

## Tantangan dan Kesulitan Mahasiswa Tahun Pertama: Studi Kasus di Universitas Borneo Tarakan

Tri Astuti Sugiyatmi\*<sup>1</sup>, Ika Noviantari\*<sup>2</sup>, Hendy Lesmana\*<sup>3</sup>, Tanti Tri Lestary\*<sup>4</sup>

<sup>1234</sup> Universitas Borneo Tarakan, Indonesia

e-mail Correspondence: [trastuti@borneo.ac.id](mailto:trastuti@borneo.ac.id)

Submitted: 13-03-2026

Revised : 25-03-2026

Accepted: 25-04-2026


**ABSTRACT.** This study aimed to explore both the academic and non-academic challenges encountered by first-year medical students. Students in health programs, especially medical programs, face significant academic and non-academic challenges during their first year. The transition from high school to university, including the possibility of living away from home, presents a unique challenge that demands strong adaptability. Additionally, analytical skills are important for managing the rigorous academic workload of the first year. The block-based learning system for medical students, which combines various activities such as lectures, tutorials, practicums, and medical skills across diverse topics within a limited timeframe, further increases the academic burden. Method: An exploratory case study was applied, and the unit of analysis was carried out at the Faculty of Medicine at Borneo Tarakan University (UBT), and the subjects included both academic and non-academic data from students. Qualitative data were collected using interviews and observations with students, while the informants were selected from the first and second semesters. Results: This study effectively identified the challenges and difficulties faced by first-year medical students. Non-academic challenges include adapting from high school to college, shifting from teacher-centered learning in high school to student-centered learning, and adjusting to living in a boarding house far from parents. The academic challenge involves entering medical school, where the academic workload is high, and the timeframe is shortened due to the implementation of a block-based curriculum. Conclusion: Students encounter numerous challenges and difficulties during their first year, and their ability or failure to adapt will influence their progress in subsequent years. Therefore, academic, psychological, and social support are essential.

**Keywords:** *First-year students, Medical study program, Challenges and difficulties, Academic, Case study*

**ABSTRAK.** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi tantangan dan kesulitan, baik nonakademik maupun akademik, mahasiswa kedokteran pada tahun pertama. Mahasiswa program studi kesehatan pada umumnya dan program studi kedokteran pada khususnya pada tahun pertama mengalami tantangan nonakademik dan akademik yang cukup besar. Transformasi dari siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) menjadi seorang mahasiswa, termasuk kemungkinan hidup terpisah dari orang tua, menjadi salah satu tantangan tersendiri yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi. Selain itu, kemampuan analitis juga sangat dibutuhkan pada saat menghadapi tuntutan akademis tahun pertama yang sangat menentukan. Pembelajaran dengan sistem blok pada mahasiswa kedokteran yang memadukan berbagai aktivitas pembelajaran seperti kuliah, tutorial, praktikum dan keterampilan medik dengan topik beragam pada waktu terbatas menjadi beban tersendiri. Metode: Jenis penelitian ini adalah studi kasus eksploratif. Unit analisis adalah Fakultas Kedokteran UBT. Subjek penelitian adalah data-data akademik ataupun nonakademik mahasiswa. Data kualitatif diperoleh dari wawancara, hasil masukan survei dan esai pendek tugas mahasiswa serta hasil observasi. Informan adalah sejumlah 18, terdiri dari 17 mahasiswa dan 1 dari Prodi. Hasil Penelitian: Penelitian ini berhasil mengidentifikasi tantangan dan kesulitan bagi mahasiswa kedokteran tahun I. Tantangan nonakademik yang ada antara lain: adaptasi dari siswa SMA menjadi mahasiswa, gaya belajar yang masih Teacher-centered learning di SMA menjadi student-centered learning, adaptasi dengan kehidupan kos/kontrakan yang jauh dari orang tua. Tantangan akademik

adalah masuk ke kedokteran, di mana beban akademik yang tinggi dengan waktu yang lebih pendek sebagai implementasi kurikulum blok. Tantangan dan kesulitan mahasiswa pada tahun pertama cukup banyak dan kemampuan atau kegagalan dalam proses adaptasinya akan menentukan perjalanan di tahun-tahun berikutnya.

