

## HUBUNGAN PEMBELAJARAN ONLINE DENGAN KEJADIAN STRES PADA MAHASISWA DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS ISLAM AS-SYAFI'YAH PADA MASA PANDEMI COVID-19

P-ISSN: 2477-6408 | E-ISSN: 2656-0046  
Url Jurnal: <https://uia.e-journal.id/afiat/article/1572>  
[https://DOI : 10.34005/afiat.v8i02. 1572](https://DOI:10.34005/afiat.v8i02.1572)

**Ade Ajeng Tianti**  
adeajengtianti05@gmail.com  
Universitas Islam As-Syafi'iyah

**Muhamad Idris**  
muhamadidris.fikes@uia.ac.id  
Universitas Islam As-Syafi'iyah

### ABSTRAK

Berdasarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 tahun 2020 di masa pandemi covid-19, perguruan tinggi meniadakan kegiatan belajar mengajar di kampus dan mengalihkannya menjadi pembelajaran jarak jauh (daring). Dalam pembelajaran daring di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah pelaksanaan perkuliahan online menimbulkan beberapa kendala seperti jaringan internet dan penugasan yang menjadi stressor bagi mahasiswa. **Tujuan penelitian** untuk mengetahui hubungan antara pembelajaran online dengan kejadian stres pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah pada masa pandemi Covid-19. **Metode penelitian** menggunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, populasi 184 mahasiswa terdiri dari semester 2, 4, dan 6. Sampel menggunakan rumus slovin menjadi 65 mahasiswa diambil dengan teknik *proportional sampling*. Analisis yang digunakan univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*  $\alpha = 5\%$  (0,05). **Hasil penelitian** analisis univariat (%) didapatkan gambaran pembelajaran online baik 55,4% dan kejadian stres 43,1%, analisis bivariat diperoleh nilai  $p$  atau *Asym. Sig. (2-sided)* = 0,209 dengan nilai  $\alpha = 5\%$  (0,05). **Simpulan** tidak terdapat hubungan antara pembelajaran online dengan kejadian stres pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah pada masa pandemi Covid-19. **Saran** diharapkan mahasiswa lebih aktif di dalam forum kelas seperti bertanya tentang materi yang belum dipahami dan mengaktifkan kamera zoom.

**Kata kunci** : Pembelajaran online, pandemi Covid-19, kejadian stres

### ABSTRACT

*Based on the circular letter of the Ministry of Education and Culture (Kemendikbud) Directorate of Higher Education No. 1 year 2020 during the covid-19 pandemic, universities eliminated teaching and learning activities on campus and shifted them to distance learning (online). In online learning at the Faculty of Health Sciences As-Syafi'iyah Islamic University the implementation of online lectures raises several obstacles such as the internet network and assignments that become stressors for students. **The purpose** of the study was to determine the relationship between online learning and the incidence of stress in students at the Faculty of Health Sciences, As-Syafi'iyah Islamic University during the Covid-19 pandemic. **The research method** used descriptive correlation with a cross sectional approach, a population of 184 students consisting of semesters 2, 4, and 6. The sample uses the slovin formula to 65 students taken by proportional sampling technique. The analysis used univariate and bivariate using Chi-Square test = 5% (0.05). **The results** of the univariate analysis (%) showed a good picture of online learning 55.4% and the incidence of stress was 43.1%, bivariate analysis obtained  $p$  or *Asym* values. *Sig. (2-sided)* = 0.209 with a value of = 5% (0.05). **The conclusion** is that there is no relationship between online learning and the incidence of stress in*



Jurnal Afiat : Kesehatan dan Anak is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

*students at the Faculty of Health Sciences, As-Syafi'iyah Islamic University during the Covid-19 pandemic. **Suggestions** are that students are expected to be more active in class forums such as asking about material that has not been understood and activating the zoom camera.*

