pembelajarannya*, 10(2), 180. <https://doi.org/10.25273/ajsp.v10i2.6481>
- Dianti, N. A., & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 7(2). <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10771>.
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Academic Medicine*, 81(4), 354–373. <https://doi.org/10.1097/00001888-200604000-00009>
- Ekström, F. (2014). How network characteristics influence the use of cannabis and the frequency of binge drinking in 19-years old young adults in Sweden. *Undergraduate Thesis*.
- Erden, S., & Ümmet, D. (2014). Examination of High School Students' Learned Resourcefulness: A Review of Gender, Parental Attitudes, and Values. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(1), 72–82. <https://doi.org/10.15345/iojes.2014.01.008>
- Eroğlu, Y., Akbaba, S., Adıgüzel, O., & Peker, A. (2014). Learned Resourcefulness and Coping with Stress in Mothers of Children with Disabilities. *Eurasian Journal of Educational Research*, 55, 243–262. <https://doi.org/10.14689/ejer.2014.55.14>
- Genç, G. (2016). Learned Resourcefulness as a Way to Handle Retirement At Work: Teachers' Burn Out. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 3(1), 0–0. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2016.01.001>
- Goff, A. (2011). *International Journal of Nursing Learned Resourcefulness in Baccalaureate Nursing Students Learned Resourcefulness in Baccalaureate Nursing Students*. 8(1), 1–22.
- Govindaraj, T. (2017). Objective structured practical examination (OSPE) as a tool in formative assessment of II MBBS students, in pathology. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 6(1), 981–983. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20175723>

- Habeeb, K. A. (2013). Prevalence of stressors among female medical students, Taibah University. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 5(2), 110–119. [https://doi.org/10.1016/s1658-3612\(10\)70140-2](https://doi.org/10.1016/s1658-3612(10)70140-2)
- Hidayat, O., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peranan Mindfulness Terhadap Stres Akademis Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Journal Psikogenesis*, 5(1). <https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.494>
- Hinds, C. (1990). Personal and contextual factors predicting patients' reported quality of life: exploring congruency with Betty Neuman's assumptions. *Journal of Advanced Nursing*, 15(4), 456–462. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1990.tb01839.x>
- Husnar, A. Z., Saniah, S., & Nashori, F. (2017). Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 94. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179>
- Ifdil, T., & Ardi, Z. (2013). Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 1, 143–150.
- Ihsan, D., (2022, Januari). *Daya Tampung Prodi Kedokteran di 10 PTN*. Retrived from <https://www.kompas.com/edu/read/2022/01/07/134410171/daya-tampung-prodi-kedokteran-di-10-ptn-jadi-referensi-snmptn-2022?page=all> 28 Maret 2022.
- Inama, S. (2021). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi Covid-19. *Undergraduate Thesis*, 46.
- Jordan, S. (2013). THE INFLUENCE OF A CHALLENGE COURSE EXPERIENCE ON LEARNED RESOURCEFULNESS AND COHESION WITHIN A SUBGROUP OF A STUDENT LEARNING COMMUNITY. *Faculty of the Graduate College of the Oklahoma State University*, 1–88. <http://www.helpa-prometheus.gr/διαγνωστικές-εξετάσεις-για-τον-καρκί/>
- Joseph, N., Nallapati, A., Machado, M. X., Nair, V., Matele, S., Muthusamy, N., & Sinha, A. (2021). Assessment of academic stress and its coping mechanisms among medical undergraduate students in a large Midwestern university. *Current Psychology*, 40(6), 2599–2609. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00963-2>
- Kadi, A. R., Bahar, H., Sunarjo, I. S., Psikologi, P. S., Oleo, U. H., Akademik, S., & Kedokteran, M. F. (2020). *Universitas Halu Oleo Relationship Between Emotion Regulation With Academic Stress on Students of Medical Faculty Halu Oleo University*. 1(2), 1–10.
- Karuniawan, A., & Cahyanti, Y. (2013). Hubungan antara Academic Stress dengan Smartphone Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 16–21.
- Kennett, D. J., & Keefer, K. (2006). Impact of learned resourcefulness and theories