**Kata kunci:** *Mahasiswa tahun I, Prodi kedokteran, Tantangan dan Kesulitan, Akademik, Studi Kasus*

 [HTTPS://DOI.ORG/ 10.31538/CJOTL.V6I1.3126](https://doi.org/10.31538/CJOTL.V6I1.3126)

## PENDAHULUAN

Beratnya beban akademik mahasiswa kesehatan maupun kedokteran seperti pengajaran, praktikum, skills lab, serta berbagai jenis ujian menjadikan tahun pertama sebagai masa kritis untuk menentukan apakah perjalanan studinya ke depan akan lancar atau tidak di tahun-tahun berikutnya. Hal ini cukup penting karena kendala mahasiswa tahun pertama inilah yang sering kali menjadi salah satu faktor penentu apakah si mahasiswa akan konsisten dengan cita-citanya awalnya ataupun tidak. Seperti yang kita ketahui bahwa masuk ke Prodi kesehatan atau kedokteran biasanya diawali dengan mimpi atau cita-cita seorang anak SLTA untuk menjadi tenaga kesehatan (nakes) ataupun tenaga medis seperti bidan, perawat, dan dokter. Adaya beragam motivasi, seperti adanya kesempatan mengabdikan, faktor prestise, hingga persepsi positif tentang nakes dan named, menjadikan program studi kesehatan dan kedokteran sebagai salah satu pilihan favorit calon mahasiswa (Dewi et al., 2014). Sehingga berbagai skema untuk masuk fakultas ilmu kesehatan ataupun fakultas kedokteran pada perguruan tinggi negeri, mulai dari Seleksi Nasional Berbasis Prestasi (SNBP), Seleksi Nasional Berbasis Tes (SNBT), dan jalur mandiri di setiap universitas, hampir selalu dipenuhi peminat. Dengan skema masuk yang sedikit berbeda, kondisi persaingan untuk masuk prodi kesehatan ataupun kedokteran terjadi juga pada perguruan tinggi swasta.

Sulitnya masuk prodi tersebut tidak lantas membuat mahasiswa otomatis akan lulus dengan berjalannya waktu. Masih banyak proses yang harus dilalui. Setelah diterima, mahasiswa kedokteran langsung dihadapkan pada tantangan akademik dan nonakademik yang kompleks (Ahisya et al., 2020)(Demak et al., 2018). Tantangan nonakademik meliputi perubahan sosial dan budaya di lingkungan kampus, perubahan pola hidup akibat tinggal mandiri terpisah dari orang tua, serta penyesuaian dalam berinteraksi dengan dosen dan teman sebaya. Sementara itu, tantangan akademik mencakup beban kurikulum yang padat, materi yang kompleks, serta tuntutan keterampilan klinis / medis sejak tahun pertama (Ahisya et al., 2020)(Demak et al., 2018).

Mahasiswa kedokteran tahun pertama juga rentan terhadap masalah fisik. Kegiatan pengajaran, praktikum, dan keterampilan klinik sehari-hari membutuhkan fisik yang prima. Namun demikian, banyak mahasiswa yang terjebak dalam sedentary living akibat tingginya screen time dapat memengaruhi kondisi kebugaran fisik (Setiawan & Lontoh, 2023); (Mustakim & Surury, 2020). Mahasiswa sering kurang istirahat karena materi dan tugas akademik yang banyak dan beragam, sehingga untuk mempelajarinya butuh waktu yang panjang. Kurangnya waktu istirahat serta terganggunya pola tidur, dan pola makan yang tidak teratur menyebabkan kurang optimalnya kondisi kesehatan fisik (Malau, 2024).

Tantangan dan kesulitan akademik maupun nonakademik berpotensi juga menimbulkan urusan kesehatan mental mulai dari stres, burnout, kelelahan emosional, bahkan sampai depresi baik ringan atau berat (Olson et al., 2025).(Neufeld-Kroszynski et al., 2024). Dari urusan akademik, mahasiswa kedokteran saat ini dihadapkan pada kurikulum yang padat, kompleks, dan berorientasi pada pencapaian hasil belajar pada knowledge, skill, dan attitude yang cukup menantang yang bersumber pada Standar Kompetensi Dokter Indonesia tahun 2012 maupun Standar Nasional Pendidikan Profesi Dokter Indonesia tahun 2019.

Salah satu model yang banyak diterapkan pada fakultas kedokteran adalah kurikulum blok dengan pendekatan problem-based learning (PBL) maupun case-based method. Sistem ini

menuntut mahasiswa untuk aktif memecahkan masalah secara mandiri maupun kelompok, sekaligus mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu dalam waktu yang relatif singkat. Kurikulum blok yang memuat PBL berbeda dengan kurikulum tradisional karena struktur yang modular dan fokus pada subjek, sementara kurikulum tradisional bersifat kontinu dan sifatnya jangka panjang. Asesmen pada kurikulum blok adalah pada setiap akhir blok, sementara pada kurikulum tradisional ujiannya secara periodik lintas subjek. Gaya belajar pada kurikulum blok membutuhkan manajemen waktu yang ketat dan belajar secara aktif, sementara pada kurikulum non-PBL bisa lebih lambat karena pembelajarannya bersifat kumulatif. Hal-hal itulah yang menyebabkan pada kurikulum yang memuat PBL tingkat stresnya lebih tinggi karena adanya pemampatan beban kerja, sementara pada kurikulum tradisional, level stresnya pada tingkat sedang karena jenis pekerjaannya bersifat tersebar sepanjang waktu (Bamuhair et al., 2015).