**Keywords:** *Online learning, covid-19 pandemic, stressful events*

## I. PENDAHULUAN

Presiden Indonesia mengeluarkan Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Nonalam Penyebaran Virus Disease 2019 (COVID-19) Sebagai Bencana Nasional. Upaya pemerintah untuk menekan angka kejadian Covid-19 dengan menerapkan protokol kesehatan salah satunya yaitu jaga jarak (physical distancing atau social distancing). Sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Covid-19, dalam peraturan tersebut Presiden memutuskan melalui ketetapan untuk menetapkan untuk peliburan sekolah, tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum. Hal tersebut menyebabkan setiap orang harus mengurangi aktivitas di luar rumah, bekerja, beribadah termasuk belajar harus dikerjakan di rumah. Pandemi covid-19 memiliki dampak bukan hanya pada kesehatan, tetapi pada semua aspek kehidupan seperti ekonomi, sosial, dan pendidikan.

Kondisi saat ini menjadi tantangan bagi dunia pendidikan untuk segera merespon kondisi yang terjadi karena pandemi Covid-19

yang sedang melanda dunia. Berdasarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19), perguruan tinggi meniadakan kegiatan belajar mengajar di kampus dan mengalihkannya menjadi pembelajaran jarak jauh (daring) (Kemendikbud, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Agus Kusnayat et al (2020) yang dilakukan di kampus Telkom University dengan 31 responden dan UIN SGD Bandung sebanyak 32 responden menunjukkan sekitar 60,5% mahasiswa siap beradaptasi dengan penggunaan teknologi pembelajaran perkuliahan online tetapi sekitar 59,5% keberatan atas tugas yang diberikan dosen yang berakibat tingkat stres mahasiswa sekitar 60%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Livana et al (2020) dengan melibatkan 1.129 mahasiswa dari beberapa provinsi di Indonesia, untuk menganalisis faktor penyebab stres selama pandemi Covid-19. Hasil analisis menunjukkan beberapa tema dan hasil distribusinya yaitu tugas pembelajaran (70,29%), bosan dirumah aja (57,8%), proses pembelajaran daring/online yang mulai membosankan (55,8%), tidak dapat bertemu dengan orang-orang

yang disayangi (40,2%), dan tidak dapat mengikuti pembelajaran online karena keterbatasan sinyal (37,4%), tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya (35,8%), dan tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidakterediaan alat (35%).

Terjadi dilema yang cukup besar bagi pendidik di institusi Pendidikan dalam menerapkan pembelajaran secara online mulai dari kesiapan tenaga pengajar, perangkat pembelajaran sampai akses internet. (Sahroni & Nuryuniarti, 2020 dalam Andikawati et al, 2020). Menurut Desmita (2011) beberapa sumber stres akademik berasal dari tuntutan fisik seperti sarana dan prasarana serta tuntutan tugas.

Pelaksanaan pembelajaran daring di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah telah dilaksanakan kurang lebih 12 bulan yaitu I semester. Dengan kata lain pembelajaran di Semester Ganjil 2019-2020 di Universitas Islam As-Syafi'iyah menggunakan sistem daring selama pandemi covid-19.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti bulan Februari 2021 melalui wawancara terhadap 10 mahasiswa semester 6 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah, di dapatkan hasil 8 mahasiswa (80%) terkendala dalam pembelajaran online karena kurang dapat mengikuti materi, merasa malas dan jenuh, kurangnya interaksi dengan teman, tidak fokus

karena lingkungan yang berisik, dipanggil orang tua untuk membantu kegiatan lain, aktivitas membuka sosial media saat kelas online, kesulitan menggunakan aplikasi pembelajaran seperti menampilkan power point saat presentasi, dan mengatakan terkendala jaringan internet dan biaya kuota yang lebih banyak selama pembelajaran online. Sedangkan 2 mahasiswa (20%) tidak mengalami kendala dalam pembelajaran online karena fasilitas mendukung untuk melakukan pembelajaran online seperti internet, ruangan belajar sendiri, dan tetap antusias mengikuti perkuliahan walaupun tidak tatap muka secara langsung.

