

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wabah *Corona Virus Disease* (Covid-19) yang telah melanda seluruh negeri di belahan dunia termasuk Indonesia. *World Health Organization* (WHO) tercatat bahwa pada tanggal 10 November 2020, sebanyak 220 negara telah terjangkit Covid-19, 55.064.128 terkonfirmasi positif dan 1.328.015 terkonfirmasi meninggal dunia dan di Indonesia sendiri terkonfirmasi positif sebanyak 478.720 dan 15.503 terkonfirmasi meninggal dunia.

Berdasarkan studi epidemiologi dan virologi saat ini membuktikan bahwa COVID-19 utamanya ditularkan dari orang yang bergejala (simptomatik) ke orang lain yang berada jarak dekat melalui droplet (Kemenkes RI, 2020). Dengan mengetahui penyebarannya, pemerintah Indonesia berusaha melakukan berbagai upaya guna mempersempit penyebaran Covid-19, salah satunya yaitu menghimbau kepada masyarakat untuk melakukan *physical distancing* atau dengan berjaga jarak minimal 1,5 meter dari masyarakat lainnya.

Dalam kondisi seperti ini pemerintah menerapkan kebijakan *Work From Home* (WFH) atau biasa di dengar bekerja dari rumah, dengan kebijakan yang di keluarkan pemerintah ini menghimbau masyarakat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya dirumah. Akibat dari pandemik ini sangat berdampak pada berbagai sektor, salah satunya yaitu pada dunia pendidikan. kondisi pandemik seperti ini memberikan tantangan tersendiri bagi lembaga pendidikan untuk menciptakan model pembelajaran yang efektif.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan surat edaran yaitu pemerintah telah melarang perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan tatap muka (konvensional) dan memerintahkan untuk menyelenggarakan perkuliahan atau pembelajaran secara daring (Surat Edaran Mendikbud Dikti No. 1 tahun 2020). Dalam hal ini mengakibatkan perguruan tinggi dituntut untuk dapat menyelenggarakan pembelajaran secara daring atau online (Sadikin & Hamidah, 2019).

Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka langsung, tetapi menggunakan platform yang dapat membantu proses belajar mengajar yang dilakukan meskipun jarak jauh (Handriani Ika, 2020). Pada proses pembelajaran daring memiliki tantangan tersendiri yaitu menentukan platform yang tepat untuk pengembangan sistem pembelajaran daring tersebut sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran sebagaimana perkuliahan secara tatap muka langsung (*face to face*). Tetapi dalam pelaksanaan sistem proses pembelajaran daring ini mempunyai kelebihan dan kekurangannya. Dimana salah satu kelebihan yang terasa adalah jadwal perkuliahan yang lebih fleksibel. Sedangkan salah satu kekurangannya yaitu ketidakefektifan dalam proses belajar mengajar.

Dampak dari kekurangan sistem pembelajaran daring bisa memberikan akibat buruk pada minat belajar mahasiswa terhadap mata kuliah yang diampu saat musim pandemik ini. Dimana minat ini juga bisa berakibat pada nilai yang akan diperoleh oleh mahasiswa. Belum lagi sistem ujian akhir semester melalui sistem daring dengan tingkat kerumitan yang tinggi, resiko kegagalan sistem yang di

gunakan untuk ujian, serta waktu yang ditentukan sangat mempengaruhi minat dan nilai mahasiswa (Jamil & Aprilisanda, 2020). Di Indonesia, perkuliahan daring terbilang sangat baru. Perkuliahan yang biasanya di lakukan secara tatap muka, sekarang terpaksa di lakukan secara daring karena masa pandemik Covid-19. Hal ini tentu menjadi beban tersendiri dan membutuhkan adaptasi (Sari, 2020).

Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stres akademik. Stres merupakan suatu keadaan yang dapat disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkontrol. Menurut (Chita Putri Harahap et al., 2020) stres akademik diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan.