Sumber stres dalam sistem kurikulum blok sudah jelas karena ada unsur belajar mandiri (self study), ujian beruntun, waktunya lebih pendek, dan materi sangat padat dapat diklasifikasikan sebagai stresor akademik. Sementara itu secara personal, sumber stres spesifik pada mahasiswa juga cukup beragam, seperti: belajar secara umum, kesulitan keuangan, problem keluarga, gangguan tidur, kecemasan pada masa depan, jauh dari keluarga, ada problem dengan keluarga atau orang tua, konflik interpersonal, tidak adanya dukungan orang tua, mendengar berita buruk, perubahan napsu makan, perasaan rendah diri, problem hubungan dengan teman kos, adanya problem transportasi. Hal tersebut dapat diklasifikasikan pada persoalan akademik (hal-hal yang terkait dengan belajar/pembelajaran) serta persoalan nonakademik yang meliputi problem hubungan teman, keluarga dan orang tua, problem finansial atau fasilitas pendukung lainnya seperti kendaraan ataupun rumah tinggal (Bamuhair et al., 2015).

Stresor yang berupa tekanan dan kesulitan, baik yang berasal dari eksternal maupun internal, berpotensi mengganggu pencapaian prestasi akademik yang merupakan cerminan hasil nilai yang dicapai dari pembelajaran pada akhir program studi, yang ditunjukkan dengan indeks prestasi (IP), juga bisa terganggu. Selain itu kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup juga akan menurun (Tao et al., 2019). Pada kenyataannya, bukan hanya kondisi psikologis yang memengaruhi pencapaian prestasi, tetapi juga lama waktu belajar, gaya belajar, strategi belajar, serta motivasi belajar (Chandra et al., 2022)

Untuk itulah, perlunya penyesuaian diri dan adaptasi dalam menghadapi berbagai tantangan, kesulitan, maupun stresor pada proses pembelajaran mahasiswa di Fakultas Kedokteran. Dalam sebuah studi dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan tingkat stres mahasiswa baru. Meningkatnya upaya penyesuaian diri menyebabkan derajat stres cenderung menurun (Nola et al., 2025). Di sisi lain strategi koping adalah cara

Untuk mengatasi ataupun mengelola berbagai tantangan, kesulitan maupun stressor supaya bisa lebih adaptif (Joseph et al., 2021). Strategi koping sendiri terbagi menjadi 2 hal, yaitu adaptive dan maladaptive (Fullerton et al., 2021)(Cherkil et al., 2013). Diharapkan strategi koping yang adaptif itulah yang dilakukan oleh mahasiswa sebagai upaya untuk penyesuaian diri dan bertahan menjadi mahasiswa kedokteran bahkan berprestasi. Tujuan penulisan ini adalah mengeksplorasi berbagai tantangan dan kesulitan mahasiswa kedokteran tahun pertama, baik akademik maupun nonakademik, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian akademik.

Penelitian ini penting dilakukan mengingat adaptasi pada tahun awal perkuliahan akan sangat menentukan perjalanan studi pada masa-masa berikutnya. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian akan menjadi bahan untuk merumuskan apa saja tantangan dan kesulitan mahasiswa tahun pertama sehingga langkah berikutnya dapat disusun strategi pembelajaran yang mendukung keberhasilan akademik dengan tidak mengabaikan urusan kesejahteraan mahasiswa.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kasus untuk mengeksplorasi berbagai tantangan dan kesulitan yang dialami oleh mahasiswa kedokteran Universitas Borneo Tarakan pada tahun I. Informasi didapatkan dari hasil wawancara serta observasi dengan berbagai pihak, khususnya mahasiswa.

