

## BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini membahas tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian (tujuan umum dan tujuan khusus), serta manfaat penelitian.

### 1.1 Latar Belakang

Pandemi Covid-19 saat ini menjadi salah satu krisis kesehatan utama di dunia. Infeksi Covid-19 pertama kali terjadi di China pada akhir Desember 2019. Kemudian virus ini berkembang dan menyebar dengan cepat hampir ke seluruh negara hanya dalam waktu beberapa bulan, sehingga World Health Organization (WHO) menetapkan Covid-19 sebagai kasus pandemi global. Berdasarkan data WHO pada bulan Juni 2020, jumlah negara yang terjangkit Covid-19 sebanyak 216 negara, dengan kasus terkonfirmasi positif sebanyak 8.708.008 jiwa, dengan angka kematian sebanyak 461.715 jiwa (WHO, 2020). Berdasarkan data dari Gugus Covid-19 dalam (Andiarna & Kusumawati, 2020), Penyebaran juga terjadi di Indonesia dengan jumlah kasus positif Covid-19 mencapai 76.981 jiwa dengan angka kematian 2.535 jiwa di seluruh provinsi di Indonesia pada 14 Juli 2020.

Penyebaran wabah yang sangat cepat membuat setiap negara harus bertindak dengan segera untuk menekan angka kejadian dan penyebaran Covid-19. Dalam hal ini, pemerintah Indonesia membuat kebijakan untuk menekan angka kejadian Covid-19 yaitu dengan menerapkan protokol kesehatan dengan menjaga jarak (*physical distancing*), cuci tangan dan memakai masker. Seluruh aktivitas yang menyebabkan kerumunan diminimalkan agar tidak terjadi penyebaran Covid-19, sehingga membuat setiap orang melakukan aktivitasnya di dalam rumah (Andiarna & Kusumawati, 2020). Aktivitas yang harus dihindari agar tidak terjadi penyebaran Covid-19 seperti berlibur ke tempat wisata, berbelanja, beribadah, bekerja serta kegiatan pembelajaran di sekolah maupun kampus.

Kegiatan pembelajaran dilakukan dengan menggunakan metode daring, karena kegiatan pembelajaran di ruang kelas memiliki potensi yang besar menularkan wabah Covid-19. Hal ini diperkuat dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) yang mengeluarkan surat keputusan nomor 13 A tahun 2020 terkait penetapan masa darurat akibat virus corona. Berdasarkan penetapan tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease* (Covid-19) (D. Sari, 2020).

Pembelajaran daring merupakan kegiatan belajar mengajar yang memanfaatkan jaringan internet sebagai metode penyampaian materi pembelajaran, interaksi dan fasilitas penunjang belajar yang didukung oleh berbagai bentuk layanan. Pembelajaran daring telah ditetapkan pemerintah agar dapat melakukan kegiatan belajar mengajar dimana saja dan kapan saja tanpa harus bertemu tatap muka secara langsung (Rochima, 2020). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan menggunakan fasilitas seperti komputer, laptop maupun smartphone yang dihubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut, dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran di waktu yang bersamaan menggunakan *platform* maupun media *online* yang dapat diakses dengan jaringan internet seperti *whatsApp*, telegram, *e-learning*, *zoom*, *google meeting* dan lainnya (Argaheni, 2020). Sehingga, mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar mengajar melalui *platformonline* dalam kurun waktu dekat (Ozdemir & Sonmez, 2021).

Dalam pelaksanaannya, metode pembelajaran daring sangat efektif digunakan dalam aktivitas belajar mengajar selama masa pandemi. Hal ini dapat menekan penularan wabah Covid-19 karena dilakukan tanpa berinteraksi secara langsung dan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Tetapi, banyak hambatan yang dialami mahasiswa selama proses pembelajaran secara daring seperti boros dengan kuota internet, signal internet yang terbatas, penjelasan materi oleh dosen kurang maksimal, terbatasnya interaksi selama pembelajaran, dan media pembelajaran sulit diikuti (Ningsih, 2020). Pada pembelajaran daring, interaksi mahasiswa menjadi kurang kondusif karena mahasiswa hanya dapat melakukan komunikasi secara virtual dengan dosen dan mahasiswa lainnya. Hal ini dapat memperburuk kondisi mental mahasiswa karena pembelajaran dilakukan di rumah dan terbatasnya interaksi sosial yang membuat mahasiswa mengalami stres hingga depresi.

