

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Bab ini menguraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang tingkat stress akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa. Desain penelitian deskriptif digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk pembahasan tentang tingkat stress akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK Rs dr. Soepraoen Malang.

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian**

Lokasi yang dijadikan sebagai tempat penelitian adalah ITSK Rs dr. Soepraoen yang beralamat di JL. S. Supriadi No.22, Sukun, Kecamatan Sukun, Kota Malang. Ada beberapa prodi diantaranya yaitu prodi keperawatan, prodi kebidanan, prodi farmasi, dan prodi akupuntur. Penelitian tingkat stress akademik yang diambil salah satu prodi yaitu prodi keperawatan yang berjumlah 100 mahasiswa.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16 juni 2021 sampai tanggal 19 juni 2021 di ITSK Rs dr. Soepraoen Malang Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, responden penelitian sejumlah 100 mahasiswa.

#### **4.2 Data Umum**

Data umum yang didapatkan pada pembahasan tentang tingkat

stress akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen Malang berdasarkan usia, kelas, jenis kelamin, sudah pernah mendapatkan informasi dan setuju jika adanya penelitian tingkat stres sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Data Umum Responden**

Karakteristik Responden	F	%
<b>Usia</b>		
18-25 tahun	92	92
26-35 tahun	5	5
36-45 tahun	3	3
<b>Total</b>	100	100
<b>Kelas</b>		
A	35	35
B	31	31
C	18	18
D	16	16
<b>Total</b>	100	100
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	89	89
Laki-laki	11	11
<b>Total</b>	100	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa data di ITSK RS dr. Soepraoen Malang dengan karakteristik hampir seluruhnya berusia 18-25 tahun sebanyak 92 mahasiswa (92%), sebagian kecil umur 26-35 tahun

sebanyak 5 mahasiswa (5%), dan usia 36-45 tahun sebanyak 3 mahasiswa (3%), hampir seluruhnya jenis kelamin perempuan sebanyak 89 mahasiswa (89%), sebagian kecil jenis kelamin laki-laki 11 mahasiswa (11%).

#### 4.3 Data Khusus

**Tabel 4.2 Data Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menjalani Kuliah Via Daring Pada Mahasiswa Tingkat II Prodi Keperawatan ITSK Rs dr.Soepraoen Malang**

NO	KATEGORI	F	%
1.	Normal	68	68
2.	Stres ringan	14	14
3.	Stres sedang	12	12
4.	Stres parah	5	5
5.	Stres sangat parah	1	1
<b>JUMLAH</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa tingkat stres akademik mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring pada mahasiswa tingkat II prodi keperawatan dari 100 responden diperoleh hasil sebagian besar dengan kategori normal sebanyak 68 mahasiswa (68%), kategori ringan 14 mahasiswa (14%), kategori sedang 12 mahasiswa (12%), kategori parah 5 mahasiswa (5%), dan kategori stress parah 1 mahasiswa (1%).



**Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum dan Karakteristik Kategori Tingkat Stres Akademik Responden ITSK RS dr. Soepraoen Malang**

Data Umum	Kategori											
	Normal		Ringan		Sedang		Parah		Sangat Parah		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
<b>Usia</b>												
18-25 tahun	60	60	14	14	12	12	5	5	1	1	92	92
26-35 tahun	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	5
36-45 tahun	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
<b>Kelas</b>												
A	21	21	3	3	6	6	3	3	1	1	34	34
B	24	24	4	4	3	3	0	0	0	0	31	31
C	17	17	0	0	1	1	2	2	0	0	20	20
D	7	7	6	6	2	2	0	0	0	0	15	15
<b>Total</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>												
Perempuan	65	65	10	10	10	10	5	5	1	1	91	91
Laki-laki	9	9	0	0	0	0	0	0	0	0	9	9
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.3 diatas didapatkan data bahwa dari 100 mahasiswa sebagian besar berusia 18-25 tahun sebanyak 60 mahasiswa

(60%), sebagian kecil 26-35 tahun sebanyak 5 mahasiswa (5%), dan 36-45 tahun sebanyak 3 mahasiswa (3%), sebagian besar jenis kelamin perempuan sebanyak 65 mahasiswa (65%), sebagian kecil jenis kelamin laki-laki sebanyak 9 mahasiswa (9%).

