

HUBUNGAN *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS RIAU

Charmila Sari¹, Firdaus², Devi Risma³

ABSTRACT

Medical students, especially fresh students are vulnerable to get stress. The stress level on each student is influenced by many factors, one of the factors is Adversity Quotient. A nice AQ is able to help somebody to face the stress. The purpose of this research is to discover the relationship between Adversity Quotient and the stress level on fresh student in Medical Faculty of Riau University. Research design used in this research is analytic correlative and cross sectional approach. Total samples are 110 people, sampling technique is Total Sampling. Collecting data used Adversity Quotient questionnaire based on theory of Paul G Stoltz and Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ). The result of research showed that 6 people (5.5%) who has mild stress level, 76 people (69,1%) who has medium stress level, 28 people (25,5%) who has heavy stress level, and no one who are severe stress level. Analyzing data used Spearman correlation test and significance level $p < 0,05$, it is acquired that rate $p = 0,00$, rate $r = -0,504$ and rate r Square = 0,254. It means there is significant negative connection on fresh student in Medical Faculty of Riau University.

Keyword: *stress level, adversity quotient*

PENDAHULUAN

Stres merupakan respon individu terhadap perubahan dan kejadian yang mengancam. Hal ini juga dialami oleh mahasiswa kedokteran. Secara umum *stressor*

¹Penulis: Charmila Sari. Email: charmilasari@yahoo.com

²Fakultas Kedokteran Universitas Riau Bagian Pendidikan Kedokteran

³Fakultas Kedokteran Universitas Riau Bagian Psikologi

pada mahasiswa kedokteran dikategorikan menjadi *stressor* terkait akademik, hubungan intrapersonal dan interpersonal, hubungan belajar-mengajar, hubungan sosial, keinginan dan pengendalian serta *stressor* terkait aktivitas kelompok. Bagi mahasiswa tahun pertama perkuliahan, keadaan transisional merupakan salah satu faktor yang cukup berperan terhadap timbulnya stres.¹⁻⁴

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*.⁵⁻⁷

Adversity Quotient (AQ) merupakan kemampuan individu dalam menghadapi, bertahan dan mengatasi kesulitan. Tingkat *AQ* individu dinilai berdasarkan dimensi-dimensi *AQ* 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 bertahan dan berhubungan dengan persepsi individu tentang berapa lama kesulitan akan berlangsung).^{6,8}

Individu merespon kesulitan-kesulitan yang sedang dihadapinya sebagai suatu peristiwa stres dengan tingkat yang berbeda-beda. Sebagian individu menjadi putus asa, tetapi sebagian lain merasa bersemangat oleh tantangan yang ditimbulkan peristiwa tersebut. Hal ini selaras dengan konsep *Adversity Quotient*.^{5,6}

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau terkait peranan *AQ* dalam menghadapi stres.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 Februari 2013. Sampel berjumlah 110 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran *Adversity Quotient* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Gambaran *Adversity Quotient* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang diperoleh dari kuesioner *AQ*, berdasarkan teori Paul G Stoltz, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi *Adversity Quotient*

Kriteria	Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	< 53,71	14	12,7
Sedang	53,72 - 70,89	78	70,9
Tinggi	> 70,90	18	16,4
Total		110	100

Berdasarkan tabel 4.1, *Adversity Quotient* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau tergolong tinggi berjumlah 18 orang (16,4%), *AQ* sedang berjumlah 78 orang (70,9%) dan *AQ* rendah berjumlah 14 orang (12,7%).

2. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Gambaran tingkat stres mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau berdasarkan *Medical Student Stressor Questionnaire* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tingkat stres

Tingkat stres	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	6	5,45
Sedang	76	69,1
Berat	28	25,45
Sangat berat	9	0
Total	110	100

Berdasarkan tabel 4.2, distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau, diukur dengan *Medical Student Stressor Questionnaire*, yang mengalami stres ringan berjumlah 6 orang (5,5%), stres sedang berjumlah 76 orang (69,1%), stres berat 28 orang (25,5%) dan tidak ada yang mengalami stres sangat berat.

