

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019, dunia dikejutkan dengan munculnya virus baru, yakni SARSCoV-2 yang menyebabkan COVID-19, yaitu penyakit pernapasan akut dengan masa inkubasi singkat dan juga memiliki penularan yang cepat. Berbagai upaya dilakukan untuk mencegah dan menekan angka kesakitan serta kematian yang disebabkan COVID-19. Di Indonesia, pemerintah menetapkan kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) dan juga anjuran untuk melakukan *physical distancing*, yaitu memberi jarak dengan orang lain minimal satu meter selama kurang dari 15 menit untuk melindungi diri dari penyakit COVID-19 yang ditularkan melalui *droplet*.¹

Anjuran penerapan *physical distancing* dan PSBB pun menimbulkan beberapa dampak, seperti ditutupnya berbagai fasilitas umum. Hal ini membuat pekerja harus menerapkan *work from home (wfh)* dan pelajar/mahasiswa mengikuti kegiatan belajar mengajar jarak jauh (PJJ) dengan metode *e-learning*. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba ini, dapat berdampak pada kesehatan pekerja, pelajar dan mahasiswa, baik secara fisik maupun mental. Dampak kesehatan yang dapat terjadi karena ada perubahan metode pembelajaran langsung menjadi PJJ adalah stres. Kondisi ketika seseorang merasa begitu tertekan yang mungkin terjadi akibat beban kerja berat atau berlebihan.²

¹ Zhou W. The Coronavirus Prevention Handbook 101 Science Based-Tips That Could Save Your Life. China: Guangzhou Medical University; 2020.

² New Zealand Ministry of Health. COVID-19: Guidelines for Hospitality Establishment on Physical Distancing and Gathering Six Limits. New Zealand: Ministry of Health New Zealand; 2020.

World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menyebutkan bahwa hampir 264 juta penduduk dunia mengalami stres dan atau depresi. Kemudian, di Indonesia terdapat 6,1% penduduk berusia >15 tahun yang mengalami depresi, sekitar 10 juta penduduk Indonesia berusia >15 tahun yang mengalami depresi.³

Pandemi Covid-19 menyebabkan semua aktifitas pembelajaran berubah menjadi daring (dalam jaringan) atau lebih dikenal dengan istilah belajar online melalui *Smartphone*. Perubahan sistem pembelajaran dari tatap muka menjadi sistem daring (dalam jaringan) menyebabkan mahasiswa menjadi stress. Saat ini, pandemi Covid-19 menjadi salah satu krisis kesehatan utama bagi setiap individu dari semua bangsa, benua, ras, dan kelompok sosial ekonomi. Kondisi Kesehatan masyarakat terkait penularan Covid-19 dibagi menjadi enam kelompok yaitu orang sehat (OS), orang tanpa gejala (OTG), orang dalam pemantauan (ODP), pasien dalam pengawasan (PDP), orang yang positif Covid-19.⁴ Penularan Covid-19 dari satu individu ke individu yang lain telah ditunjukkan dengan gejala demam, sakit tenggorokan, batuk, sesak nafas, dan ada beberapa individu yang positif terkena Covid-19 tanpa gejala. Penatalaksanaan Covid-19 saat ini bersifat suportif, dan kegagalan pernafasan menjadi penyebab utama mortalitas. Respons yang diperlukan, seperti isolasi sosial, anjuran untuk tetap berada di rumah, karantina seluruh masyarakat, dan penutupan instansi pendidikan telah mengubah kehidupan sehari-hari secara tiba-tiba. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya

³ Gaol, Lumban. Teori Stres : Stimulus, Respons, dan Transaksional. Buletin Psikologi, serial on the Internet. Juni 2016. Di akses 25 Juni 2021. h. 1-11. Dari : <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi-/article/view/11224/pdf>.

⁴ Livana PH, Mohammad Fatkhul Mubin, Yazid Basthomi, "TUGAS PEMBELAJARAN" PENYEBAB STRES MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19". Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, Vol. 3 No. 2, Mei 2020, hal. 203-204.

paling banyak di institusi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemi Covid-19, dimana sistem pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka baik di lingkungan kampus atau pun lahan praktek berubah menjadi daring.

Sebagian besar kampus-kampus yang ada di Indonesia tentu saja melakukan perubahan dalam segi pembelajarannya, yang mana pada awalnya perkuliahan normal dengan tatap muka menjadi pembelajaran jarak jauh via media sosial ataupun aplikasi belajar. Hal tersebut pun juga terjadi di kampus Institut Agama Islam Tribakti Kediri, tempat dimana peneliti melakukan penelitian terkait tingkat stress mahasiswa terhadap pembelajaran online yang terkesan lebih rumit dan sulit karena berbagai macam problem, semisal tugas yang banyak dari setiap mata kuliah dan bertabrakan dengan mata kuliah lain, ataupun keterbatasan akses internet dan jaringan yang sulit, mengingat tidak semua mahasiswa yang berkuliah di kampus tribakti adalah orang-orang yang tinggal di kota, ada juga yang dari desa dan kabupaten. Selain itu terkait fasilitas dari pihak kampus juga tidak memberikan fasilitas berupa paket kuota untuk mahasiswanya, jadi perkuliahan online hanya bisa diikuti oleh orang yang punya biaya untuk membeli kuota dan memiliki akses internet sendiri.

