

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan untuk menyesuaikan mahasiswa dengan berbagai kondisi, memberikan stimulasi dengan menggunakan sumber model pembelajaran kepada mahasiswa (Rohana, 2020). Salah satunya pada saat terjadi pandemi COVID-19 yang semula dilakukan pembelajaran tatap muka kini berubah setelah adanya Pandemi COVID-19. Penyebaran wabah COVID-19 ini sangat cepat dan terus mengalami peningkatan.

Dalam rangka memutus mata rantai penularan virus COVID-19 yang semakin meningkat, pemerintah Indonesia telah merumuskan beberapa kebijakan, seperti pembatasan sosial atau *physical distancing*. Sehingga, penerapan *physical distancing* ini menyebabkan semua kegiatan yang dilakukan masyarakat dipindahkan di dalam rumah, termasuk dalam hal proses pembelajaran. Pertengahan Maret 2020, hampir 75 negara telah menerapkan atau mengumumkan penutupan lembaga pendidikan (Muthuprasad, Aiswarya, Aditya, & Jha, 2021).

Indonesia juga merupakan salah satu negara yang terdampak oleh virus COVID-19 ini juga telah menerapkan dan mengumumkan adanya penutupan lembaga pendidikan. Dengan adanya dampak seperti itu menuntut lembaga pendidikan untuk melakukan inovasi dalam proses

pembelajaran dengan cara diberlakukan adanya pembelajaran secara *online* atau daring (Jamaluddin, Ratnasih, Gunawan, & Paujiah, 2020).

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan bahwa dalam rangka pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran COVID-19, Kementerian memberlakukan pembelajaran secara daring bagi siswa, mahasiswa dan bekerja dari rumah bagi pegawai, guru dan dosen (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Sehingga pembelajaran secara daring ini dianggap menjadi solusi terbaik yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keselamatan di tengah pandemi COVID-19 (Maulana & Iswari, 2020). Sekolah dan perguruan tinggi sigap menanggapi diberlakukannya adanya pembelajaran daring termasuk Universitas Andalas. Sesuai peraturan Rektor Universitas Andalas Nomor 8 Tahun 2020 tentang penyelenggaraan pembelajaran tahun akademik 2020/2021 menyatakan bahwa metode pembelajaran di perguruan tinggi dilaksanakan secara daring.

Pembelajaran daring merupakan suatu pembelajaran yang dilakukan melibatkan teknologi informasi yang memungkinkan munculnya pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan internet dan pembelajaran daring ini juga sebagai pengganti pembelajaran tatap muka. Pemanfaatan teknologi informasi yang berupa penggunaan laptop atau *gadget* dalam proses pembelajaran daring guna saling terhubung antara mahasiswa dan dosen dalam memenuhi standar pendidikan sehingga proses pembelajaran tetap terlaksana dengan baik (Andiarna & Kusumawati, 2020). Pelaksanaan

perkuliahan daring memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar kapanpun dan dimanapun sehingga proses belajar - mengajar bisa berjalan dengan lancar semaksimal mungkin tanpa adanya kuliah tatap muka.

Kurniawan (2020) sejak diterapkannya sistem pembelajaran daring pada Maret 2020 terdapat beberapa kendala seperti kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa, kurangnya perhatian mahasiswa, harus membeli kuota internet sehingga biaya yang ditanggung semakin meningkat, sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan untuk mendapatkan akses internet karena tinggal jauh dari kota / pedesaan dan tuntutan tugas yang diberikan banyak dan pengumpulan tugas pun menjadi lebih cepat. Mahasiswa juga melaporkan bahwa pembelajaran daring ini sangat sulit dilakukan dan mereka selalu menatap layar sehingga membuat mereka lelah (Aguilera-Hermida, 2020). Sebuah studi yang dilakukan oleh *American Optometric Association* (AOA) menunjukkan bahwa radiasi komputer dapat menyebabkan kelelahan mata, masalah mata dan pencahayaan dengan intensitas rendah (pencahayaan yang buruk) dapat menyebabkan kelelahan, ketegangan mata, dan kekakuan di sekitar mata. sedangkan pencahayaan intensitas tinggi dapat menyebabkan silau (Pustikasai & Fitriayanti, 2021) .

Perubahan kondisi pembelajaran daring dapat berdampak pada psikologis mahasiswa, seperti stres yang mereka terima dalam perkuliahan daring dan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa

sebagian besar tergolong sedang yaitu sebanyak 100 (75,8%) (Fitriasari, Septianingrum, Budury, & Khamida, 2020). Perubahan kurikulum, kondisi lingkungan, suasana pembelajaran yang baru menyebabkan timbulnya stres akademik, timbulnya kebingungan dan ditambahkan dengan kendala-kendala pada saat proses pembelajaran daring sehingga menyebabkan mahasiswa menjadi stres dan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres akademik selama pembelajaran daring dari 90 % mengalami stres akademik berat (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Menurut Barseli dan Ifdil (2017) bahwa stres adalah suatu tekanan yang terjadi akibat ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan harapan, adanya kesenjangan antara kebutuhan lingkungan dan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Hal ini, dianggap sebagai bahaya, ancaman, gangguan, tidak terkendali atau di luar kemampuan individu untuk merespon. Menurut Priyoto (2014) stres dibagi menjadi tiga yaitu stres ringan, sedang dan berat. Stres ringan ditandai dengan sering merasa lelah tanpa alasan, tidak rileks dan sebagainya. Stres sedang ditunjukkan dengan adanya sakit perut, otot tegang, gangguan tidur dan lain-lain. Sedangkan, stres berat dapat memunculkan kesulitan dalam aktifitas, peningkatan kelelahan dan gangguan system.

