

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat sekarang ini dunia termasuk Indonesia sedang dihebohkan dengan adanya sebuah pandemi virus yaitu Covid-19 atau biasanya masyarakat menyebutnya dengan “Virus Corona”. Penyebarannya terbilang cukup luas dan cepat karena bisa menyebar melalui droplet dari hidung atau mulut pada saat batuk atau bersin (Manoj et al., 2020). COVID-19 merupakan penyakit yang diidentifikasi penyebabnya adalah virus corona yang menyerang sistem pernapasan. Akibat sistem penyebaran penyakit ini, maka untuk menghindari penyebarannya semakin meluas, saat ini sistem pengajaran di sekolah maupun di perguruan tinggi dilakukan dengan sistem daring atau *online*.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud), telah mengimbau perguruan tinggi untuk melakukan perkuliahan jarak jauh apabila didaerah kampusnya telah terkonfirmasi kasus positif virus corona (Makdori, 2020). Perkuliahan jarak jauh yang dimaksudkan adalah pembelajaran dari rumah yang kini dapat dilakukan secara daring atau dalam jaringan. Kemendikbud juga menekankan bahwa kegiatan belajar di rumah merupakan wewenang masing-masing rektor di perguruan tinggi. Data Aliansi Penyelenggara Perguruan Tinggi Indonesia (Apperti) menyebutkan, jumlah perguruan tinggi yang menyelenggarakan pembelajaran daring mencapai 58 kampus selama tahun 2020 dengan waktu penerapan pembelajaran daring yang beragam (Mediana, 2020). Jumlah tersebut menurut Kemendikbud akan terus bertambah seiring dengan kebijakan masing-masing perguruan tinggi.

Pelaksanaan perkuliahan tatap muka telah diganti menjadi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dapat dilakukan dengan menggunakan *Microsoft Teams*, *Google Class room*, atau

platform lainnya. Kegiatan Perkuliahan menggunakan metode daring menuntut dosen untuk lebih kreatif misalnya dapat memanfaatkan pola konferensi atau pertemuan daring sehingga kehadiran dan aktif/tidak nya mahasiswa mudah terpantau, atau dapat pula dengan membuat video berisi penjelasan demo materi kuliah, lalu diunggah di sistem pembelajaran daring (Mediana, 2020).

Hasil riset Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018 juga menunjukkan bahwa penetrasi pengguna internet dalam bidang pendidikan juga tinggi, yaitu sekitar tujuh dari sepuluh siswa dan 92 persen mahasiswa menggunakan internet (Pancawati, 2020). Ini berarti penggunaan pendidikan secara daring seharusnya tidak menimbulkan banyak kendala, karena sistem *online* bukan lagi menjadi hal yang baru baik bagi pelajar, guru, maupun mahasiswa, khususnya di daerah perkotaan. Terkait pembelajaran lewat sistem daring ini, Pakar Pendidikan dari Universitas Pendidikan Indonesia, Darmawan menuturkan, dalam melaksanakan kuliah secara daring, selain perlu memilih materi yang cocok untuk dipelajari secara daring dosen juga perlu untuk memilih metode penugasan yang tepat (Fadhila, 2020). Materi yang cocok menurutnya merupakan materi yang dapat dipelajari secara mandiri oleh mahasiswa, bukan yang membutuhkan elaborasi teoritik yang rumit dan rinci dengan dosen. Selain itu materi kuliah juga perlu ditunjang dengan petunjuk berupa buku elektronik (*ebook*) dan jurnal elektronik (*ejournal*) yang relevan.

Namun disisi lain, respon yang diberikan oleh para pelajar, khususnya mahasiswa setelah melaksanakan kuliah *online*-nya, banyak yang mengeluhkan tugas-tugas yang menurut mereka menjadi lebih banyak dan menumpuk jika dibandingkan dengan mereka kuliah pada umumnya. Tugas-tugas yang diberikan tersebut dirasa terlalu membebani mereka sehingga dikhawatirkan dapat menimbulkan masalah psikologis. Tenggat waktu pengerjaan tugas yang diberikan sempit padahal banyak tugas yang harus dikerjakan dari

beragam mata pelajaran. Hal tersebut justru dapat menimbulkan masalah pada kesehatan fisik dan mentalnya yang pada akhirnya dapat mempengaruhi imunitasnya (Pancawati,2020).

