

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

COVID-19 ialah penyakit serius yang menyebabkan pneumonia dan kematian yang pertama kali dilaporkan di Wuhan, ibu kota Hubei, China (Ahn et al., 2020). Pandemi ini menimbulkan lebih banyak bahaya pada kehidupan manusia karena COVID-19 memiliki fitur epidemiologis yang bervariasi sehingga membuatnya lebih mudah ditularkan (Abdulghani, Sattar, Ahmad, & Akram, 2020). Menurut Laporan UNESCO pada akhir tahun 2019, *Corona Virus* (COVID-19) mulai menyebar ke seluruh dunia dengan cepat dan menyebabkan kematian lebih dari 3000 orang (Ali, 2020). Menurut Laporan WHO, untuk mengurangi penularan Covid-19, beberapa negara menetapkan tindakan pencegahan dan pengendalian infeksi dengan membatasi kontak dengan manusia (Aguilera & Hermida, 2020).

COVID-19 membawa dampak yang signifikan terhadap berbagai bidang kehidupan termasuk bidang pendidikan, yang menyebabkan terjadinya penutupan sekolah dan perguruan tinggi dalam waktu yang tidak ditentukan. Penutupan sekolah dan perguruan tinggi ini membuat proses belajar-mengajar dialihkan menjadi sistem pembelajaran *online*. Banyak negara terkena dampak COVID-19, sehingga banyak universitas

yang ditutup atau di ambang penutupan secara fisik dan beralih ke pembelajaran *online* dan jarak jauh (Ali, 2020).

Beberapa sekolah dan perguruan tinggi di dunia, seperti Amerika Serikat dan Arab Saudi telah mengubah pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran *online*. Hal ini disebabkan oleh status darurat COVID-19 yang telah melanda negara tersebut. Selama pandemi COVID-19 banyak universitas yang melakukan pemberhentian pembelajaran tatap muka dan diganti ke video ceramah (Abdulghani et al., 2020).

Pembelajaran secara *online* merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan dalam pembelajaran selama pandemi COVID-19 (Nurmala, Wibowo, & Rachmayani, 2020). Berdasarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi No 1 Tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) di perguruan tinggi pada poin ke-5 yaitu memberikan instruksi untuk menyelenggarakan pembelajaran dari rumah masing-masing secara daring.

Banyak Perguruan Tinggi langsung menanggapi intruksi tersebut, termasuk Universitas Andalas dengan mengeluarkan surat edaran Rektor Universitas Andalas nomor 8 tahun 2020 tentang kegiatan kampus dalam rangka kewaspadaan pandemi COVID-19 yang mulai berlaku sejak tanggal 24 maret 2020. Surat edaran tersebut memiliki 9 poin, dimana poin ke-1 yaitu berisi pemberitahuan untuk melaksanakan pembelajaran secara daring (*online*) dari rumah masing-masing. Pembelajaran online dilakukan

sebagai salah satu bentuk pembelajaran alternatif ditengah pandemi COVID-19 ini agar mahasiswa tetap mendapatkan hak untuk belajar dan juga untuk menjaga kesehatan dan keselamatan bagi semua mahasiswa dan juga tenaga pendidikan.

Berdasarkan Peraturan Rektor Universitas Andalas Nomor 28 Tahun 2020 tentang penyelenggaraan pembelajaran pada semester genap tahun akademik 2020/2021 bahwa pembelajaran dilaksanakan secara daring untuk kuliah teori pada semua program pendidikan dan apabila capaian pembelajaran praktikum dan keterampilan klinik tidak dapat tercapai melalui daring dapat dilakukan secara luring dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan yang ketat. Berdasarkan laporan Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan bahwa perguruan tinggi di seluruh Indonesia sebanyak 98% sudah melakukan pembelajaran daring (Indonesia, 2020, dikutip dari Fitriasari et al., 2020).

Pembelajaran yang biasanya dilakukan secara langsung, kini telah beralih menjadi pembelajaran melalui media yang dapat diakses melalui internet. Pembelajaran *online* merupakan pembelajaran jarak jauh yang dilakukan dengan menggunakan media platform online: seperti *zoom*, *ms team*, *e-learning*, dan *google classroom*. Pembelajaran *online* yaitu pembelajaran yang dilakukan dengan memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran dengan menggunakan jaringan internet (Moore et al., 2011, dikutip dari Nurmala et al., 2020).

Pembelajaran *online* merupakan pilihan yang efektif dalam pembelajaran di masa pandemi COVID-19. Pembelajaran *online* memungkinkan untuk terjadi proses interaksi dimana dan kapan saja, bahan belajar dapat diakses kapan saja, dan menjangkau mahasiswa dalam cakupan yang luas. Namun, dalam prosesnya pembelajaran *online* masih menimbulkan beberapa masalah, seperti kurang paham mengenai materi-materi perkuliahan, pemberian tugas yang jumlahnya lebih banyak dari pada biasanya (Hanifah, Lutfia, Ramadhia, & Purna, 2020).