Dari 8 mahasiswa (80%) yang mengalami kendala dalam pembelajaran online, 2 mahasiswa (20%) mengalami sukar tidur karena penugasan, 4 mahasiswa (40%) mengalami sakit kepala karena kesulitan memahami materi saat pembelajaran online, dan 4 mahasiswa (40%) merasa gelisah dan khawatir dalam mengerjakan tugas karena deadline waktu pengumpulan tugas yang singkat dari waktu pemberian tugas.

Berdasarkan hasil uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut adakah hubungan pembelajaran online dengan kejadian stres pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-

Syafi'iyah pada masa pandemi Covid-19.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional dengan pendekatan *Cross-sectional*. Penelitian bertujuan untuk meneliti hubungan antar variable yang ada. Penelitian yang dimaksud untuk mencari ada tidaknya hubungan pembelajaran online dengan kejadian stres mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah pada masa pandemi Covid-19.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah. Penelitian dilakukan selama 6 bulan mulai bulan Februari sampai dengan bulan Agustus 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 reguler semester 2, semester 4, dan semester 6.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional sampling*, Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus slovin. Jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 65 mahasiswa.

**Tabel 1. Proporsional Responden**

No	Semester	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
----	----------	-----------------	---------------

1	Semester 2	60	$\frac{60}{184} \times 65 = 21$
2	Semester 4	68	$\frac{68}{184} \times 65 = 24$
3	Semester 6	56	$\frac{56}{184} \times 65 = 20$
		184	65

Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi pertanyaan yang perlu dijawab dan diisi oleh responden. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 bagian, yaitu Kuesioner variabel independent (pembelajaran online) item pernyataan yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek karakteristik pembelajaran online. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert.

Sedangkan, Skala stres akademik di susun berdasarkan teori dari Sarafino & Timothy (2012) yang terdiri dari aspek biologis dan aspek psikososial, aspek psikososial terdiri dari reaksi kognitif, emosi, dan juga perilaku sosial. Skala stres akademik disajikan dalam format skala likert.

peneliti menggunakan kuesioner tidak baku. Untuk mengujinya, menggunakan tehnik korelasi dengan rumus uji *pearson "product moment"*. Pengujian validitas menggunakan

bantuan *software* SPSS (*Statistic Package and Sosial Science*) 16.0 *for Windows*. Jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% maka kuesioner atau angket dinyatakan valid, sementara jika  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% maka kuesioner atau angket dinyatakan tidak valid (Yusuf, 2017).

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan Teknik *Alpha Cronbach*, dengan nilai standar yaitu 0,60. bila nilai *cornbach's alpha* ( $\alpha$ )  $\geq 0,60$  maka pernyataan tersebut reliabel (Sugiyono, 2014). Di dapatkan hasil nilai reliabilitas variabel pembelajaran online adalah 0.814 dari 13 item. Sedangkan, nilai reliabilitas variabel kejadian stres yaitu 0.898 dari 20 item pernyataan.

Pengumpulan data menggunakan alat ukur kuesioner yang di isi langsung oleh mahasiswa. Pengolahan data dilakukan melalui tahap *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*. Analisa data yang dilakukan meliputi analisa univariat dan Analisa bivariat.

Adapun yang dianalisis univariat adalah gambaran mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran online di FIKes UIA pada masa pandemi Covid-19 dan gambaran kejadian stres pada mahasiswa di FIKes UIA pada masa pandemi Covid-19.

Pada Analisa bivariat menguji hipotesis dengan menentukan hubungan variabel bebas dan variabel terikat melalui uji *chi-square*. Hasil Uji Chi-Square dimana  $p \text{ value} < 0,05$  maka ada hubungan, sedangkan  $p \text{ value} > 0,05$  tidak ada hubungan.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Pembelajaran Online

**Tabel 1.**  
**Distribusi Pembelajaran Online**

Pembelajaran Online	Frekuensi	Persentase
Baik	36	55,4
Kurang	29	44,6
Total	65	100

Sumber : Hasil olah data peneliti menggunakan program SPSS 16

Berdasarkan tabel 1 dari hasil penelitian terhadap 65 responden. Terdiri dari semester dua, empat, dan enam didapatkan hasil kegiatan pembelajaran online di FIKes UIA sudah dilaksanakan dengan baik. Dengan hasil sebanyak 36 (55,4%) kategori baik, dan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 29 (44,6%).