Beban tugas maupun permasalahan data internet dapat mempengaruhi kondisi psikologis para mahasiswa ditengah sedang merebaknya pandemi corona ini, termasuk juga kondisi stresnya. Stres yang terjadi dilingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Sunyoto (2012) mengatakan stres adalah konsekuensi setiap tindakan dan situasi lingkungan yang menimbulkan tuntutan psikologis, fisik dan perilaku yang berlebihan pada seseorang”. Stress dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa stres adalah kondisi emosional seseorang akibat adanya tekanan dari lingkungan sekitarnya. Stres dapat mempengaruhi tubuh yang dapat menghasilkan serangkaian biokimia yang dinamakan *General Adaptation Syndrom* (Sari, 2018).

Dalam lingkungan akademik, stres merupakan pengalaman yang paling sering dialami pelajar baik tingkat sekolah maupun tingkat perguruan tinggi (Gaol, 2016). Hal tersebut diakibatkan oleh banyaknya tuntutan akademik yang harus dihadapi, seperti tugas, ujian dan sejenisnya menimbulkan tekanan. Tekanan subjektif terhadap suatu kondisi akademik yang dapat melahirkan respon berupa reaksi fisik dan psikologis. Menurut Barseli & Ifdil (2017), stres akademik adalah, perilaku, pikiran, dan emosi negatif yang muncul akibat adanya tuntutan akademik. Stres akademik dapat muncul akibat faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal yang dapat mengakibatkan seseorang mengalami stres akademik seperti coping yang tidak dapat mengendalikan situasi, penilaian terhadap diri, serta kepribadian seseorang terkait sifat optimistis dan pesimistis. Sedangkan faktor eksternal dari stres akademik dapat berupa pelajaran yang menjadi lebih padat, tekanan dari orangtua untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, ataupun

karena kuantitas tugas yang diterima.

Respon individu terhadap stres bergantung pada cara mereka memandang dan mengevaluasi dampak dari stresor, dukungan saat mengalami stres dan mekanisme koping yang digunakan (Potter dan Perry, 2012). Mekanisme koping ialah suatu proses adaptasi yang dilakukan oleh individu untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan dan respon situasi yang mengancam. (Hasibuan, 2012).

Mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan, seperti mampu mengontrol emosi pada dirinya disebut adaptif namun jika mekanisme koping yang menghambat fungsi integrasi menghambat pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menghalangi penguasaan terhadap lingkungan, seperti makan berlebihan atau bahkan tidak makan, kerja berlebihan, menghindar, marah-marah, mudah tersinggung, melakukan perilaku menyimpang. Mekanisme koping yang maladaptif dapat memberi dampak yang buruk bagi seseorang seperti isolasi diri, berdampak pada kesehatan diri, bahkan resiko bunuh diri (Stuart, 2016)

Cara individu memecahkan suatu masalah (*problem solving*), yaitu dengan mengacu pada proses yang tercakup dalam usaha menemukan urutan yang benar dan alternatif-alternatif jawaban, mengarah pada suatu jawaban, mengarah pada satu sasaran atau kearah pemecahan yang ideal. Menurut Folkman dan Lazarus (Ciccareli, 2015) dalam coping ada dua jenis strategi *coping stress* yang dapat dilakukan, yaitu *Problem focused coping*, adalah salah satu jenis strategi coping untuk menghilangkan atau mengubah stressor itu sendiri atau ketika individu menghilangkan sumber stress atau mengurangi dampaknya melalui tindakan individu tersebut dan *Emotional focused coping*, adalah strategi yang melibatkan mengubah cara seseorang merasakan atau secara emosional bereaksi terhadap stressor. Strategi ini mengurangi dampak emosional dari penyebab stress dan memungkinkannya untuk menyelesaikan masalah dengan lebih

efektif.