#### **4.4 Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 diperoleh hasil tingkat stres mahasiswa dalam menjalani kuliah via daring sebagian besar dengan kategori normal sebanyak 68 mahasiswa (68%), sebagian kecil dengan kategori stres ringan sebanyak 14 mahasiswa (14%), sebagian kecil dengan kategori stres sedang sebanyak 12 mahasiswa (12%), sebagian kecil dengan kategori stres parah sebanyak 5 mahasiswa (5%), dan sebagian kecil dengan kategori stres sangat parah sebanyak 1 mahasiswa (1%).

Dari hasil penelitian didapatkan kategori normal hampir seluruhnya responden usia 18-25 tahun sebanyak 92 mahasiswa (92%). Menurut Stuart dan Laraia (2010) dimana pada tingkat usia yang semakin tinggi tingkat stress akademik cenderung semakin rendah. Menurut peneliti bahwa semakin bertambahnya usia seseorang, maka kemampuan seseorang dalam hal pengelolaan stress makin baik, sehingga stres akademik pada usia yang semakin meningkat semakin rendah dengan karakteristik stressor yang sama.

Dari hasil penelitian didapatkan kategori ringan sebagian kecil sebanyak 14 mahasiswa (14%). Ditandai dengan mahasiswa sering lupa



ketika diberi tugas oleh dosen pengajar, dan ketiduran pada saat kuliah sedang berlangsung. Menurut Potter 2010 pada tingkat stress ringan adalah stress yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stress ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, dikritik. Stress ringan sering terjadi dikehidupan sehari-hari dan kondisi dapat membantu individu menjadi waspada. Menurut peneliti ada beberapa mahasiswa yang menderita stress ringan, dengan gejala-gejala seperti yang dijelaskan diatas. Sehingga mereka biasanya membuat alternatif dengan mencatat jika ada hal hal penting agar tidak lupa, mengatur pola tidur agar kerja otak lebih maksimal.

Dari hasil penelitian didapatkan kategori sedang sebagian kecil sebanyak 12 mahasiswa (12%). Ditandai dengan mahasiswa tidak fokus pada saat dosen mengajar. Menurut Suzane dan brenda 2008 fase ini ditandai dengan kewaspadaan, fokus pada indera penglihatan dan pendengaran, peningkatan ketegangan dalam batas toleransi dan tidak mampu mengatasi situasi yang dapat mempengaruhi dirinya. Menurut peneliti ada beberapa mahasiswa yang menderita stres sedang. Cara mengelola stres yang berbeda beda ada yang sarapan pagi agar lebih fokus pada saat kuliah berlangsung, ada yang menyendiri agar merasa lebih tenang ketika ingin mengendalikan situasi, ada juga yang curhat untuk meringankan sedikit masalah yang dirasa berat.

Dari hasil penelitian didapatkan kategori normal hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 89 mahasiswa (89%). Menurut Pestenjoe (2010) pada umumnya perempuan lebih

mengutamakan perasaan dari pada logika dalam menghadapi suatu permasalahan. Perempuan lebih rentan terhadap stres dibandingkan laki-laki. Menurut peneliti perempuan lebih peka dengan emosinya, yang akhirnya akan mempengaruhi perasaannya.

Dari hasil penelitian didapatkan mahasiswa menjalani kuliah via daring dari semester 3 pada bulan april 2020. Sedangkan penelitian dilakukan pada bulan juni 2021. Mahasiswa sudah bisa melakukan adaptasi pada kuliah via daring karena sudah lama menjalani kuliah via daring. Menurut Drever (2010) adaptasi adalah suatu kepekaan organisme terhadap suatu kondisi atau keadaan, baik yang dikerjakan atau dipelajari. Menurut Howard (2010) adaptasi yaitu suatu proses oleh suatu populasi atau individu terhadap kondisi lingkungan yang berakibat populasi atau individu tersebut survive (bertahan) atau tersingkir. Menurut peneliti mahasiswa mulai beradaptasi dengan perkuliahan daring saat ini, dengan cara meningkatkan jaringan seperti memasang wifi dan berdiskusi dengan teman melalui zoom untuk mempelajari teori yang diberikan oleh dosen.

