

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi Covid-19 merupakan krisis kesehatan yang pertama dan utama di dunia saat ini, kasus ini pertama kali disebut dengan pneumonia misterius. Tidak sampai satu bulan, penyakit ini telah menyebar di berbagai provinsi lain di China, Thailand, Jepang, dan Korea Selatan (Huang C, 2020). Virus ini ditularkan dari manusia ke manusia melalui droplet yang keluar saat batuk/bersin. Beberapa laporan kasus menunjukkan dugaan penularan dari karier asimtomatis yang memiliki riwayat kontak erat dengan pasien Covid-19 (Susilo, 2020). Tingginya angka kejadian dan potensi kematian membuat banyak pihak berusaha memutuskan rantai penularan Covid-19 ini dengan berbagai cara, seperti penerapan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), perubahan sistem sekolah dan perkuliahan menjadi sistem daring, dan himbuan kepada seluruh masyarakat untuk menggunakan masker (Hidayat & Noeraida, 2020).

Pemerintah telah melakukan semua tahapan manajemen krisis di bidang pendidikan sebagai upaya penanganan kondisi darurat Covid-19. Langkah berikutnya pemerintah mengeluarkan program krisis berupa *Study From Home* (SFH). Program ini merupakan jenis kegiatan belajar

mengajar yang dilakukan dari jarak jauh atau pelaksanaan belajar dari rumah. Mengingat karakteristik pembelajaran jarak jauh tersebut maka diberlakukan satu sistem pembelajaran online. Teknologi online diharapkan mampu menjadi solusi sebagai media pembelajaran selama pandemi Covid-19 (Hidayat & Noeraida, 2020).

Akibat pandemi global Covid-19 ini semua kampus digiring untuk melakukan perkuliahan daring atau online dalam rangka memutus mata rantai penyebaran Covid-19 (Tabroni, 2020). Semua elemen mulai dari dosen, ketenagaan, dan mahasiswa harus beradaptasi terhadap kondisi ini. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba ini tentu dapat menimbulkan stres tersendiri bagi mahasiswa (Sari M.K, 2020). Semua pihak yang menjalani proses belajar mengajar secara daring mengalami tingkat stres yang tinggi seperti guru, dosen, murid, mahasiswa. Masalah teknis hanya menjadi satu kendala dari sekian banyak kendala dan problem dalam proses belajar mengajar secara daring. Masalah teknis yang ditemui di lapangan beragam, mulai dari teknis pengoprasian komputer atau smartphone, kecukupan kuota, sampai dengan menjalankan aplikasi pembelajaran daring. Selain masalah teknis banyak kendala lain yang ditemui antara lain menyesuaikan materi perkuliahan sesuai dengan kondisi yang luar biasa (Sanjaya F.R, 2020).

Prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan merupakan peringkat ke-4 di dunia. Studi *Health and Safety Executive* di Inggris melibatkan penduduk Inggris sebanyak 487.000 orang yang masih produktif dari tahun (2013-

2014). Didapat data bahwa angka kejadian stres lebih besar terjadi pada wanita (54,62%) di banding dengan pria (45,38%). Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa sesuai pilihan fakultas mereka telah



dilakukan pada beberapa universitas didunia. Prevelensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeb 2010, Koochaki 2009). Sementara itu prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7-71,6% (Fitasari, 2011). dari jumlah penduduk di indonesia untuk usia 15 tahun ke atas 14 juta orang atau 6% mengalami stres.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 23 September 2020 di Institusi Teknologi Sains dan Kesehatan Rs. Dr. Soepraoen Malang dari 10 Mahasiswa yang terdiri dari 7 Perempuan mengatakan mengalami gejala-gejala stres berat pada saat kuliah daring seperti fisik yaitu leher sering pegal memperhatikan layar laptop pada saat mata kuliah berlangsung, tidur tidak teratur, nafsu makan menurun, cemas, gelisah, dan rasa takut, dan 3 laki-laki mengatakan mengalami stress sedang pada saat kuliah daring seperti mudah gelisah tetapi masih dapat mengontrol emosi ketika terdapat gangguan selama melakukan kuliah daring karena takut nanti tidak masuk kedalam rekap absensi dosen, atau ketinggalan mata kuliah yang sedang berlangsung yang dapat mengakibatkan kurang paham mengenai mata kuliah tersebut.

Mahasiswa mengalami stres dapat berdampak positif atau negatif. Peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Bahkan yang dirasa terlalu berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan

akademik (Goff. A.M, 2011). Beban stres yang dirasa berat juga dapat memicu seseorang untuk berperilaku negatif, seperti merokok, alkohol. Stres tidak hanya berdampak negatif tetapi juga memiliki dampak positif yaitu beberapa peningkatan kreativitas dan memicu pengembangan diri, selama stres yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Stres tetap dibutuhkan untuk pengembangan diri mahasiswa (Smeltzer dan bare, 2008). 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 (Sugiarto, 2012).

Penanggulangan stres dalam menghadapi aktivitas kuliah yang dialami mahasiswa adalah melalui layanan konseling individual dengan berbagai pendekatan konseling. Pendekatan konseling yang dijadikan sebagai alternatif untuk membantu mahasiswa. Penanggulangan stres bisa menggunakan terapi tawa, terapi tawa membantu menghadapi masalah, misalnya stres, marah dan jenuh. Tawa dapat membuat setiap orang merasa lapang, bahagia dan lega. Terapi tawa merupakan ekspresi emosional atau jiwa yang ditunjukkan melalui bunyi-bunyian tertentu dan raut muka (Prasetyo dan Nurtjahjanti, 2012). Dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat stres akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat stres akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran tingkat stres akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Bermanfaat sebagai tambahan bacaan dan pengetahuan tentang gambaran tingkat stres mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring dapat menambah pengetahuan dan wawasan penelitian dalam pengembangan dan penerapan ilmu yang didapat selama perkuliahan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi

dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang gambaran tingkat stres akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen.



2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat mengubah pola hidup (aktivitas fisik) pada tingkat stres dan mengantisipasi penyakit stres dengan keyakinan yang baik mengenai persepsi berperilaku sehat.

3. Bagi Tempat Penelitian

ITSK RS dr. Soepraoen Malang dapat mengetahui kriteria mahasiswa yang mengalami tingkat stres tinggi guna meningkatkan dukungan kepada mereka yang masih memiliki tingkat stres yang sangat parah, parah, sedang, dan ringan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya bagi ilmu keperawatan, serta dapat dijadikan bekal bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama.