Hasil penelitian Kartika (2020) menunjukkan bahwa faktor-faktor tertentu yang dapat menyebabkan mahasiswa menimbulkan gejala stres, seperti tugas perkuliahan dan pengumpulan yang cepat, lingkungan belajar, kebisingan, pemahaman materi yang diperoleh terbatas, ketidakmampuan

untuk bertemu dengan kerabat termasuk teman sekelas, internet terbatas, sulit menyelesaikan tugas kelompok, tidak dapat melakukan hobi seperti biasa, menumpuk pekerjaan rumah, kuota internet yang berlebihan, sulit untuk mengkoordinasikan kerja kelompok, tidak ada jadwal mengajar yang tetap, tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya, menumpuknya pekerjaan rumah, mengubah hubungan keluarga, tidak dapat beradaptasi dan kelelahan selama pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan hasil penelitian Livana, Mubin, dan Basthomi (2020) mengatakan bahwa terdapat beberapa penyebab stres mahasiswa selama pandemi COVID-19 yaitu didapati adanya tugas perkuliahan (70%) , bosan berada dirumah saja (57,8%), tidak dapat bertemu dengan orang yang disayang termasuk teman perkuliahan (40,2%), kuota internet yang terbatas (37,4%), tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya (35,8%), proses pembelajaran daring yang mulai membosankan (55,8%), dan tidak dapat mengaplikasikan praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat (35%).

Menurut Aryani (2016 dalam Lubis, Ramadani & Rasyid, 2021) mahasiswa yang tidak dapat mengontrol atau mengatasi stres dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan perilaku mereka. Secara kognitif, mahasiswa mengalami kesulitan berkonsentrasi pada pembelajaran, kesulitan mengingat materi, kesulitan memahami topik, dan memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Secara afektif timbulnya kecemasan, kepekaan, kesedihan, kemarahan, depresi muncul secara emosional. Secara fisiologis, munculnya reaksi wajah

kemerahan, kulit pucat, lemas dan tidak nyaman, jantung, tremor, sakit perut, pusing, badan kaku dan keringat dingin. Selain itu, dampak dari perilaku yang ditimbulkan adalah sabotase, penghindaran, pertengkaran, penghinaan, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, serta kesenangan yang berlebihan dan berisiko.

Terdapatnya berbagai penyebab yang menimbulkan mahasiswa menjadi stres dalam menjalani proses studinya sehingga membutuhkan coping yang tepat untuk mengatasi stres. Menurut penelitian Hasanah (2017) bahwa strategi coping yang tepat sangat dibutuhkan untuk mengurangi atau menghindari dampak dari kondisi stres yang tidak diinginkan. Strategi coping bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang menekan, menantang, membebani dan melebihi sumberdaya (*resources*) yang dimiliki oleh individu (Maryam, 2017). Setiap orang memiliki respon yang berbeda-beda maka akan melahirkan strategi coping yang berbeda-beda pula tergantung kepada jenis coping yang digunakan (Sarfika, 2019).

Hasil penelitian Fitriasari et al., (2020) yang dilakukan di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya didapatkan bahwa mahasiswa menggunakan strategi coping dalam stres pada pembelajaran daring yaitu *problem focused coping* sebanyak 110 orang (83,3%) mereka menggunakan cara mengalihkan pikiran dengan melakukan aktivitas lain atau tidur. Jika ada kendala dalam masalah sinyal maka mahasiswa mencari tempat yang mempunyai akses jaringan internet lebih

kuat. Sedangkan, mahasiswa yang menggunakan strategi koping *emotional focused coping* sebanyak 22 orang (16,7%) dimana mereka mengatur emosi yang dirasakannya dan mengubah cara pandangnya terhadap stres, yang awalnya pembelajaran daring terasa membosankan diubah dengan membiasakan dengan sesuatu yang menyenangkan.

Mahasiswa cenderung berperilaku lebih efektif di bawah tekanan, mengurangi tindakan yang tidak perlu dan lebih fokus pada tugas. Namun, beberapa mahasiswa juga menemukan bahwa perilakunya sebaliknya mereka menjadi tidak efisien dan ceroboh (Carneiro, Goncales, Novais, & Neves 2017). Seseorang yang hanya menyelesaikan sumber masalah dengan mengorbankan perasaannya sendiri tidak dapat mengatasinya secara efektif. Demikian pula, jika seseorang berhasil meredakan ketegangan emosionalnya, ia tidak dapat menyelesaikan sumber penyebab masalahnya. Untuk mewujudkan strategi koping yang efektif, dua fungsi strategi koping stres harus digunakan (Fitriasari et al., 2020).

