

TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ABULYATAMA TERHADAP PEMBELAJARAN DARING SELAMA PANDEMI COVID-19

Nelul Muna⁽¹⁾, Fuadi⁽²⁾, Abdul Wahab⁽³⁾

Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama - Banda Aceh

e-mail: Nelulmuna17@gmail.com

ABSTRACT

Online learning during COVID-19 is implemented so that the teaching and learning process can run smoothly, interaction between educators and students increases and reduces physical contact from transmission of COVID-19. This study have purpose to identify the stress level of students towards online learning during the COVID-19 pandemic based on gender and year of class. This study used a descriptive observational method with a cross sectional approach. The tool used to measure student stress levels about online learning during the COVID-19 pandemic is in the form of a modified DASS 42 questionnaire. The results showed that the stress level of students was higher in the normal category and lower in the very heavy category.

Keywords : *Stress Level, Pandemic, Online.*

ABSTRAK

Pembelajaran daring selama COVID-19 diterapkan agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar, interaksi antar pendidik dan peserta didik meningkat dan mengurangi kontak fisik dari penularan COVID-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berdasarkan jenis kelamin dan tahun angkatan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Alat yang digunakan untuk mengukur tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berupa kuesioner DASS 42 yang telah dimodifikasi. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres mahasiswa lebih tinggi pada kategori normal dan rendah pada kategori sangat berat.

Kata kunci: *Tingkat Stres, Pandemi, Daring.*

1. Pendahuluan

Infeksi *Corona Virus Disease* (COVID-19) terjadi pertama kali di China pada akhir Desember 2019. Virus ini menular dengan sangat cepat dan menyebar hampir ke semua negara, termasuk Indonesia. Berdasarkan data

WHO pada bulan Juli tahun 2021 tercatat sebanyak 189.865.650 orang terkonfirmasi COVID-19.¹ Berdasarkan data dari Kemenkes RI pada tanggal 08 Agustus 2022 terdapat 10 Negara dengan jumlah COVID-19 tertinggi di dunia. Amerika Serikat berada di urutan pertama dengan

jumlah 90.706.508 kasus. Indonesia berada di urutan kedua tertinggi di Negara ASEAN dengan jumlah 6,249,403 kasus.² Berdasarkan data Satuan Tugas Penanganan COVID-19 menyatakan Provinsi dengan jumlah COVID-19 tertinggi di Indonesia yaitu DKI Jakarta sebanyak 174.480 kasus. Kabupaten/Kota tertinggi yaitu Jakarta Timur sebanyak 38,799 kasus.³ Berdasarkan data Dinas Kesehatan pada tanggal 03 Juli 2022 Aceh berada di urutan ke dua puluh lima tertinggi COVID-19 di Provinsi tercatat 43.706 kasus.⁴

Pada tanggal tujuh belas Maret 2020 Surat Edaran Menteri Pendidikan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 memberlakukan Pembelajaran secara daring (dalam jaringan) dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran COVID-19.⁵ Penelitian Pohan (2020) menunjukkan Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang berlangsung dalam jaringan, dimana proses pembelajaran berlangsung tidak secara tatap muka antara pendidik dan peserta didik, melainkan melalui pemanfaatan jaringan internet.⁶ Penelitian Argaheni (2020) menunjukkan pembelajaran daring selama COVID-19 diterapkan agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar, interaksi antar pendidik dan peserta didik meningkat dan mengurangi kontak fisik dari penularan COVID-19.⁵

Penelitian Atsani (2020) menunjukkan pembelajaran daring dapat memberi dampak positif dan negatif. Dampak positif adalah interaksi pembelajaran dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja, dan mempermudah peserta didik mengakses materi. Sedangkan dampak negatif adalah sinyal dan jaringan yang tidak memadai, tidak dapat memahami materi dan kurangnya *feedback* antara pendidik dengan peserta didik, dan banyaknya tugas diberikan dengan

pengumpulan tugas yang singkat membuat mahasiswa merasa terbebani menghadapi tuntutan akademik. Hal tersebut, dapat mempengaruhi psikologis mahasiswa dan jika terjadi terus-menerus dapat mengakibatkan peningkatan stres pada mahasiswa.⁷

