



PENGARUH PANDEMI COVID-19 TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA DALAM MELAKSANAKAN KULIAH DARING

Almufarid Fauzi^{1*}, Mursyida², Khatab³, Elmiyati⁴

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Banda Aceh

*Corresponding author : almufaridfauzif@gmail.com

Info Artikel : Diterima 15 Juni 2023 ; Disetujui 4 Agustus 2023 ; Publikasi 1 Desember 2023

ABSTRAK

Latar belakang: Pandemi COVID-19 memberikan dampak pada berbagai kehidupan salah satunya yaitu pendidikan dengan diberlakukannya pembelajaran daring. Pemberlakuan pembelajaran daring yang secara tiba-tiba menuntun mahasiswa beradaptasi dengan cepat terhadap metode belajar yang berbeda dengan sebelumnya. Perubahan terhadap metode daring ini dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Abulyatama. Oleh sebab itu peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap mahasiswa kuliah daring. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh tingkat stres pada mahasiswa kuliah daring pada mahasiswa Abulyatama selama pandemi COVID-19.

Metode: Jenis desain penelitian ini *Cross Sectional* retrospektif, dengan responden 92 mahasiswa kedokteran Universitas Abulyatama dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* yaitu jumlah sampel dengan populasi sampel sama sebanyak 92 mahasiswa, pada penelitian ini menggunakan kuesioner *Depresi Anxiety Stress Scale* (DASS-42). Penelitian ini dilakukan pada bulan november 2022 hingga januari 2023.

Hasil: Hasil penelitian terhadap tingkat stres pada mahasiswa Abulyatama sebagian besar tidak mengalami stres yaitu normal 71 orang dengan presentase (77,2%), stres sedang 10 orang dengan presentase (10,9%), stres ringan 8 orang dengan presentase (8,7%), stres parah 2 orang dengan presentase (2,2%) dan yang mengalami stres sangat parah 1 orang dengan presentase (1,1%).

Simpulan: Dapat disimpulkan bahwasanya mahasiswa kedokteran abulyatama tidak berpengaruh terhadap pembelajaran daring pada masa COVID 19, sehingga pada angkatan atas sudah bisa beradaptasi dengan metode pembelajaran daring, yang dimana pada mahasiswa kedokteran Universitas Abulyatama pada angkatan 2019 tidak menimbulkan stres pada saat melaksanakan kuliah daring sehingga perkuliahan daring ini efektif dilaksanakan pada angkatan 2019.

Kata kunci: pandemi COVID-19; pembelajaran daring; tingkat stres

ABSTRACT

Title: *The Influence of The COVID-19 Pandemic on Students' Stress Levels in Carrying Out Online Lectures*

Background: *The COVID-19 pandemic has had an impact on various lives, one of which is education by implementing online learning. The introduction of online learning suddenly led students to adapt quickly to learning methods that were different from before. This change to the online method can cause stress for Abulyatama Medical Faculty students. Therefore researchers conducted research to determine the effect of stress levels on online college students. To find out the effect of stress levels on online lecture students on Abulyatama students during the COVID-19 pandemic.*

Method: *This type of research design was cross-sectional retrospective, with 92 medical students at Abulyatama University as respondents with a total sampling technique, namely the number of samples with the same sample population of 92 students, in this study using the Depression Anxiety Stress Scale questionnaire (DASS-42). This research was conducted from November 2022 to January 2023.*

Result: *The results of the research on stress levels in Abulyatama students mostly did not experience stress, namely normal 71 people with a percentage (77,2%), 10 people who were moderately stressed with a percentage*

(10,9%), 8 people who were mildly stressed with a percentage(8,7%), 2 people who were severely stressed with a percentage (2,2%) and 1 person who was experiencing very severe stress with a percentage (1,1%).

Conclusion: It can be concluded that Abulyatama medical students have no effect on online learning in the mass of COVID 19, so that upperclassmen have been able to adapt to online learning methods, which medical students at Abulyatama University in class of 2019 do not cause stress when carrying out online lectures so that lectures This online program is effectively carried out in the 2019 batch.

