

ABSTRAK

Latar Belakang: Tingkat stres yang dialami mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan dengan populasi umum.¹ Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa kedokteran memiliki tuntutan akademik yang lebih tinggi dan salah satu tugas yang dikenal cukup membebani mahasiswa kedokteran adalah skripsi.^{16,18,21} Hal tersebut menyebabkan mahasiswa kesulitan menyelesaikan skripsinya sesuai tenggat waktu yang telah ditentukan.⁴ Salah satu faktor yang mempengaruhi hal tersebut adalah keterampilan manajemen waktu mahasiswa yang masih memprihatinkan.^{5,6} Selain itu, penelitian sebelumnya terkait hubungan keterampilan manajemen waktu terhadap stres mahasiswa didapatkan hasil beragam karena terdapat hasil yang berhubungan dan tidak berhubungan.^{3,22} Oleh karena itu diperlukan penelitian lebih lanjut untuk melihat hubungan keterampilan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh tingkat keterampilan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa Kedokteran Universitas Diponegoro yang sedang mengerjakan skripsi. **Metode:** Sampel penelitian ini menggunakan metode *total sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, jumlah responden yang mengisi *online* kuesioner sebanyak 152 orang (*response rate*= 71,6%). Uji statistik menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*. **Hasil:** Responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 111 mahasiswa dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 41 mahasiswa (*n*=152). Tingkat keterampilan manajemen waktu didominasi oleh tingkat sedang dengan jumlah 126 mahasiswa dan tingkat stres didominasi oleh tingkat sedang dengan jumlah 94 mahasiswa. Pada uji *rank Spearman* didapatkan nilai signifikansi $p < 0,0001$ dan kekuatan korelasi antara kedua variabel adalah -0,513. **Simpulan:** Terdapat hubungan signifikan kuat dengan korelasi negatif antara tingkat keterampilan manajemen waktu dengan tingkat stres pada mahasiswa Kedokteran Universitas Diponegoro yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi tingkat keterampilan manajemen waktu maka semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa.

ABSTRACT

Background: The level of perceived stress by medical students is higher compared to the general population.¹ This may be due to the higher academic demands placed on medical students and one of the academic tasks known to be quite difficult is the thesis.^{16,18,21} This challenge causes students to struggle with completing their theses within the deadlines.⁴ One of the factors influencing this is the students' poor time management skills.^{5,13} In addition, previous studies on the relationship between time management skills on students stress have yielded varied results, with some showing a correlation and others not.^{3,22} Therefore, further research is needed to examine the relationship between time management skills and stress levels among students working on their theses. **Objective:** To determine the effect of time management skills on stress level among medical students doing thesis at Diponegoro University. **Methods:** The sample in this study was selected using the total sampling method based on inclusion and exclusion criteria, with 152 respondents completing the online questionnaire (response rate = 71.6%). The statistical test used was the Spearman Rank correlation test. **Results:** The respondents consisted of 111 female students and 41 male students (n=152). Time management skills is dominated by moderate level, with 126 students, while stress level is mostly moderate, with 94 students. In the Spearman Rank test, a significance value of $p < 0.0001$ was found, and the correlation strength between the two variables was -0.513.. **Conclusion:** There is a negative and strong significant relationship between the level of time management skills and the level of stress among medical students doing thesis at Diponegoro University. The higher the level of time management skills, the lower the level of stress experienced by the students.