

TINGKAT DISTRES PSIKOLOGIS PADA DOKTER GIGI INTERN DALAM MASA PELATIHAN KLINIK: STUDI CROSS-SECTIONAL MENGUNAKAN KUESIONER SRQ-20

PSYCHOLOGICAL DISTRESS LEVELS AMONG DENTAL INTERNS DURING CLINICAL TRAINING: A CROSS-SECTIONAL STUDY USING THE SRQ-20 QUESTIONNAIRE

Ahmad Azwin Fadhlani¹, Novrikasari², Najmah³, Anita Camelia⁴, Rico Januar Sitorus⁵,
Tan Malaka⁶, Yuanita Windusari⁷

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
email: azwinfadhlani07@gmail.com

Abstrak

Dokter gigi intern merupakan kelompok yang rentan mengalami distres psikologis akibat tekanan akademik, tuntutan pencapaian kompetensi klinis, serta tanggung jawab dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, proses pembelajaran, prestasi akademik, dan keselamatan pasien. Penelitian ini bertujuan mengetahui prevalensi dan pola gejala distres psikologis pada dokter gigi intern yang menjalani pelatihan klinis menggunakan Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan potong lintang pada dokter gigi intern di salah satu rumah sakit daerah di Sumatera Selatan, Indonesia. Sebanyak 38 responden dilibatkan melalui teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan SRQ-20 yang dikembangkan oleh World Health Organization dan dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan prevalensi serta distribusi gejala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 86,8% responden mengalami distres psikologis. Gejala yang paling sering dilaporkan meliputi merasa tegang, cemas, atau khawatir dan mudah merasa lelah, masing-masing sebesar 89,5%, diikuti mudah terkejut atau takut sebesar 81,6% serta merasa lelah sepanjang waktu sebesar 78,9%. Gejala kognitif berupa kesulitan berpikir jernih ditemukan pada 60,5% responden, sedangkan kesulitan mengambil keputusan sebesar 52,6%. Tingginya prevalensi distres psikologis menunjukkan perlunya skrining berkala, layanan dukungan psikososial, promosi kesehatan mental, serta sistem pendampingan berkelanjutan dari institusi pendidikan dan rumah sakit. Upaya tersebut diperlukan untuk menjaga kesejahteraan peserta dan mendukung mutu pelayanan klinis.
Kata kunci: Distres Psikologis; Dokter Gigi Intern; Kesehatan Mental; Pelatihan Klinis; SRQ-20.

Abstract

Dental interns are vulnerable to psychological distress due to academic pressure, demands to achieve clinical competencies, and responsibility for providing patient care. These conditions may affect psychological well-being, learning processes, academic performance, and patient safety. This study aimed to determine the prevalence and pattern of psychological distress symptoms among dental interns undergoing clinical training using the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). A descriptive cross-sectional study was conducted among dental interns at a regional hospital in South Sumatra, Indonesia. A total of 38 respondents were recruited using total sampling. Data were collected using the SRQ-20 developed by the World Health Organization and analyzed descriptively to determine the prevalence and distribution of reported symptoms. The results showed that 86.8% of respondents experienced psychological distress. The most frequently reported symptoms were feeling tense, anxious, or worried and becoming easily tired, each reported by 89.5% of respondents, followed by being easily startled or frightened at 81.6% and feeling tired all the time at 78.9%. Cognitive symptoms were also common, including difficulty thinking clearly in 60.5% of respondents and difficulty making decisions in 52.6%. The high prevalence of psychological distress highlights the need for regular mental health screening, psychosocial support services, mental health promotion programs, and continuous mentoring systems provided by educational institutions and hospitals. These efforts are essential to protect interns' well-being and support the quality and safety of clinical care.

Keywords: Clinical Training; Dental Interns; Mental Health; Psychological Distress; Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental tenaga kesehatan telah menjadi salah satu isu kesehatan masyarakat global yang semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Kesehatan mental merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi kemampuan kolektif dan individu kita sebagai manusia untuk berpikir, emosi, berinteraksi satu sama lain, mencari nafkah dan menikmati hidup (1). Berbagai penelitian melaporkan bahwa distres psikologis, kecemasan, depresi, dan burnout masih banyak ditemukan pada mahasiswa serta peserta pelatihan profesi kesehatan di berbagai negara, mencerminkan tingginya tuntutan psikologis selama proses pendidikan dan transisi menuju praktik profesional (2–5). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesejahteraan individu, tetapi juga berpotensi menurunkan kualitas pendidikan, kinerja profesional, dan keselamatan pasien.