Keywords: COVID-19 pandemic; online learning; stres level

PENDAHULUAN

Desember tahun 2019 lalu, dunia digemparkan dengan munculnya virus baru yang disebut COVID-19. Seperti yang diketahui penyakit menular ini bermula di Kota Wuhan Tiongkok dikatakan bahwa penyakit ini menyebar melalui droplet atau cairan yang keluar ketika seseorang batuk ataupun bersin. Saat ini sudah banyak negara yang memiliki kasus positif COVID-19, pandemi COVID sangat berdampak luas terhadap dunia salah satunya di Indonesia. Setelah terjadinya pandemi COVID19, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan kebijakan dengan diberlakukan Social distancing dan pembatasan aktivitas yang menyebabkan semua sistem belajar mengajar dilakukan dengan metode daring.¹

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 sebagai pandemi global terhitung sejak Maret 2020. Jumlah kasus di Indonesia terus meningkat dengan pesat. kasus konfirmasi di Indonesia sebesar 4.262.720. Jumlah kasus konfirmasi tertinggi dilaporkan dari Provinsi DKI Jakarta 865.297 (20%), Jawa Barat 708.852 (17%), dan Jawa Tengah 486.916 (11,4%). Provinsi dengan Recovery Rate (RR) tertinggi yaitu Provinsi DKI Jakarta (98,4%), Maluku (98,1%), Papua (98,1%) dan Papua Barat (98,0%). Sedangkan, Provinsi dengan Recovery Rate (RR) terendah yaitu Lampung (91,1%), Jawa Timur (92,5%), dan Jawa Tengah (93,6%) Provinsi dengan Case Fatality Rate (CFR) lebih besar dibandingkan angka Nasional adalah Lampung (7,8%), Jawa Timur (7,4%), Jawa Tengah (6,2%), Aceh (5,4%), Sumatera Selatan (5,1%), Gorontalo (3,9%), dan Bali (3,5%).²

Metode pembelajaran daring mengakibatkan terjadi peningkatan stres disebabkan karena sulit beradaptasi dengan sistem baru yang pada awalnya pembelajaran luring lalu menjadi daring dikarenakan munculnya COVID-19.³ Stres didefinisikan sebagai tingkat dimana diri sendiri merasa tidak mampu mengatasi suatu hal akibat dari tekanan yang tidak terkendali. Stres juga merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang dimana ia terpaksa memberikan tanggapan yang melebihi kemampuan penyesuaian dirinya terhadap suatu tuntutan, sehingga dampak terhadap stres yang ditimbulkan secara langsung berupa tekanan darah meningkat, serangan jantung, sakit kepala dan beberapa gejala lainnya.³

Stres adalah suatu keadaan dimana seseorang terdapat tekanan, bahwa stres akan dapat menimbulkan masalah yang berat jika tidak segera tangani. Pada

mahasiswa memiliki resiko tingkat tinggi terjadi stres. Stres yang dialami mahasiswa disebut dengan stres akademik, stres dapat dialami oleh seseorang dimanapun berada seperti keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat. Stres dapat terjadi dan dirasakan oleh semua orang dari berbagai usia mulai anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang stres adalah perasaan cemas, tertekan baik secara fisik maupun emosional, tegang dan khawatir yang dialami oleh mahasiswa karena ada tuntutan akademik dari guru atau dosen maupun orang tua untuk memperoleh nilai yang baik, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.⁵

Stres adalah perasaan yang dialami oleh seorang individu saat menghadapi situasi yang tertekan, stres terbagi menjadi beberapa macam tergantung dari individu yang merasakannya. Stres akademik merupakan salah satu kondisi yang dapat dialami mahasiswa di masa pandemi COVID-19 dampak dari perubahan yang terjadi. Stres akademik adalah kombinasi dari tuntutan terkait akademik yang melebihi sumber daya yang tersedia pada individu. Jika stres akademik terjadi pada mahasiswa maka terdapat beragam dampak negatif seperti rendahnya kualitas tidur, kesulitan konsentrasi, dan cemas.⁶