Stres merupakan kondisi ketika terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan dengan kemampuan seseorang dalam menanganinya, baik disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkontrol. Stres yang umum dialami oleh mahasiswa yaitu stres akademik. Stres akademik adalah suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dalam proses pembelajaran seperti tidak dapat memahami materi, keinginan mendapat nilai tinggi, dan kewajiban dalam menyelesaikan banyak tugas dan sebagainya.⁸ Stres dapat mengakibatkan perubahan di dalam tubuh yang bersifat positif disebut *eustress* atau stres positif dan dapat juga bersifat negatif disebut *distress* atau stres negatif, dikatakan stres positif apabila kondisi dan situasi yang terjadi dapat memotivasi, memberi inspirasi dan tidak mengancam kesehatan. Sebaliknya stres negatif mengacu pada penderitaan mental yang dapat membuat seseorang mudah marah, cemas, dan gelisah.⁹

Penelitian Livana PH. dkk., (2020) menunjukkan stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh mahasiswa akan memunculkan dampak negatif, misalnya secara kognitif seperti tidak dapat berkonsentrasi, sulit mengingat dan memahami materi pembelajaran, secara emosional seperti tidak dapat memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, dan secara fisiologis seperti sering pusing, badan terasa lesu, lemah dan mengalami gangguan tidur, dan secara perilaku seperti menurunnya rasa percaya diri, sering menunda-nunda penyelesaian

tugas kuliah, dan sering bolos kuliah. Didapatkan 55.8% mahasiswa merasa stres selama pandemi COVID-19 disebabkan oleh pembelajaran daring yang mulai membosankan. Hal ini sependapat dengan penelitian Agustin, Hidayatullah, Aminito, & Tau yang menyatakan bahwa cara dosen mengajar mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres mahasiswa.¹⁰

Berdasarkan uraian diatas, diketahui bahwa stres merupakan kondisi yang umumnya dialami oleh mahasiswa meningkat dalam melaksanakan sistem pembelajaran daring yang belum dapat mencukupi seluruh kebutuhan mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Abulyatama terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan *cross sectional*, penelitian yang dilakukan dengan pengamatan dalam satu periode tertentu. Penelitian dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner DASS 42 yang telah dimodifikasi dan dilakukannya uji validitas bertujuan untuk

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Angkatan 2019, 2020 dan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Banda Aceh di bulan Desember 2022 dengan cara membagikan kuesioner secara online melalui *google form*. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah pembelajaran daring, angkatan mahasiswa dan jenis kelamin. Sedangkan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat stres. Seluruh sampel dalam penelitian mahasiswa angkatan 2019, 2020 dan 2021 yang berjumlah 148 mahasiswa.

mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Banda Aceh pada bulan Desember 2022 secara online menggunakan *google form*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 terdiri dari 3 angkatan, yaitu angkatan 2019, 2020, dan 2021. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama angkatan 2019 berjumlah 94 mahasiswa, angkatan 2020 berjumlah 67 orang mahasiswa, dan angkatan 2021 berjumlah 74 mahasiswa, sehingga jumlah keseluruhan populasi adalah 235 mahasiswa.

Penelitian ini mengambil sampel dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*, Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden yang dilakukan secara online menggunakan *google form* melalui aplikasi *whatsapp*. Pengumpulan data primer dilakukan sampai jumlah sampel terpenuhi.

Data dalam penelitian ini merupakan data primer dengan cara pengedaran kuesioner melalui *google formulir*. Data univariat responen terdiri dari jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, perilaku, dan sikap. Adapun analisis hasil dari masing-masing variable.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
1. Laki-Laki	34	23,0
2. Perempuan	114	77,0

Jumlah 148 100
 Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diperlihatkan bahwa jenis kelamin perempuan berjumlah 114 orang (77,0%) dan laki-laki berjumlah 34 orang (23,0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Angkatan Mahasiswa

Variabel	Frekuensi	Persentase
Angkatan		
1. 2019	59	39,9
2. 2020	42	28,4
3. 2021	47	31,8
Jumlah	148	100

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diperlihatkan bahwa angkatan mahasiswa 2019 berjumlah 59 orang (39,9%), 2020 berjumlah 42 orang (28,4%) dan angkatan 2021 berjumlah 47 orang (31,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Pekerjaan

Variabel	Frekuensi	Persentase
Tingkat Stres		
1. Normal	106	71,6
2. Ringan	23	15,5
3. Sedang	15	10,1
4. Berat	3	2,0
5. Sangat Berat	1	0,7

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diperlihatkan bahwa tingkat stres mahasiswa belajar daring selama pandemi covid-19 yaitu tingkat stres normal 106 orang (71,6%), tingkat stres sangat berat hanya 1 orang (0,7%), dan tingkat stres berat 3 orang (2,0%), sedangkan tingkat stres ringan dan sedang masing-masing 23 dan 15 orang (15,5% dan 10,1%).