Informan dalam penelitian ini berjumlah 18 orang. Informan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan pertimbangan tertentu yang telah dibuat oleh peneliti, seperti informan yang memiliki kewenangan dalam penerapan kegiatan, informan yang mengetahui pelaksanaan kegiatan. Analisis yang digunakan adalah *content analysis*, yaitu menggunakan tabel/matriks yang berisi hasil ringkasan dari wawancara mendalam dan observasi yang dilakukan di lapangan, kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk narasi untuk diinterpretasikan. Uji validitas dilakukan melalui triangulasi sumber dengan melakukan *cross-check* ulang informasi yang didapatkan dari informan yang satu dengan informan yang lain, serta metode triangulasi dengan menggunakan, antara lain, wawancara mendalam dan observasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pembelajaran di Prodi Kedokteran

Program studi di Fakultas Kedokteran Universitas Borneo Tarakan adalah prodi baru, yang mulia dibuka pada tahun 2024. Secara umum, pembelajaran di Prodi Kedokteran UBT akan lebih panjang dalam setiap semesternya dibandingkan dengan jadwal normal Prodi lain. Semester sendiri merupakan satuan waktu proses pembelajaran efektif selama 16 (enam belas) minggu, termasuk Penilaian Tengah Semester (PTS) dan Penilaian Akhir Semester (PAS) untuk setiap mata kuliahnya (MK). Dalam semester yang sama, waktu tempuh prodi kedokteran, yang Capaian Pembelajaran Lulusan mengacu pada SKDI (Standar Kompetensi Dokter Indonesia tahun 2012) maupun Sistem Nasional Pendidikan Profesi Dokter Indonesia (SNPPDI) tahun 2019 biasanya lebih panjang sampai dengan 4-5 minggu. Kurikulum yang dipakai adalah sistem blok (setara dengan mata kuliah), di mana rata-rata terdapat 3 tema blok dengan tema tertentu dalam setiap semesternya, ditambah beberapa MK nonblok, baik yang berasal dari prodi maupun dari universitas, ataupun yang bersifat nasional. Pelaksanaan setiap bloknya memakan waktu 6 minggu sehingga membutuhkan waktu 18 minggu sampai ujian akhir blok terakhir dalam semester tersebut. Sementara itu, dalam setiap semester pada kurikulum UBT t mata kuliah keterampilan medis yang diujikan dalam bentuk OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*).

Pelaksanaan MK nonblok prodi maupun dari universitas maupun nasional berjalan secara paralel dengan pelaksanaan blok. Namun, pelaksanaan OSCE sendiri biasanya dikerjakan setelah pembelajaran pada blok dan MK nonblok selesai. Total waktu pelaksanaan dalam semester yang sama, mulai dari awal blok pertama, blok kedua sampai ketiga, ditambah dengan pelaksanaan OSCE, membutuhkan waktu sekitar 21 minggu atau 5 minggu lebih lambat dari prodi lain. Dari hasil studi literatur, wawancara dan observasi didapatkan perbedaan pembelajaran di Prodi Kedokteran dan Prodi lain seperti pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Perbedaan Pembelajaran dalam Prodi Kedokteran dan Prodi Lain

Pernyataan	Prodi Kedokteran	Prodi Non Kedokteran
Kurikulum blok	Ada	Tidak Ada
Pelaksanaan Blok Bagi Prodi kedokteran	Blok I: minggu 1 s/d minggu ke-6 Blok II: minggu 7 s/d minggu minggu 12 Blok III: minggu 13 s/d minggu 18)	Tidak ada

Lama Kegiatan per semester	20-21 minggu (sampai pelaksanaan blok terakhir dan OSCE)	Semua MK jadwalnya sama (16 Minggu 16 minggu) termasuk PTS dan PAS
Jenis MK non-Blok	MKWU MKWK Beberapa MK prodi	MKWU MKWK Hampir Semua MK Prodi
Pelaksanaan MK nonblok (MKWU/MKWK) di kedokteran	16 minggu	16 minggu
Aktivitas pembelajaran skills Lab / MK Ketrampilan Medik	Ada di UBT berdiri sendiri sebagai mata kuliah. Pada sebagian PT lain terintegrasi di dalam Blok	Ada biasanya hanya pada Prodi terkait kesehatan (kebidanan dan keperawatan)
Lama Pelaksanaan MK Ketrampilan Medik (skills lab)_	khusus MK ketrampilan medik mengikuti jadwal blok (bisa memanjang sampai 18 minggu)	Not applicable
Pelaksanaan Ujian MK Ketrampilan Medik (OSCE)	Setelah semua pembelajaran blok selesai	Not applicable
Aktivitas pembelajaran berupa kuliah	Ada, baik yang terintegrasi dalam Blok ataupun non Blok	Ada
Aktivitas pembelajaran berupa praktikum	Ada, biasanya terintegrasi dalam pelaksanaan blok tertentu	Biasanya ada pada prodi eksakta
Aktivitas pembelajaran berupa tutorial dengan pendekatan <i>Seven/ Triple Jump</i> sebagai implementasi <i>Problem Based Learning</i>	Selalu Ada. Dalam setiap blok minimal ada 4 skenario tutorial. Masing-masing skenario membutuhkan 2 pertemuan	Jarang
<i>Case-Method</i> : metode berbasis kasus sehari-hari	Untuk kegiatan tutorial, ketrampilan medik, OSCE, semua berbasis skenario kasus baik penyakit / kondisi gangguan yang ada	Ada tetapi terbatas
Jumlah pertemuan/ topik per Mata Kuliah atau Blok dalam Pengajaran	Jumlah topik dalam setiap blok bisa lebih dari 14 topik, menyesuaikan dengan kebutuhan bloknya. Ada blok tertentu yang khusus untuk pengajaran dan bisa mencapai 25 topik.	Rata-rata jumlah topik / pertemuan sebanyak 14 kali pada setiap MK