- of intelligence on academic achievement of university students: An integrated approach. *Educational Psychology*, 26(3), 441–457. <https://doi.org/10.1080/01443410500342062>
- Kennett, D. J., Reed, M. J., & Stuart, A. S. (2013). The impact of reasons for attending university on academic resourcefulness and adjustment. *Active Learning in Higher Education*, 14(2), 123–133. <https://doi.org/10.1177/1469787413481130>
- Kennett, D. J., Quinn-Nilas, C., & Carty, T. (2020). The indirect effects of academic stress on student outcomes through resourcefulness and perceived control of stress. *Studies in Higher Education*, 0(0), 1–13. <https://doi.org/10.1080/03075079.2020.1723532>
- Khan, M. J., Altaf, S., & Kausar, H. (2013). Effect of perceived academic stress on students' performance. *FWU Journal of Social Sciences*.
- Klingenber, M., Gwozdz, A., & Gill, D. (2011). The competitive environment in undergraduate medical education: Is it a barrier to becoming a “Good Doctor”? *Amee*, 27(3), 2005.
- Konsil Kedokteran Indonesia. (2012). Standar pendidikan profesi dokter Indonesia. In *Konsil Kedokteran Indonesia*.
- Kumaraswamy, N. (2013). Academic Stress, Anxiety and Depression among College Students- A Brief Review. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 5(1), 135–143.
- Lai, C. Y., Zauszniewski, J. A., Tang, T. C., Hou, S. Y., Su, S. F., & Lai, P. Y. (2014). Personal beliefs, learned resourcefulness, and adaptive functioning in depressed adults. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21(3), 280–287. <https://doi.org/10.1111/jpm.12087>
- Lal, K. (2014). ACADEMIC STRESS AMONG ADOLESCENT IN RELATION TO INTELLIGENCE AND DEMOGRAPHIC FACTORS. *American International Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, 5(1), 123–129. <https://doi.org/10.1108/eb016458>
- Lee, K.-T., Rong, J.-R., Hsu, S.-P., Liu, C.-Y., & Kuo, C.-J. (2018). The Effects of Problem-Solving Skills Training on Self-control Behaviors and Psychotic Symptoms Among Community-Dwelling Patients With Schizophrenia. *International Journal of Studies in Nursing*, 3(2), 51. <https://doi.org/10.20849/ijns.v3i2.384>
- Leung, M., & He, X. (2012). Educational Psychology : An International Journal of Experimental Resourcefulness : a protective factor buffer against the academic stress of school - aged children. *Educational Psychology*, 30(4), 395–410. <https://doi.org/10.1080/01443411003682574>
- Li, X., Theisen, A., Seo, C., & Sibley, D. S. (2018). Resourcefulness: Current Insights and Future Directions for Family Scholars and Clinicians. *Family*

- Journal*, 26(4), 433–443. <https://doi.org/10.1177/1066480718806521>
- Lucas, D. D. (2010). Learned resourcefulness in working women who are poor and uninsured. *Learned Resourcefulness in Working Women Who Are Poor & Uninsured*, 111 p-111 p. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cin20&AN=109853801&site=ehost-live&scope=site>
- Martin, R. D., & Kennett, D. J. (2019). Interpreting Students' Experiences with Academic Disappointments Using Resourcefulness Scores as a Lens. *Teaching & Learning Inquiry*, 7(2), 136–153.
- Martin, Rebecca D., & Kennett, D. J. (2017). To be kind or not to be kind: The moderating role of self-compassion in the relationship between general resourcefulness and academic self-regulation. *Journal of Social Psychology*, 158(5), 626–638. <https://doi.org/10.1080/00224545.2017.1407286>
- Maulana, Z. F., Soleha, T. U., Saftarina, F., & Siagian, J. M. C. (2014). Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Kedua di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 3(4), 154-162.
- Maulina, B., & Sari, D. R. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>
- Meichenbaum, D. (1977). Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach. In *American Journal of Psychiatry* (Vol. 135, Issue 7). <https://doi.org/10.1176/ajp.135.7.878-a>
- Melaku, L., Mossie, A., & Negash, A. (2015). Stress among Medical Students and Its Association with Substance Use and Academic Performance. *Journal of Biomedical Education*, 2015, 1–9. <https://doi.org/10.4172/2378-5756.1000448>
- Mezo, P. G., & Francis, S. E. (2012). Modeling the interrelationship of learned resourcefulness, self-management, and affective symptomatology. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34(1), 11–21. <https://doi.org/10.1007/s10862-011-9264-3>
- Muhammad, D. G., Ahmad, A. A., & Usman, J. S. (2019). Assessment of Level and Sources of Stress Among Allied Health Sciences Students of Bayero University Kano: A Comparison Between Clinical and Pre-Clinical Students. *Education in Medicine Journal*, 11(1), 11–19. <https://doi.org/10.21315/eimj2019.11.1.2>
- Mustikawati, I. F., & Putri, P. M. (2018). Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Herb-Medicine Journal*, 1(2), 122–128. <https://doi.org/10.30595/hmj.v1i2.3489>