Berdasarkan gejala yang ditimbulkan akibat stress akademik kategori stress parah dan stress sangat parah yaitu gejala fisik didapatkan hasil responden merasa dirinya telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas. Kemudian untuk gejala emosi atau psikologis didapatkan hasil responden mengalami mudah sekali marah karena hal-hal sepele. Cenderung bereaksi berlebih terhadap suatu situasi. Responden menemukan dirinya mudah merasa kesal, merasa dirinya mudah tersinggung. Responden menemukan dirinya mudah gelisah. Menurut



Hernawati 2006 dan Inayatillah 2015 yaitu individu yang mengalami stress akan menunjukkan gejala emosi dan fisik, dijelaskan sebagai berikut mahasiswa yang mengalami stress akademik secara fisik ditandai dengan pusing, sakit kepala, sakit punggung, lelah atau kehilangan energy untuk belajar. Menurut peneliti pada gejala yang timbul akibat stress akademik pada mahasiswa diharapkan mahasiswa tidak merasa cemas pada saat kuliah daring, sehingga mahasiswa tidak mengalami stress secara fisik, emosi dan psikologis.

Berdasarkan gejala yang ditimbulkan akibat stress akademik kategori stress parah dan kategori stress sangat parah yaitu gejala perilaku didapatkan hasil responden mengalami sulit untuk bersantai dengan adanya kuliah daring. Responden merasa dirinya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan, misalnya menunggu sesuatu. Kemudian merasa sulit untuk beristirahat. Responden merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuatnya kesal. Responden merasa tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalanginya untuk menyelesaikan hal yang sedang dilakukan. Menurut Simbolon 2015 dan Fahmi 2011 gejala stress terdiri atas gejala fisik, emosi, dan ditambah dengan perilaku. Gejala perilaku seperti menyalahkan orang lain, melamun, berbicara bernada tinggi. Menurut peneliti mahasiswa mengalami tingkat stress yang tinggi karena banyak beban yang harus mereka tanggung dalam melaksanakan kuliah daring.

Berdasarkan faktor kuliah daring didapatkan hasil responden dengan tingkat stress akademik kategori stress parah dan kategori sangat parah

didapatkan hasil responden mengalami kendala dalam menjalani kuliah via daring yaitu pada jaringan, jaringan banyak yang tidak stabil sinyal pada saat daring tiba tiba menghilang, kemudian kondisi rumah tidak mendukung, seperti pada saat dilaksanakan kuliah daring tetangga sekitar rame dengan kegiatan masing-masing. Kemudian pemahaman materi lebih sulit yang diberikan dosen dengan asumsi dosen terlalu cepat dalam menjelaskan materi dan juga materi paparan presentasi yang kurang jelas, terkadang pada saat dosen menjelaskan materi pembelajaran responden kurang memperhatikan dengan alasan diwaktu itu sedang melakukan kegiatan yang lainnya. Menurut Hutaeruk A dan Sidabutar K (2020) kendala yang di alami selama kuliah via daring berlangsung yaitu lambatnya jaringan internet, seringnya listrik padam berjam-jam dimana mengikuti perkuliahan daring, sehingga mengganggu proses pembelajaran yang sedang berlangsung. Menurut peneliti dengan kendala jaringan yang biasanya kurang stabil dapat mengurangi keefisian pembelajaran daring dan untuk memahami materi yang disampaikan dosen melalui zoom biasanya mahasiswa membaca ulang tentang materi

Berdasarkan penyebab stress akademik didapatkan hasil responden dengan kategori keseluruhan bahwa responden mengalami peningkatan dan penurunan nilai setelah pembelajaran daring, dan banyaknya tugas kuliah via daring yang harus dikumpulkan sesuai deadline yang ditentukan, mahasiswa merasa dirinya ditekan dengan tugas kuliah dimana makin hari tugas semakin banyak dan deadline yang mepet. Kondisi pada saat kuliah via daring berlangsung yaitu suasana kelas tidak

kondusif, banyak mahasiswa yang tidak memperhatikan penjelasan dari dosen, kemudian seringnya mematikan mikrofon pada saat on mikrofon sehingga mengganggu konsentrasi mahasiswa yang lainnya. Timbulnya rasa kurang percaya diri pada saat akan melaksanakan post test dan pre test pada saat sebelum dan sesudah melaksanakan pembelajaran kuliah via daring. Menurut Barseli (2017) *Academic Stressor* merupakan yaitu penyebab stress yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai untuk presentasi dan cemas dalam menghadapi ujian. Menurut peneliti pembelajaran kuliah via daring kurang optimal sehingga mahasiswa mengalami penurunan pada nilai.





