



Menilai Dampak Covid-19 terhadap Pendidikan, Dinamika Sosial, dan Kesejahteraan Siswa di Pakistan: Survei

Zohaib Hassan Sain^{1*}, Fauzi Muh², Shahzadi Hina Sain³

¹ Faculty of Business & Management Sciences, Superior University, Lahore, Pakistan

² Department of Epidemiology and Tropical Diseases, Faculty of Public Health, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

³ Operations Department, Beaconhouse Head Office, Lahore, Pakistan

*Corresponding author : zohaib3746@gmail.com

Info Artikel : Diterima 23 Agustus 2024; Direvisi 8 November 2024; Disetujui 28 Januari 2025; Publikasi 15 Maret 2025



ABSTRAK

Latar belakang: Wabah COVID-19 memiliki dampak yang mendalam pada semua aspek masyarakat. Untuk menahan penyebaran virus, individu diharuskan untuk melakukan karantina mandiri di rumah, yang menyebabkan implikasi signifikan pada kesehatan mental. Masalah seperti frustrasi, stres, dan depresi menjadi meluas.

Metode: Para peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel acak untuk mensurvei 650 individu dari berbagai institusi pendidikan di Lahore, Pakistan, yang mewakili kelompok usia yang berbeda untuk menilai dampak pandemi pada siswa.

Hasil: Studi ini menemukan perbedaan yang signifikan dalam waktu yang dihabiskan untuk kelas online di seluruh kelompok usia, dengan siswa yang lebih muda menghabiskan lebih banyak waktu dalam kursus online. Secara keseluruhan, 38,3% siswa menyatakan sentimen negatif terhadap kelas online, dengan ketidakpuasan tertinggi di antara kelompok usia 18-22 tahun. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa para peserta menggunakan berbagai strategi coping untuk mengelola stres dan kecemasan, mencari dukungan dari orang yang dicintai. Selain itu, penelitian ini juga meneliti keterlibatan siswa di platform media sosial di seluruh kelompok usia. Temuan ini menyoroti perlunya otoritas publik untuk menerapkan langkah-langkah yang diperlukan untuk mengurangi dampak buruk wabah COVID-19 terhadap pengalaman belajar, kesehatan mental, dan kesejahteraan sosial siswa.

Simpulan: Studi ini menekankan pentingnya menyediakan infrastruktur digital yang memadai, dukungan kesehatan mental, dan mengintegrasikan model pembelajaran yang fleksibel untuk mengatasi tantangan saat ini dan di masa depan yang ditimbulkan oleh krisis serupa.

Kata kunci: wabah covid-19; kesejahteraan siswa; survei.

ABSTRACT

Title: *Assessing COVID-19's Impact on Education, Social Dynamics, and Student Well-being in Pakistan: Survey*

Background: *The COVID-19 outbreak had a profound impact on all aspects of society. To curb the spread of the virus, individuals were required to self-quarantine at home, leading to significant implications for mental health. Issues such as frustration, stress, and depression became widespread.*

Method: *The researchers used random sampling to survey 650 individuals from various educational institutions in Lahore, Pakistan, representing different age groups to assess the pandemic's effects on students.*

Result: *The study found significant disparities in time spent on online classes across age groups, with younger students spending more time in online courses. Overall, 38.3% of students expressed negative sentiments towards online classes, with the highest dissatisfaction among the 18-22 age group. The study also revealed that participants used various coping strategies to manage stress and anxiety, seeking support from loved ones. Additionally, the research examined student engagement on social media platforms across age groups. The findings highlight the need for public authorities to implement necessary measures to mitigate the adverse effects of the COVID-19 outbreak on students' learning experiences, mental health, and social well-being.*

Conclusion: *The study emphasizes the importance of providing adequate digital infrastructure, mental health support, and integrating flexible learning models to address current and future challenges posed by similar crises.*



Keywords: covid-19 outbreak; student well-being; survey

PERKENALAN

Munculnya penyakit Coronavirus (COVID-19) telah memperkenalkan dunia pada keadaan darurat kesehatan masyarakat yang belum pernah terjadi sebelumnya. India segera menerapkan prosedur darurat untuk mengurangi penyebaran virus, yang mengakibatkan pembatasan terhadap semua mobilitas publik yang tidak penting (Saha et al., 2020). Penutupan lembaga pendidikan mendorong pergeseran cepat dari kelas tradisional ke platform pembelajaran online (Kapasia et al., 2020). Pembelajaran online telah menjadi alternatif yang layak untuk pendidikan kelas konvensional (Adnan & Anwar, 2020). Berdasarkan meta-analisis yang dilakukan oleh Cook 2009, pendidikan online adalah alternatif yang layak untuk teknik konvensional. Ini lebih baik daripada tidak memiliki pendidikan, tetapi tidak selalu lebih unggul. Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran online, lembaga pendidikan harus mematuhi standar dan rekomendasi pemerintah. Ini akan membantu siswa tetap termotivasi untuk melanjutkan studi mereka secara jarak jauh, terutama selama masa sulit ini (Aucejo et al., 2020). Bao (2020) mengidentifikasi lima cara berpengaruh untuk menerapkan pendidikan online secara efisien. Mengintegrasikan informasi yang interaktif dan menarik sangat meningkatkan keterlibatan siswa dan meningkatkan hasil pembelajaran.

