PMSGK (2021); 2 (1): 112-116
eISSN: xxxx-xxxx

PROCEEDINGS SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN MATEMATIKA, SAINS, GEOGRAFI, DAN KOMPUTER

Homepage: https://www.semdik.fkip.unmul.ac.id/msgk

The impact of the pandemic on stress levels and online learning for FKIP MIPA students, Mulawarman University

Dampak pandemi terhadap tingkat stress dan pembelajaran daring mahasiswa FKIP MIPA Universitas Mulawarman

Adea Oktavia[1*], Aulia Nurlitasari[1], Dyah Andini Puspasari[1], Erlita Kartika Dewi[1], Rizqi Amalia Adriani[1], Yaskinul Anwar[1]

[1] Program Studi Pendidikan Geografi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia

* Email Penulis Korespondensi: aulianurlita2222@gmail.com

Article Information

Keywords:
Online learning
Pandemic
Academic Stress

Abstract

Online learning is implemented in various ways to anticipate the Covid-19 virus. Many of the lecturers apply the online assignment method for students. The impact of this change in the learning system has the risk of causing mental health problems for students. Therefore, a research was made with the aim of knowing and analyzing how the mental condition of students, especially at FKIP MIPA, Mulawarman University during the Covid-19 pandemic was. By using quantitative research methods and descriptive research designs by distributing questionnaires using Google Form media to collect data. The results of the study show that online learning carried out during this pandemic affects academic stress during the Covid-19 pandemic. Online learning is not effective enough to do because of the many obstacles that occur, one of which is the difficulty of the network. In addition, giving excessive assignments to students makes stress levels increase.

Info Artikel

Kata kunci:
Pembelajaran daring
Pandemi
Stress Akademik

Abstrak

Pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan beragam cara untuk mengantisipasi virus Covid-19. Banyak dari dosen yang menerapkan metode pemberian tugas secara daring bagi para mahasiswa. Dampak dari perubahan sistem pembelajaran ini berisiko mengakibatkan munculnya masalah kesehatan mental bagi mahasiswa. Oleh karena itu, dibuatlah penelitian dengan tujuan untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana kondisi mental mahasiswa, khususnya di FKIP MIPA Universitas Mulawarman selama masa pandemi Covid-19 ini. Dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan desain penelitian deksriptif dengan menyebarkan kuesioner menggunakan media Google Form untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran daring yang dilaksanakan selama pandemi ini mempengaruhi stress akademik selama pandemi Covid-19. Pembelajaran daring tidak cukup efektif untuk dilakukan karena banyak nya kendala-kendala yang terjadi salah satunya seperti susahnya jaringan. Selain itu pemberian tugas yang berlebihan terhadap mahasiswa membuat tingkat stres pun meningkat.

Copyright (c) 2021 The Author
This is an open access article under the CC-BY-SA license

DOI: 10.30872/msgk.v2i1.753
**Penulis koresponden:* wyratnaindi@gmail.com

PENDAHULUAN

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, orang tanpa gejala, orang dalam pemantauan, pasien dalam pengawasan, orang yang positif Covid-19. Infeksi virus Corona disebut Covid-19 (*Corona Virus Disease* 2019) dan pertama kali di Cina pada akhir Desember 2019. Virus ini menular dengan sangat cepat dan telah menyebar ke hampir semua negara, termasuk Indonesia, hanya dalam waktu beberapa bulan.

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan agar setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus disetiap perguruan tinggi menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *Coronavirus disease* (Covid-19). Pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan beragam cara untuk mengantisipasi virus corona. Banyak dari dosen yang menerapkan metode pemberian tugas secara daring bagi para mahasiswa. Penugasan itu dilakukan melalui berbagai media sosial yang tersedia, terutama grup *WhatsApp*.