- Nagpal, S., Grewal, S., Walia, L., & Kaur, V. (2015). A Study to Access the Exam Stress in Medical College and Various Stressors Contributing To Exam Stress. *Scholars Journal of Applied Medical Sciences*, 3(7C), 2615–2620. [www.saspublisher.com](http://www.saspublisher.com)
- Ngai, F. W., & Chan, S. W. C. (2012). Learned resourcefulness, social support, and perinatal depression in Chinese mothers. *Nursing Research*, 61(2), 78–85. <https://doi.org/10.1097/NNR.0b013e318240dd3f>
- Ooi, C., Chung, Y., Ping, D. C., Zahari, S., Ravindran, S., & Kannathasan, K. (2020). The Association Between Self-esteem and Academic Stress Among Undergraduate Medical Students. *International Journal of Biomedical and Clinical Sciences*, 5(2), 64–74. <http://www.aiscience.org/journal/ijbcshttp://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Peterson, K. (2013). Learned resourcefulness, danger in intimate partner relationships, and mental health symptoms of depression and ptsd in abused women. *Issues in Mental Health Nursing*, 34(6), 386–394. <https://doi.org/10.3109/01612840.2013.771233>
- Prabamurti, G. A. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Pemicu Level Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/9rw8y>
- Prasetyawati, N. (2019). Hubungan antara Spiritualitas dan Adversity Quotient pada Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri X dan Y di Surabaya. *Hubungan Antara Spiritualitas Dan Adversity Quotient Pada Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri X Dan Y Di Surabaya*, 3(1), 26–35.
- Purwanto. (2015). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi dan pendidikan* (B. Santoso (ed.)). Pustaka Pelajar.
- Purwati, M., & Rahmadani, A. (2018). *HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN PADA TEMAN SEBAYA DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TEKNIK PERENCANAAN WILAYAH DAN KOTA UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG*. 7(April), 2018.
- Rachman, S. (1990). Learned resourcefulness in the performance of hazardous tasks. In M. Rosenbaum (Ed.), *Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior*. Springer Publishing Co.165-181.
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1.977>
- Rahmi, N. (2013). Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa

Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes NAD TA. 2011/2012. *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah*, 2(1), 66–76.

