

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular yang kini telah menyebar di seluruh dunia. Penyakit ini disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Kasus COVID-19 bermula di Kota Wuhan, China tepatnya pada bulan Desember 2019. WHO secara resmi menetapkan COVID-19 sebagai pandemi di tanggal 11 Maret 2020 (Kesehatan, 2020).

Berdasarkan data dari World Health Organization (2020) pada tanggal 30 Juli 2021, di dunia terdapat 196.553.009 orang yang terkonfirmasi kasus COVID-19. Berdasarkan data dari Nasional (2021) pada tanggal 31 Juli 2021, di Indonesia terdapat 3.409.658 orang yang terkonfirmasi kasus COVID-19. Berdasarkan data dari (Pusat Informasi & Koordinasi COVID-19 Provinsi Jawa Barat, 2020) pada tanggal 30 Juli 2021, di Jawa Barat terdapat 604.823 orang terkonfirmasi kasus COVID-19. Sedangkan di Kota Bandung terdapat 38.283 orang terkonfirmasi kasus COVID-19.

Dampak yang terjadi dengan adanya pandemi COVID-19 tidak hanya berpengaruh pada aspek kesehatan, namun berakibat juga pada aspek sosial, ekonomi dan pendidikan. Dampak pada ekonomi yaitu seperti kemiskinan dan meningkatnya pengangguran, selain itu sulitnya menjangkau fasilitas kesehatan (Marpaung, 2020). Sedangkan dalam aspek pendidikan, menuntut pendidik dan peserta didik agar dapat melakukan sistem pembelajaran yang awalnya berbasis

tatap muka di kelas, menjadi sistem pembelajaran secara online atau biasa disebut pembelajaran daring di rumah (Ningsih, 2020).

Ketentuan pembelajaran daring juga telah ditetapkan oleh pemerintah dalam SKB (Surat Kebijakan Baru) 4 menteri yang terbaru yaitu Nomor 01/KB/2020, Nomor 516 Tahun 2020, Nomor HK.03.01/Menkes/363/2020, Nomor 440-882 Tahun 2020 tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Tahun Ajaran 2020/2021 dan Tahun Akademik 2020/2021 di Masa Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) (Kemdikbud RI, 2020).

Menurut Andiarna (2020) pembelajaran daring merupakan kegiatan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet yang di fasilitasi dengan alat elektronik seperti *smartphone*, laptop ataupun komputer. Kemudian pendidik beserta peserta didik dapat menggunakan beberapa media *platform* yang tersedia sebagai penunjang untuk dilakukannya pembelajaran daring seperti whatsapp, zoom, google classroom, dan lainnya.

Pembelajaran secara daring juga memunculkan beberapa kendala. Beberapa hal yang dirasakan yaitu seperti jaringan yang tidak memadai di beberapa daerah, penggunaan kuota internet menjadi masalah kesulitan finansial, banyaknya tugas yang diberikan dengan waktu pengerjaan yang singkat memberatkan mahasiswa hingga merasa stres dalam menjalani pembelajaran daring (Oktawirawan, 2020). Rasa ketidakpuasan mahasiswa selama proses pembelajaran daring membuat mahasiswa berat dan sulit memahami materi perkuliahan. Mahasiswa merasa jika pembelajaran tatap muka lebih memudahkan mahasiswa dalam memahami penjelasan yang diberikan dosen (Andiarna, 2020).

Pembelajaran daring bertujuan memberikan layanan pembelajaran bermutu secara daring yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau audiens yang lebih banyak dan lebih luas. Pembelajaran daring juga memiliki beberapa manfaat yaitu: akses pembelajaran daring yang dapat diakses dimana saja, pembelajaran membuat proses pembelajaran lebih terorganisasi, dan biaya untuk pembelajaran daring (Raimanu, 2020).

Menurut penelitian Andiarna (2020), menyebutkan bahwa pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19 mempengaruhi stres akademik, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agus (2020), ditemukan peserta didik yang merasa stres dan tidak dapat mengikuti proses pembelajaran. Pembelajaran daring ini membuat mahasiswa belum dapat menyesuaikan kegiatan belajarnya yang harus disesuaikan dengan kondisi perkuliahan, belum terbiasa dengan waktu belajar yang relatif lebih lama dan berbeda, juga hal tersebut berdampak pada hasil pembelajaran mahasiswa (Fitriasari *et al.*, 2020).

