

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN *BEBAN KERJA MENTAL* PADA MAHASISWA  
KEPERAWATAN TK II YANG MENGALAMI *ZOOM IN  
FATIGUE* SELAMA PEEMBELAJARAN DARING  
DI ERA PANDEMI COVID-19 DI ITSK  
RS.dr.SOEPRAOEN MALANG**



**OLEH:  
SITI MAULIDAH PUTRI ARINDA  
NIM. 19.1.237**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN  
RS. Dr. SOEPRAOEN  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN *BEBAN KERJA MENTAL* PADA MAHASISWA  
KEPERAWATAN TK II YANG MENGALAMI *ZOOM IN*  
*FATIGUE* SELAMA PEEMBELAJARAN DARING  
DI ERA PANDEMI COVID-19 DI ITSK  
RS.dr.SOEPRAOEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan Pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan  
Kesehatan RS. Dr. Soepraoen Malang



**OLEH:**

**SITI MAULIDAH PUTRI ARINDA**

**NIM. 19.1.237**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN  
RS. Dr. SOEPRAOEN  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah

Nama : Siti Maulidah Putri Arinda  
Tempat/ Tanggal Lahir : Malang, 15 Juni 2001  
NIM : 19.1.237  
Alamat : Jl. A. Yani Gg Satria Baru No 15

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun. Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 29 Maret 2022  
Yang Menyatakan,



Siti Maulidah Putri Arinda  
NIM. 19.1.237

## CURICULUM VITAE



### Identitas Diri

Nama : Siti Maulidah Putri Arinda  
Tempat / Tanggal Lahir : Malang, 15 Juni 2001  
Alamat : Jl. A. Yani Gg Satria Baru No 15 Blimbing

### Nama Orang Tua

Ayah : Abdul Hamid  
Ibu : Arik Siswati

### Riwayat Pendidikan


SD : SDN 1 Randuagung Gresik  
SMP : MTS Ma'arif Sidomukti Gresik  
SMA : SMA Nahdlatul Ulama' 2 Gresik

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan  
di Depan Tim Penguji



  
Ns. Riki Ristanto, M.Kep  
NIDN. 0711028304

  
Indari, M.Kep  
NIDN. 0713098202

## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen Malang

Tanggal Pengesahan:

31 Agustus 2022

TIM PENGUJI

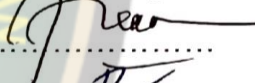

Nama

Ketua : Ns. Tien Aminah, M.Kep

Anggota : 1. Ns. Bayu Budi L, M.Kep

2. Ns. Riki Ristanto, M.Kep

Tanda Tangan

  
.....  
  
.....

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Riki Ristanto, M.Kep



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran *Beban Kerja Mental* Pada Mahasiswa Keperawatan Tk II yang Mengalami *Zoom In Fatigue* Selama Pembelajaran Daring di Era Pandemi Covid-19 Di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang ” sesuai waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi D-III Keperawatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan Rs.dr.Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini, penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arief Efendi, SMPH., SH, S.Kep.,Ners, M.M, M.Kes selaku Rektor ITSK Rs.dr Soepraoen Malang
2. Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep selaku Ka Prodi D-III Keperawatan ITSK Rs.dr. Soepraoen Malang
3. Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
4. Ibu Indari, M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terwujudnya Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendoakan saya
6. Rekan-rekan mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Kelas 3D dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebut satu per satu.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik-baiknya. Namun demikian, penulis menyadari bahwa

masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaanya, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurkannya.

Malang, 6 Juli 2022

Penulis





## ABSTRAK

Arinda, Maulidah P.S 2022 **Gambaran Beban Kerja Mental Pada Mahasiswa Keperawatan TK II Yang Mengalami Zoom In Fatigue Selama Pembelajaran Daring Di Era Pandemi Covid-19 Di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang.** Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D3 Keperawatan ITSK Rs.dr Soepraoen Malang. Pembimbing I Riki Ristanto, M.Kep, Pembimbing II Indari, M.Kep.

Pandemi Covid-19 mengakibatkan seluruh aktivitas pembelajaran tatap muka dialihkan menjadi pembelajaran daring. Pelaksanaan pembelajaran daring di perguruan tinggi memiliki dampak positif dan negative terutama pada bidang kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui terjadinya beban kerja mental zoom in fatigue pada mahasiswa keperawatan tingkat II di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang.

Desain penelitian yang digunakan penelitian deskriptif. Populasinya adalah mahasiswa keperawatan tingkat II di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang sebanyak 189 orang. Metode sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 52 responden, pada tanggal 2-25 Juni 2022. Variabel penelitian adalah *Beban kerja* mental mahasiswa keperawatan yang mengalami *zoom in fatigue* selama pembelajaran daring. Instrument penelitian dengan menggunakan kuisioner RSME. Setelah data ditabulasi data yang dianalisis dengan menggunakan distribusi frekuensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa beban kerja mental mahasiswa yang mengalami zoom in fatigue selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 adalah sebagian besar melakukan usaha cukup besar sebanyak 23 orang (44,2%) dengan tingkat beban mental, pada tingkat kegelisahan 19 orang (36,5%), dan pada tingkatan tekanan belajar 14 orang (26,9%).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya usaha yang dilakukan cukup besar pada mahasiswa, sehingga diharapkan adanya upaya penanganan diantaranya melakukan modifikasi pada pemberian tugas serta modifikasi jenis pembelajaran.