Transisi cepat ke pendidikan online telah berdampak pada siswa dari semua kelompok usia (Hasan & Bao, 2020). Menurut Odriozola-González et al. (2020), penyebaran COVID-19 yang terus berlangsung, ditambah dengan pembatasan perjalanan dan penutupan sekolah secara statewide, diperkirakan akan memiliki dampak signifikan dan luas pada kemajuan akademis anak-anak, hubungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Pandemi ini telah berdampak secara tidak proporsional pada siswa dari keluarga kurang mampu (Aucejo et al., 2020). Kehidupan akademis siswa telah terganggu secara signifikan akibat berkurangnya keuangan keluarga, akses terbatas ke perangkat digital, dan biaya koneksi internet yang tinggi. Kekurangan global dalam pendidikan dasar bagi 1,5 miliar anak (Lee, 2020) memiliki konsekuensi psikologis yang signifikan.

Selain itu, perubahan dalam jadwal harian, seperti berkurangnya partisipasi dalam kegiatan luar ruangan, pola tidur yang terganggu, dan pemisahan sosial yang diwajibkan, telah merugikan kesejahteraan mental anak-anak. Cao et al. (2020) menggunakan Skala Gangguan Kecemasan Umum (GAD-7) yang terdiri dari 7 item untuk mendiagnosis kecemasan, gangguan panik, dan fobia sosial. Selain itu, Ye et al. (2020) menyelidiki fungsi ketahanan, strategi coping, dan dukungan sosial dalam mengelola gangguan psikologis. Mengintegrasikan teknik mindfulness dan

kegiatan interaksi sosial virtual dapat membantu mengurangi beberapa dampak negatif ini.

Penelitian ini bertujuan untuk menilai dan mengkaji kemungkinan dampak dari epidemi COVID-19 pada kehidupan siswa. Analisis kami menunjukkan ketidaksesuaian yang signifikan antara tujuan kebijakan pemerintah dan pelaksanaan praktis regulasi pendidikan online di tingkat lokal. Selain itu, kami mengevaluasi kondisi psikologis siswa di berbagai kelompok usia dengan mempertimbangkan banyak faktor seperti pola tidur, rutinitas olahraga reguler, dan jaringan sosial untuk dukungan. Selain itu, kami menyelidiki berbagai mekanisme coping siswa untuk menghadapi keadaan saat ini. Memfasilitasi komunikasi yang lebih baik antara guru dan siswa serta memberikan akses yang cukup ke layanan kesehatan mental sangat penting dalam membantu siswa secara efektif selama periode transisi ini.

TINJAUAN PUSTAKA

Dampak Covid-19 pada Pendidikan

Epidemi Covid-19 telah berdampak signifikan pada lembaga pendidikan di seluruh dunia, termasuk di Pakistan. Transisi mendadak dari lingkungan kelas konvensional ke pembelajaran jarak jauh menghadirkan banyak tantangan bagi siswa dan pengajar. Khan et al. (2020) mengungkapkan bahwa pergeseran ini menekankan ketimpangan signifikan dalam akses digital karena banyak siswa di Pakistan kekurangan alat teknologi yang diperlukan. Upaya Kementerian Pendidikan untuk membangun pendidikan online terhambat oleh ketidakcukupan infrastruktur, terutama di daerah pedesaan dengan akses internet yang terbatas (Ali, 2020). Selain itu, pengajar terkadang merasa tidak siap untuk transisi mendadak ini, membutuhkan lebih banyak pelatihan untuk memberikan pengajaran online (Zafar, 2020) dengan baik. Peristiwa ini menyoroti perlunya menerapkan program literasi digital yang luas dan berinvestasi dalam teknologi pendidikan untuk mengurangi dampak negatif dari gangguan semacam itu di masa depan.