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun kampus perguruan tinggi menggunakan metoda daring atau online sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran Coronavirus disease (Covid-19). Pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi virus corona. Namun implementasi

tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital.

Banyak sekolah yang menerapkan metode pemberian tugas secara daring bagi para siswa. Penugasan itu dilakukan melalui berbagai media sosial yang tersedia, terutama whatsapp grup. Dalam kondisi darurat karena adanya virus corona seperti sekarang, bentuk penugasan yang dipandang efektif dalam pembelajaran jarak jauh. Konsekuensinya, pengenalan konsep mengenai suatu pelajaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak bisa berjalan dengan baik. Dalam pembelajaran tatap muka, akan ada penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya terlebih dahulu. Kemudian pembelajaran berlanjut sampai pemahaman dan pengembangannya. Tahapan-tahapan tersebut dinilai tidak berjalan dengan baik dalam situasi darurat seperti sekarang.⁵

Tentunya hal tersebut dapat menimbulkan kecemasan dan rasa stress pada pelajar khususnya mahasiswa. Sumber stres akademik yaitu meliputi : situasi yang monoton, kebisingan, tugas yang terlalu banyak, harapan yang mengada-ngada, ketidakjelasan, kurang adanya kontrol, keadaan bahaya dan kritis, tidak dihargai, diacuhkan, kehilangan kesempatan, aturan yang membingungkan, tuntutan yang saling bertentangan, dan deadline tugas perkuliahan. Pada tingkat stres yang sedang sampai dengan berat dapat menghambat pembelajaran. Peningkatan jumlah stres

⁵ Uswatun Hasanah, dkk. "GAMBARAN PSIKOLOGIS MAHASISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN SELAMA PANDEMI COVID-19". Jurnal Keperawatan Jiwa. Vol. 8 No. 3, Agustus 2020, Hal. 300.

akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi mahasiswa.⁶

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, fokus kajian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan *mobile learning/daring* selama masa pandemi terhadap tingkat stress mahasiswa di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri ?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara pembelajaran *mobile learning/daring* dengan tingkat stress mahasiswa pada masa pandemi di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri.

D. Kegunaan Penelitian

Manfaat teoritis dari penelitian ini yang diharapkan adalah dapat memberikan manfaat secara teoritis, sekurang-kurangnya dapat berguna sebagai sumbangan pemikiran bagi dunia psikologi.

⁶ Uswatun Hasanah, "Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19".

Manfaat praktisi dari penelitian ini adalah menambah wawasan penulis mengenai wacana nilai pendidikan khususnya pendidikan psikologi, untuk selanjutnya bisa dijadikan sebagai acuan dalam berperilaku terlebih lagi dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya dan sebagai referensi dari penelitian yang sejenis.

E. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan hipotesis yang akan diuji kebenarannya pada judul ini yaitu: “Dampak *Mobile Learning* Selama Masa Perkuliahan Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa” (Studi Kasus di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri).

Ha: Adanya hubungan antara *mobile learning*/daring selama masa perkuliahan terhadap dengan tingkat stres mahasiswa (Studi Kasus di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri).

Ho: Tidak adanya hubungan antara *mobile learning*/daring selama masa perkuliahan terhadap dengan tingkat stres mahasiswa (Studi Kasus di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri).

F. Definisi Oprasional

Agar penelitian ini mengarah pada fokus penelitian. Maka, penulis merasa perlu mendefinisikan istilah-istilah yang akan dioperasikan dalam penelitian kali ini, sebagai berikut :

1. Mobile Learning

Mobile Learning merupakan model pembelajaran yang memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Pada konsep pembelajaran tersebut *Mobile Learning* membawa manfaat ketersediaan materi ajar yang dapat diakses setiap saat dan visualisasi materi yang menarik. Hal penting yang perlu diperhatikan bahwa tidak setiap materi pengajaran cocok memanfaatkan *Mobile Learning*.