Menurut penelitian Habeeb, K. A dalam (Ambarwati et al., 2017), prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres berkisar 38-71%, dan di Asia 39,6-61,3%. Sementara di Indonesia, menurut catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2018, prevalensi gangguan emosional atau stres pada penduduk berusia 15 tahun ke atas, meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% di tahun 2018. Prevalensi penderita depresi di tahun 2018 sebesar 6,1% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data tersebut menunjukkan tingginya angka gangguan emosional atau stres yang dialami oleh mahasiswa.

Mahasiswa merupakan sebutan bagi orang yang sedang menempuh pendidikannya di sebuah perguruan tinggi. Mahasiswa tergolong ke dalam usia remaja akhir dan dewasa awal, dimana rentang usianya antara 18 tahun sampai 25 tahun (Hulukati & Djibran, 2018). Menurut (WHO, 2021) remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan dewasa merupakan penduduk dalam rentang usia 20-60 tahun. Dalam

hal ini, mahasiswa rentan sekali terkena stres karena berada pada periode *storm & stress*, dimana periode ini seseorang berada pada tahap kritis karena akan memasuki masa dewasa awal (Putro, 2017). Akibat adanya pandemi Covid-19, pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan mengambil kebijakan untuk mewajibkan semua proses pembelajaran dilakukan secara daring. Dengan perubahan metode pembelajaran menjadi pembelajaran daring mengakibatkan dampak kesehatan seperti stres dan kelelahan pada mahasiswa.

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta oleh (Putri et al., 2020), kurang lebih 35,7% mahasiswa yang melakukan pelajaran jarak jauh atau PJJ di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta mengalami tanda-tanda gangguan mental dan juga terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi pelaksanaan pelajaran jarak jauh atau daring dengan tingkat stres yang dialami oleh Mahasiswa UIN Jakarta. Hasil penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa tingkat satu di program studi S1 Keperawatan Stikes Karya Husada Kediri menyatakan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian mengalami tingkat stres sedang (38,57%) sebanyak 27 mahasiswa. Sedangkan 20 mahasiswa mengalami stres tingkat berat (28,57%) dan 23 mahasiswa (32,86%) mengalami stres tingkat ringan (M. K. Sari, 2020). Berdasarkan data dari jurnal tersebut didapatkan bahwa pembelajaran yang dilakukan secara daring selama pandemi Covid-19, dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa karena banyak faktor yang menjadi penyebab meningkatnya tingkat stres pada mahasiswa.

Menurut Puspitasari, W. dalam (Barseli et al., 2017), adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab meningkatnya tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa yaitu, faktor internal yang terdiri dari pola pikir, kepribadian, dan keyakinan, sedangkan dari faktor eksternal terdiri dari mata kuliah yang lebih padat, tekanan untuk lebih berprestasi, dorongan status sosial, dan orang tua yang saling berlomba. Selain faktor yang disebabkan oleh diri sendiri dan juga orang tua, dalam sisi dosen atau pengajar, pembelajaran secara daring dianggap hanya efektif untuk pemberian tugas tetapi tidak untuk membuat mahasiswa menjadi paham terkait materi yang diajarkan. Selain itu, tidak semua mahasiswa memiliki fasilitas yang mendukung dalam kegiatan pembelajaran secara daring, seperti koneksi internet yang tidak memadai dan kuota internet yang mahal akan menjadi penghambat mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran (Maulana, 2021). Dalam hal ini, diketahui bahwa mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran secara daring memiliki resiko tinggi terpapar dengan berbagai stresor dan mengalami stres.

Stres adalah reaksi tubuh yang alami terhadap tekanan, tegangan, dan perubahan lainnya yang terjadi dalam kehidupan (Jannah & Santoso, 2021). Stres yang dialami tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu saja (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal bersumber dari

kemampuan mahasiswa dalam mengikuti mata kuliah yang diadakan. Sedangkan faktor eksternal bersumber dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran dari mata kuliah yang diikuti, tuntutan orang tua untuk berhasil dikuliahnya, kompetensi perkuliahan, dan meningkatnya tingkat kesulitan dari materi yang diajarkan dalam perkuliahan. Mahasiswa yang tidak dapat mengendalikan stresnya akan mempengaruhi pikiran (kesulitan untuk memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat materi, sulit memahami bahan pelajaran, serta berpikiran negatif pada dirinya sendiri dan lingkungan), perasaan (munculnya rasa cemas, sensitif, sedih, kemarahan dan frustrasi), reaksi fisik (kesulitan tidur, tampak pucat, lemah dan merasa tidak sehat, jantung berdebar-debar, gemetar, sakit perut, pusing, dan badan keringat dingin), dan tingkah lakunya (merusak, menghindar, membantah, menghina, serta melakukan kegiatan mencari kesenangan secara berlebihan dan beresiko) (Aryani, 2016).