Dinamika Sosial dan Interaksi Teman

Epidemi ini telah berdampak signifikan pada interaksi sosial di dalam lingkungan sekolah. Penutupan sekolah dan transisi ke pembelajaran online telah mengganggu hubungan teman sebaya yang konvensional, yang memainkan peran penting dalam perkembangan sosial (Batool et al., 2021). Sebuah studi oleh Ahmed dan Bukhari (2021) menunjukkan bahwa ketidakhadiran komunikasi langsung telah mengakibatkan perasaan terasing dan kesepian di antara siswa. Penurunan keterampilan sosial dapat dikaitkan dengan berkurangnya peluang kontak tatap muka dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Selain



itu, kurangnya kegiatan ekstrakurikuler telah menghilangkan kesempatan penting bagi siswa untuk berpartisipasi dan bekerja sama dengan teman sekelas mereka. Modifikasi ini membutuhkan platform virtual yang memungkinkan keterlibatan sosial dan dukungan teman sebaya, memastikan bahwa siswa dapat mempertahankan hubungan sosial meskipun ada penerapan langkah-langkah pemisahan fisik.

Kesejahteraan Siswa dan Kesehatan Mental

Epidemi ini telah memiliki dampak psikologis yang signifikan pada siswa, yang menyebabkan peningkatan keluhan tentang stres, kecemasan, dan depresi di antara kaum muda di Pakistan (Javed et al., 2020). Kecemasan dan ketakutan yang disebabkan oleh pandemi, bersama dengan tantangan beradaptasi dengan lingkungan pendidikan yang baru, telah memperburuk masalah kesehatan mental. Hussain et al. (2020) menemukan bahwa tidak adanya jadwal yang terorganisir dengan baik dan berkurangnya aktivitas fisik akibat lockdown telah memperburuk penurunan kesejahteraan mental. Pentingnya memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada siswa selama situasi seperti ini tidak dapat diabaikan. Upaya seperti teleterapi, layanan konseling online, dan program kesadaran kesehatan mental sangat penting dalam mengatasi kesulitan ini (Nawaz et al., 2021). Selain itu, memasukkan pendidikan kesehatan mental dalam kurikulum sekolah dapat membantu anak-anak dalam mengembangkan ketahanan dan mekanisme koping untuk menangani stres dan kecemasan dengan lebih efektif.

METODOLOGI PENELITIAN

Sebuah kuesioner lengkap yang terdiri dari 15 set dikembangkan, yang mencakup berbagai pertanyaan pilihan ganda, pertanyaan skala Likert, dan beberapa jawaban terbuka untuk isu-isu tertentu. Survei ini dilaksanakan menggunakan Google Forms, yang mengharuskan peserta untuk melakukan otentikasi dengan akun email untuk berpartisipasi, mencegah pengiriman ganda dari akun yang sama. Kuesioner tersebut disebarluaskan melalui berbagai cara, seperti situs media sosial, email, dan layanan pesan reguler. Instruksi yang komprehensif diberikan untuk memastikan partisipasi eksklusif siswa dalam survei tersebut.

Rencana Penelitian

Sebuah jajak pendapat berbasis web dilakukan dari 13 Januari hingga 17 Januari 2021, menargetkan siswa dan menggunakan platform online Google. Jajak pendapat ini dibagi menjadi empat bagian utama:

1. Peserta diminta untuk memberikan rincian demografis dasar, termasuk usia dan lokasi geografis tempat tinggal.
2. Data mengenai kebiasaan belajar online harian siswa setelah transisi dari pendidikan offline ke online di lembaga pendidikan Pakistan

dikumpulkan. Ini termasuk rata-rata jumlah jam yang dihabiskan untuk studi online setiap hari, platform yang digunakan untuk pembelajaran online, dan rata-rata jumlah jam yang dihabiskan untuk belajar mandiri setiap hari.

3. Tingkat kepuasan siswa dengan pembelajaran online dievaluasi dengan menilai pengalaman mereka.
4. Penilaian, yang dilakukan dengan perhatian yang cermat terhadap detail, memeriksa efek pada kesehatan yang diakibatkan oleh modifikasi dalam gaya hidup, termasuk rata-rata durasi tidur per hari, perubahan berat badan, jumlah waktu yang dihabiskan untuk aktivitas kebugaran per hari, dan frekuensi makan harian. Pertanyaan lebih lanjut berfokus pada teknik manajemen stres selama epidemi dan memperkuat persatuan keluarga. Untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang pengalaman siswa, survei ini juga mempertimbangkan pertanyaan mengenai jaringan dukungan kesehatan mental dan ketersediaan alat pembelajaran online.

Tujuan dari studi ini, yang bertujuan untuk memberikan pemahaman menyeluruh tentang dampak epidemi COVID-19 pada pendidikan dan gaya hidup siswa di berbagai demografis usia, adalah jelas dan terfokus.

