

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (2022) menetapkan COVID-19 sebagai pandemi global sejak Maret 2020, untuk menghadapi jumlah kasus COVID-19 yang semakin tinggi pemerintah mengambil kebijakan untuk membentuk satuan gagasan (satgas) penanggulangan COVID-19, penambahan dukungan tenaga kesehatan atau penambahan relawan tenaga kesehatan (Irfan, Pitaloka, & Nugraha, 2020). Selain itu salah satu dalam pencegahan dan memperlambat penyebaran COVID-19 dilakukan *physical distancing*. Sejak dilakukan *physical distancing* menyebabkan berbagai dampak diberbagai bidang, salah satunya di bidang pendidikan. Sebelum angka COVID-19 menurun di Indonesia, pada bidang pendidikan seperti semua sekolah dan perguruan tinggi melakukan aktivitas belajar mengajar dengan menggunakan sistem daring, hal tersebut dilakukan untuk mencegah dan mengurangi penyebaran virus COVID-19, yang terdapat dalam surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Noviyanti, 2021).

Pembelajaran daring sudah dilakukan lebih dari satu tahun menyebabkan dampak negatif pada anak didik, salah satunya mahasiswa seperti kehilangan semangat belajar, kedisiplinan, dan tanggung jawab tugas dalam mengukur hasil pembelajaran sehingga Kemendikbud mengeluarkan kebijakan mengenai pembelajaran dengan sistem *hybrid* yaitu secara daring dan luring. Pada penelitian yang dilakukan Fauziyyah, Awinda, & Besral

(2021) salah satu dampak perubahan pembelajaran daring ke luring yang terjadi pada mahasiswa yaitu masalah kesehatan mental seperti kecemasan sebanyak 64,8% mengalami masalah psikologis dengan proporsi 4,8% mengalami cemas, 61,5% mengalami depresi, dan 74,8% mengalami trauma.

Penelitian yang dilakukan oleh Tambunan et al, (2022) di kota Padang mengenai tingkat kecemasan pada perubahan sistem pembelajaran daring ke luring dengan hasil dari penelitian yang dilakukan responden yang memiliki tingkat kecemasan berat sekali 12,5%, tingkat kecemasan berat 16,7%, tingkat kecemasan sedang mencapai 45,8%, pada tingkat kecemasan ringan sebanyak 20,8% dan yang tidak memiliki kecemasan sebanyak 4,2%.

Kecemasan merupakan respon yang diperlukan untuk hidup namun apabila tingkat cemas berat dapat mempengaruhi kehidupan baik kualitas maupun kuantitas (Budiarto, Nugrahayu, & Riastiti, 2021). Kecemasan memiliki beberapa derajat kecemasan seperti kecemasan ringan, kecemasan sedang dan kecemasan berat dengan gejala yang berbeda-beda. (Fajriati, Yaunin, & Isona, 2017). Kecemasan dapat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Jannah, 2021).

Terdapat faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa yaitu faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor yang disebabkan oleh diri sendiri merupakan faktor internal sedangkan faktor eksternal merupakan faktor

yang terjadi di luar diri individu seperti faktor lingkungan dan lain sebagainya (Wakhyudin & Putri, 2020). Untari (2014) dalam penelitian Muhsinatun (2018) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan dikarenakan adanya pengaruh dari ide, pikiran, kepercayaan, dan pandangan individu dalam berhubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar sehingga individu dengan penyesuaian diri yang rendah akan lebih rentan mengalami kecemasan.

Kecemasan dapat menyebabkan seseorang sulit beradaptasi, maka diperlukan sistem penyesuaian diri sehingga seseorang memiliki kontrol terhadap suatu perubahan. Model Adaptasi Roy (MAP) merupakan salah satu sistem keperawatan yang memiliki tanggapan adaptif dan sebagai stimulus yang dapat berpengaruh pada kesehatan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar (Pebrianti M, Indriastuti, & Mien, 2020).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Budiarto et al. (2021) menjelaskan bahwa semakin tinggi nilai tingkat kecemasan maka semakin rendah nilai penyesuaian diri pada mahasiswa. Dari hasil penelitian tersebut kemampuan penyesuaian diri seseorang dipengaruhi oleh keadaan lingkungan, keadaan fisik dan jenis kelamin, kebudayaan, dan agama, tingkat pendidikan dan integritas serta kondisi psikologis. Gangguan psikologis menyebabkan mahasiswa terpaksa beradaptasi atau menanggulangnya dengan cara melakukan penyesuaian diri (Rahayu & Arianti, 2020).