Berdasarkan hasil skor distribusi pembelajaran online peritem kuesioner, bahwa dalam pembelajaran online kategori baik di dominasi oleh semester dua dan empat.

Pada aspek interaktifitas semester empat mendapat skor hasil yang tinggi dalam kehadiran (P1) dan aktif bertanya

diforum kelas saat pembelajaran online (P2). Aspek kemandirian semester dua dan empat mendapat skor hasil yang tinggi dalam menggunakan berbagai sumber belajar digital (e-book, youtube, google, dll) untuk menambah pengetahuan selain dari materi yang diberikan dosen (P6). Aspek aksesibilitas semester dua dan empat mendapat skor hasil yang tinggi yaitu mahasiswa lebih leluasa mengakses materi kuliah kapan saja dan dimanapun berada (P7). Aspek pengayaan yaitu mahasiswa semester empat mendapat skor yang tinggi dalam menguasai materi yang di presentasikan (P13).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Ratna Yuniarti et al (2020) tentang persepsi mahasiswa tentang penerapan *E-Learning* pada masa darurat covid-19 pada 175 mahasiswa STIA Muhammadiyah Selong didapatkan hasil cukup baik terhadap penerapan *e-learning*.

Kesimpulan dari hasil penelitian distribusi pembelajaran online *peritem* kuesioner, mahasiswa dalam kategori kurang dalam pembelajaran online di dominasi oleh semester enam. Ternyata faktor yang mempengaruhi adalah mahasiswa kurang aktif menyimak saat dosen memberikan kuliah, sehingga mahasiswa tidak dapat memahami materi ajar yang diberikan dosen. Selain itu jaringan internet yang kurang mendukung dalam perkuliahan online dan dalam mengerjakan tugas tidak menggunakan teknologi seperti video streaming, simulasi, dan animasi artinya mahasiswa tidak menggunakan sumber yang luas dalam mengerjakan tugas.

Sedangkan menurut Mailizar et al (2020) hambatan yang paling signifikan pembelajaran online adalah pengetahuan serta keterampilan dalam penggunaan *e-learning* dan kurangnya akses ke perangkat dan koneksi internet. Begitu juga menurut Gikas & Grant (2013) yaitu pelaksanaan pembelajaran secara online tidak terlepas dari dukungan beberapa perangkat *mobile*, seperti *smartphone*, laptop, dan tablet yang dalam penggunaannya dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.

## b. Kejadian Stres

**Tabel 2**  
**Distribusi Kejadian Stres**  
**Mahasiswa**

Stres Akademik	Frekuensi	Persentase
Stres	28	43,1
Tidak Stres	37	56,9
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil olah data peneliti menggunakan program SPSS 16

Berdasarkan tabel 2 dari hasil penelitian terhadap 65 responden. Mahasiswa yang tidak mengalami stres sebanyak 37 (56,9%) dan sebanyak 28 (43,1%) mengalami stres.

Hasil penelitian distribusi kejadian stres *peritem* kuesioner, mahasiswa yang mengalami stress di dominasi pada mahasiswa semester empat. Hal ini bisa dilihat dari reaksi emosi dimana mahasiswa merasa cemas jika hasil ujiannya rendah (P9) dan merasa gelisah dalam mengerjakan tugas jika saat

deadline waktu pengumpulan belum selesai (P10).

Sedangkan mahasiswa yang tidak mengalami stres di dominasi oleh semester enam. Hal ini bisa diketahui dari reaksi emosinya mendapat skor rendah sehingga menunjukkan reaksi emosi yang baik yaitu mahasiswa tidak merasa gelisah walaupun belum selesai mengerjakan tugas. Selain itu dalam reaksi perilaku sosial mendapat skor tidak baik dimana mahasiswa bermain game saat pembelajaran online hal ini menunjukkan mahasiswa semester enam terlihat cuek pada saat kuliah.

