

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di ITSK Rs.dr Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang yang merupakan Institusi pendidikan tinggi tenaga kesehatan. ITSK Rs.dr Soepraoen berada di Jalan Sodanco Supriadi No.22 Malang. Peneliti memilih lokasi penelitian di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang dikarenakan letaknya yang berada di Kota dan merupakan kesehatan sehingga para mahasiswanya sangat memperhatikan beban mental. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tingkat II Keperawatan yang berjumlah 189 mahasiswa dan yang masuk dalam kriteria peneliti sebanyak 52 mahasiswa.

4.1.2. Data Umum

Data ini menggambarkan kondisi responden secara umum dalam penelitian. Responden dalam penelitian yaitu mahasiswa tingkat II prodi D3 Keperawatan yang mengalami beban kerja mental *zoom in fatigue* di ITSK Rs.dr Soepraoen Malang. Data meliputi karakteristik responden berdasarkan usia, lama pembelajaran daring, hambatan yang terjadi, serta keluhan fisik yang terjadi.

Tabel 4.1 Data Umum

Data Umum	f(Orang)	%(Presentase)
Usia		
17-25 Tahun	46	88,4
26-35 Tahun	5	9,6
36-45 Tahun	1	1,9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	21	40,4
Perempuan	31	59,6
Lama melakukan pembelajaran daring		
8 Jam/Hari	13	25,0
9 Jam/Hari	23	44,2
10 Jam/Hari	15	28,8
12 Jam/Hari	1	1,9
Fasilitas pembelajaran daring		
Sumber Internet		
• Wifi	31	59,6
• Internet Hp	21	40,3
Hotspot	0	0
Laptop	27	52,0
Hp	32	61,5
Kesulitan pembelajaran daring		
Hambatan Sinyal	38	73,0
Keterbatasan kuota internet	12	23,0
Kurangnya pemahaman materi	29	55,7
Keluhan fisik		
Pusing	30	57,6
Mata terasa pedas	36	69,2
Sendi-sendi otot terasa kuat	9	17,3
Insomnia	3	5,7
Sakit leher	26	50

(Sumber: Data Primer penelitian, Juni 2022)

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat diinterpretasikan bahwa responden Perempuan 31 orang (59,6%), Laki-Laki 21 orang (40,4).

Berdasarkan usia responden hampir setengahnya 32 orang (61,5%) berusia 20 tahun. Berdasarkan lama pembelajaran daring hampir setengah responden sebanyak 23 orang (44,2%) selama 9 jam/hari. Berdasarkan fasilitas yang digunakan selama pembelajaran daring responden menggunakan Wifi sebanyak 31 orang (59,6%) serta menggunakan Hp sebanyak 21 orang (40,3%). Berdasarkan kesulitan yang dialami saat pembelajaran daring hampir sebagian besar responden mengalami hambatan sinyal sebanyak 38 orang (73,0%). Berdasarkan keluhan fisik yang dialami paling banyak oleh responden saat pembelajaran daring diantaranya Mata terasa pedas sebanyak 36 orang (69,2%), pusing sebanyak 30 orang (57,6%), serta dilanjutkan dengan sakit leher sebanyak 26 orang (50,0%).

4.1.3. Data Khusus

Data khusus ini adalah beban kerja mental mahasiswa yang mengalami *zoom in fatigue* selama pembelajaran daring di era pandemi *covid-19* yang terdiri dari:

Tabel 4.2 Data Khusus

Data Khusus	F(Orang)	%(Presentase)
Tingkatan Usaha Belajar		
Sangat Kecil	2	3,8
Kecil	23	44,2
Cukup Besar	15	28,8
Sangat Besar	6	11,5
Sangat Besar Sekali	6	11,5
Tingkatan Tekanan Belajar		

Sangat Kecil	0	0
Kecil	30	57,7
Cukup Besar	14	26,9
Sangat Besar	6	11,5
Sangat Besar Sekali	2	3,8
Tingkatan Lelah Belajar		
Sangat Kecil	0	0
Kecil	23	44,2
Cukup Besar	14	26,9
Sangat Besar	12	23,1
Sangat Besar Sekali	3	5,8
Tingkatan Kegelisahan Belajar		
Sangat Kecil	4	7,7
Kecil	16	30,8
Cukup Besar	19	36,5
Sangat Besar	5	9,6
Sangat Besar Sekali	8	15,4
Tingkatan Usaha Mental		
Sangat Kecil	0	0
Kecil	13	25,0
Cukup Besar	23	44,2
Sangat Besar	9	17,3
Sangat Besar Sekali	7	13,5
Tingkatan Kinerja Pembelajaran		
Sangat Kecil	0	0
Kecil	20	38,5
Cukup Besar	20	38,5
Sangat Besar	9	17,3
Sangat Besar Sekali	3	5,8

(Sumber: Data primer penelitian; Juni 2022)

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat diinterpretasikan bahwa tingkatan usaha belajar saat pembelajaran daring dari 23 orang (44,2%) melakukan usaha kecil, 15 orang (28,8%) melakukan usaha cukup besar. Berdasarkan tingkatan tekanan belajar hampir setengah responden melakukan usaha kecil sebanyak 30 orang (57,7%). Berdasarkan dari tingkat lelah pembelajaran daring sebagian responden usaha yang dilakukan kecil sebanyak 23 orang (44,2%), 14 orang

(26,9%) melakukan usaha cukup besar. Berdasarkan tingkat kegeilisan saat pembelajaran daring sebagian responden melakukan usaha yang cukup besar sebanyak 29 orang (36,5%), 16 orang (30,8%) melakukan usaha kecil. Berdasarkan tingkat usaha mental pembelajaran daring hampir setengahnya responden melakukan usaha cukup besar sebanyak 23 orang (44,2%). Berdasarkan kinerja pembelajaran daring sebagian responden melakukan usaha kecil dan cukup besar masing-masing sebanyak 20 orang (38,5%).