3 Hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Untuk mengetahui hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau digunakan uji hipotesis korelasi *Spearman*. Hasil uji hipotesis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3 Uji hipotesis hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres

Variabel	<i>r</i>	<i>r square</i>	<i>p</i>	Arah korelasi
<i>Adversity Quotient</i> dengan tingkat stres	-0,504	0,254	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.3, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara *Adversity Quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,00$, $r = -0,504$ dan $r^2 = 0,254$). *Adversity Quotient* berpengaruh 25,4% terhadap tingkat stres.

Hasil uji hipotesis korelasi masing-masing dimensi *Adversity Quotient* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Uji hipotesis hubungan dimensi *control Adversity Quotient* dengan tingkat stres

Variabel	<i>r</i>	<i>r square</i>	<i>p</i>	Arah korelasi
<i>Control AQ</i> dengan tingkat stres	-0,415	0,172	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.4, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dimensi *control Adversity Quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,00$, $r = -0,415$ dan $r^2 = 0,172$). Dimensi *control Adversity Quotient* berpengaruh 17,2% terhadap tingkat stres.

Tabel 4.5 Uji hipotesis hubungan dimensi *origin-ownership Adversity Quotient* dengan tingkat stres

Variabel	<i>r</i>	<i>r square</i>	<i>p</i>	Arah korelasi
<i>Origin-Ownership AQ</i> dengan tingkat stres	-0,660	0,437	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.5, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dimensi *origin-ownership Adversity Quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi kuat dan arah berlawanan ($p = 0,00$, $r = -0,660$ dan $r^2 = 0,437$). Dimensi *origin-ownership Adversity Quotient* berpengaruh 43,7% terhadap tingkat stres.

Tabel 4.6 Uji hipotesis hubungan dimensi *reach Adversity Quotient* dengan tingkat stres

Variabel	<i>r</i>	<i>r square</i>	<i>p</i>	Arah korelasi
<i>Reach AQ</i> dengan tingkat stres	-0,478	0,228	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.6, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dimensi *reach Adversity Quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,00$, $r = -0,478$ dan $r^2 = 0,228$). Dimensi *reach Adversity Quotient* berpengaruh 22,8% terhadap tingkat stres.

Tabel 4.7 Uji hipotesis hubungan dimensi *endurance Adversity Quotient* dengan tingkat stres

Variabel	<i>r</i>	<i>r square</i>	<i>p</i>	Arah korelasi
<i>Endurance AQ</i> dengan tingkat stres	-0,449	0,202	0,000	Negatif

Berdasarkan tabel 4.7, didapatkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dimensi *endurance Adversity Quotient* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang dan arah berlawanan ($p = 0,00$, $r = -0,449$ dan $r^2 = 0,202$). Dimensi *endurance Adversity Quotient* berpengaruh 20,2% terhadap tingkat stres.

PEMBAHASAN

1. Gambaran *Adversity Quotient* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan tabel 4.1, didapatkan hasil penelitian terhadap 110 mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau, didapatkan mahasiswa tahun pertama paling banyak memiliki *Adversity Quotient* (*AQ*) sedang, yaitu 78 orang (70,9%), *AQ* tinggi 18 orang (16,4%) dan *AQ* rendah 14 orang (12,7%). Perbedaan tingkat *AQ* ini dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya adalah kemampuan seseorang dalam pengembangan *AQ*, yaitu cara seseorang merespon kesulitan, mengetahui dan menganalisa kesulitan yang sedang berlangsung serta kemampuannya dalam mengatasi kesulitan tersebut.⁶

Berdasarkan teori *Adversity Quotient* yang dikembangkan oleh Paul G Stoltz, mahasiswa yang memiliki tingkat *AQ* sedang disebut dengan istilah *Campers*. Tipe ini memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi kesulitan dan

tantangan, tetapi tidak mampu bertahan dalam kesulitan dan tantangan yang dirasa mengancam. *Campers* memiliki kemampuan yang terbatas dalam menghadapi perubahan-perubahan, terutama perubahan besar yang menuntut banyak adaptasi. Mereka merasa puas dan mencukupkan diri dengan apa yang didapat, sehingga kurang mengembangkan potensi yang dimiliki secara maksimal.⁶