Analisis Kuantitatif

Penelitian ini menggunakan desain survei potong lintang, mengumpulkan data dari 650 siswa dari berbagai lembaga pendidikan. Ringkasan numerik dan persentase digunakan untuk merangkum informasi demografis. Nilai rata-rata dan Interval Kepercayaan 95% dihitung untuk variabel termasuk jam kelas online, jam belajar mandiri, durasi tidur, dan waktu yang didedikasikan untuk olahraga. Uji Kruskal-Wallis, suatu prosedur statistik yang tidak bergantung pada asumsi spesifik tentang data, digunakan untuk mengidentifikasi variasi signifikan dalam distribusi waktu untuk aktivitas ini di berbagai kelompok usia. Nilai P di bawah 0,05 dianggap signifikan secara statistik. Selain itu, analisis data juga mencakup pemeriksaan kemungkinan bias dalam jawaban yang mungkin dipengaruhi oleh metode penyebaran survei.

Implikasi Moral

Survei dilaksanakan dengan izin eksplisit dari semua peserta, menjamin bahwa tidak ada yang dipaksa untuk berpartisipasi dan bahwa tidak ada informasi yang dapat diidentifikasi secara pribadi yang dikumpulkan. Peserta diberikan informasi tentang tujuan penelitian dan dijamin bahwa identitas serta informasi mereka akan tetap anonim dan pribadi. Kepatuhan terhadap norma etika menjamin bahwa metodologi survei menjaga otonomi dan privasi peserta. Selain itu, desain survei memiliki mekanisme untuk memberikan akses kepada peserta ke layanan kesehatan mental jika mereka membutuhkan bantuan.

HASIL DAN TEMUAN

Demografi Sampel

Kuesioner online diisi oleh 650 peserta dari berbagai lembaga pendidikan di Lahore, termasuk sekolah, perguruan tinggi, dan universitas. Informasi demografis peserta ditampilkan dalam Tabel 1. Rata-rata usia peserta adalah 20,16 tahun, dengan interval kepercayaan 95% dari 19,8 hingga 20,4. Rentang usia berkisar dari 7 hingga 59 tahun. Distribusi usia peserta adalah sebagai berikut: 7-17 tahun, 245 individu (37,7%); 18-22 tahun, 284 individu (43,7%); 23-59 tahun, 121 individu (18,6%). Dari responden, 520 individu (80,0%) tinggal di Lahore, sementara 130 individu lainnya (20,0%) tinggal di luar Lahore selama epidemi.

Evaluasi Efektivitas E-Learning

Tabel 2 menunjukkan bahwa uji Kruskal-Wallis digunakan untuk mengevaluasi perbedaan dalam durasi aktivitas harian yang dilakukan secara rutin di berbagai kelompok usia. Rata-rata durasi pelajaran online yang diikuti oleh siswa adalah 3,20 jam per hari, dengan rentang kepercayaan 95% dari 3,08 hingga 3,32 jam. Namun, siswa berusia 7-17 tahun menghabiskan waktu yang jauh lebih banyak untuk kursus online, rata-rata 3,69 jam per hari. Sebaliknya, siswa di kelompok usia '18-22 tahun' dan '23-59 tahun' menghabiskan waktu lebih sedikit, rata-rata masing-masing 2,98 jam per hari dan 2,65 jam per hari ($P < 0,0001^*$).

Selain itu, peserta ditanya tentang durasi sesi belajar mandiri harian mereka. Namun, tidak ada variasi yang signifikan terlihat di berbagai kelompok usia ($P = 0,106$). Rata-rata waktu yang dihabiskan untuk belajar mandiri adalah 2,91 jam per hari, dengan interval kepercayaan 95% dari 2,78 hingga 3,03 jam. Berdasarkan evaluasi tingkat kepuasan siswa (lihat Gambar 1.a), ditemukan bahwa 38,3% siswa menyatakan sentimen negatif terhadap kursus online (2,6% menilai sebagai buruk dan 35,7% sebagai sangat buruk), 33,4% menganggapnya biasa, dan 28,4% (19,9% menilai sebagai baik dan 8,5% sebagai luar biasa) memberikan penilaian yang menguntungkan.

Menariknya, pemeriksaan menyeluruh mengungkapkan bahwa tingkat kepuasan berbeda secara dramatis di berbagai kelompok usia. Di antara responden dalam kelompok usia 18-22 tahun, 51,6% (48,6% sangat buruk dan 3% buruk) memberikan penilaian yang tidak menguntungkan untuk kursus online. Sebaliknya, subjek dalam kelompok usia 7-17 tahun yang menghabiskan lebih banyak waktu di kelas online memberikan 31,5% (29,1% sangat buruk dan 2,4% buruk) ulasan negatif.