Tabel 4. Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat Stres					
	Normal		Ringan		Sedang	
	n	%	n	%	n	%
Laki-laki	25	16,9	7	4,7	2	1,4
Perempuan	81	54,7	16	10,8	13	8,8
Jumlah	106	71,6	23	15,6	15	10,1

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diperlihatkan bahwa tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi covid-19 berdasarkan jenis kelamin yaitu perempuan dari 114 mahasiswa (77,0%) dengan tingkat stres normal sebanyak 81 orang (54,7%), tingkat stres sangat berat sebanyak 1 orang (0,7%). Selanjutnya jenis kelamin laki-laki dari 34 orang (23,0%) dengan tingkat stres normal sebanyak 25 orang (16,9%), tingkat stres sangat berat tidak ada (0,0%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa selama pandemi covid-19 tingkat stres belajar mahasiswa berdasarkan jenis kelamin termasuk dalam kegori normal-normal saja.

Tabel 5. Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Tingkat Stres											
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
2019	37	25,0	12	8,1	7	4,7	2	1,4	1	0,7	59	39,9
2020	34	23,0	7	4,7	1	0,7	0	0,0	0	0,0	42	28,4
2021	35	23,6	4	2,7	7	4,7	1	0,7	0	0,0	47	31,8
Jumlah	106	71,6	23	15,5	15	10,1	3	2,0	1	0,7	148	100

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat diperlihatkan bahwa tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi covid-19 berdasarkan angkatan yaitu angkatan 2019 dari 59 mahasiswa (39,9%) dengan tingkat stres normal sebanyak 37 orang (25,0%), tingkat stres sangat berat sebanyak 1 orang (0,7%). Selanjutnya angkatan 2020 dari 42 orang (28,4%) dengan tingkat stres normal sebanyak 34 orang (23,0%), tingkat stres sangat berat tidak ada (0,0%). Selanjutnya mahasiswa angkatan 2021 dari 47 mahasiswa (31,8%) dengan tingkat stres normal 35 orang (23,6%), tingkat stres

sangat berat tidak ada (0,0%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa selama pandemi covid-19 tingkat stres belajar mahasiswa

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Berdasarkan dari hasil pengujian statistika didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang berjumlah lebih banyak pada kategori stres normal dengan presentase mencapai 71,6% atau berjumlah 106 mahasiswa. sementara itu, yang terendah terdapat pada kategori stres sangat berat dengan presentase 0,7% atau berjumlah 1 mahasiswa.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, pada tabel 4 menunjukkan tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berdasarkan jenis kelamin. Didapatkan hasil pada jenis kelamin perempuan dengan tingkat stres normal sebanyak 81 orang (54,7%). Dan pada jenis kelamin laki-laki dengan tingkat stres normal sebanyak 25 orang (16,9%). Penelitian Ambarwati (2017) menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami stres dikarenakan terdapat perbedaan hormonal dan perbedaan stresor psikososial bagi perempuan dan laki-laki. Sejalan dengan penelitian Sumarna (2018) dalam Novitasari menyatakan perempuan lebih mudah mengalami stres dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan perempuan lebih emosional dan panik dalam menghadapi masalah.¹⁰

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasanah, dkk (2020) yang berjudul Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi COVID-19 menggunakan metode pendekatan deskriptif analitik dengan jumlah sampel 190 responden.

termasuk dalam kategori normal-normal saja.

