

Studi Deskriptif Mengenai *Hardiness* pada Koasisten Angkatan 2013 di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X”

Descriptive Study about Hardiness at the Class of 2013 Co-Assistant at the Dentistry Faculty of “X” University

¹Galih Pratama, ²Hedi Wahyudi

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116
email: ¹galihpratama1995@gmail.com, ²hedihway@yahoo.co.id

Abstract. The Dental Profession Education Programme is a further education from the bachelors of dentistry which is a requirement to get a dentist degree and is authorized to provide dental and oral health services. At this level of education, co-assistants are faced with the obligation to resolve requirements which consist of a series of clinical work, case reports and or journal reading, seminars, and various kind of tests. At the class of 2013 there are several new policies, in the form of limitation of study period, increase the costs and changes in the case reporting system. For some co-assistants, this dental profession education programme is as a stressor, especially in completing many requirements. But there are some co-assistants who are able to fulfill all the requirements. There are personality characteristics that function as resources in pace with events in life that cause tension or stress, is called “Hardiness” from Kobasa (1982). The purpose of this study was to obtain empirical data about the description of hardiness. This research method is descriptive. Subjects in this research were 32 co-assistants from 2013 class in faculty of dentistry of “x” university. The measuring instrument used in this research was prepared by the researcher himself based on the Kobasa theory (1982). The result of validity test were 38 valid items from 42 items which arranged. Test result of reliability was 0.939. The result of research showed that there were 25 subjects (78.1%) who had high hardiness and 7 subjects (21.9%) had low hardiness.

Keywords: Stress, Co-Assistant Student of Dentistry, Hardiness

Abstrak. Program Profesi Dokter Gigi merupakan pendidikan lanjutan dari jenjang sarjana kedokteran gigi yang merupakan syarat untuk mendapatkan gelar dokter gigi dan berwenang memberikan pelayanan kesehatan gigi dan mulut. Pada jenjang pendidikan ini koasisten dihadapkan pada kewajiban menyelesaikan requirement yang terdiri dari serangkaian pekerjaan klinik, case report dan atau journal reading, seminar, serta berbagai macam ujian. Selain itu pada angkatan 2013 terdapat beberapa kebijakan baru, berupa pembatasan masa studi, kenaikan biaya dan perubahan sistem pelaporan kasus. Bagi beberapa koasisten, program profesi dokter gigi ini sebagai stressor, terutama dalam menyelesaikan requirement yang banyak. Namun terdapat beberapa orang koasisten yang mampu memenuhi semua requirement yang ada. Terdapat karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya dalam menghadapi peristiwa dalam kehidupan yang menimbulkan tekanan atau stres, yaitu Hardiness dari Kobasa (1982). Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai gambaran hardiness. Metode penelitian ini bersifat deskriptif. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah koasisten angkatan 2013 di fakultas kedokteran gigi universitas “x” berjumlah 32 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Kobasa (1982). Diperoleh hasil uji validitas sebanyak 38 item yang valid dari 42 item yang disusun. Hasil uji reliabilitas sebesar 0,939. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 25 subjek (78,1%) yang memiliki hardiness tinggi dan 7 subjek (21,9%) memiliki hardiness rendah.

Kata kunci: Stres, Koasisten Kedokteran Gigi, *Hardiness*

A. Pendahuluan

Menurut Undang – Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2013, Pendidikan Kedokteran adalah usaha sadar dan terencana dalam pendidikan formal yang terdiri atas pendidikan akademik dan pendidikan profesi pada jenjang pendidikan tinggi yang program studinya terakreditasi untuk menghasilkan lulusan yang memiliki kompetensi di bidang kedokteran atau kedokteran gigi. Pendidikan Akademik meliputi melaksanakan pembelajaran akademik, laboratorium dan lapangan di bidang ilmu biomedis, bioetika/humaniora kesehatan, ilmu pendidikan kedokteran, serta kedokteran komunitas dan kesehatan masyarakat. Sedangkan Pendidikan Profesi yaitu pendidikan kedokteran yang dilaksanakan melalui proses belajar mengajar dalam bentuk

pembelajaran klinik dan pembelajaran komunitas yang menggunakan berbagai bentuk dan tingkat pelayanan kesehatan nyata yang memenuhi persyaratan sebagai tempat praktik kedokteran. Program profesi dokter dan profesi dokter gigi merupakan program lanjutan yang tidak terpisahkan dari program sarjana.