Peserta juga ditanya tentang platform yang mereka gunakan untuk pendidikan online (lihat Gambar 1.b). Di antara individu berusia 7-17 tahun, 57,3% menggunakan smartphone, sementara sebagian besar siswa di kelompok usia 18-22 tahun (56,4%) dan kelompok usia 23-59 tahun (57,8%) mengandalkan laptop atau komputer desktop untuk studi mereka. Namun, sebagian kecil populasi siswa (3,1%, $n = 20$) menggunakan tablet. Mengenai durasi kursus online, terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik di berbagai platform yang digunakan ($P = 0,0002$). Menurut informasi yang disajikan dalam Tabel 3, rata-rata waktu yang dihabiskan untuk kursus online menggunakan tablet adalah 4,29 jam per hari (95% CI, 3,63–4,96). Saat menggunakan laptop/desktop, rata-rata waktu adalah 3,43 jam per hari (95% CI, 3,25–3,61). Saat menggunakan ponsel, rata-rata waktu adalah 3,06 jam per hari (95% CI, 2,90–3,23).

Tabel 1. Informasi demografis yang berkaitan dengan peserta yang menyelesaikan kuesioner survei online

Variabel	Jumlah Subjek (N=650)	Persentase (%)
Usia (tahun)		
7-17	245	37.7
18-22	284	43.7
23-59	121	18.6
Wilayah Tempat Tinggal		
Lahore	520	80.0
Outside Lahore	130	20.0

Sumber. Dibuat oleh penulis

Tabel 2. Tabel yang menyajikan variasi dalam berbagai variabel (seperti waktu yang dihabiskan untuk kelas online, belajar mandiri, kebugaran, tidur, dan media sosial) dengan perubahan distribusi usia.

Usia (Tahun)	7-17	18-22	23-59	7-59	Nilai P		
Variabel	Interval Waktu	Total (N-650)	Rata-rata Waktu (95% CI, Jam/Hari)				
Kelas Online	0-2	149	3.69 (3.50-3.88)	2.98 (2.78-3.17)	2.65 (2.42-2.88)	3.20 (3.08-3.32)	$P < 0.001^*$
	2-4	209					
	4-7	251					
	7-10	40					
Belajar Mandiri	0-2	85	2.74 (2.58-2.91)	3.08 (2.86-3.31)	2.95 (2.68-3.23)	2.91 (2.78-3.03)	$P = 0.106$
	2-5	254					
	5-9	62					
	9-12	9					

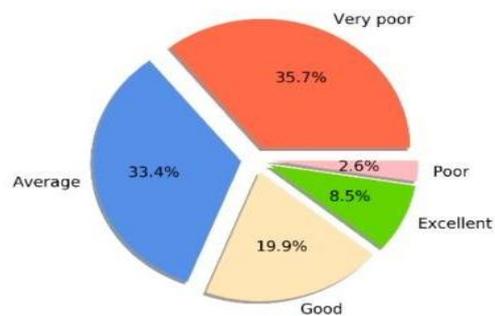
Usia (Tahun)		7-17	18-22	23-59	7-59		
Variabel	Interval Waktu	Total (N-650)	Rata-rata Waktu (95% CI, Jam/Hari)				Nilai P
Kebugaran	0-0.5	167	0.82 (0.76-0.89)	0.73 (0.66-0.81)	0.69 (0.62-0.77)	0.76 (0.72-0.80)	P = 0.039*
	0.5-2	187					
	2-5	53					
Tidur	4-6	16	7.91 (7.77-8.11)	7.94 (7.82-8.06)	7.51 (7.28-7.73)	7.87 (7.77-7.96)	P = 0.0007*
	6-8	155					
	8-11	220					
	11-15	30					
Media Sosial	0-0.5	16	1.68 (1.52-1.85)	2.64 (2.50-2.78)	2.37 (2.14-2.61)	2.35 (2.25-2.45)	P < 0.0001*
	0.5-1.5	135					
	1.5-3.5	184					
	3.5-6	61					
	6-10	24					