4.2. Pembahasan

Pada hasil penelitian diatas dapat diinterpretasikan bahwa *beban kerja mental* pada mahasiswa keperawatan yang mengalami *zoom in fatigue* dengan jumlah responden sebanyak 52 orang dengan diperoleh data pada indikator beban kerja mental tertinggi berada pada aspek usaha mental dengan usaha yang cukup besar dilakukan sebanyak 23 orang (44,2%). Dimana usaha mental timbul dikarenakan adanya stres dalam melakukan pembelajaran daring terutama pada banyaknya tugas yang diberikan. Pemberian tugas hampir dilakukan di semua mata kuliah dengan maksud untuk memaksimalkan pembelajaran namun *deadline* tugas yang diberikan saling berdekatan yang menjadikan mahasiswa merasa padat saat menjalani pembelajaran daring, serta merasa bahwa effort yang dikeluarkan saat menjalani pembelajaran daring lebih besar dibandingkan dengan perkuliahan biasa (tatap muka).

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian Dian Cahyawati & Muji Gunarto (2020) bahwa setiap tugas yang dikerjakan mahasiswa pada saat pembelajaran daring lebih dari sebagian (72%) menyatakan bahwa tugas yang harus dikerjakan dan diselesaikan pada pembelajaran daring lebih banyak dibandingkan pada pembelajaran luring. Setiap tugas yang diberikan dosen kepada mahasiswa tentunya bertujuan untuk memberikan penguatan pemahaman mahasiswa terhadap suatu konsep yang dipelajari. Banyaknya mata kuliah yang diikuti mahasiswa menjadi indikasi besarnya beban belajar mahasiswa. Banyak beban tugas yang harus dikerjakan dapat menjadi masalah bagi mahasiswa seperti stres berkepanjangan. Menurut peneliti diharapkan adanya modifikasi pemberian tugas selama pembelajaran daring, seperti pembuatan video kreatifitas mahasiswa yang sesuai dengan tugas mata kuliah.

Pada hasil penelitian diatas dapat diinterpretasikan bahwa lama pembelajaran daring dilakukan selama 9 jam/hari dengan jumlah 23 orang (44,2%) durasi pembelajaran daring yang lama yang membuat mahasiswa menjadi tidak fokus dan bosan. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Dian Cahyawati & Muji Gunarto (2020) bahwa pembelajaran daring yang sangat bergantung pada jaringan memerlukan ketersediaan paket internet untuk setiap penggunaanya, baik dosen maupun mahasiswanya.

Menurut penelitian Pustikasari & Fitriyanti (2021) mahasiswa yang mengikuti pembelajaran selama ≥ 8 jam dalam sehari akan

berisiko mengalami kelelahan dibandingkan mahasiswa yang mengikuti pembelajaran < dari 8 jam. Bila dalam satu hari ada 3 – 4 mata kuliah maka akan membutuhkan waktu 5 – 8 jam dalam sehari, apabila dilakukan pembelajaran tatap muka tidak akan banyak menimbulkan masalah akan tetapi apabila dilakukan secara daring maka akan menimbulkan kejenuhan dan kelelahan. Walaupun demikian, terdapat indikasi bahwa mahasiswa kesulitan mempertahankan fokus dalam mengikuti perkuliahan daring menggunakan aplikasi konferensi video. Secara berangsur mahasiswa mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam mengikuti proses pembelajaran daring dan memperhatikan materi melalui layar laptop maupun telepon pintar mereka (Firman, Arlinda & Firdaus, 2021). Daya konsentrasi belajar yang dituliskan oleh Bunce et al (2010) yang merujuk dari beberapa buku psikologi bahwa waktu bertahan atau daya konsentrasi belajar setiap individu bervariasi dari 5 menit, 10-20 menit, atau ada yang berkisar 15-20 menit pada setiap pembelajaran.

Menurut peneliti membuat perhatian mahasiswa agar tetap terjaga atau berkonsentrasi pada pembelajaran daring adalah dengan membuat kelas lebih interaktif, menerapkan metode pembelajaran yang berbeda dalam satu pembelajaran serta menerapkan record pada saat perkuliahan dimulai dimana record dapat mengurangi tingkat beban mental mahasiswa dalam pemahaman materi. Hal ini digunakan untuk meminimalisir ketika terjadi hilang koneksi ditengah pembelajaran berlangsung sehingga nantinya dapat mengikuti ketertinggalan materi

yang diberikan dengan memutar ulang rekaman video conference pada pembelajaran daring.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa perlu adanya intervensi untuk mahasiswa yang mengalami beban mental pada saat pembelajaran daring agar tidak menimbulkan atau memperburuk kondisi beban mental yang berlebih. Mengingat banyaknya mahasiswa yang mengalami usaha mental yang dilakukan cukup besar (stres dalam melakukan pengerjaan tugas yang banyak serta deadline yang berdekatan). Upaya yang dilakukan ialah memodifikasi jenis pemberian tugas pada mahasiswa pada saat pembelajaran daring.