Seorang sarjana kedokteran gigi harus melanjutkan pendidikan profesi untuk mendapatkan gelar dokter gigi dan berwenang memberikan pelayanan kesehatan gigi dan mulut. Di Universitas "X", mahasiswa yang tengah menempuh pendidikan profesi dokter gigi harus menyelesaikan serangkaian pekerjaan klinik, *case report* dan atau *journal reading*, seminar dan mengikuti serangkaian ujian. Selain tuntutan akademik tersebut, koasisten kedokteran gigi universitas "X" angkatan 2013 mengalami beberapa perubahan kebijakan, diantaranya perubahan batas studi, kenaikan biaya dan perubahan sistem pelaporan kasus. Tuntutan yang banyak dan adanya perubahan kebijakan pada pendidikan profesi dokter gigi dapat menyebabkan stress. Olejnik dan Holschuh (dalam Zuama, 2014) menguraikan mengenai stres dalam bidang akademik, sebagai respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2014) mengenai derajat stres pada koasisten kedokteran gigi Universitas Padjajaran angkatan 2009, menunjukkan 33,9% koasisten berada pada derajat stres tinggi. Responden dengan derajat stres yang tinggi menilai bahwa situasi terkait *clinical training* adalah situasi yang paling membuat mereka tertekan. Hal ini berkaitan dengan penyelesaian *requirement* selama melaksanakan program profesi dokter gigi. Perasaan tertekan atau stres yang dialami oleh mahasiswa kedokteran gigi dapat menyebabkan penurunan kinerja akademik, *burnout*, gangguan mood, frustrasi, dan penurunan konsentrasi (Elani, dkk, 2014). Penurunan kinerja akademik pada koasisten dokter gigi dapat menyebabkan lulus tidak tepat waktu atau melebihi batas studi. Berdasarkan informasi dari bagian akademik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas "X", jumlah koasisten yang lulus tepat waktu pada tahun 2015 berjumlah 21%, tahun 2016 berjumlah 23% dan tahun 2017 berjumlah 21 % dari jumlah keseluruhan koasisten per tahun tersebut. Ini merupakan jumlah yang tergolong rendah, mengingat bahwa para koasisten tersebut telah melalui sistem seleksi yang ketat dan terintegrasi oleh pihak universitas. Angkatan 2013 sebagai angkatan pertama yang mengalami 3 perubahan kebijakan ditambah dengan *requirement* menghadapi tuntutan yang berat, sehingga rentan mengalami stres.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 koasisten mengenai tuntutan akademik dan perubahan kebijakan, terdapat jawaban yang beragam. Beberapa mahasiswa mengatakan selalu konsisten datang tiap jadwal praktek, bahkan ada mahasiswa yang datang di luar jadwal untuk mencari kursi kosong. Mereka juga menganggap bahwa apabila mereka hanya berdiam diri saja mereka tidak bisa lulus tepat waktu, sehingga mereka berusaha untuk selalu hadir praktek bahkan ketika mereka sedang sakit. Mereka juga sering mencari pasien di waktu luang. Selain itu, saat dihadapkan pada kasus yang sulit, mereka akan mencari jalan keluarnya dengan membaca buku teks, *browsing* di internet ataupun meminta bantuan teman. Mereka menganggap bahwa banyaknya tuntutan dan perubahan kebijakan di masa koasisten ini sebagai hal yang wajar. Mereka mengatakan bahwa banyaknya *requirement* dan tugas ini adalah suatu proses pembelajaran dan melatih *skill* sebelum terjun langsung ke masyarakat. Mereka juga mengatakan di koas ini, mereka dilatih keterampilan baru yaitu menjalin hubungan interpersonal dengan pasien. Karena selama *pre-clinic* mereka hanya berhadapan dengan patung.