Perubahan ini mengakibatkan mahasiswa harus beradaptasi terhadap sistem baru yang memiliki beberapa tantangan dalam pelaksanaannya. Diantaranya yaitu, jaringan internet dan jumlah kuota internet yang dimiliki diharuskan stabil dan cukup, penyampaian materi perkuliahan tidak sejelas perkuliahan tatap muka, serta jadwal akademik yang mundur atau tertunda. Selain masalah yang berhubungan langsung dengan proses perkuliahan, terdapat juga stresor dari kehidupan sehari-hari mahasiswa itu sendiri. Dampak dari perubahan-perubahan yang dialami oleh mahasiswa selama pandemi Covid-19 berisiko mengakibatkan munculnya masalah kesehatan mental. Masalah kesehatan mental yang meningkat di masa pandemi ini adalah stres, kecemasan, bahkan depresi. Bagi mahasiswa, pandemi ini mengakibatkan stres dan kecemasan yang berkaitan dengan perubahan proses perkuliahan dan kehidupan sehari-hari. Terkait dengan hal ini, maka dibuatlah penelitian dengan tujuan untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana kondisi mental mahasiswa, khususnya di FKIP MIPA Universitas Mulawarman selama masa pandemi Covid-19 ini.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Dengan menggunakan desain penelitian deksriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai dampak pandemi terhadap pembelajaran daring dan menganalisis seberapa tingkatan stress mahasiswa akibat pembelajaran daring. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif FKIP MIPA Universitas Mulawarman khususnya angkatan 2019. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan menggunakan media *Google Form* untuk mengumpulkan data mengenai seberapa jauh dampak pandemi terhadap pembelajaran daring dan tingkat stres mahasiswa. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan data media pembelajaran daring, data penggunaan akses internet (*wifi* dan kuota internet), alat untuk mengakses pembelajaran daring, serta mengetahui tingkatan skala strees mahasiswa selama pembelajaran daring dengan jumlah responden 44 orang dari perbandingan jumlah laki-laki dan perempuan sekitar 22,7 % laki-laki dan 77.3 % perempuan.

HASIL DAN DISKUSI

A. Data Penelitian

Pada penelitian ini digunakan kuesioner untuk mendapatkan data responden yang mana kuesioner ini diisi oleh 44 responden. Kuesioner ini diisi oleh mahasiswa/i aktif angkatan 2019 FKIP MIPA Universitas Mulawarman yang berada di Kampus

Gunung Kelua dari berbagai jurusan seperti Pendidikan Geografi, Pendidikan Matematika, Pendidikan Biologi, Pendidikan Fisika, dan Pendidikan Komputer. Persentase responden menurut jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 77,3% dan laki-laki sebanyak 22,7%.

Pada kuesioner penelitian, diberikan 14 pertanyaan yang dibagi menjadi 2 bagian. Kuesioner bagian pertama mengenai kegiatan pembelajaran daring seperti akses yang digunakan, media pembelajaran, media akses yang digunakan, kendala selama pembelajaran daring, dan lain sebagainya. Sedangkan kuesioner bagian kedua mengenai penilaian mahasiswa terhadap dosen seperti tingkat kepuasan mahasiswa terhadap penyampaian materi, penugasan yang diberikan oleh dosen pengampu mata kuliah, dan lain sebagainya.

B. Hasil Penelitian

Setelah dilakukan pengisian kuesioner oleh mahasiswa/i FKIP MIPA Universitas Mulawarman, diperoleh hasil penelitian berupa distribusi frekuensi sebagai berikut.

1. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki – Laki	10	22,7
Perempuan	34	77,3
Total	44	100

Pada tabel 1, menunjukkan bahwa pada penelitian ini diperoleh sebanyak 34 responden (77,3%) berjenis kelamin perempuan.

2. Media Pembelajaran

Media Pembelajaran	Frekuensi	Persentase (%)
Grup *WhatsApp*	39	88,6
Grup *Telegram*	0	0
Zoom	41	93,2
Google Classroom	39	88,6
Google Meet	34	77,3
MOLS	37	84,1
Lain – Lain	1	2.3

Pada tabel 2, menunjukkan bahwa media pembelajaran yang digunakan dalam proses belajar dan mengajar selama pandemi Covid-19 adalah melalui Zoom sebanyak 41 responden (93,2%).

3. Akses Internet

Akses Internet	Frekuensi	Persentase (%)
Wifi	25	56,8
Kuota internet	36	81,8

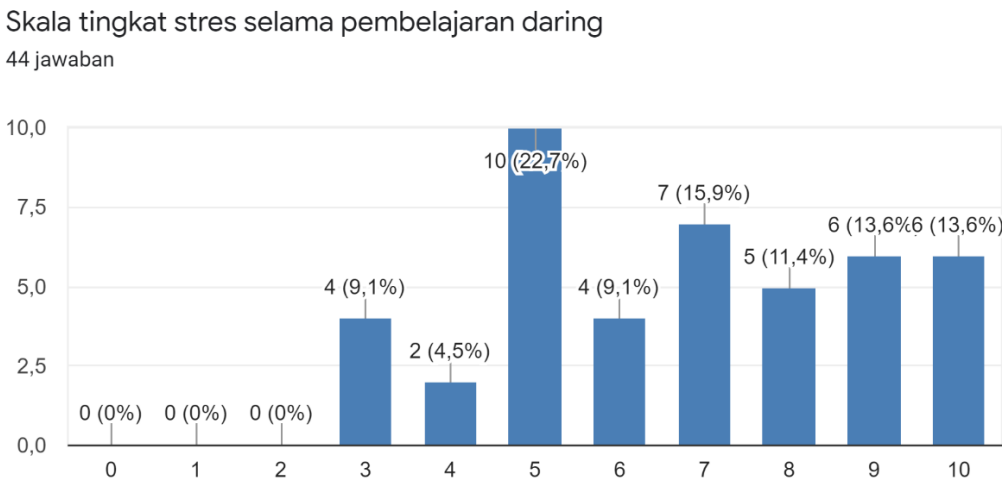
Pada tabel 3, menunjukkan bahwa akses internet yang paling banyak digunakan dalam pembelajaran daring ini menggunakan kuota internet sebanyak 36 responden (81,8%) dikarenakan beberapa responden mengisi dua jawaban sebagai opsi ketika terjadi pemadaman listrik, maka akses internet yang digunakan adalah kuota internet.