Stres adalah keadaan yang diakibatkan karena adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diharapkan dengan keadaan psikologis, biologis maupun sistem sosial individu (Barseli & Ifdil, 2017). Sedangkan stres yang dialami oleh mahasiswa salah satunya bisa diakibatkan dari proses pembelajaran maupun hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar atau biasa disebut dengan stres akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Mahasiswa yang mengalami stres biasanya mengalami masalah emosional, terjadi penurunan konsentrasi, prestasi akademik yang menurun, insomnia ataupun bermasalah dalam hubungan sosial (Agustiningsih, 2019).

Mahasiswa umumnya akan mengalami masa transisi dalam menjalani pembiasaan hidupnya seperti permasalahan akademik yang melingkupi; adaptasi dengan lingkungan baru, adanya tekanan dalam belajar ataupun masalah dengan dosen dan teman. Selain itu masalah personal dalam diri dan dengan keluarga, juga adanya tekanan lain dari luar bisa menjadi pemicu timbulnya stres dalam kehidupan mereka (Hou & Liu, 2016).

Mahasiswa keperawatan sering menghadapi stresor baik secara langsung ataupun tidak yang mengganggu kegiatan belajar. Sebagai mahasiswa keperawatan beberapa kondisi yang menyebabkan stres antara lain; waktu belajar yang relatif lama, penugasan yang banyak sehingga hari liburnya yang singkat, frekuensi ujian, laporan klinik dan penugasan lainnya (Agustiningsih, 2019). Selain itu mahasiswa keperawatan juga harus melalui kegiatan praktek belajar lapangan, dimana mereka harus melakukan tindakan secara langsung kepada orang lain. Mereka juga dihadapkan dengan keadaan dimana harus menganalisis juga mengaplikasikan materi pembelajaran di kelas, laboratorium, maupun klinik (Sya'bana, 2019).

Penanganan stres yang dialami individu itu menggunakan mekanisme strategi koping. Strategi koping menunjuk berbagai upaya, dimana individu berusaha untuk menangani stres yang dihadapinya dengan cara perubahan kognitif maupun perilaku agar mendapatkan rasa aman dalam dirinya (Fitriasari *et al.*, 2020). Ada dua jenis strategi koping, yaitu *problem focused coping* dengan menyelesaikan masalah saat stres secara langsung dan *emotional focused coping* dengan melakukan pengelolaan emosi untuk menyesuaikan diri saat menghadapi stres (Tuasikal & Retnowati, 2019).

Stres yang terjadi pada mahasiswa dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Pada tingkat tertentu stres dapat menjadi sebuah dorongan ataupun motivasi untuk dapat meningkatkan produktifitas (Rahmawati *et al.*, 2017). Namun bila stres yang muncul berlebih dan tidak dapat dikendalikan dapat mengakibatkan dampak negatif baik secara fisik maupun psikis seperti, minum minuman keras, narkoba, menyakiti diri, bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Hal ini tentunya berhubungan dengan bagaimana mahasiswa mengatasinya. Sehubungan dengan hal itu pemilihan strategi koping yang tepat agar mahasiswa mampu mengatasi stres dan terhindar dari dampak yang bisa mempengaruhi proses pembelajaran (Hasanah, 2017).

Dalam hasil penelitian Yildiz Findik *et al.*, (2015) dalam (Agustiningsih, 2019) dijelaskan bahwa dengan tingkat stres yang tinggi seseorang cenderung akan menggunakan strategi koping *emotional focused coping*, sedangkan dengan tingkat stres yang rendah seseorang cenderung akan menggunakan strategi koping *problem focused coping*. Namun pada hasil penelitian Fitriasari *et al.*, (2020) menjelaskan bahwa 75,8% responden yang berada pada kategori stres sedang, cenderung menggunakan strategi koping *problem focused coping* sebesar 110 orang (83,3%).

Penelitian Aamir (2017) menyatakan bahwa sebanyak 54,6% mahasiswa keperawatan mengalami stres dengan tingkat tinggi dibandingkan dengan mahasiswa diluar keperawatan. Adanya kegiatan praktik di laboratorium, praktik lapangan di tempat layanan kesehatan seperti rumah sakit, dan penyelesaian kasus medis menjadi faktor yang mempengaruhi stres (Oktiarini, 2018). *Stressor* utama mahasiswa keperawatan diantaranya adalah mempersiapkan ujian blok, jadwal

kuliah yang padat, kelas yang penuh, mengikuti ujian *skill* lab dan ujian tertulis (Raudha & Tahlil, 2016).

