

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi virus covid-19 (corona) merupakan wabah penyakit yang berdampak luas pada seluruh aspek kehidupan, tidak terkecuali pada dunia pendidikan yaitu berubahnya proses pembelajaran tatap muka atau luring (luar jaringan) menjadi pembelajaran jarak jauh atau online (dalam jaringan) menggunakan internet (Wahyono dkk, 2020). Berubahnya proses pembelajaran tersebut ternyata tidak diiringi dengan kesiapan mahasiswa dan sarana pembelajaran yang memadai, hal tersebut memicu munculnya berbagai masalah pada proses pembelajaran yang pada akhirnya menyebabkan banyak mahasiswa mengalami stres saat pembelajaran. Timbulnya stres tersebut disebabkan oleh berbagai kondisi diantaranya mahasiswa merasa belum terbiasa dengan pembelajaran online, mahasiswa kesulitan menggunakan teknologi pembelajaran online, dan banyaknya sarana pembelajaran online yang kurang memadai (Purwanto et al, 2020). Adanya stres yang dirasakan oleh mahasiswa berdampak munculnya gangguan fisik maupun psikologis, diantaranya: mudah pusing, cepat lelah, gelisah, susah tidur, peningkatan tekanan darah, dan rasa kebingungan yang tidak kunjung selesai (dalam InSight, 2018).

Ada banyak hambatan dalam pembelajaran online yang menyebabkan timbulnya stres pada mahasiswa. Menurut Jamaludin (2020), ada dua aspek besar yang mengganggu proses pembelajaran online yaitu jaringan internet yang tidak stabil (23%) dan kuota terbatas (21%). Hambatan tersebut tentunya berpengaruh terhadap kondisi psikis responden (>90%). Ada 50% lebih mahasiswa menganggap pembelajaran online tidak dapat mempermudah proses pembelajaran karena mahasiswa merasa terbiasa melakukan pembelajaran dan pembimbingan secara offline sehingga mereka harus menyesuaikan diri dengan pembelajaran secara online (Jamaludin, 2020). Kelemahan lain dari pembelajaran online adalah banyaknya mahasiswa menjadi kurang mengerti akan materi dan juga terbebani banyak tugas (Pakpahan & Fitriani, 2020).

Pembelajaran secara online dimasa pandemic covid-19 ternyata tidak berjalan dengan lancar, ada banyak kendala yang terjadi. Kendala-kendala tersebut diantaranya: jaringan internet 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 online (Oktawirawan, 2020). Rasa ketidakpuasan mahasiswa selama proses pembelajaran online 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). Berbagai stres dalam proses belajar dapat mempengaruhi sikap mental dan juga hasil belajar mahasiswa. Selain itu mahasiswa juga semakin tertekan dengan banyaknya tugas yang diberikan. Stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa pada akhirnya dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa jika mereka tidak mampu beradaptasi dengan situasi yang sedang dihadapi (Harahap et al., 2020).

Stres akademik dapat mempengaruhi kondisi fisik, mental dan emosi mahasiswa (Barseli et al., 2020). Maka dari itu penting bagi setiap mahasiswa untuk memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam mengatasi stres. Menurut Palang merah Indonesia (2015) ada 5 teknik manajemen stres, salah satunya adalah mengenal diri sendiri. Mengetahui kekuatan, kelemahan, hal-hal yang disukai dan yang tidak disukai dapat membantu kita memetakan kondisi stres yang dirasakan.

Dengan mengenal diri sendiri, akan lebih mudah untuk menentukan cara dan strategi apa yang tepat untuk meringankan stres. Berdasarkan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian guna mengetahui gambaran stres akademik mahasiswa keperawatan di ITSK dr Soepraoen selama pembelajaran online dimasa pandemi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran stres akademik mahasiswa keperawatan ITSK RS.dr. Soepraoen selama pembelajaran online dimasa pandemi covid-19?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran stres akademik mahasiswa keperawatan ITSK RS. Dr. Soepraoen selama pembelajaran online dimasa pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai informasi tambahan tentang kejadian stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran online dimasa pandemi covid-19.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi ITSK RS dr. Soepraoen
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dalam mengambil keputusan untuk solusi menangani masalah akademik dimasa pandemic covid-19.
2. Bagi Responden
Diharapkan hasil penelitian ini dapat mengevaluasi stress yang dialami untuk menentukan stretegi dalam mengatasi stres akademik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar untuk pengembangan penelitian lanjutan tentang stres akademik.