Berbeda dengan tanggapan sebelumnya, mahasiswa lain mengungkapkan bahwa

banyaknya *requirement* dan tugas yang lainnya dirasakan berat terlebih dengan adanya pembatasan masa studi, mereka khawatir tidak bisa menyelesaikannya tepat waktu. Dalam kondisi tersebut, mereka cenderung pasrah dan bahkan jarang hadir praktek koas serta menunda – nunda mengerjakan tugas. Selain itu, mereka mengaku merasa jenuh dengan rutinitas koas yang monoton. Adanya perubahan kebijakan juga mereka rasakan memberatkan.

Setiap individu memiliki perbedaan reaksi terhadap stres, karakteristik individu seperti disposisi kepribadian berkontribusi mengenai bagaimana individu menanggapi stressor (Lazarus, 1991; Lazarus & Folkman, 1984, dalam Kamtsios, 2015). Kepribadian merujuk pada bagaimana usaha koasisten dalam menghadapi sumber stres berupa tuntutan dan kebijakan baru, apakah mahasiswa tersebut mudah menyerah pada keadaan atau justru menghadapainya dengan penuh semangat dan keyakinan. Salah satu faktor kepribadian yang membedakan reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi adalah *Hardiness*. Kobasa (1982) menjelaskan *Hardiness* sebagai suatu konstelasi kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya dalam menghadapi peristiwa dalam kehidupan yang menimbulkan tekanan atau stres. Kobasa menyebutkan terdapat 3 dimensi kepribadian *Hardiness*, yaitu mencakup *commitmen* (keterlibatan diri), *control* (kontrol diri), dan *challenge* (tantangan). Maddi (2013) menambahkan bahwa *hardiness* yang tinggi pada individu memberi keberanian dan motivasi untuk menghadapi stres akademik dan mengubahnya dari sesuatu yang berpotensi mengancam menjadi peluang dan keuntungan.

Mahasiswa kedokteran gigi sebagai fakultas dengan tuntutan yang berat, ditambah dengan adanya perubahan kebijakan membuat mahasiswa kedokteran gigi angkatan 2013 menghadapi tantangan yang jauh lebih berat dibandingkan angkatan sebelumnya. Namun terdapat reaksi yang beragam menanggapi hal tersebut, yang diantaranya menunjukkan ketahanan koasisten dalam menghadapi tekanan selama pendidikan profesi dokter gigi.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran *hardiness* pada koasisten angkatan 2013 di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X”?”

B. Landasan Teori

Kobasa (1982) menjelaskan bahwa *Hardiness* merupakan suatu konstelasi kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya dalam menghadapi peristiwa dalam kehidupan yang menimbulkan tekanan atau stres. Kobasa (1982) menambahkan *Hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif dari timbulnya stres yang harus dihadapi. Individu dengan kepribadian *Hardiness* terdiri dari tiga faktor kunci: kontrol, komitmen, dan tantangan. Maddi (2013) juga mengatakan bahwa *Hardiness* merupakan penggabungan dari tiga komponen (*Commitment, Control, dan Challenge*) atau perilaku yang secara bersama-sama membuat seseorang bisa mengubah keadaan yang penuh dengan tekanan, dari sesuatu yang mengancam menjadi sesuatu yang menguntungkan.

Menurut Kobasa (1982) *Hardiness* terdiri dari 3 aspek, yaitu:

1. *Commitment*

Merupakan sebuah kecenderungan individu untuk melibatkan diri ke dalam situasi yang sedang dilakukan atau dihadapi, daripada merasa terasing atau diabaikan. Individu yang berkomitmen menemukan makna dan merasakan tujuan dalam hubungannya dengan peristiwa sehari-hari, hal – hal, dan orang – orang yang ada disekitarnya. Orang yang berkomitmen merasakan keterlibatan

dengan orang lain yang berfungsi sebagai sumber daya dalam melawan dampak stres. Orang-orang yang berkomitmen tahu kapan harus meminta bantuan kepada orang lain, terutama di saat-saat menuntut penyesuaian kembali (Kobasa, 1979).