Stress adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya dalam sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Lumban Gaol, 2016). Stres merupakan keadaan tegang secara biopsikososial karena banyak tugas-tugas perkembangan yang dihadapi orang sehari-hari, baik dalam kelompok sebaya, keluarga, sekolah, maupun pekerjaan (Rustiana & Hary Cahyati, 2012). Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.

Menurut (Ambarwati et al., 2019) setiap orang pasti mengalami stres, stres dapat terjadi karena berbagai faktor baik dari luar maupun dari dalam diri sendiri. Seseorang mengalami stres biasanya karena terlalu berat beban yang dihadapi.

Mahasiswa juga tidak bisa terhindar dari stres yang disebabkan oleh banyaknya tanggung jawab seperti, tugas kuliah yang harus segera diselesaikan.

Prevalensi stres di dunia cukup tinggi, di Amerika, sekitar 75% orang dewasa mengalami stres berat dan jumlahnya cenderung meningkat dalam satu tahun terakhir. Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3% (Azis & Bellinawati, 2015). Sedangkan pada kejadian stress mahasiswa selama masa pandemik covid-19 cukup tinggi, berdasarkan hasil penelitian (Cao et al., 2020) di China, pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami ansietas berat, 2,7% mengalami ansietas sedang, dan 21,3% mengalami ansietas ringan. Selain itu, memiliki kerabat atau kenalan yang terinfeksi COVID-19 adalah faktor risiko terjadinya ansietas pada mahasiswa 95%. Hal ini di dukung oleh penelitian (MAIA & DIAS, 2020) menyatakan bahwa mahasiswa yang telah di evaluasi selama periode pandemik menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan dengan para mahasiswa pada masa-masa normal, hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa pandemik memiliki efek psikologis negatif pada mahasiswa..

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kusnayat et al., 2020) yang berjudul “Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 dan dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa” menunjukkna sekitar 60.5% mahasiswa siap beradaptasi dengan penggunaan teknologi pembelajaran perkuliahan online, tetapi sekitar 59.5% keberatan atas tugas yang diberikan dosen, hal ini berakibat

pada hasil tingkat stress yang di alami mahasiswa meningkat sekitar 60%, sebanyak 92% mahasiswa memilih dan lebih suka perkuliahan tatap muka dikelas dibandingkan dengan perkuliahan online. Jika hal ini dibiarkan terus menerus akan berakibat fatal dalam perkembangan kejiwaan dan prestasi mahasiswa.

Sumber stress mahasiswa biasanya terjadi pada situasi yang monoton, tugas yang terlalu banyak, ketidakjelasan materi yang di terima, ketidaksesuaian harapan nilai yang di terima, kurang adanya kontrol emosi dalam proses pembelajaran, tidak dihargai oleh dosen ataupun mahasiswa lain dari hasil kerja kerasnya, kehilangan kesempatan untuk berpendapat, aturan / kebijakan kampus yang membingungkan, tuntutan yang saling bertentangan, dan deadline tugas perkuliahan yang menumpuk bersamaan dengan mata kuliah lain. Pada tingkat stres dari sedang sampai dengan berat dapat menghambat pembelajaran dan pencapaian mahasiswa. Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa (Purwati, 2012).

Faktor-faktor akademik yang bisa menimbulkan stres bagi mahasiswa yaitu perubahan gaya belajar dari sekolah menengah atas ke pendidikan tinggi, tugas tugas perkuliahan yang menumpuk dan sulit untuk di pahami, target pencapaian nilai yang tidak sesuai harapan, prestasi akademik, kebutuhan untuk mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih baik.

Menurut penelitian yang di lakukan oleh (ZF et al., 2014) menunjukkan bahwa ada beberapa faktor pencetus stress pada mahasiswa antara lain yaitu perubahan kebiasaan belajar, proses pembelajaran yang susah di pahami, lingkungan belajar yang baru, hubungan dengan tutor atau tenaga pengajar yang

kurang baik, dan hubungan dengan teman sebaya dalam satu angkatan atau teman lain di lingkungan kampus yang tidak dalam satu angkatan dapat berakibat timbulnya stress pada mahasiswa.