Respon stres dapat dikategorikan dimulai dari ringan, sedang dan berat. Stressor yang dihadapi mahasiswa yaitu ketika jaringan internet dan jumlah kuota internet yang dimiliki tidak stabil, sehingga kuliah daring terhambat, bisa juga diakibatkan tempat tinggal yang memiliki akses internet yang masih sedikit, sehingga membuat mahasiswa sulit untuk memahami apa yang disampaikan oleh dosen. Seperti halnya yang dilaksanakan oleh angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Abulyatama saat melakukan perkuliahan salah satunya Skill lab, mahasiswa sulit untuk menerapkan dan memahami apa yang disampaikan oleh dosen dikarenakan tidak cukupnya alat yang tersedia dan juga belum terbiasanya menggunakan metode pembelajaran daring sehingga banyaknya terjadi keluhan terhadap mahasiswa pada saat melakukan evaluasi skill lab.⁴ Penyebab stres pada mahasiswa saat ini adalah karena mengalami kesulitan saat harus belajar di rumah akibat pandemi karena mahasiswa beranggapan bahwa dengan pembelajaran sistem daring ini pembelajaran bisa semakin mudah dipahami. Namun, pembelajaran menjadi kurang efektif untuk dilaksanakan pada saat daring.⁴

Stres akademik merupakan tekanan yang terjadi pada diri mahasiswa yang disebabkan oleh adanya persaingan ataupun tuntutan akademik menunjukkan bahwa para mahasiswa yang dievaluasi selama periode pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih meningkat, dibandingkan dengan para mahasiswa pada masa normal.⁷

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa khususnya di Fakultas Kedokteran Abulyatama Aceh pada angkatan 2019. Dengan demikian kita dapat mengetahui berapa besar pengaruh pandemi covid terhadap tingkat stres mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring.

MATERI DAN METODE

Jenis desain penelitian *Cross Sectional* dengan retrospektif pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuisener DASS-42. Waktu Penelitian ini dilakukan pada November hingga Januari 2023 dan penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Abulyatama Aceh. Populasi penelitian adalah pada mahasiswa Kedokteran umum Abulyatama Angkatan 2019 sebanyak 98 mahasiswa/i. Sampel pada penelitian ini yaitu mahasiswa Kedokteran umum Abulyatama Angkatan 2019 pengambilan sampel menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling* yaitu jumlah sampel sama dengan jumlah populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 92 mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Mahasiswa Abulyatama

No	Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Normal	71	77,2
2	Ringan	8	8,7
3	Sedang	10	10,9
4	Parah	2	2,2
5	Sangat parah	1	1,1
	Jumlah	92	100,0

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil penelitian terhadap tingkat stres pada mahasiswa Abulyatama sebagian besar tidak mengalami stres yaitu normal 71 orang dengan persentase (77,2%), pada mahasiswa mengalami stres sedang 10 orang dengan persentase (10,9%), stres ringan 8 orang dengan persentase (8,7%), pada mahasiswa mengalami stres parah 2 orang dengan persentase (2,2%), dan yang mengalami stres sangat parah 1 orang dengan persentase (1,1%).

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan selama bulan November hingga Januari 2023 dan diperoleh sebanyak 98 responden yang berpartisipasi setelah dilakukan proses sampling dengan cara *total sampling* yang diambil dari jumlah mahasiswa di angkatan 2019 yang sesuai dengan kriteria inklusi maka terpilih 92

responden dengan 6 responden tidak terpilih dikarenakan tidak bisa dihubungi selama pengambilan data.

Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* dengan pengambilan sampel *total sampling* dan data dikumpulkan menggunakan kuesioner DASS-42 dalam bentuk *google form* penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Unaya angkatan 2019 yang mengalami stres saat pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 sehingga didapatkan tidak ada mahasiswa yang mengalami stres saat melakukan pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Abulyatama sudah bisa beradaptasi terhadap pembelajaran via daring dan juga bisa mengendangkan kembali *record zoom* untuk memahami apa yang dosen sampaikan saat perkuliahan yang telah dilaksanakan, sehingga tidak didapatkan adanya stres pada mahasiswa angkatan 2019. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Glarisa gait (2022) sebagian besar responden tidak mengalami stres sehingga efektif terhadap pembelajaran daring. Pada penelitian Glarisa gait terdapat Tingkat kecemasan dan depresi mahasiswa (ringan-sangat berat), dari penelitian Glarisa Gait responden 97 mahasiswa pada angkatan 2018 penelitian deskriptif dengan desain penelitian *Cross sectional* dan menggunakan kuisener DASS-21 bahwasanya tidak mengalami stres hanya mengalami kecemasan ringan- sangat berat dan begitu juga dengan depresi ringan-sangat berat.⁸