**Kata Kunci:** Beban mental, *Rating Scale Mental Effort*, zoom in fatigue, mahasiswa

## ABSTRAK

*Arinda, Maulidah P.S 2022 Overview of Mental Effort on Nursing Students Who Experience Zoom In Fatigue During Online Learning During the Covid-19 Pandemic Era At ITSK Rs.dr Soepraoen Malang. Scientific papers. D3 Nursing Study Program ITSK Rs. dr Soepraoen Malang. Supervisor I Riki Ristanto, M.Kep, Supervisor II Indari, M.Kep.*

The Covid-19 pandemic has resulted in all face-to-face learning activities being shifted to online learning. The implementation of online learning in universities has positive and negative impacts, especially in the health sector. The purpose of this study was to determine the occurrence of mental workload zoom in fatigue in nursing students level II at ITSK Rs. dr Soepraoen Malang.

The research design used was descriptive research. The population is nursing students level II at ITSK Rs. dr Soepraoen Malang as many as 189 people. The sampling method used is purposive sampling with a total sample of 52 respondents, on June 2-25, 2022. The research variable is the mental workload of nursing students who experience zoom in fatigue during online learning. Research instrument using the RSME questionnaire. After the data is tabulated, the data are analyzed using the frequency distribution.

The results of this study indicate that the mental workload of students who experience zoom in fatigue during online learning in the Covid-19 pandemic era is mostly doing quite a large amount of effort as many as 23 people (44.2%) with a level of mental burden, at the level of anxiety 19 people ( 36.5%), and at the level of learning pressure 14 people (26.9%).

Based on the results of the study, it was found that there was quite a large amount of effort made on students, so it was hoped that there would be handling efforts including modifying the assignment and modifying the type of learning.

**Keywords:** Mental Effort, *Rating Scale Mental Effort*, Zoom In Fatigue

## DAFTAR ISI

Cover Luar .....	i
Cover Dalam .....	ii
Lembar Pernyataan.....	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persetujuan .....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Abstrac .....	ix
Daftar Isi .....	x
Daftar Gambar .....	xi
Daftar Tabel .....	xiv
Daftar Lampiran .....	xv
Daftar Singkatan .....	xvi
<b>BAB 1 Pendahuluan.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB 2 Tinjauan Pustaka.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Pembelajaran Online .....	6
2.1.1 Definisi Pembelajaran Online .....	6
2.1.2 Prinsip Pembelajaran Online .....	6
2.1.3 Interaksi Dalam Pembelajaran Online .....	7
2.1.4 Metode Pembelajaran Online .....	7
2.1.5 Jenis Pembelajaran Online.....	8
2.1.6 Dampak Pembelajaran Online.....	9
2.2 Konsep Zoom In Fatigue.....	10
2.2.1 Definisi Zoom In Fatigue.....	10
2.2.2 Penyebab Zoom In Fatigue .....	10
2.2.3 Tanda dan Gejala Zoom In Fatigue .....	10

2.2.4 Dampak Zoom In Fatigue .....	11
2.3 Konsep Beban Kerja Mental .....	11
2.3.1 Definisi Beban Kerja Mental.....	11
2.3.2 Faktor Yang Berperan Dalam Beban Kerja Mental .....	12
2.3.4 Alat Ukur .....	12
2.4 Kerangka Konsep .....	14
2.5 Deskripsi Kerangka Konsep.....	15
<b>BAB 3 Metode Penelitian.....</b>	<b>16</b>
3.1 Desain Penelitian .....	16
3.2 Kerangka Kerja .....	17
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling .....	18
3.3.1 Populasi.....	18
3.3.2 Sampel .....	18
3.3.3 Sampling.....	18
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	19
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	19
3.4.2 Definisi Operasional.....	20
3.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	21
3.5.1 Proses Perijinan .....	21
3.5.2 Proses Pengumpulan Data.....	21
3.5.3 Instrumen Pengumpulan Data .....	22
3.6 Pengolahan Data dan Analisa Data .....	22
3.6.1 Pengolahan Data.....	22
3.6.2 Analisa Data .....	24
3.7 Waktu dan Tempat Penelitian .....	25
3.8 Etika Penelitian .....	25
3.9 Keterbatasan.....	26
<b>BAB 4 Hasil Dan Pembahasan.....</b>	<b>27</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	27
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	27
4.1.2 Data Umum.....	27
4.1.3 Data Khusus.....	29
4.2 Pembahasan .....	31
<b>BAB 5 PENUTUP .....</b>	<b>36</b>
5.1 Kesimpulan.....	36

5.2 Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>37</b>
<b>Lampiran.....</b>	<b>39</b>



## DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Konsep .....	14
2.3.3 Alat Ukur .....	12
3.2 Kerangka Kerja .....	16





## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian .....	20
Tabel 4.1 Data Umum.....	27
Tabel 4.2 Data Khusus .....	29



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian .....	39
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian.....	40
Lampiran 3 Lembar Konsul Pembimbing I .....	41
Lampiran 4 Lembar Konsul Pembimbing 2 .....	42
Lampiran 5 Lembar Bukti Revisi .....	43
Lampiran 6 Jadwal Penelitian .....	44
Lampiran 7 Surat Permohonan Menjadi Responden .....	45
Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	46
Lampiran 9 Kisi-Kisi Kuisioner .....	47
Lampiran 10 Lembar Kuisioner.....	48
Lampiran 11 Mastersheet .....	51
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian .....	57