

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa sering menghadapi berbagai tekanan akademik maupun non-akademik yang dapat menyebabkan stres. Keikutsertaan dalam organisasi kemahasiswaan memberikan kesempatan untuk mengembangkan diri, namun tanggung jawab tambahan dan tuntutan waktu juga berpotensi meningkatkan tingkat stres. Bukti mengenai perbedaan tingkat stres antara mahasiswa yang aktif berorganisasi dan yang tidak aktif masih terbatas.

Tujuan: Mengetahui perbedaan tingkat stres antara mahasiswa yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan dan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Responden dipilih menggunakan total sampling dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu mahasiswa yang aktif dan tidak aktif berorganisasi. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner PSS. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui rerata skor stres pada masing-masing kelompok, sedangkan uji hipotesis dilakukan menggunakan *Independent Sample t-test* untuk menganalisis perbedaan antara kedua kelompok.

Hasil: Rerata skor stres pada mahasiswa yang aktif berorganisasi adalah $19,22 \pm 4,50$ sedangkan pada mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi sebesar $16,25 \pm 4,74$. Perbedaan rerata antara kedua kelompok adalah 2,97. Hasil uji *Independent Sample t-test* menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara kedua kelompok ($p = 0,001$). Selain itu, proporsi stres berat hingga sangat berat lebih

tinggi pada mahasiswa yang aktif berorganisasi (76,2%) dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi (55,0%).

Kesimpulan: Terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa yang aktif berorganisasi dan yang tidak aktif berorganisasi, dengan tingkat stres yang lebih tinggi pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi.

Kata kunci: *aktivitas organisasi, tingkat stres, mahasiswa kedokteran, organisasi kemahasiswaan.*

ABSTRACT

Background: University students often face various academic and non-academic pressures that may lead to stress. Participation in student organizations provides opportunities for self-development; however, additional responsibilities and time demands may also increase stress levels. Evidence regarding differences in stress levels between students who are active in organizations and those who are not remains limited.

Objective: To determine the difference in stress levels between students who are active in student organizations and those who are not active.

Methods: This study used an analytic observational design with a cross-sectional approach conducted among medical students at the Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro. Respondents were selected using total sampling and divided into two groups: students who were active and those who were not active in organizations. Stress levels were measured using the Perceived Stress Scale (PSS). Descriptive analysis was used to determine the mean stress scores, while the Independent Sample t-test was used to analyze differences between the two groups.

Results: The mean stress score among students who were active in organizations was 19.22 ± 4.50 , while among those who were not active it was 16.25 ± 4.74 , with a mean difference of 2.97. The Independent Sample t-test showed a statistically significant difference between the two groups ($p=0.001$). In addition, the proportion of severe to very severe stress was higher among students who were active in organizations (76.2%) compared to those who were not active (55.0%).

Conclusion: There is a significant difference in stress levels between students who are active in organizations and those who are not, with higher stress levels observed in students who are active in organizations.

Keywords: *organizational activity, stress level, medical students, student organizations.*