Perubahan metode pembelajaran seperti ini akan berdampak pada psikologis mahasiswa, seperti menjadi stres selama mengikuti perkuliahan *online* (Fitriasari et al., 2020). Stres yang dialami berasal dari tuntutan-tuntutan, seperti tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin berkembang (Publido, et al, 2012, dikutip dari Fitriasari et al., 2020).

Pembelajaran secara *online* tentunya membutuhkan jaringan internet yang stabil. Ini juga menjadi salah satu hambatan dalam pembelajar *online*, karena masih ada beberapa daerah yang akses jaringan internetnya tidak stabil, sehingga pembelajaran menjadi tidak maksimal. Perasaan stres yang dihadapi mahasiswa saat menjalani pembelajaran online dapat terlihat dari respon mahasiswa, seperti mengeluhkan tidak nyaman, sulitnya sinyal, keterbatasan kuota dan jaringan yang sulit didaerah tempat tinggal mereka (Nurmala et al., 2020).

Stres merupakan respon individu terhadap suatu kejadian yang memicu stres (*stressor*) yang membuat individu menjadi tertekan dan bereaksi secara fisiologis dan psikologi, kemudian dinyatakan dalam suatu derajat yang disebut tingkat stres (Nurmala et al., 2020). Stres adalah sebuah keadaan yang dialami individu dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntunan yang diterima dengan kemampuan untuk mengatasinya (Looker & Geegson, 2004, dikutip dari (Nurmala et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Abdulghani et al, pada mahasiswa kedokteran di King Saudi University (KSU), Riyadh, Arab Saudi ditemukan bahwa sebanyak 73% mayoritas mahasiswa mengalami stres pembelajaran *online*, dengan tingkat stres lebih tinggi ditunjukkan oleh mahasiswa perempuan dari pada mahasiswa laki-laki, dan tingkat stres berat yang tinggi ditunjukkan oleh mahasiswa yang berada pada tahun ke-3 (Abdulghani et al., 2020).

Hasil penelitian Fitriasari et al pada mahasiswa S1 keperawatan di UNUSA, menunjukkan tingkat stres yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran *online* sebagian besar berada dalam tingkatan stres sedang sebanyak 100 orang (75,8%) (Fitriasari et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian (Livana, Mubin, & Basthomi, 2020) didapatkan bahwa sebagian besar penyebab stres mahasiswa selama pembelajaran *online* ialah tugas pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian Rinawati & Sucipto (2019) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi stres yaitu jenis kelamin, tempat tinggal, penghasilan, pekerjaan orang tua dan nomor urut anak. Menurut Sudarya, Bagia, & Suwendra (2014) ada 2 faktor yang dapat mempengaruhi stres pada mahasiswa, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik, minat, perilaku, kecerdasan spritual, kecerdasan intelektual, dan kecerdasan emosi, sedangkan faktor eksternal terdiri dari tugas dan lingkungan sosial.

Stres pembelajaran *online* tidak segera diatasi akan menimbulkan banyak dampak buruk terhadap kesehatan mental, emosional dan fisik mahasiswa (Abdulghani et al., 2020). Stres juga akan mengakibatkan terjadinya penurunan kemampuan akademik yang akan berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2017). Menurut *Psychology Foundation of Australia* (2010, dikutip dari Raudha & Tahlil, 2016) pada kondisi stres mahasiswa menjadi tidak fokus dan mudah marah, sehingga dapat mempengaruhi orientasi dan kemampuan mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran.

Respon stres berbeda-beda pada setiap orang. Stres dapat diatasi dengan melakukan manajemen stres, salah satunya yaitu dengan strategi koping. Strategi koping ialah suatu tindakan yang dilakukan untuk mengatasi dan mengurangi masalah atau tekanan (stres) yang dialami dengan cara perubahan kognitif maupun perilaku untuk memperoleh rasa aman (Fitriasari et al., 2020). Strategi koping adalah strategi yang

digunakan individu dengan melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya (Hendriani, 2018). Menurut penelitian Johansson (2013, Putri, Hamid, & Priscilla, 2017), didapatkan bahwa strategi koping mempengaruhi stres pada individu, strategi koping yang baik akan memiliki tingkat stres yang rendah.

Menurut Lazarus & Folkman (1984, dikutip dari Nasir & Muhith, 2011) ada dua tipe strategi koping, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* yaitu suatu usaha yang dilakukan untuk mengubah atau mengatasi masalah yang dihadapi. *Emotional focused coping* merupakan strategi yang dilakukan dengan mengatur emosi dan menyesuaikan diri terhadap dampak dari suatu masalah.