Sumber: Observasi dan Wawancara

## Tantangan Dan Kesulitan Mahasiswa Kedokteran Pada Tahun Pertama

Dari hasil observasi, penilaian hasil survey dan divalidasi dengan wawancara terungkap hal-hal sebagai berikut:

### Beratnya beban akademik

*“Saat pertama kali saya memasuki dunia pendidikan dokter, saya langsung merasakan betapa padat dan beratnya ritme kehidupan di dalamnya. Setiap hari selalu diisi dengan materi yang menumpuk, tugas laporan, praktikum, hingga diskusi kelompok” (Inf 1)*

*“Saya juga takut gagal dan melakukan kesalahan. Apalagi ekspektasi orang-orang sekitar terhadap saya sangat tinggi... (inf 2)*

*“Semester pertama terasa seperti dunia baru. Setiap hari ada hal baru yang bisa dipelajari: mulai dari mengenal anatomi dasar, memahami istilah medis yang asing, sampai belajar cara berpikir klinis yang berbeda dari sekolah sebelumnya” (inf 3)*

*“ Pressure akademik yang luar biasa, jam belajar yang panjang serta persaingan yang ketat adalah realitas yang kami hadapi sehari-hari... (Inf 4)*

### **Stres Akademik**

Faktor yang mempengaruhi stres akademik dapat diklasifikasikan menjadi 2 bagian yaitu faktor eksternal dan internal, sebagian komentar seperti di bawah ini:

*“Belum bisa lulus ujian multiple choice question (MCQ) sampai 3x berturut-turut, pelajaran yang banyak, sehingga susah mengatur waktu. Saya jadi tidak percaya diri dengan kemampuan saya, dan belum bisa menemukan metode belajar yang baik...” (inf 5)*

*“Saya merasakan kalau permasalahan perkuliahan menjadi salah satu sumber stres. Karena padat sekali jadwal kuliah. Kuliah kemudian ujian-ujian, rasanya sulit memahami materi perkuliahan. Rasanya sulit sekali untuk melakukan manajemen waktu...” (Inf. 6)*

### **Mempengaruhi Kesehatan Fisik**

*“Saya mengalami gangguan tidur, di sisi lain kadang-kadang bingung harus mempelajari materi yang mana saja karena materinya sangat banyak” (inf 7)*

*“Jadwal kuliah yang padat, ujian yang beruntun. Cara belajar yang dirasa belum efektif. Saya merasa jadwal tidur saya jadi berantakan. Apalagi tinggal sendirian di kost...” (inf 8)*

*“Saya merasakan beban akademik sangat tinggi, jadwal yang padat dan akhirnya kurangnya waktu istirahat.... (inf 2)*

### **Motivasi Masuk Prodi Kedokteran dan Motivasi belajar**

*“Motivasi untuk belajar yang masih naik turun, karena aku masuk ke kedokteran karena dorongan orang tua .... (inf9 )*

*“saya belajar di luar kampus hanya sekitar 1-2 jam saja....tapi nilai belum memuaskan. Saya akan berusaha nambah waktu belajar...” (inf10)*

### **Adaptasi Belajar, Pola Belajar, dan Manajemen Waktu**

Akibat pembelajaran di Prodi Kedokteran yang bebannya cukup tinggi dan ditempuh dalam waktu yang lebih pendek untuk setiap bloknnya, tantangan berikutnya adalah adaptasi dan manajemen waktu. Jika pembelajaran di SMA masih pembelajaran yang berpusat pada guru (*Teacher-Centered Learning*), maka di PT sudah bergeser ke arah *Student-Centered Learning (SCL)*.