2. *Control*

Merupakan sebuah kecenderungan individu untuk meyakini bahwa dirinya mampu mempengaruhi bermacam-macam peristiwa yang tidak menentu dalam hidupnya, daripada merasa tidak berdaya. Kobasa mengatakan bahwa *control* sebagai perasaan bahwa individu memiliki pengaruh dalam situasi di mana mereka terlibat. Individu ini tidak percaya bahwa keberuntungan, nasib, atau takdir akan menentukan masa depan masalah mereka. Kobasa (dalam Alexander, 2015) menjelaskan bahwa *control* merupakan kemampuan individu untuk memandang dan menghadapi secara langsung permasalahan di dalam kehidupannya, dengan mengendalikan tekanan dan keraguan di dalam dirinya, serta untuk dapat bertahan dalam pengalaman yang tidak menyenangkan.

3. *Challenge*

Merupakan sebuah kecenderungan individu untuk meyakini bahwa perubahan merupakan sesuatu yang wajar dalam sebuah kehidupan dan dapat mengantisipasi perubahan tersebut sebagai hal yang menarik untuk perkembangan diri, daripada merasa terancam. Kobasa mengatakan *challenge* mampu meredakan stres dengan mempersepsikan peristiwa yang penuh tekanan sebagai suatu stimulasi dan bukannya mengancam, dalam hal ini perubahan-perubahan yang terjadi membutuhkan adanya penyesuaian kembali. *Challenge* akan mengarah pada upaya untuk mengubah diri dan tumbuh daripada hanya bermain aman. Individu yang memiliki aspek *challenge* tinggi menjadi lebih stabil ketika menghadapi situasi yang tidak terduga, karena mereka menilai setiap peristiwa yang terjadi sebagai pengalaman yang menarik dan menguntungkan. Karena perilakunya yang selalu belajar dari peristiwa yang dialami, hal ini membuat mereka memiliki wawasan yang luas dan mengetahui sumber daya yang tepat dalam menghadapi stres.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran *Hardiness* Pada Koasisten Angkatan 2013 di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X”

Berikut ini hasil perhitungan jumlah dan persentase variabel *Hardiness* pada koasisten angkatan 2013 di fakultas kedokteran gigi universitas “X”, yang dikategorikan berdasarkan skor jawaban menjadi kategori tinggi dan rendah.

Tabel 1. Gambaran *Hardiness*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	25	78,1%
Rendah	7	21,9%

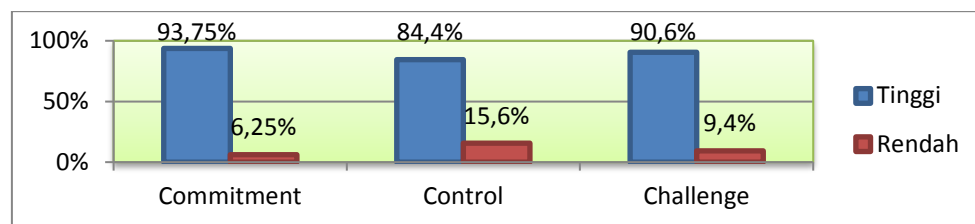
Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh bahwa subjek yang memiliki *hardiness* tinggi sebanyak 25 orang (78,1%), dan subjek dengan *hardiness* rendah sebanyak 7 orang (21,9%). Dengan demikian, responden cenderung memiliki *hardiness* yang tinggi. Hal ini menunjukkan sebagian besar koasisten angkatan 2013 di fakultas kedokteran gigi universitas “X”, mampu untuk bertahan dalam menghadapi situasi perkuliahan profesi yang penuh tekanan berkaitan dengan tuntutan yang banyak dan perubahan kebijakan yang terjadi. Mereka memiliki sikap dan keterampilan dalam

mengatasi kondisi-kondisi yang dapat menghambat proses penyelesaian *requirement* yang ada.

