

## HUBUNGAN EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN ONLINE SELAMA PANDEMI COVID-19 DENGAN TINGKAT STRESS MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEPERAWATAN

Safriadi Darmansyah Ar

Institut Kesehatan Dan Bisnis St. Fatimah Mamuju

Email Korespondensi: safridarma88@gmail.com

Disubmit: 17 April 2022

Diterima: 25 April 2022

Diterbitkan: 01 Juli 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6594>

### ABSTRACT

*One of the biggest health problems that have an impact on performance in college is stress. Students are a group that is vulnerable to stress that comes from college life. The stress that students usually experience is caused by the demands of life and academic responsibilities. Changes in the online learning system during the Covid-19 pandemic require students to get more assignments and a busy lecture schedule. To find out whether there was an effect of online learning during the Covid-19 pandemic on the stress level of the Faculty of Nursing, St. Fatimah Mamuju Health and Business Institute. Quantitative research with the cross-sectional approach. The data was collected by distributing questionnaires to 62 students of the last semester, then analyzed using the Chi-Square test. There were 24.2% who thought that online learning was effective and 75.2% thought that online learning was not effective. Students who experienced mild stress were  $\pm 9.7\%$ , students with moderate stress were  $\pm 45.2\%$ , students with severe stress were  $\pm 38.7\%$  and students with very severe stress were  $\pm 6.5\%$ . Online learning due to the pandemic is a trigger for increased students' stress level.*

**Keywords:** Covid Pandemic, online learning, stress.

### ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan terbesar yang memiliki dampak kinerja pada perkuliahan adalah masalah stres. Mahasiswa menjadi kelompok yang rentan terhadap stres yang berasal dari kehidupan perkuliahan. Stres yang biasanya dialami mahasiswa disebabkan adanya tuntutan kehidupan dan tanggung jawab akademik. Perubahan sistem pembelajaran online selama pandemi Covid-19 mengharuskan mahasiswa memperoleh tugas yang lebih banyak dan jadwal perkuliahan yang padat. Tujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pembelajaran via online selama pandemi Covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada mahasiswa tingkat akhir sebanyak 62 orang, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Terdapat 24,2% menilai bahwa pembelajaran via online efektif dan 75,2% menilai pembelajaran via online tidak efektif. Mahasiswa yang mengalami stres ringan  $\pm 9,7\%$ , mahasiswa dengan stres sedang  $\pm 45,2\%$  yang memiliki stres berat  $\pm 38,7\%$  dan yang memiliki stres sangat berat  $\pm 6,5\%$ .

Pembelajaran daring yang dilakukan akibat terjadinya pandemi pemicu peningkatan stres pada mahasiswa.

**Kata Kunci:** Covid Pandemi, Daring (Pembelajaran *online*), Stres

## PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 di kota Wuhan ditemukan sebuah virus baru yaitu coronavirus (SARS-Cov-2) dan penyakitnya disebut coronavirus disease 2019 (Covid 19). Coronavirus merupakan suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Awal tahun 2020 virus ini telah merebak pada 65 negara di dunia dan WHO telah menetapkan virus ini sebagai Pandemi global. Pandemi adalah penyakit yang menyebar ke banyak orang di banyak negara pada waktu yang bersamaan. Jumlah penularan virus corona sendiri telah meningkat pesat, dan berkelanjutan dalam skala global (Yuliana, 2020).

Indonesia mulai terinfeksi virus ini pada awal bulan Maret 2020 dengan ditemukannya 2 pasien positif Covid 19 di Depok, Jawa barat. Dan jumlah kasus Covid 19 terus meningkat dengan pesat. Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mencegah penularan infeksi Covid-19 adalah dengan mewajibkan masyarakat untuk menggunakan masker, memberlakukan jarak sosial dan jarak fisik, serta mengimbau masyarakat untuk rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, dan membersihkan diri, selain itu juga membersihkan permukaan benda dengan cairan desinfektan (Kemenkes, 2020).

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun kampus perguruan tinggi menggunakan metoda daring atau online sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan

penyebaran Coronavirus disease (Covid-19) (Hasanah, dkk, 2020).

Sejak diberlakukannya kuliah online banyak pelajar maupun mahasiswa merasa tugas-tugas yang diberikan semakin banyak, hal ini membuat semakin stres. Gejala stres yang dirasakan yaitu sering merasa cemas jika tugasnya tidak bisa terselesaikan, pusing dan merasa sulit berkonsentrasi. Banyak pelajar maupun mahasiswa juga merasa lebih sulit karena harus mengerjakan tugas ini sendirian, biasanya mereka akan mengerjakan bersama dengan teman-temannya jika ada tugas yang dirasa sulit. Namun karena pemberlakuan jarak sosial, maka hal ini sulit untuk dilakukan. Hal tersebut menyebabkan semakin tidak termotivasi untuk mengerjakan tugas. Menurut Kaplan dan Sadock (Affum-osei et al., 2014)