Materi kedokteran yang sangat beragam membuat mahasiswa harus mampu melakukan *self study* dengan baik (Panjaitan & Isnayanti, 2020). Selain materinya beragam, jumlahnya juga besar dimana dalam 1 blok seringkali topik lebih dari 16 jenis topik, bahkan ada yang sampai 25 topik yang berjalan sampai minggu ke -6 lanjut ujian.

Berikut ada beberapa komentar terkait dengan proses adaptasi, pola belajar dan manajemen waktu ada sebagian yang sudah mulai bisa beradaptasi namun ada juga yang masih mempertanyakan guna tutorial

*“untuk memastikan selesai materi maka saya biasanya menghabiskan waktu sampai 6 jam dalam sehari di luar kampus...” (inf 4)*

*“Enam minggu pertama sebagai seorang mahasiswa kedokteran, telah saya lalui. Dalam kurun waktu tersebut dapat saya rasakan denyut perubahan itu” (inf 11)*

*“Saya belajar mengatur waktu, menentukan prioritas, dan mencari cara belajar yang paling cocok buat saya sendiri” (1)*

“Saya belajar bahwa adaptasi bukan hanya soal bertahan, tapi juga mencari cara baru untuk belajar. Saya mulai terbiasa membuat jadwal belajar sendiri, berdiskusi dengan teman, dan mencoba metode belajar yang berbeda” (inf 12)

“saya mematikan hp saya saat belajar, supaya bisa lebih focus..” (inf 13)

“Saya mematikan aplikasi media sosial sepanjang semester supaya lebih focus dalam belajar. . Saya hanya buka medsos saat liburan saja” (inf14)

Dalam menanggapi PBL yang menekankan kemandirian dan diskusi kasus terdapat beragam komentar dari beberapa tipe mahasiswa. Mahasiswa ada juga yang menanggapi secara positif atau bahkan sebaliknya pada kegiatan tutorial sebagai implementasi *Problem based learning*

“ Melalui metode *Problem-Based Learning (PBL)* dan *skills lab*, proses pembelajaran menjadi lebih hidup dan saya merasakan dampak positif tersebut, dimana mahasiswa diajak untuk terjun dalam praktik, berpikir layaknya seorang dokter, menelusuri setiap kasus” (inf 11)

“ tutorial itu tidak terlalu penting, hanya menguntungkan yang bisa banyak bicara.... (inf15)

### Strategi Koping

Beberapa cara untuk bisa bertahan saat menghadapi kondisi yang penuh tekanan disebut sebagai *coping strategy* (Adaramola et al., 2022) (Salam et al., 2019). Kutipan dari mahasiswa terkait cara-cara untuk bisa bertahan dalam kondisi yang penuh stres:

“ Saya aktif di kegiatan kerohanian untuk healing saya...”(inf16)

“ ....karena tanpa manajemen diri yang baik, sangat mudah untuk merasa lelah dan kehilangan semangat di tengah perjalanan panjang pendidikan dokter” (inf 1)

### Hasil Belajar

Nilai akhir blok dan indeks prestasi (IP) merupakan indikator utama pencapaian akademik mahasiswa kedokteran. Keduanya tidak hanya mencerminkan penguasaan materi, tetapi juga menjadi tolok ukur keberhasilan proses pembelajaran dan kesiapan mahasiswa untuk melanjutkan ke tahap pendidikan berikutnya. Hasil belajar bukan hanya ditentukan oleh lama waktu belajar, tetapi juga sering dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti strategi belajar, motivasi, dan kondisi psikologis mahasiswa. Pada beberapa studi menampilkan bahwa panjangnya jam belajar akan berhubungan secara positif dengan hasil belajar dalam hal ini indeks prestasi (Melati Sinaga et al., 2023).

“Saya merasa puas dengan hasil belajar IP saya, walaupun tidak maksimal, tetapi dengan kondisi saya, saya puas...” (inf 14)

“Saya belum merasa puas, karena kelihatannya masih ada peluang untuk bisa lebih tinggi lagi ...” (inf17)

Berikut tantangan dan kesulitan dari sisi akademik dan non akademik dapat dilihat pada Tabel 2

Tabel 2 Klasifikasi Tantangan dan Kesulitan Mahasiswa Tingkat I Prodi Kedokteran

No	Tantangan /Kesulitan	Klasifikasi
A	Adaptasi kurikulum: transisi dari gaya belajar SMA ke sistem kuliah yang lebih mandiri / <i>self study</i>	Tantangan Akademik
B	kurang mampu mengikuti ritme pembelajaran blok	Tantangan Akademik
C	Volume materi sangat banyak. Tidak terbiasa membaca sebelum perkuliahan atau tutorial	Tantangan Akademik
D	Metode pembelajaran: kuliah, praktikum laboratorium, diskusi kelompok, <i>problem-based learning (PBL)</i> .	Tantangan Akademik