Mahasiswa yang memiliki *Adversity Quotient* tergolong tinggi dikenal dengan istilah *Climbers*. Tipe ini merupakan mahasiswa yang memiliki kemampuan bertahan dalam menghadapi kesulitan yang sangat baik dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai peluang untuk terus berkembang.⁶

Mahasiswa yang memiliki *Adversity Quotient* tergolong rendah dikenal dengan istilah *Quitters*. Tipe ini mengindikasikan mahasiswa yang memiliki kemampuan rendah dalam menghadapi kesulitan dan mereka cenderung menolak kesempatan yang diikuti dengan tantangan.⁶

3 Gambaran tingkat stres mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan tabel 4.2, didapatkan hasil penelitian terhadap 110 mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau, menggunakan *Medical Student Stressor Questionnaire*, mahasiswa paling banyak memiliki tingkat stres sedang berjumlah 76 orang (69,1%), stres berat 28 orang (25,5%), ringan berjumlah 6 orang (5,5%) dan tidak ada yang mengalami stres sangat berat. Perbedaan tingkat stres seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya *self efficacy*, cara *coping stress*, ketahanan psikologi, kecerdasan emosional dan *Adversity Quotient*.⁵⁻⁷

Berdasarkan *Medical Student Stressor Questionnaire*, Mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau sebagian besar memiliki tingkat stres sedang. Artinya, Sebagian besar mahasiswa memiliki stres yang cukup mengganggu, tetapi stres tersebut dapat dikelola dengan baik. Mahasiswa yang memiliki tingkat stres berat mengindikasikan kadar stres yang mengganggu kestabilan emosi dan berakibat terganggunya kegiatan sehari-hari. Mahasiswa yang memiliki tingkat stres ringan mengindikasikan *stressor* yang ada tidak menyebabkan stres.²

Pada awal menjalani pendidikan kedokteran, kesehatan mental mahasiswa kedokteran dengan mahasiswa non kedokteran secara umum sama. Namun, dari berbagai penelitian didapatkan hasil bahwa kesehatan mental mahasiswa kedokteran memburuk selama proses pendidikan di kedokteran. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Amerika Serikat dan Eropa didapatkan hasil bahwa sepertiga mahasiswa kedokteran tahun pertama memiliki kesehatan mental yang buruk dan meningkat pada mahasiswa tingkat lanjutan sebesar 25%-52%.⁹ Penelitian yang dilakukan Radloff dan Rutler pada remaja-remaja diantara ras-ras berbeda menunjukkan gejala depresi meningkat pada usia remaja dan mencapai puncak pada usia 17-18 tahun.¹⁰ Sementara, pada mahasiswa kedokteran berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vilaseeni V didapatkan hasil bahwa tingkat stres tertinggi berada pada usia 19-20 tahun.¹¹

Tingginya tingkat stres pada mahasiswa kedokteran berdampak terhadap kemampuan akademik mahasiswa dan kemampuan mahasiswa dalam bersosialisasi dengan lingkungan, sementara kemampuan yang dibutuhkan oleh seorang dokter profesional adalah pengetahuan, keterampilan dan kemampuan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Selain itu, kesehatan mental juga mempengaruhi kesehatan jasmani seseorang. Untuk itu, dibutuhkan kemampuan yang baik dalam manajemen stres. Terkait hal tersebut, fakultas kedokteran diharapkan dapat memberikan bantuan kepada mahasiswa dalam memberikan pelatihan dan konseling terkait permasalahan yang dihadapi mahasiswa dan membantu dalam menciptakan lingkungan belajar yang nyaman.