Sumber: dibuat oleh penulis

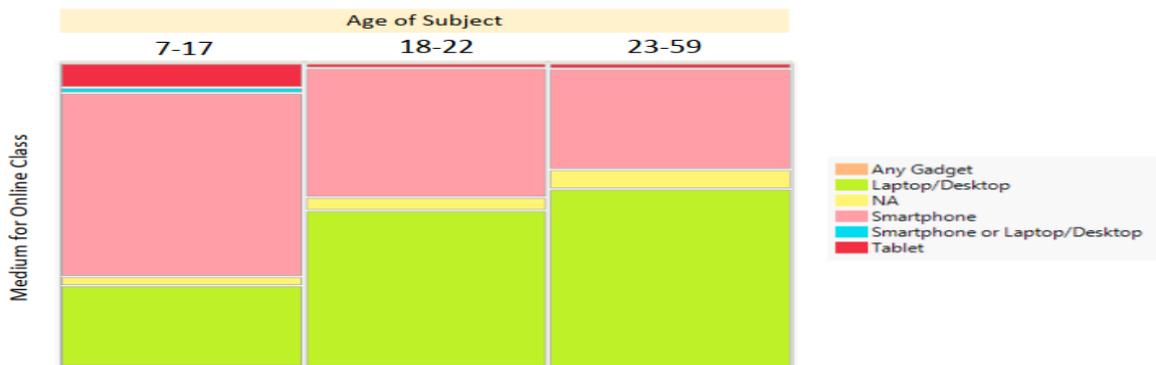
Uji Kruskal-Wallis digunakan untuk menghasilkan nilai P dalam menilai perbedaan yang signifikan di antara berbagai distribusi usia. Hasilnya menunjukkan signifikansi statistik ($P < 0,05$).

Interpretasi nilai P untuk menentukan signifikansinya:

- Kelas Online : $P < 0,0001$ (Signifikan)
- Belajar Mandiri : $P = 0,106$ (Tidak Signifikan)
- Kebugaran : $P = 0,039$ (Signifikan)
- Tidur : $P = 0,0007$ (Signifikan)
- Media Sosial : $P < 0,0001$ (Signifikan)



Gambar 1 (a). Menilai Tingkat Kepuasan



Gambar 1 (b). Modus Pembelajaran Daring

Tabel 3. Informasi demografis yang berkaitan dengan peserta yang menyelesaikan kuesioner survei online

Media yang Digunakan	Jumlah	Rata-rata	Batas Bawah (95%)	Batas Atas (95%)	Nilai P
Laptop	150	3.43	3.25	3.62	0.0002*
Smartphone	335	3.07	2.90	3.24	
Tablet	165	165	3.63	4.96	

Sumber: dibuat oleh penulis

*Signifikan secara statistik ($P < 0,05$)

DISKUSI

Kehadiran Covid-19 telah secara signifikan mengubah kehidupan masyarakat di semua sektor. Tindakan awal yang penting adalah penutupan institusi pendidikan untuk mengendalikan penyebaran virus.

Untuk mencegah lebih banyak gangguan pada proses pendidikan, institusi pendidikan segera menerapkan teknik pengajaran daring (Johnson et al., 2020; Di Pietro et al., 2020). Perubahan cepat ini, di sisi lain, dapat memiliki efek jangka panjang pada kehidupan

siswa (Cohen et al., 2020). Oleh karena itu, penting untuk mencatat dan menganalisis konsekuensi ini secara menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak pandemi COVID-19 terhadap pendidikan, kesehatan, dan hubungan sosial siswa. Selain itu, penelitian ini mencoba untuk mengevaluasi bagaimana pandemi telah mempengaruhi rutinitas harian mereka dalam konteks pembatasan perjalanan. Temuan menunjukkan bahwa jumlah waktu yang dihabiskan siswa di kelas online tidak memenuhi persyaratan yang ditetapkan oleh Kementerian Pengembangan Sumber Daya Manusia (MHRD). Meskipun demikian, siswa menunjukkan ketahanan yang luar biasa dalam beradaptasi dengan pembelajaran daring. Kurangnya keterlibatan kelas dan jadwal yang tidak terorganisir dengan baik sangat mengurangi kebahagiaan siswa. Lingkungan online kurang memiliki interaksi teman sebaya yang merupakan ciri khas lingkungan sekolah, yang memainkan peran penting dalam mendorong usaha akademis dan pengembangan keterampilan sosial. Selain itu, hambatan utama dalam pembelajaran daring adalah kebutuhan akan infrastruktur digital yang kuat dan keahlian teknologi dari siswa dan pengajar. Selanjutnya, penelitian ini menyelidiki banyak elemen untuk mengevaluasi tingkat stres di kalangan siswa. Kesehatan mereka telah terpengaruh secara signifikan oleh perubahan kebiasaan tidur, rutinitas olahraga harian, dan hubungan sosial. Badan pemerintah menetapkan isolasi sosial dan pembatasan perjalanan untuk memprioritaskan keselamatan, tetapi mereka tidak sepenuhnya mengevaluasi dampak kesehatan. Meskipun upaya ini penting untuk melindungi kesehatan masyarakat, terdapat kekurangan cara untuk mengurangi dampak psikologis dari epidemi. Penelitian ini juga menyelidiki strategi yang digunakan oleh siswa dari berbagai kelompok usia untuk menghadapi stres, termasuk penggunaan teknologi media sosial digital sebagai cara untuk mengatur kesejahteraan mental mereka. Analisis statistik yang kami lakukan mengungkapkan masalah signifikan tentang pendidikan daring dan kesehatan dalam konteks epidemi Covid-19. Namun, kami juga melihat masa depan yang cerah di mana integrasi informasi yang dinamis dan menarik di platform online dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan memperbaiki hasil pembelajaran.