Berdasarkan hasil survey pembelajaran jarak jauh semester ganjil 2020/2021 yang dilakukan oleh Lembaga Pengembangan Pendidikan Dan Penjaminan Mutu (LP3M) Universitas Andalas yang terdiri dari 3.336 responden dari seluruh Fakultas termasuk salah satunya Fakultas Keperawatan, didapatkan bahwa mahasiswa menyukai perkuliahan tatap muka diruang kelas (57,6%) daripada perkuliahan jarak jauh (9,2%) dan bentuk pembelajaran yang memudahkan mahasiswa dalam memahami materi pembelajaran yaitu dosen ceramah langsung di ruang kelas tatap

muka (78,5%) daripada dosen ceramah langsung di ruang kelas tatap maya (10,7%). Namun, dikarenakan kondisi pandemi COVID-19 ini sehingga mahasiswa terpaksa melakukan pembelajaran jarak jauh ini. Dari hasil survey tersebut terdapat beberapa kendala yang ditemui mahasiswa dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh seperti jaringan internet (87,0%), server ilearn (73,9%), kuota internet (63,6%) dan teknologi pembelajaran dosen (32,9%).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada 15 orang mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan melalui wawancara yang mengikuti pembelajaran daring yang terdiri dari 8 orang mahasiswa angkatan A 2019 dan 7 orang lainnya merupakan angkatan A 2020, diantaranya 13 orang mahasiswa mengatakan sering mengalami kendala dengan jaringan karena jauh dari kota dan ketika mati lampu sinyal pun hilang total, kuota internet yang terbatas dan pemakaian dalam aplikasi pembelajaran yang cukup besar dan kuota dari pemerintah yang kini berkurang sehingga mahasiswa mengeluarkan biaya untuk membeli paket internet dan 2 orang mengatakan bahwa mereka menggunakan WIFI saat di rumah sehingga memudahkan dalam pelaksanaan pembelajaran daring.

Delapan orang di antara mereka mengatakan kurangnya dalam pemahaman materi ketika belajar daring dan kurang berkonsentrasi ketika belajar dari rumah seperti kebisingan, lima orang dari mereka juga sering mengalami kelelahan terutama pada mata dikarenakan sering menatap layar hp, laptop selama 8-9 jam per hari dan 12 orang diantara mereka

mengatakan kekurangan alat dan media dalam melakukan praktikum dimana mereka khawatir untuk menghadapi praktek pra-klinik nantinya, meskipun waktunya masih lama. Sehingga dari paparan yang mereka ungkapkan tersebut mereka berpotensi mengalami stres dikarenakan adanya kendala dalam pelaksanaan pembelajaran daring ini dan mereka terkadang mengalami kejenuhan dan kebosanan.

Peneliti juga melakukan wawancara mengenai strategi koping yang dilakukan mahasiswa ketika mengalami kondisi stres dalam pelaksanaan pembelajaran daring seperti ketika mereka mengalami kendala dalam jaringan maka mereka mencari sinyal ke tempat yang bagus dan ketika mati lampu maka sinyal pun hilang sehingga mereka meminta izin untuk tidak masuk dalam pelajaran tersebut, lalu mereka menanyakan kepada teman-temannya untuk pelajaran materi tersebut, ketika kurangnya pemahaman dalam materi praktikum yang diberikan maka mereka mencari video di *youtube* dan mencobakan dengan menggunakan alat seadanya dan ketika mereka merasa bosan dan jenuh dalam pelaksanaan daring mereka lebih memilih memperpanjang tidurnya, menonton TV, bermain *game*, berkumpul bersama teman, bepergian bersama teman dan keluarga dan berkonsultasi kepada orang tua ketika mengalami kendala dalam pembelajaran daring.

Berdasarkan fenomena dan teori serta penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, maka penulis tertarik dalam meneliti tentang hubungan stres dengan strategi koping pada mahasiswa Fakultas

Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.

## **B. Penetapan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat ditetapkan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian berikut ini “apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengidentifikasi hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stres mahasiswa S1 Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.
- b. Diketahui distribusi frekuensi strategi koping mahasiswa S1 Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.
- c. Diketahui adanya hubungan tingkat stres dengan strategi koping pada mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan UNAND selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.



## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan untuk mengetahui tingkat stres dengan strategi koping mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

### **2. Bagi Institusi Pendidikan keperawatan**

Hasil penelitian ini berharap dapat dijadikan suatu masukan dalam membantu program dalam upaya mengurangi kejadian stres mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 ini.

### **3. Bagi Penelitian selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan dasar untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan tingkat stres dengan strategi koping mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

