

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep *Prolonged Stress*

##### 2.1.1 Definisi

*Burnout* merupakan kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh dengan tuntutan emosional (Alimah& Swasti, 2016). Menurut Pines dan Aronson dalam Nursalam (2015) *burnout* merupakan kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh dengan tuntutan emosional.

##### 2.1.2 Faktor yang mempengaruhi

Leiter dan Maslach dalam Nursalam (2015) membagi beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *burnout* antara lain:

1. *work overload* dimana individu terlalu banyak melakukan pekerjaan dengan waktu yang sedikit
2. *lack of work control* yaitu aturan yang terkadang membuat individu memiliki batasan dalam berinovasi.
3. *rewarded for work* dimana kurangnya apresiasi dari lingkungan perkuliahan.
4. *breakdown in community* dimana individu yang kurang memiliki rasa *belongingness* terhadap lingkungan kuliahnya
5. *treated fairly* yaitu perasaan diperlakukan tidak adil.
6. *Dealing with conflict values* yaitu individu melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan nilainya.

Sedangkan menurut Menurut Patel (2014) dalam Alimah& Swasti (2016) *burnout* dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu :

1. faktor demografik (umur, lama bekerja, status dalam organisasi)
2. faktor personal (stress kerja, beban kerja, status pernikahan dan tipe kepribadian) dan
3. faktor organisasi (kondisi kerja dan dukungan sosial)

##### 2.1.3 Dampak

*Burnout* dapat memberikan dampak negatif tidak hanya bagi individu yang mengalaminya, tetapi juga bagi institusi. Dampak yang ditimbulkan tergantung

pada tahap *burnout* yang dialami individu. Menurut Goliszek dalam Lamria (2009) dalam Alimah& Swasti (2016) *burnout* dapat diklasifikasikan menjadi empat tahap. Tahap pertama adalah idealisme dan harapan yang tinggi. Tahap kedua adalah pesimis dan ketidakpuasan kerja dini. Tahap ketiga, mundur dan mengisolasi diri. Tahap keempat, tidak dapat berbalik dan kehilangan minat. Berdasarkan hasil penelitian Jennings (2009) dalam Alimah& Swasti (2016) mahasiswa medis yang mengalami *burnout* lebih cenderung berpotensi dua hingga tiga kali lipat memiliki keinginan untuk bunuh diri dibandingkan mahasiswa lain yang tidak mengalami *burnout*. Selain itu, hasil penelitian Gerber, *et al* (2013) bahwa siswa yang *burnout* mengalami gejala depresi, penurunan skor kepuasan hidup, dan kualitas tidur berkurang.

## **2.2 Konsep Pembelajaran Daring**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah memberikan pengaruh dalam dunia pendidikan di Indonesia khususnya dalam proses pembelajaran. Salah satu indikasi dari fenomena ini adalah adanya pergeseran dalam proses pembelajaran dimana interaksi antara pendidik dan peserta didik tidak hanya dilakukan melalui hubungan tatap muka tetapi juga dilakukan dengan media-media komunikasi seperti komputer, internet, dan sebagainya (Anhusadar, 2020).

### **2.2.1 Definisi**

Menurut Ade Kusuma kuliah *online* merupakan proses pembelajaran yang memanfaatkan teknologi informasi, dalam hal ini memanfaatkan internet sebagai metode penyampaian, interaksi dan fasilitasi. Didalamnya terdapat dukungan layanan belajar yang dapat dimanfaatkan oleh peserta belajar. Selain itu juga tersedia rancangan sistem pembelajaran yang dapat dipelajari dan diketahui oleh tiap peserta belajar (Saputro, Somantri, & Nugroho, 2017). Menurut Akkoyunlu dan Soylu dalam Anhusadar (2020) model pembelajaran *online* juga bisa juga model *Blended Learning* merupakan sebuah pendekatan pembelajaran yang memadukan kelebihan pada pembelajaran tatap muka dan *e-learning*. Dalam pembelajaran tatap muka, peserta didik bisa bertemu langsung dengan pendidik. Oleh karena itu, interaksi sosial bisa tetap terjadi di dalam kelas dimana peserta didik memang masih perlu panduan dalam pembelajaran. Peserta didik bisa

berinteraksi dengan pendidik maupun teman mereka sehingga peserta didik akan secara langsung memperoleh *feedback* dari hasil pembelajaran