Menurut Kobasa (dalam Sheard, 2009) individu yang memiliki *hardiness* tinggi akan menunjukkan pola tindakan dalam mengatasi situasi yang menekan atau menimbulkan stres dengan menghadapinya dan berusaha untuk mengubahnya dari potensi bencana menjadi peluang untuk tumbuh. Dalam hal ini koasisten menghadapi situasi yang menekan berupa tuntutan yang banyak dan perubahan kebijakan dengan selalu terlibat dan berusaha keras, bertindak aktif mencari sumber daya yang mampu menyelesaikan masalahnya serta memaknakan setiap situasi terkait penyelesaian *requirement* memiliki dampak positif bagi dirinya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sheard (2009) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *hardiness* tinggi memiliki kemampuan untuk mengelola stres saat berada dalam situasi yang penuh tekanan di universitas melalui penilaian yang lebih positif sebagai tantangan daripada ancaman.

Gambaran Aspek-aspek *Hardiness* Pada Koasisten Angkatan 2013 di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X”

Berikut ini hasil perhitungan jumlah dan persentase aspek-aspek *hardiness* yang dikategorikan berdasarkan skor jawaban menjadi kategori tinggi dan rendah.



Gambar 1. Gambaran Aspek-Aspek *Hardines*

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap data penelitian, diketahui bahwa terdapat 30 orang koasisten (93,75%) yang memiliki *commitment* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa koasisten angkatan 2013 di fakultas kedokteran gigi universitas “X”, mampu untuk selalu terlibat dengan setiap kegiatan pada program profesi dokter gigi dan memiliki hubungan yang positif dengan dokter pembimbing, pasien dan rekan sejawat koasisten. Misalnya ketika mendapatkan teguran tegas dari dokter pembimbing, mereka tetap hadir disetiap jadwal praktek meskipun harus bertemu dengan dokter tersebut. Hal lain yang terjadi adalah koasisten sering menghadapi pasien yang menatap mereka dengan sinis dan meragukan kemampuan mereka. Meskipun begitu mereka tetap melakukan tindakan secara profesional dan mencoba untuk selalu bersikap ramah. Pada penyelesaian *requirement*, koasisten dengan aspek *commitment* tinggi akan berusaha dengan sungguh-sungguh menyelesaikan tugas, sekalipun itu sulit. Selain itu, mereka juga meluangkan waktu lebih untuk menyelesaikan tugas, meskipun mereka harus tidur larut malam bahkan tidak tidur. Berdasarkan wawancara terhadap koasisten, mereka juga sering mengurangi waktu liburnya untuk mencari kursi kosong agar dapat melakukan praktek pada hari tersebut.

Berdasarkan data demografis, 23 orang koasisten (71,8%) yang memiliki *hardiness* tinggi berjenis kelamin perempuan. Maddi dan Khoshaba (2005, dalam Sheard) menambahkan bahwa tingkat komitmen yang tinggi pada mahasiswa perempuan membuat mereka memandang tuntutan akademik sebagai hal yang penting dan cukup berharga untuk mencurahkan perhatian penuh, imajinasi dan usaha.

Terdapat 27 orang (84,4%) yang termasuk kategori tinggi pada aspek *control*, ini menunjukkan sebagian besar koasisten menghadapi secara langsung permasalahan di dalam menyelesaikan *requirement*, dengan memanfaatkan sumber daya yang ia miliki. Seperti mencari bantuan sesama koasisten ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan pasien, memanfaatkan waktu yang dimiliki dengan mencari pasien di waktu luang, menghubungi keluarga dan teman ketika pasien membatalkan janji. Selain itu juga koasisten menunjukkan *control* terhadap emosinya, seperti tetap tenang ketika mendapat teguran tegas dari dokter pembimbing, keluhan dan penolakan dari pasien, serta pasien yang tiba-tiba membatalkan janji. Sehingga mampu memilih tindakan yang tepat guna menghadapi masalah tersebut, yang Kobasa sebut hal itu sebagai kemampuan koping (*coping skill*) yang bermakna mempunyai sejumlah respon tepat untuk mengatasi stres.