Publido et al (2012) menyatakan stres yang dialami mahasiswa berasal dari tuntutan eksternal maupun internal. Tuntutan eksternal berasal dari tugas-tugas kuliah, beban pelajaran, meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin berkembang. Tuntutan internal bersumber dari kemampuan mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan. Dalam hal ini mahasiswa semester empat mengalami tuntutan eksternal berpengaruh kuat sehingga mahasiswa merasa gelisah jika tidak mengumpulkan tugas tepat waktu.

Menurut Potter & Perry (2012) Respon stres dari setiap mahasiswa berbeda, tergantung pada kondisi kesehatan, kepribadian, pengalaman sebelumnya terhadap stres, mekanisme koping, jenis kelamin, dan usia, besarnya stressor, dan kemampuan pengolahan emosi dari masing-masing individu.

Dalam penelitian ini bisa dipengaruhi kemampuan pengolahan emosi semester empat kurang baik karena menunjukkan

reaksi emosi yaitu merasa gelisah dalam penugasan dan cemas terhadap hasil ujiannya. Dan mahasiswa semester enam mendapat skor rendah pada kejadian stres hal ini bisa dipengaruhi oleh kepribadian yang optimis.

## 2. Analisis Bivariat

**Tabel 5. 3**  
**Tabel Kontingensi Pembelajaran**  
**Online Dengan Kejadian Stres**  
**Mahasiswa**

		Tidak Stres	Stres
<b>Pembelajaran Online</b>	Baik	Count 18	18
		% of Total 27.7%	27.7%
	Kurang	Count 19	10
		% of Total 29.2%	15.4%
<b>Total</b>		Count <b>37</b>	<b>28</b>
		% of Total <b>56.9%</b>	<b>43.1%</b>

Sumber : Hasil olah data peneliti menggunakan program SPSS 16

Hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti diperoleh nilai  $p$  Asym. Sig. (2-sided) *Chi-Square* untuk melihat adanya hubungan antara hubungan pembelajaran online dengan kejadian stres pada mahasiswa diperoleh hasil bahwa nilai  $p$  Asym. Sig. (2-sided) = 0,209 nilai ini lebih besar dari  $\alpha = 5\%$  (0,05) pada tabel 2x2 maka hipotesis  $H_0$  gagal ditolak. Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan antara pembelajaran online dengan kejadian stres pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah pada masa pandemi Covid-19.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Funsu Andiarna (2020) di peroleh nilai p sebesar 0,023 dimana nilai  $p < 0,05$  yang artinya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. Namun, penelitian yang dilakukan Afniyar et al (2020) di dapatkan mahasiswa mengalami stres ringan 48,9 % dan stres berat 42,6% dimana mahasiswa mampu beradaptasi dengan perubahan proses pembelajaran yang dilakukan melalui daring.

Bila dilihat dari teori Desmita (2011) sumber stres akademik terdiri dari 4 yaitu *Physical demands* (tuntutan fisik) yang bersumber dari lingkungan fisik seperti perlengkapan atau sarana prasarana penunjang pendidikan, dalam penelitian ini yaitu jaringan internet saat pembelajaran online mahasiswa semester enam mendapat skor rendah.

Sumber stres kedua *Task Demands* (tuntutan tugas) meliputi tugas-tugas yang dikerjakan dikelas dan dirumah, pada penelitian ini yaitu kesiapan mahasiswa dalam presentasi tugas perkuliahan online semester enam mendapat skor rendah.

Sumber stres ketiga *Role Demands* (tuntutan peran) yaitu tingkah laku yang diharapkan pada siswa dari orang tua, pengajar, dan masyarakat seperti harapan memiliki nilai yang bagus, memiliki motivasi belajar yang tinggi, penelitian ini mahasiswa semester enam dalam penerapan pembelajaran online dapat dengan sukar memahami materi ajar yang diberikan sehingga kesulitan dalam

kesiapan presentasi, motivasi kurang tinggi.