Pelatihan klinis merupakan fase yang paling kompleks dalam pendidikan profesi kesehatan karena peserta didik dituntut mengintegrasikan pengetahuan teoretis dengan keterampilan klinis, pengambilan keputusan, serta pelayanan langsung kepada pasien (6). Pada tahap ini, peserta pelatihan menghadapi tekanan akademik, beban kerja yang tinggi, evaluasi kompetensi yang berkelanjutan, serta

tanggung jawab profesional yang semakin besar. Dokter gigi intern merupakan kelompok yang memiliki kerentanan tinggi terhadap masalah kesehatan mental karena selain harus memenuhi target kompetensi klinis, mereka juga dituntut memberikan pelayanan yang aman, efektif, dan berkualitas di bawah supervisi tenaga pendidik (7,8). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dokter umum yang menjalankan peran sebagai asisten dosen memiliki risiko mengalami burnout akibat beban kerja yang ditanggung, dengan 44% responden mengalami burnout tingkat sedang (9).

Berbagai studi terkini menunjukkan bahwa mahasiswa dan peserta pelatihan kedokteran gigi memiliki prevalensi stres, kecemasan, burnout, dan kelelahan emosional yang relatif tinggi dibandingkan populasi umum (3,6–8). Tingginya tekanan selama pendidikan profesi kedokteran gigi berkaitan dengan beban akademik, keterbatasan waktu, tuntutan pencapaian kompetensi, interaksi dengan pasien, serta kekhawatiran terhadap performa klinis. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan aspek penting yang perlu mendapat perhatian dalam sistem pendidikan kedokteran gigi.

Salah satu manifestasi awal gangguan kesehatan mental adalah distres psikologis, yaitu kondisi nonspesifik yang ditandai dengan gejala

kecemasan, depresi, kelelahan, gangguan konsentrasi, penurunan fungsi kognitif, serta keluhan somatik (10). Apabila tidak dikenali dan ditangani secara dini, distres psikologis dapat berkembang menjadi burnout yang ditandai oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian diri akibat paparan stres kronis (11,12). Dampak kondisi tersebut tidak hanya memengaruhi kesejahteraan individu, tetapi juga menurunkan kemampuan belajar, penalaran klinis, pengambilan keputusan, produktivitas, serta kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien (6,12).

Skrining dini terhadap distres psikologis menjadi strategi penting untuk mengidentifikasi individu yang berisiko mengalami gangguan kesehatan mental. Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) yang dikembangkan oleh World Health Organization (WHO) merupakan instrumen skrining yang telah digunakan secara luas untuk mendeteksi gangguan mental emosional pada masyarakat maupun tenaga kesehatan (13). Di Indonesia, SRQ-20 telah memiliki validitas dan reliabilitas yang baik sehingga banyak dimanfaatkan dalam penelitian maupun pelayanan kesehatan untuk mengidentifikasi distres psikologis pada berbagai kelompok populasi (14).

Meskipun penelitian mengenai kesehatan mental tenaga kesehatan terus berkembang secara global, bukti ilmiah mengenai kondisi psikologis dokter gigi intern di Indonesia masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada mahasiswa kedokteran atau mahasiswa kedokteran gigi pada tahap akademik, sedangkan informasi mengenai

dokter gigi intern yang sedang menjalani fase transisi menuju praktik profesional masih jarang dilaporkan. Selain itu, hingga saat ini masih sedikit penelitian di Indonesia yang menggambarkan secara rinci prevalensi sekaligus profil gejala distres psikologis menggunakan instrumen SRQ-20 pada kelompok ini.

Keterbaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap dokter gigi intern sebagai populasi yang belum banyak diteliti, khususnya pada masa pelatihan klinis yang memiliki tekanan psikologis tinggi. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi prevalensi distres psikologis, tetapi juga memetakan distribusi setiap gejala SRQ-20 sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola gangguan mental emosional pada dokter gigi intern di Indonesia. Informasi tersebut diharapkan dapat menjadi dasar penyusunan program skrining kesehatan mental, intervensi psikososial, serta kebijakan promotif dan preventif yang lebih tepat sasaran dalam pendidikan profesi kedokteran gigi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional) dan dilaksanakan pada Januari–Maret 2025 di salah satu rumah sakit daerah di Provinsi Sumatera Selatan yang menjadi wahana pelatihan klinis dokter gigi intern. Populasi penelitian adalah seluruh dokter gigi intern yang aktif menjalani rotasi klinis. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi dokter gigi intern aktif, telah menjalani pelatihan klinis minimal satu

bulan, dan bersedia menandatangani informed consent. Responden yang mengisi kuesioner tidak lengkap atau sedang menjalani cuti dikeluarkan dari penelitian. Sebanyak 38 dokter gigi intern diikutsertakan dalam analisis.

Distres psikologis diukur menggunakan Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) yang dikembangkan oleh World Health Organization (13). Instrumen ini terdiri atas 20 pertanyaan dengan jawaban dikotomis (Ya/Tidak) yang menilai gejala kecemasan, depresi, keluhan somatik, gangguan kognitif, dan kelelahan selama 30 hari terakhir. Setiap jawaban “Ya” diberi skor 1 sehingga skor total berkisar antara 0–20 (11). Berdasarkan validasi di Indonesia, skor SRQ-20 ≥ 6 dikategorikan sebagai distres psikologis (14). Penggunaan instrumen ini didukung oleh karakteristik psikometrik yang memadai pada berbagai populasi (15–17). Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics for Windows versi 26.0. Analisis deskriptif digunakan untuk menyajikan

frekuensi dan persentase distres psikologis serta respons “Ya” pada setiap item SRQ-20. Uji inferensial tidak dilakukan karena penelitian bertujuan menggambarkan prevalensi dan distribusi gejala. Penelitian telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya (No. 768/UN9.FKM/TU.KKE/2025). Seluruh responden memberikan persetujuan tertulis, sedangkan kerahasiaan dan anonimitas data dijaga selama penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebanyak 38 dokter gigi intern berpartisipasi dan seluruhnya memenuhi kriteria inklusi. Hasil skrining menggunakan SRQ-20 menunjukkan bahwa 33 responden (86,8%) memenuhi kriteria distres psikologis, sedangkan 5 responden (13,2%) tidak memenuhi kriteria tersebut (Tabel 1).

Tabel 1. Prevalensi Distres Psikologis pada Dokter Gigi Intern Berdasarkan Skor SRQ-20

Distres Psikologis	n	%
Mengalami	33	86,8
Tidak Mengalami	5	13,2
Total	38	100

Sumber: Data primer, 2025

Profil Gejala Distres Psikologis

Distribusi respons positif pada setiap item SRQ-20 disajikan pada Tabel 2. Gejala yang paling sering dilaporkan adalah merasa tegang, cemas, atau khawatir (89,5%), mudah merasa lelah (89,5%), mudah terkejut atau takut (81,6%), serta merasa lelah sepanjang waktu (78,9%). Gejala kognitif juga banyak ditemukan,

yaitu kesulitan berpikir jernih (60,5%) dan kesulitan mengambil keputusan (52,6%). Gejala yang paling jarang dilaporkan adalah merasa tidak berharga atau tidak berguna (5,3%), memiliki pikiran untuk mengakhiri hidup (10,5%), dan merasa tidak mampu menjalankan peran yang bermanfaat dalam kehidupan (13,2%).

Tabel 2. Distribusi Gejala Distres Psikologis Berdasarkan Item SRQ-20 pada Dokter Gigi Intern

No.	Item Gejala SRQ-20	n	%
1	Sering mengalami sakit kepala	19	50,0
2	Nafsu makan berkurang	18	47,4
3	Mengalami kesulitan tidur	18	47,4
4	Mudah merasa takut atau terkejut	31	81,6
5	Merasa tegang, cemas, atau khawatir	34	89,5
6	Tangan sering gemetar	7	18,4
7	Mengalami gangguan pencernaan	20	52,6
8	Kesulitan berpikir dengan jernih	23	60,5
9	Merasa tidak bahagia	17	44,7
10	Menangis lebih sering dari biasanya	23	60,5
11	Kesulitan menikmati aktivitas sehari-hari	0	0
12	Kesulitan dalam mengambil keputusan	20	52,6
13	Aktivitas sehari-hari terganggu	13	34,2
14	Merasa tidak mampu menjalankan peran yang bermanfaat dalam kehidupan	5	13,2
15	Kehilangan minat terhadap berbagai hal	12	31,6
16	Merasa tidak berharga atau tidak berguna	2	5,3
17	Memiliki pikiran untuk mengakhiri hidup	4	10,5
18	Merasa lelah sepanjang waktu	30	78,9
19	Mudah merasa lelah	34	89,5
20	Mengalami rasa tidak nyaman pada perut	18	47,4
Total responden		38	100,0