Berdasarkan penelitian terdahulu seperti oleh Al-Dubai, et al., (2011) mahasiswa yang sedang mempelajari ilmu kesehatan menggunakan berbagai strategi koping, yaitu strategi koping yang positif seperti, koping keagamaan (religious) 15%, aktif koping 13%, dan penerimaan 13%, selebihnya menggunakan strategi pengingkaran seperti, penolakan 15%, mencela diri sendiri (16%), merokok (14%), dan konsumsi alkohol atau obat-obatan terlarang (14%). Penelitian Sugiarto (2012) ditemukan hasil adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan daya tahan mahasiswa terhadap stres, jika kecerdasan emosi meningkat maka daya tahan terhadap stres mahasiswa akan mengalami peningkatan dan jika kecerdasan emosi menurun maka daya tahan terhadap stres menurun.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Susi Purwati (2012) tentang Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, hasil studi pendahuluan terhadap tujuh mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIKUI) menunjukkan lima dari tujuh mahasiswa sering merasa sakit kepala, mengalami perubahan nafsu makan, sulit tidur dan terkadang hingga menangis jika mengalami sesuatu yang dianggap di Luar kemampuannya.

Beberapa alasan stres sehubungan dengan kehidupan akademik yang disampaikan mahasiswa seperti: jadwal perkuliahan, adanya praktik, *dead line* tugas, sikap para dosen, persiapan presentasi dan materi perkuliahan yang membingungkan (Purwati, 2012).

Hal ini selaras dengan respon yang diberikan para mahasiswa terkait perkuliahan *online*, dimana *dead line* suatu tugas dapat menjadi pemicu kondisi stres.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penerapan kuliah secara daring ini dapat mengakibatkan timbulnya stres pada mahasiswa apabila perkuliahan *online* yang mereka jalani dirasa lebih membebani mereka ditambah lagi dengan kondisi pandemi Covid 19. Banyak dari mereka yang kemudian menumpahkan keluhan mereka terkait kuliah *online* tersebut di jejaring sosial Twitter miliknya hingga sempat menjadikan tagar ‘Kuliah *Online*’ *trending*. *Tweet* atau cuitan yang mereka berikan seringkali mengenai tugas yang menjadi lebih banyak dibanding tugas yang mereka dapatkan biasanya, waktu pengumpulannya yang terkadang berdekatan atau berada di hari yang sama, serta masalah internet yang membuat mereka harus mengeluarkan biaya tambahan atau mencari penyedia wifi gratis. Padahal dalam masa pandemi corona ini masyarakat diimbau untuk mengurangi aktivitas di luar rumah dan menjaga imunitas.

Peneliti kemudian melakukan pengamatan di Universitas Bhakti Kencana (UBK) untuk mengetahui kondisi di UBK mengenai jumlah keseluruhan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan diperoleh sebanyak 580 orang. Alasan peneliti memilih mahasiswa keperawatan sebagai obyek penelitian karena komunikasi dan data yang diperlukan relatif lebih mudah diperoleh.

Selanjutnya peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap mahasiswa tingkat 1, karena mahasiswa baru belum pernah mengikuti kuliah tatap muka tetapi langsung melalui *online*. Hasil dari wawancara terhadap 10 mahasiswa tersebut didapatkan bahwa 7 dari 10 mahasiswa tingkat satu menunjukkan bahwa mereka sulit beradaptasi dengan perkuliahan daring, bingung, sulit tidur, sakit perut, cepat lelah, cemas, tidak termotivasi, gelisah, kesal belum bertemu sama sekali dengan teman baru di perkuliahan, merasa bosan, kurang memahami materi yang diberikan oleh dosen, banyak tugas dengan jadwal ketat dan merasa sedih karena pandemik belum mereda. Sebanyak 3 orang mengatakan dapat mengikuti perkuliahan dengan tenang dan baik. Sedangkan upaya mengatasi kejenuhan,

kegelisahan, kebosaan dan ketidaknyaman 4 orang berdiam diri, banyak merokok, tidur, melupakan sejenak mengenai perkuliahan, 3 orang berolah raga dan menjaga kesehatan, 2 orang menghibur diri dan bekerja apa saja di rumah, santai dalam menghadapi perkuliahan dan 1 orang dengan kurang pedulianya.