E	Tekanan ujian: ujian blok MCQ, ujian praktikum, OSCE ( <i>Objective Structured Clinical Examination</i> ), dan beserta remedialnya	Tantangan Akademik
F	Masih mencari pola belajar yang efektif	Tantangan Akademik
G	Stres dan kecemasan: akibat beban akademik dan ekspektasi tinggi.	Tantangan Psikologis dan Emosional
H	Rasa minder: membandingkan diri dengan teman yang lebih cepat memahami materi.	Tantangan Psikologis dan Emosional
I	<i>Homesickness</i> atau merasa sendiri di kost (bagi mahasiswa yang merantau)	Tantangan Psikologis dan Emosional
J	Keseimbangan hidup: sulit membagi waktu antara belajar, istirahat, dan sosialisasi.	Tantangan Psikologis dan Emosional
K	Adaptasi lingkungan kampus: budaya baru, organisasi mahasiswa, dan interaksi dengan dosen.	Tantangan Sosial dan Lingkungan
L	Persaingan antarmahasiswa: atmosfer kompetitif yang bisa memicu tekanan.	Tantangan Sosial dan Lingkungan
M	Keterbatasan dukungan sosial: belum terbentuknya jaringan pertemanan yang solid.	Tantangan Sosial dan Lingkungan
N	Kegiatan ekstrakurikuler: dilema antara fokus akademik dan pengembangan diri.	Tantangan Sosial dan Lingkungan
O	Kurang tidur: akibat jadwal kuliah padat dan belajar hingga larut malam.	Tantangan Fisik dan Kesehatan Mental
P	Pola makan tidak teratur: sering mengabaikan nutrisi karena kesibukan.	Tantangan Fisik dan Kesehatan Mental
Q	Kelelahan fisik: praktikum panjang, kegiatan klinik, dan tugas lapangan.	Tantangan Fisik dan Kesehatan Mental
R	Risiko kesehatan mental: <i>burnout</i> , depresi ringan, atau kelelahan emosional.	Tantangan Fisik dan Kesehatan Mental

Sumber: Observasi dan Wawancara

Banyaknya tantangan, kesulitan serta *stresor* pada mahasiswa kedokteran tingkat pertama membuat perlunya dukungan baik dari sisi akademik, psikologis dan sosial. Berikut harapan dari mahasiswa dan komentar dari pihak akademik

“*akibat pressure akademik yang tinggi...saya merasa bahwa fakultas seharusnya menyediakan layanan konseling kesehatan mental yang mudah diakses oleh mahasiswannya...*” (inf4)

“*dari sisi akademik, blok di awal semester mendukung mahasiswa untuk menjadi lebih adaptif dan tangguh karena ada materi dan topik mengarah bagaimana menjadi mahasiswa kedokteran yang lebih resilien*” (inf. 18).

## KESIMPULAN

Tantangan, kesulitan, dan stresor utama mahasiswa kedokteran tahun pertama yaitu cukup banyak mengarah pada klasifikasi di akademik dan nonakademik. Dari sisi non akademik terbagi menjadi tantangan psikologis dan emosional, tantangan sosial dan lingkungan, serta tantangan fisik dan kesehatan mental yang bisa jadi akan berpengaruh pada urusan akademik khususnya pada indeks prestasi. Untuk itulah dirasakan pentingnya dukungan dari sisi akademik, psikologis, dan sosial. Harapannya mahasiswa mampu beradaptasi dan berkembang menjadi calon dokter yang resilien. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji secara empiris Tantangan dan Kesulitan Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama melalui studi kasus, penelitian tindakan, atau pendekatan *mixed methods* di berbagai daerah.

## BIBLIOGRAPHY

Adaramola, O. O. G., Idowu, O. M., Toriola, O. I., Olu-Festus, D. M., Oyebanji, T. E., Uche-Orji, C. I., Ogunnubi, O. P., & Odukoya, O. O. (2022). Coping strategies of Nigerian medical students during the COVID-19 pandemic. *Ghana Medical Journal*, 56(1), 15–22.