Dalam penelitian Lubis *et al.*, (2021) tingkat stres yang paling banyak dialami mahasiswa adalah dengan kategori stres sedang. Hal ini membuktikan bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19 ini menjadi tekanan akademik pada mahasiswa. Berkurangnya interaksi sosial dapat mempengaruhi tingginya stres akademik yang dialami mahasiswa. Mahasiswa yang bermasalah pada aspek sosialnya memiliki tingkat stres yang cenderung tinggi. Keadaan ini disebabkan karena adanya perasaan tidak bahagia, tidak diperhatikan, dan tidak dicintai oleh orang lain, sehingga semakin memperkuat kondisi stres mahasiswa.

Melihat fenomena diatas bahwa pembelajaran daring kini menjadi salah satu faktor penyebab munculnya stres pada mahasiswa termasuk mahasiswa keperawatan di Universitas 'Aisyiyah Bandung, dimana kegiatan-kegiatan praktik yang biasanya dapat dilakukan di secara langsung kini harus berubah metode menjadi studi kasus medis secara daring. Dimana hal tersebut dapat menjadikan tingkat stres pada mahasiswa ilmu kesehatan dapat menjadi semakin tinggi. Pada kondisi stres, mahasiswa cenderung menjadi mudah marah dan tidak fokus, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan dan orientasi mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran. Mengurangi dampak stres mahasiswa dalam perkuliahan daring dilakukan dengan pemilihan strategi koping yang efektif.

Studi pendahuluan dilakukan kepada 15 mahasiswa keperawatan, didapatkan bahwa 12 mahasiswa mengeluh stres, kesulitan dalam mengatur waktu belajar yang kadang tidak sesuai dengan jadwal, penurunan fokus karena terkendala dengan sinyal saat kegiatan belajar berlangsung, merasa jenuh dan mudah mengantuk, dan mengalami penurunan hasil pembelajaran. Mahasiswa juga mengeluh karena tidak adanya kegiatan praktek lapangan, sehingga pengalaman dalam pelaksanaan tindakan-tindakan keperawatan tidak bisa didapatkan. Namun beberapa mahasiswa merasa dengan pembelajaran daring ini akses pengumpulan tugas lebih mudah dan kegiatan belajar yang bisa dilakukan dimana saja.

Berdasarkan latar belakang diatas, tujuan penelitian ini untuk mengetahui lebih lanjut mengenai tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. Penelitian ini penting dilakukan agar perawat dapat melakukan fokus dalam upaya pencegahan tingkat stres yang tidak berkepanjangan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di Universitas ‘Aisyiyah Bandung?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
- b. Mengetahui tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
- c. Mengetahui strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung dalam menghadapi stres.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan, pemikiran yang baru dan sumber bacaan bagi perkembangan ilmu kesehatan khususnya dibidang keperawatan jiwa, untuk mengetahui tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber bacaan dibidang pendidikan keperawatan jiwa, khususnya tentang tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

b. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi wawasan yang baru dan lebih mengenal strategi koping dalam menghadapi stres.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar untuk peneliti lainnya yang ingin membahas mengenai penentuan intervensi yang akan diberikan sesuai dengan kriteria.

E. Sistematika Penulisan

Dalam pembahasan proposal penelitian ini yang berjudul “Tingkat Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi COVID-19 di Universitas ‘Aisyiyah Bandung” peneliti membagi dalam V BAB, yaitu:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab I membahas tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab II membahas tentang teori-teori mengenai pembelajaran online, teori tentang stres, teori strategi koping, hasil penelitian lain yang relevan, kerangka teori dan kerangka pemikiran penelitian yang akan dilakukan.

BAB III METODE PENELITIAN

Pada bab III membahas tentang metode penelitian, variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, teknik analisa data hingga ke prosedur penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab IV menjelaskan hasil penelitian secara kuantitatif yang terdiri dari analisis univariat. Terdiri dari gambaran tingkat stres dan strategi koping. Selain itu pada bab ini juga membahas mengenai pembahasan secara kuantitatif.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab V membahas tentang kesimpulan secara singkat dan saran peneliti bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Pada bagian ini terdapat lampiran sumber-sumber referensi yang digunakan penulis dalam penyusunan proposal penelitian.

LAMPIRAN

Lampiran memuat antara lain kuesioner dan daftar sumber data yang akan dikunjungi atau diambil datanya.