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Niska Alvisyahrin (2021) penelitian ini dilakukan dilingkungan kampus Abulyatama. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dengan jumlah 254 responden dan di analisa dengan sistem SPSS versi 23. Pada penelitian tersebut tidak didapatkan adanya hubungan stres dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Abulyatama pada angkatan 2018, 2019 dan 2020 sehingga terdapat perbedaan pada penelitian ini. Jumlah sampel dan kuesioner yang digunakan juga berbeda dan hasil yang didapatkan tidak ada hubungan stres terhadap kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Abulyatama sehingga penelitian Niska Alvisyahrin ini hasilnya sejalan dengan peneliti.⁹

Pada penelitian Aniza ramadhany (2021) jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif, data diperoleh dengan menggunakan instrumen DASS-21 data diambil menggunakan *Google Form* yang kemudian disebarluaskan ke seluruh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta selama satu minggu dan berhasil mengumpulkan subjek sebanyak 520 mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa sekitar 86% berada pada kategori normal, 12% berada pada kategori ringan, dan 2% berada pada kategori sedang, sebagian besar responden berada pada tingkat stres yang masih dalam

kategori normal sehingga tidak berpengaruh terhadap pandemi COVID-19 pada pembelajaran daring.¹⁰

Indah Novitasari (2020) mengungkapkan bahwasanya hasil dari penelitian ini menunjukkan mahasiswa tidak mengalami stres atau normal sebanyak 60 responden (48.4%), stress ringan sebanyak 50 responden (40.3%), stress sedang sebanyak 6 responden (6.5%), stress berat sebanyak 8 responden (8%) dan tidak ada responden yang mengalami stress sangat berat. Jenis penelitian Indah Novitasari adalah deskriptif kuantitatif dan penelitian ini menggunakan metode survei deskriptif, dengan alat ukur DASS 42. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 124 responden mahasiswa Profesi Ners angkatan XI menggunakan *non probability* sampling dengan teknik *purposive sampling*, sehingga tidak didapatkan tingkat stress mahasiswa Profesi Ners angkatan XI Universitas Kusuma Husada selama study from home atau pembelajaran dirumah.¹¹

KESIMPULAN

Pada penelitian ini didapatkan hasil yaitu tidak adanya pengaruh pandemi covid terhadap stres saat kuliah daring. Hasil penelitian ini didapatkan normal 71 orang dengan persentase (77,2%), stres sedang 10 orang dengan persentase (10,9%), stres ringan 8 orang dengan persentase (8,7%), stres parah 2 orang dengan persentase (2,2%) dan stres sangat parah 1 orang dengan persentase (1,1%) sehingga dapat disimpulkan tidak ada pengaruh pandemi COVID-19 dengan tingkat stres saat menjalani kuliah daring.

SARAN

Penelitian ini meneliti pengaruh kuliah daring selama Covid-19 yang mempengaruhi stress pada mahasiswa, penelitian selanjutnya diharapkan peneliti dapat mencari dan menemukan faktor-faktor yang lebih luas terkait stress akademik dengan kondisi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia.; 2021.
2. Patimah S. Manajemen Stres Perspektif Pendidikan Islam.; 2016.
3. Hamsy LA, Ghozali. Literature Review Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Stress Pada Remaja. 2022;3(2):1962-1971.
4. Daring PP, Akademik S, Selama M, Andiarna F. Effects of Online Learning on Student Academic Stress During the Covid-19 Pandemic. Published online 2020:139-150.
5. Rinaldi MR, Hardika J, Mercu U, et al. Psikoedukasi Antisipasi Stres Akademik di Masa Pandemi COVID-19 melalui Seminar Daring. 2022;3(3):230-238.
6. Pertiwi ST, Moeliono MF, Kendhawati L. Depresi, Kecemasan, dan Stres Remaja selama Pandemi Covid-19. J Al-AZHAR Indones SERI Hum. 2021;6(2):72.

7. Gaite G, Ingkiriwang E, Tania E. Gambaran Tingkat Stress, Kecemasan dan Depresi Mahasiswa saat Adaptasi Tahun Kedua Pandemi COVID-19. J Kedokt Meditek. 2022;28(3):289-294.
8. Fadrijaty T, Samaria D. Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Dismenorea Di Masa Pandemi Covid-19. J Ilm Kesehat Keperawatan. 2021;17(3):208. doi:
9. Ramadhany A, Firdausi AZ, Karyani U. Stres Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. J Psikol Insight. 2021;5(2):65-71.
10. Indah Novitasari I. Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama Study From Home (SFH) Selama Di Masa Pandemi Covid-19. 2020;46.