5.4 Hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau

Berdasarkan tabel 4.3, diketahui bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara *Adversity Quotient* (*AQ*) dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi berlawanan. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$), nilai $r = -0,504$ dan $r^2 = 0,254$. Semakin tinggi *AQ* seseorang maka semakin rendah tingkat

stres orang tersebut. *AQ* berpengaruh 25,4% terhadap tingkat stres. Tingkat stres juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, baik yang bersifat internal, seperti kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual, cara *coping stres*, ketahanan psikologi dan *self efficacy* maupun faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan lingkungan.^{5,7}

Adversity Quotient memiliki empat dimensi, yaitu *control* (kontrol), *origin-ownership* (asal-usul dan tanggung jawab), *reach* (jangkauan) dan *endurance* (daya tahan). Dari keempat dimensi tersebut, yang memiliki kekuatan korelasi paling kuat dengan tingkat stres adalah dimensi *origin-ownership* (asal-usul dan tanggung jawab) dengan nilai $p = 0,00$ dan kekuatan korelasi kuat ($r = -0,660$). Artinya, terdapat hubungan yang bermakna antara dimensi *origin-ownership AQ* dengan tingkat stres, sehingga semakin baik kemampuan seseorang dalam mengenal penyebab suatu *stressor* dan bertanggung jawab terhadap *stressor* tersebut maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakannya. Dimensi *origin-ownership AQ* berpengaruh terhadap tingkat stres sebesar 43,7% ($r^2 = 0,437$).

Individu yang mengenali penyebab (*origin*) dari *stressor* yang sedang dihadapinya akan lebih mudah dan efektif dalam menyelesaikan suatu kesulitan karena penyelesaian masalah langsung tertuju pada penyebabnya. Rasa tanggung jawab (*ownership*) yang dimiliki individu juga membantu dalam mengurangi tingkat stres. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki tanggung jawab terhadap suatu *stressor* cenderung merespon *stressor* sebagai sesuatu yang harus segera diselesaikan. Berbeda dengan individu yang memiliki nilai *ownership* rendah, mereka cenderung melimpahkan tanggung jawab kepada orang lain dan cenderung tidak peduli terhadap penyelesaian dari permasalahan yang dihadapinya. Hal ini tentunya akan menjadikan *stressor* bertahan dan tidak mengurangi tingkat stres karena adanya penundaan penyelesaian masalah

Dimensi *Adversity Quotient (AQ)* yang memiliki kekuatan korelasi terkuat dengan tingkat stres setelah dimensi *origin-ownership* (asal-usul dan tanggung jawab) adalah dimensi *reach* (jangkauan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dimensi *reach AQ* dengan tingkat stres. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,00$, nilai $r = -0,478$ dan $r^2 = 0,228$. Kekuatan korelasi

dalam penelitian ini adalah sedang dan dimensi *reach AQ* berpengaruh 22,8% terhadap tingkat stres. Semakin baik kemampuan seseorang membatasi akibat yang ditimbulkan oleh suatu *stressor* agar tidak berdampak terhadap bidang kehidupan lain, maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakannya.

Kemampuan seseorang dalam membatasi dampak terhadap kesulitan yang sedang dihadapi dapat mengurangi stres karena tidak terjadi stres menyeluruh terhadap aspek-aspek kehidupan lainnya. *Stressor* bersifat terbatas dan tidak mempengaruhi psikis individu sepanjang waktu. Sebagai contoh, mahasiswa yang memiliki kemampuan *reach* yang baik, ketika mengalami konflik dengan keluarga, ia mampu mengontrol keadaan agar tidak mengganggu kegiatan perkuliahannya, sehingga mahasiswa tersebut tetap dapat fokus dan optimal dalam menjalani perkuliahan.

Hasil penelitian tentang hubungan dimensi *endurance Adversity Quotient (AQ)* dengan tingkat stres diperoleh nilai $p = 0,00$, nilai $r = -0,449$ dan nilai $r^2 = 0,202$. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara dimensi *endurance AQ* dengan tingkat stres dengan kekuatan korelasi sedang. Semakin baik kemampuan seorang dalam bertahan dan menghadapi *stressor*, maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakannya. Dimensi *endurance AQ* berpengaruh terhadap tingkat stres sebesar 20,2%.