Sumber stres ke empat adalah *Interpersonal Demands* (tuntutan personal) di lingkungan pendidikan tidak hanya dituntut untuk dapat mencapai prestasi akademis yang tinggi melainkan sekaligus harus mampu melakukan interaksi atau menjalin hubungan dengan orang lain, bisa dilihat ada beberapa mahasiswa selama pandemi yang mengikuti beberapa kegiatan organisasi seperti BEM sehingga memungkinkan mempengaruhi kehadiran mahasiswa dalam pembelajaran online semester enam.

Dengan demikian, yang mempengaruhi tidak ada hubungan antara variabel pembelajaran online dengan kejadian stres yaitu mahasiswa semester enam yang mendapat skor rendah dalam variabel pembelajaran online sedangkan variabel kejadian stres tidak mengalami stres. Hal ini di pengaruhi oleh faktor mahasiswa kurang aktif menyimak saat dosen memberikan kuliah, sehingga mahasiswa tidak dapat memahami materi ajar yang diberikan dosen. Selain itu jaringan internet yang kurang mendukung dalam perkuliahan online dan dalam mengerjakan tugas tidak menggunakan teknologi seperti video streaming, simulasi, dan animasi artinya mahasiswa tidak menggunakan sumber yang luas dalam mengerjakan tugas.

Sedangkan mahasiswa semester empat mendapat skor tinggi dalam pembelajaran online namun mengalami reaksi stres. Seharusnya bila mana pembelajaran online baik tidak terjadi

stres. Hal ini sesuai menurut Fadhil Ammar et al (2021) menjelaskan hasil belajar online yang kurang baik akan memiliki tingkat stres berat, dan sebaliknya pembelajaran online baik memiliki tingkat stres yang ringan.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. SIMPULAN

1. Berdasarkan gambaran kegiatan pembelajaran online sudah dilaksanakan dengan baik. Dengan hasil sebanyak 36 (55,4%) responden kategori baik. Didominasi oleh semester dua dan empat. Faktor yang mempengaruhi adalah kehadiran, aktif bertanya, banyak menggunakan sumber belajar digital, sehingga dapat menguasai materi dalam presentasi. Sedangkan pembelajaran online kategori kurang yaitu sebanyak 29 (44,6%) responden didominasi oleh semester enam. Hal ini disebabkan oleh mahasiswa yang kurang memperhatikan dosen dengan perilaku mematikan kamera zoom.
2. Berdasarkan gambaran kejadian stres, mahasiswa yang tidak mengalami stres sebanyak 37 (56,9%) responden di dominasi oleh semester enam dan dua. Sedangkan sebanyak 28 (43,1%) responden mengalami stres didominasi oleh mahasiswa semester empat. Terlihat mahasiswa tersebut mengalami reaksi emosi dengan pernyataan mereka merasa gelisah bila ada penugasan dan cemas terhadap hasil ujian.
3. Adapun mengenai hubungan antara pembelajaran online dengan kejadian

stres diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan antara pembelajaran online dengan kejadian stres. Dengan nilai  $p$  Asym. Sig. (2-sided) = 0,209 lebih besar dari  $\alpha = 5\%$  (0,05). Hal ini dipengaruhi oleh mahasiswa semester enam karena mendapat skor rendah dalam variabel pembelajaran online tetapi tidak mengalami stres. Juga dipengaruhi oleh faktor mahasiswa kurang aktif bertanya dan tidak menyimak saat dosen memberikan kuliah. Selain itu, mahasiswa senang bermain game saat pembelajaran online.

##### B. SARAN

###### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Di harapkan pengajar membuat tampilan materi kuliah yang lebih menarik saat perkuliahan online agar mahasiswa dapat memperhatikan dan memahami materi yang di berikan dengan mudah, dapat membuat aturan saat sedang perkuliahan online yaitu meminta mahasiswa untuk selalu menyalakan kamera saat sedang perkuliahan sehingga dapat memantau mahasiswa tetap memperhatikan dosen saat perkuliahan online, serta memberikan kuis diakhir perkuliahan online untuk mengevaluasi sejauh mana mahasiswa memahami materi yang sudah dijelaskan.

Selain itu, dapat menyediakan sarana dan prasarana seperti website kumpulan jurnal dan e-book atau video animasi yang menarik sehingga mahasiswa lebih mudah mengakses

dan memahami materi dengan sumber yang luas. Serta bantuan kuota internet setiap bulannya.