Penyesuaian diri sangat berperan penting dalam lingkungan baru sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan baik, maka akan terbentuk komunikasi yang efektif dan dapat menghasilkan hubungan yang lebih baik

dengan individu lain. Pada penelitian yang dilakukan oleh Safira & Damayanti D (2022) tentang penyesuaian diri mahasiswa dimensi penyesuaian akademik terbanyak pada skor sedang 70,04%, dimensi penyesuaian sosial terbanyak pada skor sedang 76,21%, dimensi penyesuaian personal-emosional yang terbanyak pada skor 69,60% mahasiswa. Kemudian pada dimensi keempat penyesuaian kelekatan institusional terbanyak pada skor sedang 63,44% mahasiswa.

Pada penelitian yang dilakukan Bantjes dan Kagee (2018) menunjukkan bahwa penyesuaian sering dikaitkan dengan peningkatan kepuasan hidup dan kualitas hidup serta penurunan depresi, kecemasan, stres, dan kelelahan (Arslan, Yildirim, & Zangeneh, 2021). Ketidakberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri akan mengakibatkan semacam ketidakmampuan menanggung kewajibannya, perasaan tidak nyaman, ketidakperdulian terhadap pelajaran, bertengkar atau perilaku menyerang, tidak percaya pada orang lain dalam kelompok, rasa mudah menyerah, tidak memperdulikan perkuliahannya, dan sibuk dengan kesendiriannya serta tidak memiliki sahabat atau teman (Nuraini, Rini, & Pratitis, 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Tambunan et al., (2022) mengenai peralihan pembelajaran daring ke luring membutuhkan penyesuaian kembali dengan sistem pembelajaran daring yang bersifat pasif. Salah satu perubahan pada peralihan pelaksanaan pembelajaran daring ke luring yaitu menunjukkan tidak tercapai keberhasilan pendidikan dalam sistem pembelajaran daring yang cenderung hanya memberi dan menerima ilmu pengetahuan tanpa ada

pengawasan dan tidak meratanya kontrol orang tua kepada anaknya tentang penanaman nilai karakter yang seharusnya diajarkan di perguruan tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 31 Maret 2022 kepada 17 mahasiswa program sarjana Fakultas Keperawatan Universitas Andalas angkatan A 2021 yang merasakan dampak dari peubahan sistem pembelajaran dari daring ke luring. Didapatkan hasil mahasiswa yang sebelumnya melakukan pembelajaran dengan sistem *hybrid* yaitu daring dan luring secara bergantian dengan jangka waktu paling sering 1-2 x/minggu secara luring dan waktu yang tidak menentu untuk pembelajaran secara daring. Kini mahasiswa sudah melakukan seluruh pembelajaran dengan sistem luring.

Didapatkan data responden merasakan dampak dari perubahan sistem pembelajaran tersebut seperti cemas karena tekanan dari lingkungan sekitar dan cepat merasa lelah dikarenakan manajemen waktu yang kurang baik. Kecemasan yang dirasakan responden ditandai dengan gelisah (58,3%), merasa khawatir terhadap sesuatu (50%), sulit berkonsentrasi (41,7%), merasa cepat lelah (33,3%), pusing dan tangan bergetar (16,7%). Responden bersosialisasi kembali bersama teman sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap perubahan sistem pembelajaran.

Dari pembahasan di atas peneliti tertarik untuk mengambil penelitian mengenai hubungan penyesuaian diri dengan kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas karena belum banyaknya penelitian yang meneliti topik tersebut.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas didapatkan rumusan masalah penelitian melalui pertanyaan berikut ini “Apakah ada hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menentukan hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam perubahan sistem pembelajaran Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- b. Mengidentifikasi distribusi frekuensi penyesuaian diri pada mahasiswa dalam perubahan sistem pembelajaran Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- c. Menganalisis hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran mahasiwa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.



D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini menjadi referensi data untuk memperluas dan mengembangkan penelitian tentang hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran pada mahasiswa.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi juga dalam memberikan informasi pada pihak kampus sehingga dapat mencegah serta mengurangi tingkat kecemasan pada mahasiswa dalam perubahan sistem pembelajaran Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Memberikan tambahan data untuk mengembangkan penelitian mengenai hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan dalam perubahan sistem pembelajaran pada mahasiswa.