Pemilihan strategi koping berbeda-beda pada setiap individu. Pemilihan strategi koping yang tepat pada individu akan menimbulkan dampak positif terhadap individu dan meminimalisir atau mengatasi stres yang terjadi (Hanifah et al., 2020). Penggunaan strategi koping yang lebih tepat, sesuai dan efektif terhadap kondisi yang menekan akan menghasilkan adaptasi yang lebih positif (Hendriani, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hanifah et al., 2020) pada mahasiswa Psikologi di Universitas Andalas untuk melihat bagaimana strategi koping yang dilakukan mahasiswa dalam menghadapi stres selama kuliah daring, menunjukkan bahwa 61,9% mahasiswa cenderung

menggunakan strategi koping *emotional focused coping*, 35,7% menggunakan strategi koping *problem focused coping*, dan 2,4% mahasiswa menggunakan strategi koping seimbang antara keduanya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fitriasari et al., 2020) pada mahasiswa S1 keperawatan di UNUSA, bahwa strategi koping yang paling banyak dipakai oleh mahasiswa yaitu strategi koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) sebanyak 83,3%, sedangkan strategi koping yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) sebanyak 16,7%.

Studi yang dilakukan oleh Stecker (2004, dikutip dari Setyawati & Murniati, 2018) menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami stres akademik lebih tinggi dari pada mahasiswa pada program studi terapi fisik, farmasi, kedokteran gigi, dan kedokteran. Perkuliahan yang padat dan disertai dengan keterampilan praktik dan berbagai kegiatan lain jika tidak diiringi dengan manajemen waktu yang baik dapat menimbulkan stres (Ratnasari, 2013, dikutip dari Setyawati & Murniati, 2018).

Mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas terdiri dari angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020. Mahasiswa usia 18-21 dan 22-24 ialah remaja akhir dan dewasa awal yang sedang dalam tahap perkembangan (Agung Krisdianto & Mulyanti, 2016). Pada remaja akhir dan dewasa awal penggunaan strategi koping biasanya masih dipengaruhi oleh ego yang tinggi dan kepentingan pribadi (Agung Krisdianto & Mulyanti, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 12 mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas melalui e-kuesioner (*google form*), didapatkan bahwa 7 orang mahasiswa (58%) mengalami stres pembelajaran *online* selama pandemi Covid-19 dan 5 orang mahasiswa (49%) tidak mengalami stres pembelajaran *online* selama pandemi Covid-19. Masalah selama pembelajaran *online* yang mengakibatkan stres pada mahasiswa disebabkan oleh jaringan internet yang tidak stabil, tugas yang terlalu banyak, fokus menurun yang menyebabkan kurangnya pemahaman materi, dan manajemen waktu yang tidak baik.

Dari studi pendahuluan juga didapatkan bahwa 7 orang mahasiswa (58%) menggunakan strategi koping *problem focused of coping*, 3 orang mahasiswa (25%) menggunakan strategi koping *emotion focused of coping*, dan 2 orang mahasiswa (17%) menggunakan strategi koping *problem focused of coping* dan *emotion focused of coping* yang seimbang antara keduanya. Mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping* akan berusaha untuk menyelesaikan masalah dan juga mencari saran dari teman atau orang lain untuk menyelesaikan masalah. Sedangkan pada mahasiswa yang menggunakan *emotion focused coping* mengatasi stres dengan cara mengatur emosi yang dirasakan, seperti mencoba melupakan masalah, mencari sisi positif dari masalah tersebut, dan membuat diri nyaman dengan makan, minum dan menonton film.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Pembelajaran *Online* pada Mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas Selama Pandemi COVID-19 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian berikut ini “Apakah Ada Hubungan Antara Strategi Koping dengan Tingkat Stres Pembelajaran *Online* pada Mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas Selama Pandemi COVID-19 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan strategi koping dengan tingkat stress pembelajaran *online* pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas selama pandemi COVID-19 di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya strategi koping pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas selama pandemi COVID-19.
- b. Diketuainya tingkat stres pembelajaran *online* pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas selama pandemi COVID-19.
- c. Diketuainya hubungan strategi koping dengan tingkat stres pembelajaran *online* pada mahasiswa Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Andalas Selama Pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi institusi pendidikan keperawatan tentang seberapa tinggi tingkat stres pembelajaran *online* pada mahasiswa dan bagaimana strategi koping yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasinya. Dan juga bisa digunakan sebagai bahan untuk perkembangan ilmu pengetahuan dan bahan evaluasi yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran secara *online*.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa, agar mahasiswa mengetahui pentingnya strategi koping yang tepat untuk mengurangi masalah atau tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi tambahan bagi peneliti yang ingin meneliti lebih lanjut terkait tingkat stres pembelajaran *online* dan strategi koping pada mahasiswa dan juga menjadi bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya.