Pada penelitian penelitian yang di lakukan (Chita Putri Harahap et al., 2020) di ketahui bahwa pada stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang secara terus menerus menimbulkan penurunan daya tahan tubuh mahasiswa. Di ketahui bahwa keluhan dari dampak stres akademik mengakibatkan mahasiswa sering merasakan sakit kepala, mengalami perubahan nafsu makan, sulit tidur dan terkadang bisa sampai menangis jika mengalami sesuatu yang di anggap di luar dari batas kemampuan mahasiswa (Purwati, 2012). Setiap mahasiswa memiliki respon stress yang berbeda dari mahasiswa lainnya. Respon tersebut tergantung pada kondisi kesehatan, kepribadian, pengalaman sebelumnya terhadap stress, mekanisme koping, jenis kelamin, usia, besarnya stressor, dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu (Potter & Perry, 2005). Stress akademik juga dipengaruhi oleh *Self-Efficacy* dengan korelasi negative. Mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung dipengaruhi oleh keterampilan dalam manajemen waktu antara belajar dan kegiatan lainnya.

Penelitian ini di lakukan pada mahasiswa semester 3 dan 5 program studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang sedang melaksanakan perkuliahan daring akibat dari dampak pandemik Covid-19. Di karenakan menurut penelitian yang di lakukan oleh (MAIA & DIAS, 2020) yang di lakukan pada mahasiswa periode 2018 dan 2019 (semester 3 dan 5) di Portugis menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan gangguan psikologis yang signifikan di kalangan

mahasiswa pada masa pandemi dibandingkan dengan keadaan normal. Hasil studi pendahuluan yang di lakukan pada tanggal 22 Desember 2020 pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo semester 3 dan 5 bahwa pada 10 mahasiswa dengan menggunakan quisoner DASS-21 dan persepsi mahasiswa dalam proses pembelajaran daring, terdapat 4 responden mengalami stres berat dengan pembelajaran daring yang tidak efektif, 4 responden mengalami stres sedang dengan pembelajaran daring yang kurang efektif, dan 2 responden mengalami stres ringan dengan pembelajaran daring yang kurang efektif. Berdasarkan hasil wawancara dari perwakilan mahasiswa semester 3 dan 5 dikarenakan mahasiswa mengeluhkan dalam proses perkuliahan daring yaitu ketidakmampuan dalam memahami materi yang di sampaikan oleh dosen, tugas yang menumpuk, kendala dalam sinyal, dan keterbatasan alat-alat praktik.

Berdasarkan uraian di atas maka untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara proses pembelajaran daring selama pandemik Covid-19 dengan tingkat stress pada mahasiswa, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Proses Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Selama Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian guna mengetahui “Apakah ada hubungan antara proses pembelajaran daring selama masa pandemik Covid-19 dengan tingkat stress pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Hubungan Proses Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Selama Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran proses pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.
- b. Untuk mengetahui gambaran tingkat stress pada mahasiswa selama perkuliahan daring pada masa pandemi Covid-19.
- c. Untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan proses pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak, yaitu:

1. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini di harapkan dapat menambah bacaan serta informasi bagi mahasiswa dan dosen pengajar tentang proses pembelajaran daring dengan tingkat stress selama pandemi Covid-19 pada mahasiswa.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini di harapkan bisa menambah referensi dan informasi dalam bidang pendidikan kesehatan bagi penelitian selanjutnya dan sebagai

bahan perbandingan apabila ada peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan judul yang sama atau ingin mengembangkan penelitian ini lebih lanjut.

3. Bagi Mahasiswa

Menambah wawasan pengetahuan dan informasi mengenai hubungan proses pembelajaran daring dengan tingkat stress selama pandemik Covid-19 pada mahasiswa, serta sebagai hasil evaluasi bagi mahasiswa mengenai tingkat stress yang di akibatkan dari pembelajaran daring.