Mendapatkan sebagian besar responden yang berjumlah lebih banyak pada kategori stres normal dengan persentase 87,89% atau berjumlah 167 responden. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stres mahasiswa mengikuti pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berdasarkan jenis kelamin termasuk dalam kategori stres normal.¹⁰

Berdasarkan Penelitian yang telah dilakukan, pada tabel 5 menunjukkan tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berdasarkan angkatan. Didapatkan hasil pada angkatan 2019 dengan tingkat stres normal 37 orang (25,0%). Didapatkan hasil pada angkatan 2020 dengan tingkat stres normal 34 orang (23,0%). Dan didapatkan hasil pada angkatan 2021 dengan tingkat stres normal 35 orang (23,6%). Penelitian Ambarwati (2017) menunjukkan bahwa usia sangat berkaitan dengan stres.¹⁰ Sejalan dengan penelitian Novitasari, dkk (2020) yang berjudul Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama *Study From Home* (SFH) Di Masa Pandemi COVID-19. Menunjukkan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang lebih mudah mengalami stres karena faktor fisiologis seseorang yang mengalami kemunduran. Tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa juga dipengaruhi oleh perubahan metode belajar dari tatap muka langsung menjadi daring, koneksi internet yang jelek saat perkuliahan daring, tugas yang menumpuk serta ketersediaan paket data selama perkuliahan daring dapat menjadi hal yang menimbulkan stres bagi mahasiswa. Hasil dari penelitian Novitasari dkk, (2020) menunjukkan bahwa mayoritas tidak mengalami stres atau normal sebanyak 60 orang (48,4%) dikarenakan mahasiswa

sudah mulai terbiasa dengan strategi coping untuk menanggapi stres itu sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stres mahasiswa mengikuti pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 berdasarkan angkatan termasuk dalam kategori stres normal.¹⁰

Penelitian ini tidak sejalan dengan Meilla, dkk (2020) yang berjudul Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi COVID-19 menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel 112 responden. Mendapatkan sebagian besar responden yang berjumlah lebih banyak pada kategori stres sedang dengan presentase 96,4% atau berjumlah 108 responden.¹⁰

Dan juga penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Rofiah (2021) yang berjudul Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen menggunakan metode observasional analitik dengan jumlah sampel 285 responden. Mendapatkan sebagian besar responden yang berjumlah lebih banyak pada kategori stres berat dengan presentase 97,69% atau berjumlah 212 responden.¹⁰

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan pada penelitian tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, maka didapatkan kesimpulan:

1. Distribusi presentase berdasarkan tingkat stres lebih banyak pada kategori normal dengan presentase mencapai 71,6% atau berjumlah 106 mahasiswa. Sementara itu, yang terendah terdapat pada kategori sangat berat dengan presentase 0,7% atau berjumlah 1 mahasiswa.
2. Distribusi tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran berdasarkan jenis kelamin, mayoritas yang mengalami stres normal berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 81 orang (54,7%).
3. Distribusi tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran berdasarkan angkatan, mayoritas mahasiswa yang mengalami stres normal berada pada angkatan 2019, yaitu sebanyak 37 orang (25,0%).

5. Daftar Pustaka

1. World Health Organization. Coronavirus Disease Coronavirus Disease (COVID-19) Spreads. *Who*. 2020;75(2):95-97.
2. Kemkes RI. Situasi Terkini Perkembangan COVID-19 (8 Agustus 2022). Published online 2022:1-4.
3. Satuan Gugus Tugas Penanganan COVID-19. Analisis Data COVID-19 Indonesia Update Per 03 Januari 2021. *Satuan Gugus Tugas Penanganan COVID-19 Indones*. 2021;(January):1-174.
4. Abdulgani S. Kasus Aktif Covid-19 di Aceh Tinggal 79 Orang. *DinkesAcehprovGold*. Published online 2021:1-3.
5. Argaheni NB. Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl*. 2020;8(2):99. doi:10.20961/placentum.v8i2.43008
6. Carsita WN, Eryanto B, ... Tingkat Stress Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *J Keperawatan* 2022;5(1):16-21. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/2116%0Ahttp>

- [://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/download/2116/1344](http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/download/2116/1344)
7. Herliandry LD, Nurhasanah, Suban ME, Heru K. Transformasi Media Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. *J Teknol Pendidik*. 2020;22(1):65-70.
 8. Kountul YPD, Kolibu FK, Korompis GEC. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *J KESMAS*. 2018;7(5):1-7.
 9. Riazul J, Harri S. Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *J Ris dan Pengabd Masy*. 2021;1(1):130-146.
 10. Hasanah U, Keperawatan dan Profesi Ners I, Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal S, Laut J, Kendal A. Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *J Keperawatan Jiwa*. 2020;8(3):299-306.