Pada aspek *challenge*, terdapat 29 koasisten (90,6%) yang memiliki aspek *challenge* yang tinggi, ini menunjukkan bahwa koasisten mampu untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan dan perubahan kebijakan dengan cara menilai positif kedua hal tersebut. Dalam hal ini, koasisten menyadari bahwa adanya tuntutan dan perubahan kebijakan sebagai langkah universitas untuk melatih mahasiswanya menjadi dokter gigi yang memiliki kompetensi di bidangnya. Sehingga dalam setiap prosesnya, koasisten dapat mengambil pelajaran. Khususnya ketika menghadapi kasus yang bermacam-macam, koasisten menjadi terlatih untuk menggunakan berbagai macam *skill*, salah satunya juga kemampuan interpersonal. Menurut Kobasa dan Maddi (1984, dalam Maddi, 2013), individu yang kuat dalam aspek *challenge* memandang tekanan sebagai hal yang wajar dalam kehidupan dan merupakan kesempatan untuk belajar, berkembang dan tumbuh.

Menurut Maddi (2013) ketiga aspek *hardiness* haruslah tinggi untuk menimbulkan keberanian dan motivasi dalam berkerja keras untuk mengubah tekanan menjadi keuntungan. Kombinasi dari ketiga aspek tersebutlah yang membentuk *hardiness*, sehingga ketika terdapat salah satu aspek yang rendah maka individu tersebut termasuk dalam kategori rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, terdapat 5 orang koasisten (15,6%) yang memiliki aspek *control* rendah. Individu tersebut cenderung memiliki perasaan yang masif dan merasa akan selalu dibayangi akan hal-hal yang tidak dapat dikendalikan oleh individu. Kurang inisiatif dan kurang merasakan adanya sumber dari diri individu, sehingga merasa tidak berdaya jika berhadapan dengan hal yang menimbulkan ketegangan (Kobasa, 1979). Dalam hal ini, ketika koasisten dihadapkan pada situasi yang menimbulkan tekanan seperti mengerjakan tugas yang sulit, mencari pasien dengan kriteria yang jarang ditemui, ataupun mendapatkan tugas dengan *deadline* yang singkat, koasisten akan cenderung bersikap pasif dan mudah menyerah menghadapi permasalahannya tersebut.

Pada aspek *challenge* terdapat 3 orang koasisten (9,4%) yang termasuk kategori rendah. Menurut kobasa individu yang rendah dalam aspek ini, ia menganggap bahwa segala hal harus stabil dan akan merasa khawatir bila terjadi perubahan karena dianggap merusak, menimbulkan rasa tidak aman dan mengancam. Oleh karena itu, individu bersikukuh untuk mempertahankan pola yang lama, sedangkan pola perilaku baru mungkin saja diperlukan demi efektivitas terhadap penanganan masalah namun dipandang secara skeptis karena belum dirasakan sendiri efeknya (Zuhroh, 2012). Berdasarkan wawancara terhadap koasisten, beberapa orang mengatakan bahwa mereka merasa terbebani oleh perubahan sistem pelaporan kasus. Mereka kesulitan untuk mencari dokter pembimbing karena dokter tidak selalu berada di ruangan dan merasa

segitu untuk berkonsultasi dengan dokter pembimbing yang telah spesialis. Mereka khawatir akan diberikan pertanyaan yang tidak bisa mereka jawab, kemudian mendapatkan teguran dan merasa malu.

Terdapat 2 orang koasisten (6,25%) yang memiliki aspek *commitment* rendah. Menurut koasisten individu yang memiliki aspek *commitment* rendah merasa bosan dan tidak bermakna serta menghindari untuk terlibat dalam berbagai aktivitas. Dalam hal ini aktivitas yang koasisten lakukan di pendidikan profesi termasuk monoton, yaitu mencari pasien sesuai kriteria kemudian melakukan tindakan lalu membuat laporan. Ini berlangsung kurang lebih 4 semester dengan beban *requirement* yang berbeda setiap semesternya. Berdasarkan hasil wawancara, mereka merasa bosan dengan aktivitas profesi yang berulang, sikap dokter pembimbing yang sulit ditebak, dan sulitnya menemukan pasien sesuai *requirement*. Bahkan beberapa koasisten mengaku pernah tidak hadir praktek dan memilih untuk refreshing seperti rekreasi atau menyalurkan hobi.

D. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar koasisten angkatan 2013 yang mampu memenuhi *requirement* di fakultas kedokteran gigi universitas "X" memiliki gambaran *hardiness* tinggi. Artinya mereka mampu untuk bertahan dan menghadapi tekanan berupa tuntutan akademik dan perubahan kebijakan, bahkan mampu memenuhi semua *requirement* yang ada.
2. Aspek *hardiness* yang memiliki nilai yang paling tinggi adalah aspek *commitment*.
3. Aspek *hardiness* yang memiliki nilai yang paling rendah adalah aspek *control*.

Saran

Saran Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi perkembangan psikologi positif, khususnya mengenai *Hardiness* yang dapat mempengaruhi perilaku koasisten angkatan 2013 di fakultas kedokteran gigi universitas "X" dalam menghadapi tuntutan akademik dan perubahan kebijakan selama menjalani pendidikan profesi dokter gigi.
2. Memberikan informasi dan sebagai bahan referensi bagi peneliti lain yang tertarik meneliti topik tersebut.

Saran Praktis

1. Bagi koasisten kedokteran gigi universitas "x" yang termasuk ke dalam *hardiness* tinggi untuk mempertahankannya, agar mampu untuk mengelola stres selama menjadi mahasiswa profesi dokter gigi.
2. Bagi koasisten kedokteran gigi universitas "x" yang memiliki aspek *commitment* rendah, untuk senantiasa meningkatkan keterlibatan dengan sesama koasisten sehingga dapat saling memberikan dukungan, serta melatih cara berkomunikasi dengan pasien sehingga mereka bersedia untuk membantu sekaligus meningkatkan kemampuan interpersonal. Pada aspek *control*, koasisten diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri atas kemampuan yang dimiliki, serta apabila mengalami kesulitan agar tidak sungkan untuk berkonsultasi dengan

dokter pembimbing. Sedangkan untuk aspek *challenge*, koasisten dapat mulai dengan merubah sudut pandang dalam melihat tuntutan akademik dan perubahan kebijakan. Diharapkan koasisten mampu menilai sisi positif dari adanya dua hal tersebut.

Daftar Pustaka

- Agustina, Rahayu. (2014). *Studi Mengenai Derajat Stres Dan Coping Strategy Pada Koas Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran Angkatan 2009. Skripsi : Universitas Padjadjaran.*
- Elani, Hawazin W dkk. (2014). A Systematic Review of Stress in Dental Students.
- Hamzeheil, Zeinab dkk. (2015). Stress Evaluation of Dental Clinic Students and Its Related Factors.
- Kamtsios, Spiros., & Evangelia Karagiannopoulou. (2015). Exploring Relationships Between Academic Hardiness and Academic Stressors in University Undergraduates.
- Kobasa, Suzanne C. (1979). *Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness.*
- Kobasa, Suzanne C., Salvatore R Maddi., & Stephen Kahn. (1982). *Hardiness and Health: A Prospective Study.* University of Chicago.
- Maddi, Salvatore R. (2013). *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth.* University of California.
- Noor, Hasanuddin. (2009). *Psikometri : Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku.* Bandung : Jauhar Mandiri.
- Sheard, Michael. (2009). Hardiness Commitment, Gender, And Age Differentiate University Academic Performance..
- Sistem Informasi Perundang – Undangan Sekretariat Kabinet RI. (2013). Undang – Undang Republik Indonesia Tentang Pendidikan Kedokteran.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D.* Bandung : Alfabeta.
- Zuama, Shofiyanti Nur. (2014). Kemampuan Mengelola Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi Angkatan 2009 Program Studi Pg Paud.