4. Media Akses Pembelajaran Daring

Media Akses	Frekuensi	Persentase (%)
Laptop	36	81,8
Handphone	37	84,1

Pada tabel 4, menunjukkan bahwa media akses yang digunakan selama pembelajaran daring ini adalah handphone sebanyak 37 responden (84,1%).

5. Skala Tingkat Stress



Pada grafik diatas, menunjukkan bahwa sebanyak 10 responden (22,7%) memberikan jawaban 5 atau netral pada skala tingkat stres.

Pandemi Covid-19 sangat berdampak bagi kegiatan pembelajaran daring ini. Kendala yang dirasakan oleh para mahasiswa adalah masalah jaringan yang tidak stabil dan memakan banyak kuota internet ketika melakukan *video conference*. Selain itu, prestasi akademik selama pembelajaran daring turut dirasakan oleh mahasiswa. Mereka merasa bahwa prestasi selama pembelajaran daring ini cukup baik dan memuaskan. Sementara untuk efektivitas pembelajaran daring ini menurut mereka cukup efektif dilakukan guna menekan angka kenaikan Covid-19, namun di sisi lain pembelajaran ini juga tidak cukup efektif terutama untuk mata kuliah yang mengharuskan untuk mengadakan praktikum langsung ke lapangan.

Sementara itu, sebagian mahasiswa merasa cukup puas dengan penyampaian materi oleh dosen dan sebagiannya lagi merasa tidak cukup puas karena ada beberapa dosen yang hanya memberikan materi tanpa penjelasan. Beberapa mahasiswa memberikan saran kepada dosen pengampu mata kuliah agar memberikan sedikit pengantar ketika jam kegiatan belajar mengajar berlangsung agar mahasiswa paham dengan materi yang disampaikan, jadi tidak sekadar tahu tentang materi tersebut.

Pandemi Covid-19 menjadikan pembelajaran daring sebagai pilihan untuk mendukung pemerintah dalam menerapkan *physical distancing* untuk mencegah terjadinya kerumunan dalam rangka mencegah penyebaran Covid-19. Pemanfaatan teknologi informasi melalui penggunaan *laptop* atau *handphone* dalam proses pembelajaran daring dimana sebagai alat untuk saling menghubungkan antara mahasiswa dan dosen dalam memenuhi standar pendidikan sehingga proses pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.

KESIMPULAN

Dari hasil pengumpulan data kuesioner yang sudah kami sebarkan dengan menggunakan metode penelitian pendekatan kuantitatif dan subjek penelitiannya adalah mahasiswa/i aktif FKIP MIPA Universitas Mulawarman khususnya angkatan 2019 terlihat bahwa kegiatan pembelajaran secara daring memiliki dampak stres terhadap mahasiswa sebesar 22,7%. Adanya Covid-19 membuat pembelajaran daring dilakukan tetapi hasil yang didapat dari pembelajaran daring tidak terlalu berdampak baik bagi mahasiswa dan mahasiswi yang menjalaninya. Dapat disimpulkan juga bahwa pembelajaran daring tidak

cukup efektif untuk dilakukan karena banyak nya kendala-kendala yang terjadi salah satunya seperti susahnya jaringan. Selain itu pemberian tugas yang berlebihan terhadap mahasiswa membuat tingkat stres pun meningkat.

REFERENSI

Andiarna, F. & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid 19. Jurnal Psikologi, 16 (2), 139-149. http://dx.doi.org/10.24014/ jp.v14i2.9221

Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, *1*(2), 113-123. http://dx.doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656

Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, *1*(1), 130-146. https://doi.org/10.22373/jrpm.v1i1.638