Stres menjadi salah satu faktor paling berpengaruh dalam prestasi belajar. Stres akademik yang dialami mahasiswa berdampak pada hasil atau prestasi belajar mereka. Awalnya pembelajaran online mendapat respon positif dari beberapa mahasiswa, namun seiring berjalannya proses pembelajaran, mahasiswa mulai mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan tersebut antara lain: jaringan sinyal yang tidak stabil, banyak gangguan saat belajar di rumah, tanpa interaksi langsung dengan dosen atau mahasiswa lain, mahasiswa merasa kurang fokus pada pembelajaran, materi yang disampaikan sulit untuk dipahami, dosen kurangnya persiapan materi sehingga sulit dipahami, banyak tugas dengan tenggat waktu yang pendek juga dapat menjadi kendala

dalam pembelajaran online. Berdasarkan beberapa hal tersebut menjadi pemicu mahasiswa mengalami stres.

Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi mahasiswa akan mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan tingkah lakunya. Secara kognitif mahasiswa kesulitan memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat materi, sulit memahami bahan pelajaran, berpikir negatif pada diri dan lingkungannya. Secara afektif munculnya rasa cemas, sensitif, sedih, kemarahan, frustrasi. Secara fisiologis munculnya reaksi muka memerah, pucat, lemah dan merasa tidak sehat, jantung berdebar-debar, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin. Selain itu dampak tingkah laku yang muncul yaitu merusak, menghindar, membantah, menghina, menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, dan terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan secara berlebih-lebihan dan beresiko (Aryani, 2016).

Mempertimbangkan dampak stres yang ditimbulkan cukup signifikan maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai tema stres. Apalagi dengan kondisi dimana saat ini penyebaran Covid 19 yang semakin meluas, sehingga menambah tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa. Apabila mahasiswa terus menerus dalam kondisi tertekan maka akan berpengaruh pada prestasi akademiknya. Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pembelajaran online selama pandemi Covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, karena tidak adanya intervensi atau manipulasi oleh peneliti terhadap subjek penelitian. Model penelitian subjek menggunakan pendekatan *cross sectional* menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen yang dalam penelitian ini adalah Pembelajaran online terhadap Stres.

Seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *Non- Random Sampling* yaitu *Purposive sampling* dengan didasari pertimbangan tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada mahasiswa tingkat akhir sebanyak 62 orang, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*, sesuai dengan kriteria inklusi mahasiswa yang menjadi responden, dan mahasiswa tingkat akhir

Hasil penelitian diperoleh dengan menggunakan 2 kuesioner. Kuesioner pertama terdiri dari 7 poin yang berisi pertanyaan terkait pembelajaran online dan kuesioner kedua terdiri dari 40 poin yang berisi pertanyaan terkait stres selama menjalani semester akhir di Fakultas Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju.

Setelah dilakukan pengambilan data, langkah berikutnya yakni pengolahan untuk memperoleh memperoleh hasil dari penelitian ini. Pengolahan data dengan menggunakan program *SPSS for windows*. Selanjutnya hasil penelitian secara lengkap akan disajikan dalam bentuk tabel berdasarkan hasil analisis data univariat dan analisa bivariate untuk melihat hubungan antar variabel independen dengan variabel

dependen dengan menggunakan uji chi-square dimana nilai kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

### HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada lingkup mahasiswa Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil sebagai berikut: Distribusi Responden Berdasarkan Penilaian Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju Mengenai Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19.

**Tabel 1 Mengenai pembelajaran online**

Pembelajaran Online	n	%
Efektif	15	24,2
Tidak Efektif	47	75,8
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1 hasil menunjukkan menunjukkan bahwa 15 orang (24,2%) menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemik Covid-19 efektif, dan 47

orang (75,2%) lainnya menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemic Covid-19 tidak efektif.

Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju.

**Table 2 Distribusi Responden**

Tingkat Stres	n	%
Ringan	6	9,7
Sedang	28	45,2
Berat	24	38,7
Sangat Berat	4	6,5
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 2 memperlihatkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan  $\pm 9,7\%$ , mahasiswa dengan stres sedang  $\pm 45,2\%$ , yang memiliki stres berat  $\pm 38,7\%$  dan yang memiliki stres sangat berat  $\pm 6,5\%$ .

Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju.

**Tabel 3 Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir**

Pembelajaran via online	Tingkat Stress				Total		P value
	Ringan-Sedang		Berat-Sangat berat		N	%	
	n	%	N	%			
Ya, efektif	4	26,7	11	73,3	15	100	0,012
Tidak efektif	30	63,8	17	36,2	47	100	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>54,8</b>	<b>28</b>	<b>45,2</b>	<b>62</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 3 mengenai pengaruh pembelajaran online terhadap tingkat stress, menunjukkan bahwa responden yang

menilai bahwa pembelajaran online efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan dan sedang sebanyak 4 orang (26,7%), sedangkan yang

menilai bahwa pembelajaran online tidak efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan dan sedang sebanyak 30 orang (63,8%). Responden yang menilai bahwa pembelajaran online efektif, namun memiliki tingkat stress yang berat dan sangat berat sebanyak 11 orang (73,3%) dan yang menilai bahwa pembelajaran online tidak efektif dan memiliki tingkat stress yang berat dan sangat berat sebanyak 17 orang (36,2%).