<https://doi.org/10.4314/gmj.v56i1.3>

- Ahisya, H., Utami, D., Supriyati, S., & Farich, A. (2020). The Learning Style with Student Achievements in the Faculty of General Medicine. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 103–108. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.229>
- Bamuhair, S. S., Al Farhan, A. I., Althubaiti, A., Agha, S., Rahman, S. ur, & Ibrahim, N. O. (2015). Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in a Problem-Based Learning Curriculum. *Journal of Biomedical Education*, 2015, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2015/575139>
- Chandra, K., Manoppo, F. P., & Mewo, Y. M. (2022). Peran Motivasi Belajar terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Role of Learning Motivation towards Grade Point Average of Medical Students. *Medical Scope Journal*, 4(1), 115–123. <https://doi.org/10.35790/msj.v4i2.44856>
- Cherkil, S., Gardens, S. J., & Soman, D. K. (2013). Coping styles and its association with sources of stress in undergraduate medical students. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 35(4), 389–393. <https://doi.org/10.4103/0253-7176.122235>
- Demak, I. P., Mansur, S. R., Hutasoit, G. A., & Sulistiana, R. (2018). Manajemen Waktu Belajar Mahasiswa Program Studi Kedokteran Dalam Pembelajaran Berbasis Masalah Di Universitas Tadulako. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 5(2), 32–45.
- Dewi, S. P., Farisa, I., Arya, D., & Achmad, T. H. (2014). Gambaran Motivasi Menjadi Dokter pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran Students. *Jsk*, 1(38), 24–29. <https://doi.org/10.24198/jsk.v1i1.10338>
- Fullerton, D. J., Zhang, L. M., & Kleitman, S. (2021). An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation. *PLoS ONE*, 16(2 February), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246000>
- 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>
- Malau, A. A. (2024). Hubungan waktu layar dengan kualitas tidur dan indeks prestasi kumulatif (ipk) mahasiswa fakultas kedokteran universitas muhammadiyah sumatera utara. 7(3). <https://doi.org/10.24912/tmj.v7i1.34119>
- Melati Sinaga, Ristauli Siregar, Sintia Anggela, Ayu Doloksaribu, Indrawan Saputra, Stefanus Surbakti, & Dicky Perwira Ompusunggu. (2023). Pengaruh Jam Belajar Dan Akses Internet Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Kelas C Ekonomi Pembangunan Tahun 2021. *Nian Tana Sikka: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 107–116. <https://doi.org/10.59603/niantasanikka.v2i1.259>
- Mustakim, M., & Surury, I. (2020). Kebugaran Dan Faktornya Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6(3), 91. <https://doi.org/10.20527/jpkmi.v6i3.8180>
- Neufeld-Kroszynski, G., Michael, K., & Karnieli-Miller, O. (2024). Associations between medical students' stress, academic burnout and moral courage efficacy. *BMC Psychology*, 12(1), 1–11.

<https://doi.org/10.1186/s40359-024-01787-6>

- Nola, N., Angkat, A., Lister, C., Lina, J., Degenerative, P. U. I. P., Medicine, L., Indonesia, U. P., & Kunci, K. (2025). *Jurnal Impresi Indonesia (JII) Hubungan Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Derajat Stress Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia tuntutan akademik , dan dapat merusak persepsi individu serta memengaruhi.* 04(11), 4044–4056. <https://doi.org/10.58344/jii.v4i11.7137>
- Olson, N., Oberhoffer-fritz, R., Reiner, B., & Schulz, T. (2025). *Stress , student burnout and study engagement – a cross-sectional comparison of university students of different academic subjects.* <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02602-6>
- Panjaitan, F. F., & Isnayanti, D. (2020). Perbandingan Kesiapan Belajar Mandiri Pada Setiap Angkatan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Comparison of self directed learning readiness among students from different batches in Faculty of Medicine. *Anatomica Medical Journal*, 3(2), 119–127. <https://doi.org/10.30596/amj.v3i2.3471>
- Salam, A., Harith, A. A. A., Abdullah, N., Shan, C. P., Rahman, A. B. A., & Mahadevan, R. (2019). Coping strategies among first and third year medical students in a malaysian public university. *Journal of Medicine (Bangladesh)*, 20(1), 5–11. <https://doi.org/10.3329/jom.v20i1.38813>
- Setiawan, Y., & Lontoh, S. O. (2023). Tingkat Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Ebers Papyrus*, 29(1), 108–115. <https://doi.org/10.24912/ep.v29i1.23749>
- Tao, K., Liu, W., Xiong, S., Ken, L., Zeng, N., Peng, Q., Yan, X., Wang, J., Wu, Y., Lei, M., Li, X., & Gao, Z. (2019). Associations between self-determined motivation, accelerometer-determined physical activity, and quality of life in chinese college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(16), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph16162941>