Hasil studi pendahuluan dilakukan dengan teknik wawancara terhadap enam mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta yang menyatakan bahwa metode pembelajaran yang dilakukan secara daring selama masa pandemi Covid-19 memberikan dampak positif maupun negatif untuk setiap mahasiswa yang menjalaninya. Dampak positif dari metode pembelajaran yang dilakukan secara daring terbukti cukup efektif, karena dapat meminimalkan penyebaran wabah Covid-19 di lingkungan universitas, serta menghemat waktu dan biaya karena tidak perlu jauh-jauh datang ke kampus. Tetapi metode ini juga memiliki dampak negatif, dimana dalam proses pembelajaran tidak bertatap muka secara langsung, hal ini menimbulkan berbagai kendala.

Kendala yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring, seperti sinyal yang buruk, kebutuhan akan kuota internet yang semakin banyak, ketidakpahaman dengan penjelasan materi yang disampaikan dosen, sistem pembelajaran seperti *e-learning* yang sering *error*, dan proses belajar mengajar secara daring kurang efektif dengan menggunakan *google meeting* atau *zoom* karena tidak dapat menyimak materi dengan baik. Beberapa mahasiswa mengatakan bahwa dalam penugasan tidak terlalu memberatkan karena jawaban dapat diperoleh dari internet. Tetapi yang memberatkan jika ada dosen yang memberikan tugas untuk membuat dalam bentuk media, seperti video, poster, leaflet, dan lainnya. Dengan adanya tugas yang memberatkan, serta mahasiswa juga mengikuti praktik di laboratorium universitas maupun rumah sakit, terkadang membuat tugas kuliah yang seharusnya menjadi tanggung jawab mahasiswa hampir terabaikan. Selain itu, beberapa mahasiswa mengatakan bahwa untuk melatih keterampilan klinis perlu dipraktikkan secara langsung di laboratorium, tetapi karena keterbatasan situasi dan kondisi, praktek yang dilakukan di laboratorium harus dibatasi, sehingga membuat mahasiswa menjadi kebingungan saat nantinya mahasiswa turun langsung ke rumah sakit. Dalam hal ini, dengan adanya berbagai hambatan yang terjadi



selama proses pembelajaran secara daring, menimbulkan berbagai dampak yang dialami mahasiswa seperti mahasiswa menjadi malas mengerjakan tugas, tidak fokus mengikuti kelas online, tidak paham akan materi yang dosen jelaskan, serta kurangnya keterampilan klinis.

Menurut (Abbasi et al., 2020), mahasiswa ilmu kesehatan terutama mahasiswa keperawatan yang melakukan pembelajaran secara daring dengan menggunakan sistem e-learning dirasa kurang efektif dalam memperoleh keterampilan klinis karena keterampilan ini lebih efektif jika dipraktekkan secara langsung di laboratorium maupun rumah sakit. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 karena sebagian besar mata kuliah yang dijalani dari jurusan ilmu keperawatan, dibandingkan mahasiswa keperawatan di semester 1 yang masih ada beberapa mata kuliah umum (seperti, bahasa Indonesia) dan mata kuliah keperawatan dasar. Dalam hal ini, berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah diuraikan diatas dengan mempertimbangkan dampak stres yang ditimbulkan cukup signifikan, maka peneliti bermaksud mengadakan penelitian mengenai “Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta”.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena pada latar belakang yang telah diuraikan diatas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan : apakah ada pengaruh pembelajaran daring terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh pembelajaran daring terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari skripsi ini adalah :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, semester)
- b. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta

- c. Mengetahui adanya pengaruh pembelajaran daring terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Semester 3 dan 5 di Universitas Esa Unggul Jakarta” ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada para pembaca. Adapun manfaatnya sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa  
Dalam penelitian ini, peneliti berharap mahasiswa dapat memahami masalah tentang kondisi stres selama pembelajaran daring pada era pandemi Covid-19 dan mulai melakukan upaya pencegahan stres selama pandemi Covid-19.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam membuat perencanaan kebijakan dan evaluasi dalam menerapkan metode pembelajaran daring terhadap tingkat stres pada mahasiswa.
3. Bagi Peneliti  
Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk penelitian yang lebih lanjut mengenai pengaruh selama pembelajaran daring terhadap tingkat stres mahasiswa.