Mobile learning atau *m-learning* sering didefinisikan sebagai e-learning melalui perangkat komputasi mobile. *Mobile Learning* juga merupakan penyampaian bahan pembelajaran elektronik pada alat komputasi mobile agar dapat diakses dari mana saja dan kapan saja. Pada umumnya, perangkat mobile berupa telepon seluler digital dan PDA. Namun, secara lebih umum dapat didefinisikan sebagai perangkat apapun yang berukuran cukup kecil, dapat bekerja sendiri, dapat dibawa setiap waktu dalam kehidupan sehari-hari, dan yang dapat digunakan untuk beberapa bentuk pembelajaran. Perangkat kecil ini dapat dilihat sebagai alat untuk mengakses konten, baik disimpan secara *local* pada *device* maupun dapat dijangkau melalui interkoneksi. Perangkat ini juga dapat menjadi alat untuk berinteraksi dengan orang lain, baik melalui suara, maupun saling bertukar pesan tertulis, gambar diam dan gambar bergerak. Dengan *Mobile Learning* pembelajaran mata kuliah sistem operasi menjadi lebih efektif, interaktif, dan edukatif.⁷

2. Stres

⁷ Tri Listyorini, Anteng Widodo. "Perancangan Mobile Learning Mata Kuliah Sistem Operasi Berbasis Android". Jurnal SIMETRIS, Vol 3. No 1. April 2013. Hal. 25.

Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. Menurut Charles D. Spielberger, menyebutkan stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.

Cofor & Appley (1964) menyatakan bahwa stres adalah kondisi organik seseorang pada saat ia menyadari bahwa keberadaan atau integritas diri dalam keadaan bahaya, dan ia harus meningkatkan seluruh energy untuk melindungi diri. Cranwell-Ward (1987) menyebutkan stres sebagai reaksi-reaksi fisiologik dan psikologik yang terjadi jika orang mempersepsi suatu ketidakseimbangan antara tingkat tuntutan yang dibebankan kepadanya dan kemampuannya untuk memenuhi tuntutan itu.⁸

G. Penelitian Terdahulu

Penulis menyadari bahwa secara substansi penelitian ini bukan hal yang baru, dalam dunia akademik telah banyak karya-karya seperti ini, penulis pun menyadari bahwa apa yang akan diteliti ini ada kemiripan dengan yang telah ditulis sebelumnya, kajian pustaka terhadap karya terdahulu dimaksudkan sebagai bahan pertimbangan guna membantu pembahasan penelitian di lapangan. Diantara kajian pustaka yang mencakup tentang Perkuliahan Online dan Stress adalah :

⁸ Musradinur, "Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi". Jurnal Edukasi. Vol. 2 No. 2, Juli 2016, Hal. 184-187.

1. Riazul Jannah, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh tahun 2021 tentang “Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19”. Metode penelitian yang akan digunakan pada artikel ini adalah Literature Review. Hasilnya bahwa pembelajaran daring yang diikuti oleh mahasiswa cukup memicu stress pada mahasiswa, seperti hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti yang sudah dijabarkan secara rinci. Stres yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh faktor eksternal seperti kurang efektif saat penyampaian materi, dan lingkungan rumah yang tidak kondusif untuk melakukan proses pembelajaran seperti berisik dll. Dari hasil literature review ini diharapkan dapat menjelaskan gambaran stress yang dialami oleh mahasiswa yang pada masa pandemi ini melakukan pembelajaran melalui daring, dan juga dapat menjadi acuan literature untuk peneliti yang akan melakukan penelitian serupa. Sedangkan perbedaan antara penelitian diatas dengan apa yang peneliti riset adalah jumlah dari respondennya, penelitian diatas memiliki populasi yang lebih banyak dari populasi penelitian ini karena peneliti hanya mengambil populasi dari fakultas bukan dari seluruh kampus.
2. Ahmad Fauzi, Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru Kalimantan Selatan tahun 2020 tentang “Tingkat Stress Mahasiswa Dengan Tugas Yang Diberikan Pada Masa Pandemi Covid-19”. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian kali ini adalah dengan menggunakan kajian literatur dengan mengambil atau mengutip dari artikel, jurnal, ataupun buku yang dibuat atau dihasilkan oleh Prof. Ersis Warmansyah Abbas serta beberapa dari dosen

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. Hasilnya dari penelitian ini dapat diketahui bahwa kondisi disaat pandemi seperti ini merubah keadaan segala aspek kehidupan, tak terkecuali pendidikan. Salah satunya adalah perkuliahan, baik mahasiswa ataupun dosen pasti merasakan hal yang sangat berbeda yang belum pernah dirasakan dan dilakukan sebelumnya. Mahasiswa yang sering dihadapkan dengan tugas-tugas yang diberikan ketika pandemi ini, pastinya mengalami sedikit atau banyak guncangan psikologis. Kemudian perbedaan penelitian ini dengan riset yang peneliti lakukan adalah terletak pada metode penelitiannya yang menggunakan kajian literatur, sedangkan yang peneliti gunakan dalam riset dan pengumpulan data menggunakan tektik angket.