### 2.2.2 SOP Daring

Menindaklanjuti surat edaran tersebut, Rektor ITS RS DR Soepraoen Malang mengeluarkan surat edaran terkait dengan proses perkuliahan di masa pandemic covid 19. Edaran Rektor tentang : Tindak Lanjut Kebijakan Pencegahan Penyebaran Covid-19 di Lingkungan ITS Nomor : 135/II/2020 dilaksanakan secara *online* sebagai berikut:

1. Perkuliahan berlangsung dengan menggunakan Sistem Perkuliahan *Online* (SPO)
2. SPO dilakukan dengan memanfaatkan aplikasi *Zoom, Google Classroom, E-Learning, Facebook, Whats App, Hangout*, dll dengan menghindari adanya kontak fisik langsung antara dosen dan mahasiswa atau antara mahasiswa dan mahasiswa
3. SPO dapat dilakukan dengan cara memberikan tugas mandiri atau terstruktur kepada mahasiswa yang diinformasikan secara *online*.
4. Tugas individu dapat berupa pembuatan makalah, *power point*, desain, hafalan, atau membuat jawaban atas beberapa pertanyaan yang diajukan dosen tentang bahasan mata kuliah, dan bila memungkinkan dikaitkan dengan Covid-19 yang dapat dikaji dalam berbagai perspektif
5. Metode pembelajaran dilakukan melalui seminar, diskusi, dan tanya jawab atau metode lainnya secara *online*
6. Tugas yang diberikan hendaknya ditentukan batas waktu penyelesaiannya, sehingga dapat dilanjutkan dengan tugas-tugas berikutnya dengan memakai prinsip simpel, efektif dan efisien serta tidak terlalu membebani mahasiswa
7. Absensi mahasiswa dalam pembelajaran SPO dilakukan dengan melihat kehadiran mahasiswa melalui aplikasi; atau dengan cara melihat tugas-tugas yang dikumpulkan secara *online* atau dengan memberikan afirmasi sebagai bentuk pertimbangan lain menyikapi situasi yang terjadi
8. Sekali penugasan terhadap mahasiswa dapat diekuivalensikan dengan beberapa kali pertemuan, tergantung pada beban materi yang diberikan

9. Evaluasi terhadap proses perkuliahan yang menggunakan SPO dapat dilakukan dengan menilai keaktifan dalam diskusi, argumentasi yang dibangun mahasiswa, alur pikir dalam makalah, bobot pesan yang disampaikan dalam *power point*, dll.

10. Mata kuliah yang belum memiliki *Whatsapp group*, segera langsung menyampaikan kepada Ketua Tingkatnya untuk membuat *Whatsapp group* sebagai media berkomunikasi (ITSK RS DR Soepraoen, 2020).

### **2.3 Penelitian Sebelumnya**

Kurikulum di jurusan keperawatan menerapkan berbagai metode pengajaran diantaranya untuk pengembangan kognitif dilaksanakan SGD, kuliah interaktif (*lecture*), *SDL*, *PBL*, Diskusi Panel Narasumber (DPN), *CL*, *Debate Session(DS)*, *DL*, *CD* interaktif, portofolio, diskusi film, *refferat journals*, dan karya tulis ilmiah atau skripsi. Pengembangan *skills* dilaksanakan praktikum laboratorium, *role play* atau simulasi, pembuatan poster dan film, praktek lapangan, dan *skill lab*. Adapun untuk pengembangan *attitude* atau afektif dilaksanakan tahap pengumpulan informasi bahwa mahasiswa diharapkan secara aktif mampu mencari dan menyerap semua informasi pembelajaran dari berbagai sumber yang ada disekitarnya. Selain itu tahap analisis dan pemantapan, serta tahap umpan balik dan evaluasi. Selain itu, terdapat juga kegiatan di luar perkuliahan untuk mengasah *soft skill* yaitu dengan mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Banyaknya metode dan rutinitas kehidupan yang dilakukan saat di kampus membuat mahasiswa berisiko mengalami *burnout* (Alimah& Swasti, 2016).

## 2.4 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah hubungan-hubungan antara konsep yang satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang diteliti sesuai apa yang telah diuraikan pada tinjauan pustaka (Nursalam, 2015). Dalam penelitian ini kerangka konsepnya adalah sebagai berikut:

