

## Analisis Tingkat Stres Mahasiswa dengan Kuliah Daring di Masa Pandemi Covid-19

Erviana<sup>1</sup>, Jusman<sup>2</sup>, Indrawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sulawesi Barat, Sulawesi Barat, Indonesia  
erviana@unsulbar.ac.id

**Abstract:** *The Corona virus pandemic or Covid-19, is the main priority cause of current health problems for all individuals, groups, nations and countries. The impact of corona or Covid-19 has greatly affected all sectors, especially the education sector in universities. The impact of Covid has forced the government to issue policies regarding the implementation of lectures which are usually conducted face-to-face and become brave (online). The purpose of this research is to determine the description of students' stress levels during brave lectures. Method: This research uses quantitative descriptive methods. The population of this study were Nursing study program students class of 2019, Faculty of Health Sciences, University of West Sulawesi (UNSULBAR). Results: In this study, it was found that the majority of students experienced mild stress (42.3%), normal stress (25.4%), moderate stress (23.9%), severe stress (7%), and very severe stress (1, 4%). Conclusion, this research shows that the majority of Class of 2019 students of the Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, University of West Sulawesi (UNSULBAR) experienced mild stress in the dare learning system in the era of the COVID-19 pandemic.*

**Keywords:** *Corona virus disease 2019 (COVID-19), stress level, students*

**Abstrak:** Pandemi virus Corona atau Covid-19, merupakan prioritas utama penyebab masalah kesehatan saat ini bagi semua kalangan individu, kelompok, bangsa dan negara. Dampak corona atau Covid-19 ini sangat berpengaruh terhadap seluruh sektor terutama pada sektor pendidikan di perguruan tinggi. Dampak Covid memaksa pemerintah untuk mengeluarkan kebijakan terkait dengan pelaksanaan perkuliahan yang biasanya dilakukan secara tatap muka beralih menjadi daring (Dalam jaringan). Tujuan, tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran tingkat stress mahasiswa selama perkuliahan daring. Metode, penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini ialah mahasiswa prodi Keperawatan angkatan 2019 Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Sulawesi Barat (UNSULBAR). Hasil Pada penelitian ini, didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres ringan (42,3%), stress normal (25,4%) stress sedang (23,9%) stress berat (7%), dan stres sangat berat (1,4%). Kesimpulan, Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Angkatan 2019 Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat (UNSULBAR) mengalami stres ringan dalam sistem pembelajaran daring pada era pandemi COVID-19.

**Kata kunci:** Coronavirus disease 2019 (COVID-19), tingkat stres, mahasiswa

### Pendahuluan

Pandemi virus Corona atau Covid-19, merupakan prioritas utama penyebab masalah kesehatan saat ini bagi semua kalangan individu, kelompok, bangsa dan negara. Terkait penularan covid-19 ini, terdapat enam pembagian kondisi kesehatan yaitu, orang sehat, orang tanpa gejala, orang dalam pemantauan, pasien dalam pengawasan, orang yang positif Covid-19. COVID-19 (Corona Virus Disease 2019), pertama kali muncul di china pada akhir Desember 2019. Virus covid 19 menular dengan sangat cepat dan telah banyak menular ke banyak Negara di dunia, termasuk Indonesia, hanya dalam waktu beberapa bulan. Sehingga inilah yang membuat beberapa negara menerapkan peraturan-peraturan untuk memberlakukan lockdown

atau berdiam diri di rumah selama wabah berlangsung dalam upaya mencegah penyebaran virus Corona.(Jannah, 2021)

Dilansir dari (Purnamasari & Raharyani, 2020) COVID-19 pertama kali terkonfirmasi di Indonesia 2 Februari 2020, dengan total dua kasus. Angka kematian terus meningkat pada Mei 2020, dan di barengi jumlah kesembuhan yang juga meningkat. Untuk kasus COVID-19 secara menyeluruh, sekitar 4.170.424.kasus. dengan 287.399 kematian. Di Indonesia, penambahan jumlah kasus terkonfirmasi terus meningkat, dimana pada Bulan Mei masih berada pada angka 10.551 kasus dengan 800 orang meninggal dunia, akan tetapi hingga 16 Juni 2020 kasus bertambah cukup signifikan menjadi berjumlah 40.400 kasus dengan jumlah kematian sebanyak 2231 kematian.(Purnamasari & Raharyani, 2020)

Berdasarkan data yang berhasil di lansir dari (Pemerintah Provinsi Sulawesi Barat, 2020) yang terakhir di perbarui pada tanggal 20 Maret 2020 terdapat 5366 kasus positif covid,15 dirawat, 115 isolasi mandiri, 5123 dinyatakan sembuh, dan 113 dinyatakan meninggal dunia. Dengan mewabahnya virus corona (covid-19) ini, maka banyak aktivitas di seluruh Negara yang tidak berjalan efektif seperti biasa. Dampak corona atau Covid-19 ini sangat berpengaruh terhadap seluruh sektor terutama pada sektor pendidikan di perguruan tinggi.

Kementrian pendidikan dan kebudayaan (Kemendikbud) No. 36962/mpk.a/hk/2020 mengatakan agar setiap proses belajar mengajar disekolah maupun kampus pada setiap perguruan tinggi melaksanakan proses perkuliahan daring dalam upaya pencegahan terhadap penularan Coronavirus disease (Covid-19). Perkuliahan daring di implementasikan dengan berbagai cara oleh pendidik pada saat penutupan sekolah untuk mengantisipasi virus corona.(Jannah, 2021)

Akibat wabah yang telah menyerang hampir menyeluruh ini, semua kampus di tuntutan agar melakukan proses belajar mengajar dengan menggunakan jaringan (daring) atau online. guna memutus rantai penularan infeksi Covid-19. Dari kondisi saat ini semua kalangan baik dari dosen, mahasiswa ataupun ketenagaan harus mampu bertahan serta beradaptasi pada kondisi ini. Dapat di simpulkan bahwa hal ini dapat menimbulkan stress bagi mahasiswa dikarenakan kondisi yang tiba-tiba terjadi..(Sari, 2020)

Proses belajar mengajar jarak jauh menjadi hal yang harus dilakukan. Kesiapan dosen dan mahasiswa dalam home elearning ini bervariasi, ada yang merasa siap,terpaksa siap dan betul betul tidak siap. Tanpa persiapan apapun, system belajar mengajar berubah dari tatap muka menjadi daring dengan memanfaatkan teknologi(UNIKOM, 2020). Perkuliahan daring yang terjadi pada saat pandemic covid-19 ini, mahasiswa mengalami stress. Penyebab daripada

stress mahasiswa dikarenakan metode perkuliahan Daring ini lebih banyak memberikan penugasan kepada mahasiswa yang membuat mahasiswa menjadi bosan dalam belajar.

Stress akademik yang dihadapi oleh mahasiswa saat melakukan perkuliahan daring, dapat menghasilkan prestasi akademik yang kurang baik. Hal ini dapat menimbulkan rasa cemas dan putus asa karena mahasiswa sulit dalam berkonsentrasi, sulit memahami materi, sering menunda tugas, serta berfikir buruk terhadap diri sendiri maupun lingkungan. Adapun hasil analisis yang dilakukan oleh Yusof dan rekannya "tuntutan untuk dapat menguasai materi serta keterampilan dalam waktu singkat yang memberikan tekanan terhadap mahasiswa, banyaknya materi yang harus dipelajari, kurangnya feedback yang diberikan, kurangnya kualitas dosen yang didapatkan dapat mengakibatkan munculnya stress akademik" Menurut temuan penelitian Livana, "metode perkuliahan online ini yang kurang interaktif mulai membuat mahasiswa tidak betah dalam belajar, jika ini terus berlanjut dapat mematahkan semangat mahasiswa dalam belajar yang akhirnya akan berdampak buruk pada prestasinya".(Lubis et al., 2021)

Universitas Sulawesi barat, adalah salah satu kampus yang juga melakukan (menerapkan) perkuliahan daring (Online). Terdapat beberapa mahasiswa dari jurusan keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat (UNSULBAR), juga merasakan dampak serta kekhawatiran terhadap kuliah daring. Salah satu kekhawatiran mereka yaitu pengeluaran selama kuliah daring yang akan lebih banyak, karena biaya konsumsi paket data internet. Walaupun ada bantuan tambahan data dari kemendikbud sebesar 15 GB berlaku selama satu bulan, namun itu tidak cukup dalam memenuhi perkuliahan sehari-hari.

Berdasarkan hasil Wawancara dengan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat (UNSULBAR) jurusan Keperawatan yang tengah menghadapi kuliah daring, sebagian besar mahasiswa mengatakan yang membuat Mahasiswa stress yaitu, dengan kuliah daring materi tidak tersampaikan dengan jelas, jadi sulit dimengerti oleh mahasiswa, tugas menumpuk karena system perkuliahan daring selalu diakhiri dengan tugas, permasalahan sinyal yang kadang buruk sehingga materi tidak tersampaikan dengan jelas, dan ditambah masalah kelelahan otot mata pada saat menatap layar handphone/laptop terlalu lama. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat stress mahasiswa terhadap proses kuliah daring di masa pandemi covid-19".

## **Metode**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Kesehatan universitas sulawesi Barat pada Abulan April-juli 2021, Dimana penelitian ini bertujuan untuk

menggambarkan tingkat stress mahasiswa dengan kuliah daring. Jumlah populasi sebanyak 71 orang dan jumlah sampel sebanyak 71 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu, total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner yang di bagikan melalui google form, kuesioner yang di adopsi yaitu kuesioner DASS-42 dengan 14 butir item kepada responden, yang di sesuaikan pada tujuan penelitian serta mengacu pada konsep teori yang sudah di dibuat.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian akan di uraikan pada tabel dibawah ini :

**Tabel 1.**  
**Responden berdasarkan jenis kelamin**

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	4	5,6%
Perempuan	67	94,4%
Jumlah	71	100%

Sumber: Data Primer

Berdasarkan pada table 1 di atas bahwa kebanyakan dari responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 67 atau sebesar 94,4% responden, sedangkan laki-laki berjumlah 4 atau sebesar 5,6% responden.

**Tabel 2.**  
**Hasil Analisis Tingkat Stres Mahasiswa**

Tingkat stress	Frekuensi	%	Interval Kepercayaan (IK)
<b>0-14 (Normal)</b>	18	25,4%	95
<b>15-(18 ringan)</b>	30	42,3%	95
<b>19-25 (Sedang)</b>	17	23,9%	95
<b>26-34 (Beratt)</b>	5	7%	95
<b>&gt;34 (Sangat Berat)</b>	1	1,4%	95
<b>Total</b>	17	100,0%	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil analisis tingkat stress pada table 2 di atas maka sebagian besar tingkat stress mahasiswa angkatan 2019 berada pada tingkat stress ringan dengan frekuensi 30 atau setara dengan 42, 3% responden

## Pembahasan

Berdasarkan hasil diperoleh bahwa deskripsi tingkat stress mahasiswa yang paling banyak berada pada tingkat stress ringan, dan tingkat stress yang paling kurang dengan tingkat stress sangat parah.

Metode pembelajaran kuliah mahasiswa yang tiba-tiba dialihkan dari kebiasaan luring menjadi daring ini disebabkan karena adanya pandemic covid-19 atau sering disebut (CORONA). Virus corona ini merupakan wabah yang menyerang sistem pernapasan. Virus ini dikenal dengan nama COVID-19, Virus Corona menyebabkan flu biasa, hingga penyakit yang lebih parah seperti Sindrom Pernapasan Timur Tengah (MERS-CoV), dan Sindrom Pernafasan Akut Parah (SARS-CoV). Virus Corona merupakan zoonotic yang berarti ditularkan melalui hewan pada manusia (Putra & Dana, 2016)

Akibat atau dampak yang ditimbulkan oleh virus corona sangat memberikan pengaruh buruk terhadap segala sector diberbagai Negara terutama pada sector pendidikan. Hasil keputusan menteri pendidikan bahwa kegiatan pembelajaran baik di sekolah maupun perguruan tinggi dilaksanakan di rumah masing-masing melalui aplikasi. melalui aplikasi yang tersedia dalam hal ini secara daring. Menteri pendidikan mengeluarkan Surat Edaran No. 3 Tahun 2020 mengenai Pencegahan penularan (COVID-19) Pada Satuan Pendidikan yang menyatakan bahwa meliburkan sekolah dan perguruan tinggi. Hal ini dilakukan tidak lain merupakan upaya untuk mengurangi atau mencegah penularan COVID-19, agar kegiatan belajar mengajar terus berjalan maka kegiatan pembelajaran dilakukan secara online untuk semua jenjang pendidikan. (Windhiyana, 2020).

Pembelajaran daring membuat seorang mahasiswa agar lebih aktif belajar mandiri selama mengikuti kuliah online. Banyak tugas yang diterima oleh mahasiswa dan berbagai keterbatasan dalam proses pembelajaran daring. Rasa ketidakpuasan mahasiswa selama proses pembelajaran daring menjadikan mahasiswa merasa susah dan sulit memahami materi perkuliahan. Banyak mahasiswa yang merasa bahwa pembelajaran tatap muka (Luring) bisa menjadikan mahasiswa lebih mudah memahami penjelasan dosen (Andiarna, 2020). mahasiswa yang memiliki belajar online yang baik memiliki tingkat stress ringan hal ini disebabkan karena orang tua mahasiswa selalu menjadi motivasi dalam belajar online, dan mahasiswa sering membuat catatan motivasi sebagai penyemangat (Adrian et al., 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adrian et al., (2021) dan Wahyu (2020). Hasil penelitian yang dilakukan sebagian responden mendapatkan tingkat stress ringan. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lubis (2021) dan Sanian Inama (2021) hasil penelitian yang dilakukan sebagian besar mahasiswa mendapatkan tingkat stress sedang. Sedangkan hasil penelitian oleh Jannah, (2021) mendapatkan tidak ada pengaruh stress mahasiswa dengan kuliah Daring

Dari hasil penelitian, peneliti melihat bahwa Adanya stress yang dialami mahasiswa yaitu karena metode pembelajaran yang tiba-tiba beralih dari kebiasaan belajar luring menjadi

pembelajaran daring, demikian pula pada akses jaringan yang terkadang membuat akses pembelajaran terputus, atau aplikasi pembelajaran yang digunakan oleh mahasiswa metode penggunaan masih sangat kurang di pahami oleh mahasiswa itu sendiri.

Sedangkan tingkat stress ringan yang rata-rata dirasakan oleh mahasiswa dikarenakan bahwa, perkuliahan daring yang terjadi membuat mahasiswa banyak yang tinggal bersama dengan orang tua sehingga orang tua menjadi salah satu pendorong atau motivator bagi anaknya sehingga mengurangi rasa berat mahasiswa mengikuti kuliah daring.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa Mahasiswa sebagian besar mengalami tingkat Stres Ringan pada saat melakukan kuliah daring di masa pandemic covid-19. Hal tersebut dikarenakan perkuliahan daring yang terjadi membuat mahasiswa banyak yang tinggal bersama dengan orang tua sehingga orang tua menjadi salah satu pendorong atau motivator bagi anaknya sehingga mengurangi rasa berat mahasiswa mengikuti kuliah daring.

### **Ucapan Terimakasih**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penelitian ini, khususnya kepada civitas akademika Universitas Sulawesi Barat yang telah mendukung penuh terselesaikannya penelitian ini.

### **Referensi**

- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021a). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademi Baiturrahim Jambi*, 10(1), 66–73.
- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021b). *Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi*. 10(1), 66–73. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.276>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Ananda Saraswati, N. L. P., & Mertayasa, I. N. E. (2020). Pembelajaran Praktikum Kimia Pada Masa Pandemi Covid-19: Qualitative Content Analysis Kecenderungan Pemanfaatan Teknologi Daring. *Wahana Matematika Dan Sains: Jurnal Matematika, Sains, Dan Pembelajaran.*, 14(2), 144–161.
- Andiarna, F. (2020). Effects of Online Learning on Student Academic Stress During the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139–150.

- Dr. Heri Herdiawanto, S. P. M. S., & Jumanta Hamdayama, S. P. M. S. (2021). *Dasar-Dasar Penelitian Sosial*. Prenada Media. <https://books.google.co.id/books?id=p0InEAAAQBAJ>
- Dudih Sutrisman, S. P. (2019). *Pendidikan Politik, Persepsi, Kepemimpinan, Dan Mahasiswa*. GUEPEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=0-aEDwAAQBAJ>
- Gafur, H. (2015). *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus*. Rasibook. <https://books.google.co.id/books?id=6jPwDwAAQBAJ>
- Inama, S. (2021). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi Covid-19*. 46.
- Jackman, A. (n.d.). *How to Get Things Done*. Esensi. <https://books.google.co.id/books?id=DtVZN39jSh0C>
- Jannah, R. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146.
- Jenri Ambarita, M. P. K., Jarwati, S. P. K., & Dina Kurnia Restanti, M. P. (2021). *PEMBELAJARAN LURING*. Penerbit Adab. <https://books.google.co.id/books?id=Z3gTEAAAQBAJ>
- K, R. G. (2020). *Pelaksanaan Pembelajaran Daring di Era Covid-19*. Penerbit Lutfi Gilang. <https://books.google.co.id/books?id=dxoeEAAAQBAJ>
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Pemerintah Provinsi Sulawesi Barat. (2020). *COVID-19 \_ Sulawesi Barat*. <https://covid19.sulbarprov.go.id/utama/data>
- Purnamasari, I., & Raharyani, A. E. (2020). Tingkat pengetahuan dan perilaku masyarakat Kabupaten Wonosobo tentang Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33–42.
- Putra, I., & Dana, I. (2016). Pengaruh Profitabilitas, Leverage, Likuiditas Dan Ukuran Perusahaan Terhadap Return Saham Perusahaan Farmasi Di Bei. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 5(11), 249101.
- Rizki, A. M. (2018). *7 jalan mahasiswa*. CV Jejak (Jejak Publisher). <https://books.google.co.id/books?id=LYB8DwAAQBAJ>
- Roflin, E., & Liberty, I. A. (2021). *POPULASI, SAMPEL, VARIABEL DALAM PENELITIAN KEDOKTERAN*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=ISYrEAAAQBAJ>
- Saefulloh, A., Syarif, M., & Dahlan, D. (2019). *Model Pendidikan Islam bagi Pecandu Narkotika*. Deepublish (CV. Budi Utama). <https://books.google.co.id/books?id=O3wREAAAQBAJ>
- Sanjaya, R. (2020). *21 Refleksi Pembelajaran Daring di Masa Darurat*. SCU Knowledge Media. <https://books.google.co.id/books?id=tpLcDwAAQBAJ>
- Sari, M. K. (2020). *TINGKAT STRES MAHASISWA S1 KEPERAWATAN TINGKAT 19 AND ONLINE LECTURER AT KARYA HUSADA HEALTH INSTITUTE*. 31–35.

- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2014). *Dasar-dasar metodologi Penelitian Klinis* (5th ed.). Sagung seto.
- Tasnim, T., Widiastuti, A., Kurniasih, H., Purnanti, K. D., Hastuti, P., Hapsari, W., Sitorus, S., Sumiyati, S., Hutabarat, J., & Wahyuni, W. (2020). *Keterampilan Dasar Kebidanan: Teori dan Praktik*. Yayasan Kita Menulis. <https://books.google.co.id/books?id=9K0LEAAAQBAJ>
- UNIKOM, M. P. S. I. K. F. (2020). *Daring di Masa Pandemi: Suka Duka Perkuliahan Online*. Inteligencia Media. <https://books.google.co.id/books?id=8PjqDwAAQBAJ>
- Wahyu. (2020). *Stres Mahasiswa Akibat Pembelajaran Daring Selama Pandemic Covid-19 Student's Stres Impact of E-learning during Pandemic Covid-19*. <https://aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/downloadSuppFile/5225/106>
- Windhiyana, E. (2020). Dampak Covid-19 terhadap kegiatan pembelajaran online di sebuah perguruan tinggi kristen di Indonesia. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(1), 1–8.
- Yulianingsih, Y., Hayati, T., Kurnia, A., & Nursihah, A. (2020). *Pengenalan Covid-19 pada anak usia dini melalui metode bercerita*.
- Zahrotunnimah, Z. (2020). Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 di Indonesia. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3), 247–260. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15103>