## 2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa harus lebih aktif di forum kelas seperti bertanya tentang materi yang belum dipahami saat perkuliahan online agar tidak ada kesulitan disemester berikutnya dalam menghadapi ujian UTS, UAS, dan UKOM (uji kompetensi).

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi informasi untuk penelitian selanjutnya. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih kepada proses pembelajaran saat perkuliahan online.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andikawati Fitriasari., Yurike Septianingrum., Syiddatul Budury., Khamida Khamida. (2020). Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid- 19. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 12(4). 985-992. Diunduh dari: <http://respiratory.unusa.ac.id/id/eprint/6396>
- Afnijar Wahyu., Rostomo Hermayerni Simanullang. (2020). Stres Mahasiswa Akibat Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Journal Press*. Vol. 1. 1-10. Diunduh dari: <https://aisyah.journalpress.id>
- Agus Kusnayat., Moh. Hifzul Muiz., Agus Salim Mansyur., Qiqi Yuliati Zaqiah. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Mental Mahasiswa. *Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran*. Vol. 1(2). 153-165. Diunduh dari: <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1987>
- A Muri Yusuf. (2017). *Metode Penelitian: kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fadhil Ammar Adrian., Vevi Suryenti Putri., Martha Suri. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stres mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. Vol. 10(1). 66-73. Diunduh dari: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.276>
- Funsu Andiarna., Estri Kusumawati. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*. Vol. 16(2). 139-149. Diunduh dari: <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9221>
- Gikas, J., & Grant, M. M. (2013). Mobile computing devices in higher education: Student perspectives on learning with cellphones, smartphones & social media. *The Internet and Higher Education*, 19, 18-26. Diunduh dari: <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2013.06.002>
- Keputusan Presiden Republik Indonesia Tentang Penetapan Sebagai Bencana Nasional. (2020). Diakses 12 Februari 2020 dari:

- <https://covid19.go.id/p/regulasi/keputusan-presiden-republik-indonesia-nomor-12-tahun-2020>
- Livana PH., Mohammad Fatkhul Mubin., Yazid Basthomi. (2020). Tugas Pembelajaran Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. Vol. 3(2). 203-208. Diunduh dari:  
<https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/590/329>
- Mailizar, Almanthari, A., Maulina, S., & Bruce, S. (2020). Secondary School Mathematics Teachers' Views on E-learning Implementation Barriers During the Covid-19 pandemic. The case of Indonesia. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*. 16(7). 1-9. Diunduh dari:  
<https://doi.org/10.29333/EJMSTE/8240>
- Peraturan Pemerintah Tentang Republik Indonesia Tentang PSBB. (2020). Diakses 12 Februari 2020 dari:  
<https://covid19.go.id/p/regulasi/pp-no-21-tahun-2020-tentang-psbb-dalam-rangka-penanganan-covid-19>
- Potter & Perry. (2012). *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.
- Publido-Martó M., Augusto Linda, J.M., & Lopez-Zafra, E. (2012). Sources Of Stress In Nursing Students: a systematic review of quantitative studies. *International Nursing Review*. Vol. 59. 15-25. Diunduh dari: [onlinelibrary.wiley.com](http://onlinelibrary.wiley.com)
- Ratna Yuniarti., Widya Hartati. (2020). Persepsi Mahasiswa Tentang Penerapan E-learning Pada Masa Darurat Covid-19. *Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*. Vol. 6(2). 159-167. Diunduh dari:  
<https://doi.org/10.31597/ja.v6i2.377>
- Sarafino, E. P., & T.W Smith. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction Ed. 7<sup>th</sup>*. Canada: John Wiley&Sons.
- Surat Edaran Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Kemendikbud. (2020). Diakses 12 Februari 2020 dari:  
<http://ldikti3.kemdikbud.go.id/v6/wp-content/uploads/2020/04/Surat-Edaran-Direktorat-Jenderal-Pendidikan-Tinggi-Kemdikbud-Nomor-1-Tahun-2020.pdf>