Pada tabel 3 dilakukan penggabungan level stres yaitu dari 4 level stres menjadi 2 level stres karena syarat uji chi square untuk tabel 2x4 adalah sel yang nilai expectednya <5 maksimal 20%, sedangkan pada tabel 5.4 nilai expectednya 25%.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang (48,4%). Tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah tingkat stres berat (51,6%). Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang terbanyak adalah tingkat stres berat (42,6%). Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (42%). Tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (53,2%). Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (39,9%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (45,2%). Stressor yang paling menyebabkan stres adalah yang terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal.<sup>(8)</sup>

Penelitian ini serupa didapatkan pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rizkia, dkk (2019) di Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif dengan desain cross-section dengan jumlah besar sampel minimal yaitu sebanyak 170 orang. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress berdasarkan stressor. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah MSSQ (Medical Student Stress Questionnaire) untuk mengukur tingkat stres berdasarkan stressor pada mahasiswa.

Secara teoritis stres baru nyata dirasakan apabila keseimbangan diri terganggu. Artinya stres dapat terjadi jika stressor yang datang melebihi kapasitas ketahanan yang kita miliki, sehingga kita tidak dapat menghadapi stressor tersebut. Jadi selama kita memandang diri kita masih bisa menahankan tekanan tersebut (yang kita persepsi lebih ringan dari kemampuan kita menahannya) maka cekaman stress belum nyata. Namun jika tekanan tersebut semakin besar (baik dari stressor yang sama atau dari stressor yang lain secara bersamaan) maka cekaman tersebut akan menjadi lebih nyata, sehingga akan membuat kita menjadi kewalahan dan akan merasakan stres.<sup>(9)</sup>

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian menganggap bahwa pembelajaran online tidak efektif sehingga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya stres.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin Z. (2009). Ketika Stress Beraksi Islam Punya Solusi. 2009;3(1).  
Firman F, Rahayu S. (2020). Pembelajaran Online di

- Tengah Pandemi Covid-19. *Indones J Educ Sci.* 2020;2(2):81-9.
- Herliandry LD, Nurhasanah, Suban ME, Heru K. (2020). Pandemic learning during the Covid-19. *J Teknol Pendidik* [Internet]. 2020;22(1):65-70. Available from:<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jtp>
- Junaidi. (2018). Urgensitas Ilmu Menurut Konsep Islam. 2018;X.
- Jiang F, Liehua D, Liangqing Z, Cai Y, Cheung chi wai, Xia Z. (2019). Review of the Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *J Gen Intern Med.* 2020;35(5):1545-9.
- Kusnayat A, Sumarni N, Mansyur AS, Zaqiah QY, Bandung UT. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampak Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTech J Edukasi dan Teknologi Pembelajaran.* 2020;1(2):153-65.
- Susilo A, Rumende CM, Pitoyo CW, Santoso WD, Yulianti M, Heri Kurniawan H, et al. (2020) Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *J Penyakit Dalam Indones.* 2020;7(1):45.
- Kemenkes RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). *Gemas.* 2020. 0-115 p.
- Kemenkes RI. (2021). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). *Gemas.* 2021. 0-115 p.
- Livana PH, Mubin MF, Basthomi Y. (2020). “ Tugas Pembelajaran ” Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *J Ilmu Keperawatan Jiwa.* 2020;3(2):203-8.
- Musabiq S, Karimah I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight J Ilm Psikol.* 2018;20(2):74.
- Mukharom M, Aravik H. (2020). Kebijakan Nabi Muhammad Saw Menangani Wabah Penyakit Menular dan Implementasinya dalam Konteks Penanggulangan Coronavirus Covid-19. Vol. 7, *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i.* 2020.
- Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *J EDUKASI J Bimbing Konseling.* 2016;2(2):183.
- Notoadmojo. Soekdijo. (2018). Buku Metodologi keperawatan penelitian kesehatan jakarta PT Rneka Cipta Qiu W, Rutherford S, Mao A, Chu C. *The Pandemic and its Impacts.* *Heal Cult Soc.* 2017;9:1-11.
- Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *J Kesehat Andalas.* 2019;8(1):103.
- Rahardjo W, Qomariyah N, Mulyani I, Andriani I. (2020). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran Neurotisme, kelebihan informasi, kecemasan, dan jenis kelamin. *Psikol Sos.* 2020;18(59).Sari MK.

- Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. *J Ilm Pamenang*. 2020;2(1):31-5.
- Sukadiyanto. (2010). Stress Dan Cara Mengurangnya. *cakrawala Pendidik*. 2010;55-66.
- Susatyo Y. (2010). Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi. 2010;(1996):14-26
- Zaharuddin. (2020). Stres Menghadapi Musibah Perspektif Islam ditinjau dari Adversity Quotient di Panti Asuhan di Kecamatan Plaju Palembang. 20(2):285-301.