Sumber: Data primer, 2025

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa 86,8% dokter gigi intern mengalami distres psikologis berdasarkan skrining SRQ-20. Temuan tersebut mengindikasikan tingginya kerentanan terhadap masalah kesehatan mental emosional selama pelatihan klinis. Kondisi ini dapat berkaitan dengan beban pelayanan pasien, target kompetensi klinis, rotasi layanan, dan evaluasi berkelanjutan yang menuntut peserta menyeimbangkan proses belajar dengan tanggung jawab profesional. Penelitian ini tidak mengukur beban kerja, jumlah pasien, atau sistem evaluasi secara khusus sehingga

kontribusi faktor-faktor tersebut masih perlu diteliti lebih lanjut.

Temuan ini konsisten dengan berbagai studi yang melaporkan tingginya risiko stres, kecemasan, depresi, dan burnout pada mahasiswa maupun peserta pendidikan profesi kedokteran gigi akibat tuntutan akademik dan praktik klinis yang intensif (3,6–8). Namun, prevalensi pada penelitian ini relatif lebih tinggi daripada beberapa laporan internasional. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden, sistem pendidikan, budaya akademik, beban pelayanan klinis, instrumen pengukuran, dan lingkungan rumah sakit.

Gejala dominan berupa rasa tegang, cemas, atau khawatir serta mudah lelah, yang masing-masing dialami oleh 89,5% responden. Pola tersebut menunjukkan bahwa distres psikologis terutama muncul sebagai respons terhadap tekanan yang berlangsung terus-menerus. Kecemasan dapat berkaitan dengan tuntutan memberikan pelayanan yang aman, memenuhi kompetensi klinis, dan menghadapi penilaian kinerja, sedangkan kelelahan dapat mencerminkan akumulasi beban fisik dan mental selama kegiatan klinis serta akademik.

Lebih dari separuh responden mengalami kesulitan berpikir jernih dan mengambil keputusan. Distres psikologis dengan demikian tidak hanya memengaruhi aspek emosional, tetapi juga fungsi kognitif yang penting dalam penalaran klinis, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan. Apabila berlangsung lama, kondisi ini dapat memengaruhi kualitas pembelajaran klinis dan mutu pelayanan kesehatan.

Gejala merasa tidak berharga dan pikiran untuk mengakhiri hidup ditemukan dalam proporsi yang lebih rendah dibandingkan gejala kecemasan dan kelelahan. Meskipun demikian, adanya pikiran untuk mengakhiri hidup pada 10,5% responden tidak boleh diabaikan dan memerlukan mekanisme deteksi dini, asesmen profesional, serta rujukan yang cepat dan rahasia. Institusi pendidikan dan rumah sakit perlu memastikan tersedianya jalur bantuan yang mudah diakses tanpa stigma.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain deskriptif potong lintang, melibatkan jumlah responden yang

kecil, dan hanya dilakukan pada satu rumah sakit. Pengukuran berbasis kuesioner self-report juga berpotensi menimbulkan bias respons. Oleh karena itu, hasil penelitian tidak dapat digunakan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat atau digeneralisasikan secara langsung kepada seluruh dokter gigi intern di Indonesia.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menegaskan perlunya skrining kesehatan mental berkala, layanan konseling yang mudah diakses, pendampingan akademik, serta evaluasi beban kerja dan sistem pembelajaran klinis. Upaya promotif, preventif, dan dukungan psikososial yang berkelanjutan diperlukan untuk menjaga kesejahteraan dokter gigi intern dan mutu pelayanan kesehatan (5,18).