Individu yang memiliki daya tahan yang baik terhadap suatu *stressor* cenderung lebih efektif dalam mengatasi stres dengan menggunakan pendekatan *coping stress* yang berfokus masalah. Ketika suatu *stressor* terjadi, mereka akan melakukan sesuatu untuk mengubah *stressor* atau memodifikasi reaksi mereka, sehingga meringankan efek stres yang ditimbulkan. Sementara, individu yang memiliki daya tahan yang rendah menggunakan cara *coping stress* berfokus emosi. Individu tersebut melakukan penyangkalan terhadap *stressor* dan berusaha menghindarinya.⁷ Hal ini tentunya tidak akan membantu individu dalam mengatasi stres karena *stressor* akan terus berlangsung.

Dimensi yang memiliki tingkat kekuatan korelasi paling rendah dibanding dimensi-dimensi *Adversity Quotient (AQ)* lainnya adalah dimensi *control* (kontrol).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara dimensi *control AQ* dengan tingkat stres. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,00$, nilai $r = -0,415$ dan nilai $r^2 = 0,172$ dengan kekuatan korelasi sedang. Semakin baik kontrol seorang dalam menghadapi *stressor*, maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakannya. Dimensi *control AQ* berpengaruh terhadap tingkat stres sebesar 17,2%.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur fisik, psikis dan perilaku dengan menyesuaikannya dengan situasi dan kondisi.¹² Ketika individu dihadapkan dengan *stressor* psikis, hal ini akan mempengaruhi fisik dan perilakunya. Individu yang memiliki kontrol diri baik dapat mengendalikan fisik, psikis dan perilakunya agar tidak saling terpengaruh oleh efek yang ditimbulkan *stressor*. Semakin besar dampak negatif *stressor* psikis yang dirasakan oleh fisik dan perilaku seseorang, maka tingkat stres yang ditimbulkan semakin tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi *Adversity Quotient* mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau umumnya berada pada tingkat sedang.
2. Distribusi tingkat stres mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau umumnya berada pada tingkat sedang.
3. Terdapat hubungan *Adversity Quotient* dengan tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Riau dan mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau, yaitu angkatan 2013 serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

KEPUSTAKAAN

1. National Institutes of Health [homepage on the Internet]. Klirkland: Family Medical Psychiatry Center [update 2013 Feb 26; cited 2013 Nov 2]. Adjustment disorder. Available from : <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000932.htm>
2. Yusoff M, Rahim A. The Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual. Malaysia: KKMED; 2010.
3. Ross SE, Niebling BC, Heckert TM. Sources of Stress Among College Student. EBSCOhost. 2008. Oct 1; 33(2):312.
4. Stern TA, Rosenbaum JF, Fava M, Biederman J, Rauch SL, et.al.. Adjustment disorder. NIH USA. 2012 jul 3; 38.
5. Laura AK. Psikologi Umum. Jakarta: Salemba humanika; 2010.
6. Stoltz, Paul G. *Adversity Quotient* Mengubah Hambatan Menjadi Peluang. 7th. ed. Yovita H, editor. Jakarta: Gramedia; 2007.
7. *Seffrey SN, Spanres AR, Beverly G. Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga; 2005.*
8. Poolka S. Adversity Quotient: A New Paradigm to Explore. Punjab: International Journal of Contemporary Business Studies. 2012 Apr 4;3(4):67-78.
9. Dyrbye L, Thomas M, Shanafelt T. Medical Student Distress: Causes, Consequences, and Proposed Solutions. Mayo Clin Proc. 2005;80(12):1613-1622
10. Darmayanti, N. Meta - Analisis: Gender dan Depresi pada Remaja. Jurnal Psikologi Ugm.. 2008. 35(2) 164-180.
11. Vilaseeni V. Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013. E-Journal FK USU. 2013. 1 (1).
12. *Agustina A, Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. Jurnal Fisip Unisma. 2012. 5(2).*