Mekanisme koping yang dipilih dalam penelitian ini karena peneliti ingin mengetahui bagaimana mahasiswa baru dalam hal ini mahasiswa tingkat satu program studi sarjana keperawatan dalam mengatasi ketegangan, kegelisahan, kekesalan, kekhawatiran dalam menghadapi perkuliahan secara daring, karena kalau mekanisme koping maladaptif mahasiswa akan mengalami gangguan psikis yang meningkat sehingga dapat mengganggu dalam proses belajar. Sedangkan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stress akademik tidak diteliti, karena peneliti melihat mengatasi stress lebih utama yaitu melalui mekanisme koping harus terlebih dahulu diperhatikan dan dikaji, karena bila mekanisme koping dapat dilakukan dengan adaptif, maka pembelajaran daring akan terlaksana dengan baik.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pada Pandemic Covid 19 Pada Mahasiswa Tingkat Satu Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Sarjana Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Pandemic Covid 19 Pada Mahasiswa Tingkat Satu Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Sarjana Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana ?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Sarjana Keperawatan Dalam Menghadapi Perkuliahan Daring Pada Kondisi Pandemic Covid 19 Di Universitas Bhakti Kencana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat satu program studi sarjana keperawatan dalam menghadapi perkuliahan daring Pada Kondisi Pandemic Covid 19 di Universitas Bhakti Kencana.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat Stress pada mahasiswa tingkat satu program studi sarjana keperawatan dalam menghadapi perkuliahan daring Pada Kondisi Pandemic Covid 19 di Universitas Bhakti Kencana.
3. Untuk menganalisis Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Sarjana Keperawatan Dalam Menghadapi Perkuliahan Daring Pada Kondisi Pandemic Covid 19 Di Universitas Bhakti Kencana''.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat teoritik

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan data analisis terkait mekanisme koping dengan stress mahasiswa menghadapi perkuliahan secara daring pada kondisi Pandemic Covid 19.

b. Bagi Penulis

Menambah wawasan bagi penulis dalam melakukan pengkajian ilmiah mengenai mekanisme coping dengan tingkat stress mahasiswa dalam pemberlakuan kuliah secara daring dalam masa pandemic Covid-19 dan menjadi referensi untuk penelitian terkait.

1.4.2. Manfaat Praktik

a. Bagi perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dasar bagi perawat untuk memberikan pendidikan kesehatan mengenai mekanisme coping dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam perkuliahan daring pada kondisi pandemic Covid 19.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan digunakan sebagai referensi untuk menjadikan dasar penelitian selanjutnya mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan mekanisme coping pada mahasiswa.

c. Bagi Subjek Penelitian

Subjek penelitian dapat mengetahui bagaimana respon mereka mengenai mekanisme coping dengan tingkat stressnya pada kegiatan perkuliahan secara daring akibat merebaknya Covid-19.

1.5 Ruang Lingkup

Permasalahan dalam penelitian ini berkaitan dengan area Keperawatan Jiwa, karena perubahan system pembelajaran saat pandemic covid 19 ini menjadi daring, maka banyak mahasiswa yang mengeluh akan hal tersebut, sehingga membutuhkan penelitian langsung untuk mengetahui salah satunya tingkat stress kemudian ditambah dengan mekanisme koping yang kurang terkontrol. Penelitian ini dilakukan di Universitas Bhakti Kencana Fakultas Keperawatan pada mahasiswa tingkat satu.