- Rongione, L. (2014). THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-TALK, LEARNED RESOURCEFULNESS, AND ACADEMIC STRESS. *A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts in Clinical Psychology*, 26–30.
- Rosenbaum, M. (1989). Self-control under stress: The role of learned resourcefulness. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 11(4), 249–258. [https://doi.org/10.1016/0146-6402\(89\)90028-3](https://doi.org/10.1016/0146-6402(89)90028-3)
- Ruiz-Robledillo, N., Albaladejo-Blázquez, N., Ferrer-Cascales, R., Sánchez-Sansegundo, M., & Zaragoza-Martí, A. (2020). GENDER DIFFERENCES IN ACADEMIC STRESS AFTER COVID-19 IN UNIVERSITY STUDENTS, *ICERI2020 Proceedings*, 8769-8773. <https://library.iated.org/view/RUIZROBLEDILLO2020GEN>
- Rustam, H. K., & Tentama, F. (2020). Creating academic stress scale and the application for students: Validity and reliability test in psychometrics. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 9(1), 661–667.
- Ruzhenkova, V. V., Ruzhenkov, V. A., Lukyantseva, I. S., & Anisimova, N. A. (2018). Academic stress and its effect on medical students' mental health status. *Drug Invention Today*, 10(7), 1171–1174.
- Saldaña Orozco, C., De Loera Soto, L. A., & c, B. E. (2017). Evaluation of Stress Academic Levels of Medical Students of The South University Center. Case: Ciudad Guzman. *Ciencia & Trabajo*, 19(58), 31–34. <https://doi.org/10.4067/s0718-24492017000100031>
- Salih, S., Fageehi, M., Hakami, S., Ateya, E., Hakami, M., Hakami, H., Ghazwani, B., Alabdali, Y., & Mustafa, M. (2021). Academic difficulties among medical students at jazan university: A case–control study. *Advances in Medical Education and Practice*, 12, 723–729. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S307554>
- Sani, M., Mahfouz, M. S., Bani, I., Alsomily, A. H., Alagi, D., Alsomily, N. Y., Madkhaly, F. M., Madkhali, R., Hakami, A. A. M., Hakami, A., Shaabi, S., Al Ebrahim, S., Mashiakhi S. H., Ageel, B., & Asirim S. (2012). Prevalence of stress among medical students in Jizan University, Kingdom of Saudi Arabia. *Gulf Med J*, 1(1), 19–25.
- Sari M. I., Lisiswanti R, & Oktaria D. (2016) Pembelajaran di Fakultas Kedokteran : pengenalan bagi mahasiswa baru. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*. 1(2):399–403.
- Smrekar, M., Ledinski Fičko, S., Hošnjak, A. M., & Ilić, B. (2017). Use of the

- Objective Structured Clinical Examination in Undergraduate Nursing Education. *Croatian Nursing Journal*, 1(1), 91–102. <https://doi.org/10.24141/2/1/1/8>
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d* (D. I. Sutopo (ed.)). Alfabeta.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. yu, & Xu, A. qiang. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>
- Suryana, S. (2018). Peran perguruan tinggi dalam pemberdayaan masyarakat. *Jurnal Pendidikan Islam Rabbani*, 2(2), 368–379. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/rabbani/article/view/1443>
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology (Edisi ke-10)*.
- Topcu, U., & Yucekaya, P. (2017). Relationship of Learned Resourcefulness and Burnout Levels: A Research in an Industrial Enterprise. *INTERNATIONAL JOURNAL OF ECONOMIC STUDIES*, 4(3), 23–41. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/792932>
- Wang, Y. F., & Zauszniewski, J. A. (2017). Predictors of Resourcefulness in Preadolescent Children. *Western Journal of Nursing Research*, 40(8), 1163–1183. <https://doi.org/10.1177/0193945917700139>
- Widhiarso, W. (2010). *Uji linieritas hubungan*. 2–6.
- Widiyani, R. (2021, Maret). *Fakultas Kedokteran Jadi Incaran, Peta Kompetisi di UI, UGM, dan Lainnya*. Retrived from <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-5514981/fakultas-kedokteran-jadi-incaran-peta-kompetisi-di-ui-ugm-dan-lainnya> 1 Oktober 2021.
- Yektiningtyastuti. (2021). PERBEDAAN KESADARAN BUDAYA , PENGALAMAN BUDAYA , DAN PERILAKU PTN DAN PTS DI PROVINSI JAWA TENGAH , INDONESIA TEACHING BEHAVIOR BETWEEN NURSING LECTURERS AT PUBLIC AND PRIVATE COLLEGES IN. *Hasil Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat VI Tahun 2021*, 51–57.
- Yusoff, M. S. B., Abdul Rahim, A. F., Baba, A. A., Ismail, S. B., Mat Pa, M. N., & Esa, A. R. (2013). Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among prospective medical students. *Asian Journal of Psychiatry*, 6(2), 128–133. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2012.09.012>
- Zauszniewski, J. A. (2016). Resourcefulness. *Western Journal of Nursing Research*, 38(12), 1551–1553. <https://doi.org/10.1177/0193945916665079>