KESIMPULAN

Temuan dari penyelidikan ini menunjukkan bahwa epidemi Covid-19 telah memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan emosional siswa, kemajuan pendidikan, dan rutinitas sehari-hari. Pandemi Covid-19 telah menyoroti tantangan besar dan memberikan kesempatan untuk mengevaluasi serta meningkatkan berbagai metode di bidang pendidikan. Penegakan undang-undang dan norma baru di bidang ini dapat mengurangi beberapa konsekuensi negatif dan mempersiapkan pendidik serta siswa dengan lebih

baik untuk keadaan darurat kesehatan di masa depan. Selain itu, sangat penting untuk menerapkan solusi seperti meningkatkan infrastruktur digital, menawarkan bantuan kesehatan mental, dan mengintegrasikan model pembelajaran yang fleksibel untuk menangani tantangan yang ada dan yang akan datang yang dihadapi oleh krisis serupa.

Lebih jauh lagi, penelitian ini menekankan perlunya pengembangan profesional yang berkelanjutan bagi pendidik untuk beradaptasi dengan pendekatan pengajaran dan teknologi baru. Memastikan pendekatan yang komprehensif terhadap pendidikan selama masa luar biasa memerlukan penekanan yang sama pada penyediaan sumber daya dan dukungan untuk kesejahteraan emosional siswa.

REKOMENDASI

Masa Depan Pendidikan Daring

Bahkan setelah epidemi Covid-19 mereda dan institusi pendidikan melanjutkan operasional, pihak berwenang harus terus mengalokasikan sumber daya untuk pendidikan daring guna meningkatkan pengalaman belajar secara keseluruhan. Penting untuk menganalisis secara komprehensif tantangan yang dihadapi selama peralihan mendadak ke pendidikan daring untuk meningkatkan kesiapan menghadapi krisis di masa depan. Disarankan untuk mengadakan program pelatihan untuk memperkuat kemampuan digital para pengajar dan mendorong keterlibatan yang lebih efektif antara siswa dan guru. Sangat penting untuk menyediakan infrastruktur digital yang solid, seperti internet yang stabil dan perangkat yang diperlukan, untuk anak-anak yang kurang mampu agar tidak terjadi gangguan dalam pendidikan mereka.

Dukungan Kesehatan Mental untuk Siswa

Karena pengaruh signifikan dari Covid-19, sangat mungkin siswa akan menghadapi tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan emosional. Penelitian selanjutnya bisa mengeksplorasi efektivitas berbagai teknik pengurangan stres terhadap kesejahteraan mental siswa. Selain itu, penting untuk menetapkan protokol khusus untuk secara proaktif memenuhi kebutuhan kelompok siswa yang rentan terhadap kerugian atau ketidakberdayaan. Sangat penting untuk meningkatkan sistem manajemen kesehatan untuk secara efisien menyediakan bantuan kesehatan mental dan memastikan kesejahteraan siswa. Selain itu, mengintegrasikan pendidikan kesehatan mental ke dalam kurikulum dapat membantu anak-anak mengembangkan ketahanan dan mekanisme koping untuk menghadapi tantangan yang akan datang dengan efektif.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penting untuk diakui bahwa penelitian kami memiliki banyak keterbatasan. Pertama, teknik pengambilan sampel terutama bergantung pada

infrastruktur internet dan keterlibatan sukarela, yang dapat menyebabkan bias pemilihan. Pembatasan perjalanan yang diterapkan selama pandemi menghambat kapasitas kami untuk menjangkau siswa yang membutuhkan akses ke sistem pembelajaran daring. Selain itu, penelitian ini hanya mengkaji wilayah geografis tertentu. Meskipun demikian, mengingat penerapan langkah-langkah penguncian yang konsisten dan penggunaan pendidikan daring yang luas, hasil ini memiliki relevansi yang luas untuk institusi pendidikan di seluruh negeri. Keterbatasan signifikan lainnya adalah desain survei yang bersifat cross-sectional, yang tidak memiliki periode tindak lanjut untuk peserta.

