

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN GENDER, STRESS MANAGEMENT, PHYSICAL ACTIVITY, AND LIVING ENVIRONMENT WITH ANXIETY LEVELS AMONG FIRST-YEAR MEDICAL STUDENTS IN THE MEDICAL EDUCATION PROGRAM, FACULTY OF MEDICINE, UNIVERISTY OF LAMPUNG, 2024

Oleh

DANIATUL FIRDAUSY

Background: Anxiety is a common symptom experienced by individuals, particularly when faced with challenges. Factors influencing anxiety include individual, internal, and external elements. Diagnosis can be established using the GAD-7 questionnaire. This study aims to determine the relationship between individual, internal, and external factors with the anxiety levels of first-year medical students at the Faculty of Medicine, University of Lampung.

Methods: This study utilized a cross-sectional approach conducted in November 2024 at FK Unila. The population consisted of first-year students enrolled in the medical education program at FK Unila. Samples were selected through random sampling, yielding 148 participants. The dependent variable was anxiety level, while the independent variables included gender, stress management, physical activity, and living environment. Data were collected using the GAD-7, SMQ, and GPAQ questionnaires and analyzed using univariate and bivariate analysis through the Chi-Square test.

Results: The findings revealed that 81 participants (57.5%) experienced anxiety levels ranging from mild to severe. No significant association was found between gender ($p=0.253$), physical activity ($p=0.080$), or living environment ($p=0.937$) and anxiety levels. However, a significant association was identified between stress management ($p<0.001$) and anxiety levels.

Conclusion: The factor significantly associated with anxiety levels was stress management. Gender, physical activity, and living environment were not significantly associated with anxiety levels.

Keywords: *Anxiety, Internal Factors, Individual Factors, External Factors*

ABSTRAK

HUBUNGAN JENIS KELAMIN, MANAJEMEN STRES, AKTIVITAS FISIK, DAN LINGKUNGAN TEMPAT TINGGAL DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG TAHUN 2024

Oleh

DANIATUL FIRDAUSY

Latar Belakang: Kecemasan merupakan sebuah gejala yang sering dirasakan oleh beberapa individu terutama ketika menghadapi sesuatu permasalahan. Faktor yang memengaruhi kecemasan meliputi faktor individu, internal, dan eksternal. Diagnosis dapat ditegakkan dengan menggunakan kuesioner GAD-7. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara faktor individu, internal, dan eksternal dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa baru PSPD FK Unila.

Metode: Metode penelitian pendekatan cross-sectional, dilakukan di FK Unila pada bulan November 2024. Populasi adalah mahasiswa baru program studi pendidikan dokter FK Unila. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* pada 148 sampel. Variabel dependen tingkat kecemasan. Variabel independen jenis kelamin, manajemen stres, aktivitas fisik, dan lingkungan tempat tinggal. Data dikumpulkan melalui kuesioner GAD-7, SMQ, dan GPAQ, dianalisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil: Hasil menunjukkan tingkat kecemasan dari ringan, sedang, hingga berat sebanyak 81 orang (57,5%). Tidak terdapat hubungan antara faktor jenis kelamin ($p=0,253$), aktivitas fisik ($p=0,080$), lingkungan tempat tinggal ($p=0,937$) dengan tingkat kecemasan. Terdapat hubungan antara manajemen stres ($p<0,001$) dengan tingkat kecemasan.

Kesimpulan: Faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan adalah manajemen stres. Faktor yang tidak berhubungan dengan tingkat kecemasan adalah jenis kelamin, aktivitas fisik, dan lingkungan tempat tinggal.

Kata kunci: Kecemasan, Faktor Internal, Faktor Individu, Faktor Eksternal