3. Rira Kartika, Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru Kalimantan Selatan tahun 2020 tentang “Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres Pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19”. Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah metode kajian literatur. Sumber literatur terdiri dari artikel, buku elektornik, jurnal, dan makalah. Kriteria inklusi pencarian sumber literatur adalah bersumber dari tulisan para dosen pengajar di program studi psikologi fakultas kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dan sumber lainnya yang berhubungan dengan psikologis, stres, dan Covid-19. Hasilnya Penyebab munculnya gejala stres pada mahasiswa akibat dampak pembelajaran jarak jauh di masa pandemic covid-19 yaitu tugas perkuliahan, lingkungan belajar, kebisingan, keterbatasan pemahaman terkait materi yang didapat, tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi

termasuk teman perkuliahan, jaringan internet yang terkendala, sulitnya pengerjaan tugas kelompok, tidak bisa melakukan hobi seperti biasa, pekerjaan rumah yang menumpuk, kuota internet yang boros, sulit mengkoordinir tugas kelompok, tidak ada ketetapan jadwal perkuliahan, tidak bisa melakukan hobi seperti biasa, pekerjaan rumah yang menumpuk, perubahan hubungan keluarga, tidak bisa beradaptasi, serta kejenuhan yang dialami saat pembelajaran jarak jauh. Perbedaan penelitian ini dengan hasil riset peneliti adalah terletak pada judulnya yaitu Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres Pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19 sedangkan judul peneliti adalah Hubungan Antara *Mobile learning* Selama Masa Pandemi Dengan Tingkat Stres Mahasiswa, sangat jelas perbedaannya berupa faktor munculnya gejala stres dengan hubungan antara *mobile learning* dengan tingkat stres.

4. Funsu Andiarna dan Estri Kusumawati, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya tahun 2021 tentang “Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19”. Metode yang digunakan dalam penulisan ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional.. Hasilnya Pembelajaran daring selama pandemi covid-19 memberikan pengaruh terhadap stres akademik mahasiswa. Stres akademik terjadi karena perubahan proses pembelajaran tatap muka ke pembelajaran secara daring secara cepat dimana mahasiswa berperan penting dalam kemajuan akademiknya sendiri. Perbedaan penelitian ini dengan riset

yang peneliti lakukan adalah terletak pada fokus kajiannya yang berupa pengaruh, sedangkan riset yang peneliti lakukan berfokus pada hubungan saja.

5. Yadi Jatira dan Neviyarni S, Universitas Negeri Padang Indonesia tahun 2021 tentang “Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19”. Metode yang digunakan dalam penulisan ini menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan apa adanya. Hasilnya Pembiasaan Belajar daring dapat dilaksanakan dimasa pandemi jika semua faktor-faktor pendukung selama belajar virtual dapat diatasi dengan baik. Pembiasaan Belajar Daring dimaksud adalah dimana supaya peserta didik dapat memahami pembelajaran yang diberikan oleh guru sebagaimana dengan pembiasaan belajar di sekolah, meskipun hari ini peserta didik belajar secara virtual diharapkan guru tetap melaksanakan tugas-tugas pembelajaran atau pembiasaan yang sama seperti yang dilakukan disekolah, namun fakta dilapangan menunjukan bahwa saat ini belajar secara daring ini gagal dalam melaksanakan pembiasaan belajar yang positif seperti pembelajaran yang dilakukan di sekolah, hal ini disebabkan oleh pemberian tugas yang selalu berlebihan, metode guru mengajar selalu monoton, sehingga menyebabkan stress terhadap anak. Perbedaan penelitian ini dengan hasil riset peneliti adalah terletak pada respondennya, dalam penelitian ini respondennya adalah anak pelajar sedangkan responden dari riset peneliti adalah mahasiswa fakultas dakwah IAI Tribakti Lirboyo Kediri.

H. Sistematika penulisan

Untuk memudahkan dalam memahami keseluruhan isi skripsi ini, maka sistematika penulisan akan disusun sebagai berikut :

BAB I : Merupakan Pendahuluan, terdiri dari latar belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Hipotesis, Definisi Operasional, Penelitian Terdahulu Dan Sistematika Penulisan.

BAB II : Bab ini menguraikan tentang kajian pustaka, yang menyajikan tentang Dampak Mobile Learning Selama Masa Perkuliahan Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa (Studi Kasus di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti Kediri)

BAB III : Bab ini menguraikan Metode penelitian, Jenis dan pendekatan penelitian, Kehadiran Peneliti, Sumber Data, Prosedur Pengumpulan Data, Teknik Analisa Data, Pengecekan Keabsahan Data, Tahap-Tahap Penelitian.

BAB IV : Menjelaskan tentang paparan data, temuan penelitian, dan pembahasan.

BAB V : Penutup. Dalam bab ini terdiri dari, kesimpulan dan saran-saran.