Untuk penelitian di masa depan, potensi untuk perbaikan sangat besar. Melakukan studi longitudinal dengan survei tindak lanjut dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang efek jangka panjang pada siswa. Penggunaan teknik pengambilan sampel yang beragam dapat mengurangi bias pemilihan dan memastikan sampel yang lebih representatif. Data kualitatif dari wawancara atau kelompok fokus dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman dan kesulitan siswa selama epidemi.

REFERENSI

- Adnan, M., & Anwar, K. (2020). Online learning amid the COVID-19 pandemic: Students' perspectives. *Journal of Pedagogical Sociology and Psychology*, 2(1), 45–51. Retrieved from: <https://doi.org/10.33902/JSPS.2020261309>
- Ahmed, S., & Bukhari, F. (2021). Impact of COVID-19 on Social Dynamics in Educational Settings. *Journal of Educational Research*.
- Ali, R. (2020). Challenges of Online Education in Pakistan During COVID-19 Pandemic. *Educational Review*, 72(4), 556-573.
- Aucejo, E. M., French, J., Ugalde Araya, M. P., & Zafar, B. (2020). The impact of COVID-19 on student experiences and expectations: Evidence from a survey. *Journal of Public Economics*, 191, Article 104271. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.jpubeco.2020.104271>
- Bao, W. (2020). COVID-19 and online teaching in higher education: A case study of Peking University. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2, 113–115. Retrieved from: <https://doi.org/10.1002/hbe2.191>
- Batool, T., Malik, S., & Raza, H. (2021). The Role of Peer Interaction in Social Development: A Study on Pakistani Students During COVID-19. *Social Science Journal*.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., et al. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, Article 112934. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cohen, A. K., Hoyt, L. T., & Dull, B. (2020). A descriptive study of coronavirus disease 2019–related experiences and perspectives of a national sample of college students in spring 2020. *Journal of Adolescent Health*, 2019, 1–7. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.06.009>
- Cook, D. A. (2009). The failure of e-learning research to inform educational practice, and what we can do about it. *Medical Teacher*, 31, 158–162. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/01421590802691393>
- Di Pietro, G., Biagi, F., Costa, P., et al. (2020) The Likely Impact of COVID-19 on Education: Reflections based on the Existing Literature and Recent International Datasets. Retrieved from: DOI:10.2760/126686
- Hasan, N., & Bao, Y. (2020). Impact of “e-Learning crack-up” perception on psychological distress among college students during COVID-19 pandemic: A mediating role of “fear of academic year loss”. *Children and Youth Services Review*, 118, Article 105355. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105355>
- Hussain, S., Ahmed, M., & Niazi, A. (2020). Psychological Impact of COVID-19 on Students in Pakistan. *Journal of Mental Health*.
- Javed, F., Malik, S., & Qureshi, R. (2020). Mental Health Challenges in Pakistani Students During COVID-19 Pandemic. *Psychology Today*, 55(6), 1042-1055.
- Johnson, N., Veletsianos, G., & Seaman, J. (2020). U.S. Faculty and Administrators' Experiences and Approaches in the Early Weeks of the COVID-19 Pandemic. *Online Learn*, 24. Retrieved from: <https://doi.org/10.24059/olj.v24i2.2285>
- Kapasias, N., Paul, P., Roy, A., et al. (2020). Impact of lockdown on learning status of undergraduate and postgraduate students during COVID-19 pandemic in West Bengal, India. *Children and Youth Services Review*, 116, Article 105194. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105194>
- Khan, M., Ahmed, S., & Zaman, K. (2020). Digital Divide and Online Education in Pakistan: A COVID-19 Perspective. *Journal of Educational Technology*.
- Lee, J. (2020). Reflections Features Mental health effects of school closures during COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4, 421. Retrieved from: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30109-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30109-7)
- Nawaz, H., Khan, F., & Ali, S. (2021). Addressing Mental Health Issues in Students During COVID-19: Strategies and Interventions. *International Journal of Mental Health*.
- Odrizola-gonzález, P., Planchuelo-gomez, A., Jesús, M., & De Luis-garcía, R. (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a

- Spanish university. *Psychiatry Research*, 290, Article 113108. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113108>
20. Saha, J., Barman, B., & Chouhan, P. (2020). Lockdown for COVID-19 and its impact on community mobility in India: An analysis of the COVID-19 Community Mobility Reports, 2020. *Children and Youth Services Review*, 116, Article 105160. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105160>
21. Ye, Z., Yang, X., Zeng, C., et al. (2020) Resilience, Social Support, and Coping as Mediators between COVID-19-related Stressful Experiences and Acute Stress Disorder among College Students in China. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/aphw.12211>
22. Zafar, M. (2020). Teacher Preparedness for Online Education in Pakistan During COVID-19. *Educational Leadership and Policy Studies*.