4. KESIMPULAN

Prevalensi distres psikologis pada dokter gigi intern selama pelatihan klinis tergolong tinggi, yaitu 86,8%. Gejala yang paling dominan meliputi kecemasan, kelelahan, serta gangguan fungsi kognitif. Institusi pendidikan dan rumah sakit perlu mengintegrasikan skrining berkala, dukungan psikososial, pendampingan, dan sistem rujukan yang menjamin kerahasiaan. Penelitian multicenter dengan jumlah sampel lebih besar serta analisis faktor risiko diperlukan untuk menghasilkan bukti yang lebih representatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Rumah Sakit Daerah Provinsi Sumatera Selatan yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas selama pelaksanaan penelitian. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh dokter gigi intern yang telah bersedia menjadi

responden serta berpartisipasi dalam proses pengumpulan data. Penulis turut menyampaikan terima kasih kepada tenaga kesehatan dan pihak terkait yang telah membantu kelancaran penelitian. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Sriwijaya, khususnya dosen pembimbing dan seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, serta masukan selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Soeli YM, Hunawa RD, Rahim NK, Wahab Pakaya A, Ayun N, Yusuf R, et al. Gambaran Mental Health Dosen Kesehatan Di Provinsi Gorontalo Overview of Mental Health Lecturers in Gorontalo Province. *J Heal Sci Gorontalo J Sci Community* [Internet]. 2023;1–10. Tersedia pada: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/index>
2. Puthran R, Zhang MWB, Tam WW, Ho RC. Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis. *Med Educ*. 2016;50(4):456–68.
3. Mak CH, Cao LM, Luo HY, Zhou K, Yu YF, Li ZZ. Burnout among dental students: a systematic review and meta-analysis. *BMC Med Educ*. 2026;26:522.
4. National Academies of Sciences and Medicine E. Taking Action Against Clinician Burnout: A Systems Approach to Professional Well-Being. Washington, DC: National Academies Press; 2019.
5. Organization WH. Guidelines on Mental Health at Work. Geneva: World Health Organization; 2022.
6. Javed MQ, Ahmad Z, Muhammad M, Binrayes A, Niazi I, Nawabi S. Burnout level evaluation of undergraduate dental college students at a Middle Eastern university. *BMC Med Educ*. 2024;24:1155.
7. Karimi Afshar M, Ghorbani Nejad S, Karimi Afshar M. Academic burnout and its related factors among dental students in southeast Iran: a cross-sectional study. *BMC Med Educ*. 2025;25:27.
8. Menacho-Rivera J, Castro-Ramirez L, Yarasca-Berrocal E, Huamani-Echaccaya J, Hernández-Vergara C, Ladera-Castañeda M, et al. Academic burnout syndrome associated with anxiety, stress, depression, and quality of life in Peruvian dentistry students: an analysis using a multivariable regression model. *BMC Med Educ*. 2025;25:998.
9. Irfan Helmi Nugroho RM. Burnout and Quality of Life Among General Practitioner. *Jambura J Heal Sci Res* [Internet]. 2024;6(October):528–34. Tersedia pada: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
10. Association AP. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5th editio. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing; 2022.
11. Maslach C, Leiter MP. The Burnout

- Challenge: Managing People's Relationships with Their Jobs. Cambridge, MA: Harvard University Press; 2022.
12. West CP, Dyrbye LN, Shanafelt TD. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. *J Intern Med*. 2018;283(6):516–29.
 13. Organization WH. A User's Guide to the Self-Reporting Questionnaire (SRQ). Geneva: World Health Organization; 1994.
 14. Prasetyo CE, Triwahyuni A, Prathama AG. Psychometric properties of Self-Report Questionnaire-20 (SRQ-20) Indonesian version. *J Psikol*. 2022;49(1):69–86.
 15. Harding TW, de Arango M V, Baltazar J, Climent CE, Ibrahim HHA, Ladrido-Ignacio L. Mental disorders in primary health care: a study of their frequency and diagnosis in four developing countries. *Psychol Med*. 1980;10(2):231–41.
 16. Mari J de J, Williams P. A validity study of a psychiatric screening questionnaire (SRQ-20) in primary care in the city of São Paulo. *Br J Psychiatry*. 1986;148(1):23–6.
 17. van der Westhuizen C, Wyatt G, Williams JK, Stein DJ, Sorsdahl K. Validation of the Self Reporting Questionnaire 20-item (SRQ-20) for use in a low- and middle-income country emergency centre setting. *Int J Ment Health Addict*. 2016;14(1):37–48.
 18. Organization WH. World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All. Geneva: World Health Organization; 2022.