

**DAMPAK PSIKOLOGIS MAHASISWA PADA PROSES
PEMBELAJARAN DARING SELAMA PANDEMI
(Studi Kasus Di Kampus FAI Unwir)**

Nurlaeliyah

Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra

Email : nurlaeliyah1311@gmail.com

Abstrak

Menyebarnya Covid-19 di seluruh penjuru dunia turut meruntuhkan ragam sendi-sendi kehidupan dari berbagai aspek, termasuk dalam pendidikan. Perubahan metode pembelajaran menjadi salah satu faktor pencetus perubahan psikologis salah satunya yaitu kecemasan. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena cenderung menghasilkan kebingungan dan kekeliruan persepsi. Cemas terjadi secara terus menerus menyebabkan stres dan depresi mahasiswa semakin bertambah dengan adanya pandemi Covid-19 dengan metode pembelajaran daring. Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran selama pandemi Covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik. Sampel penelitian berjumlah 50 mahasiswa FAI dan BKPI. Teknik sampling menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas masalah psikologis yang dialami mahasiswa dalam proses pembelajaran daring, yaitu stres. Tingkat stres akademik selama proses pembelajaran daring jika dilihat dari jenis kelamin perempuan 96% memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki yaitu 93%.

Kata Kunci : Mahasiswa, Perubahan Pola Belajar, stres.

Pendahuluan

Surat edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020, mengeluarkan surat edaran no. 4 tahun 2020, tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran Covid-19, tertanggal 24 Maret 2020, menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun kampus perguruan tinggi menggunakan metode daring atau online sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran coronavirus disease (Covid-19). Pembelajaran secara daring di implementasikan dengan beragam cara oleh dosen untuk mengantisipasi virus corona. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan menerima untuk beradaptasi.

Dalam kondisi darurat karena adanya virus corona seperti sekarang, bentuk penugasan yang dipandang efektif dalam pembelajaran jarak jauh. Mahasiswa bingung menghadapi metode pembelajaran daring disertai dengan tumpukan tugas menyebabkan semakin meluas terjadinya kecemasan terlebih lagi dimasa pandemi covid-19. Penelitian ini menunjukkan bahwa tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19. Ancaman berupa perasaan khawatir, perasaan tidak enak, tidak pasti atau merasa takut. Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat.

Masalah-masalah yang dialami mahasiswa, jika tidak segera ditangani dapat menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius seperti depresi. Depresi dapat menyebabkan manifestasi psikomotor berupa keadaan gairah, semangat, aktivitas serta produktivitas kerja yang bertendensi menurun, konsentrasi dan daya pikir melambat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang dievaluasi selama periode pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan dengan mahasiswa pada masa-masa normal. Hasil menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek psikologis negatif pada mahasiswa.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan penulis adalah pendekatan kuantitatif deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Observasional analitik merupakan penelitian yang hasilnya tidak berhenti pada taraf menguraikan atau mendeskripsikan, namun dilanjutkan sampai pada taraf pengambilan kesimpulan yang berlaku secara umum serta menerangkan hubungan sebab akibat dan sudah ada hipotesis, serta dalam pengambilan keputusan menggunakan uji statistik.

Responden dalam penelitian ini yaitu mahasiswa BKPI Unwir, dengan jumlah responden sebanyak 50 mahasiswa, dengan tehnik total sampling telah dilakukan pada mahasiswa yang menjalani proses pembelajaran daring selama pandemik covid-19. Data hasil penelitian dianalisis secara univariat untuk

mengetahui gambaran data yang telah disajikan secara distribusi frekuensi. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Interview dilakukan uji pada kelompok mahasiswa BKI Unwir, diperoleh hasil 15 dari 19 pertanyaan dinyatakan valid berdasarkan uji koefisien korelasi. Teknik pengambilan sampel secara simpel random sampling. Variabel yang akan diukur adalah perubahan pola belajar, prilaku sosial, dan psikologis mahasiswa. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner.

Hasil Penelitian Dan Pembahasan

a. Tingkat Stress Pada Mahasiswa

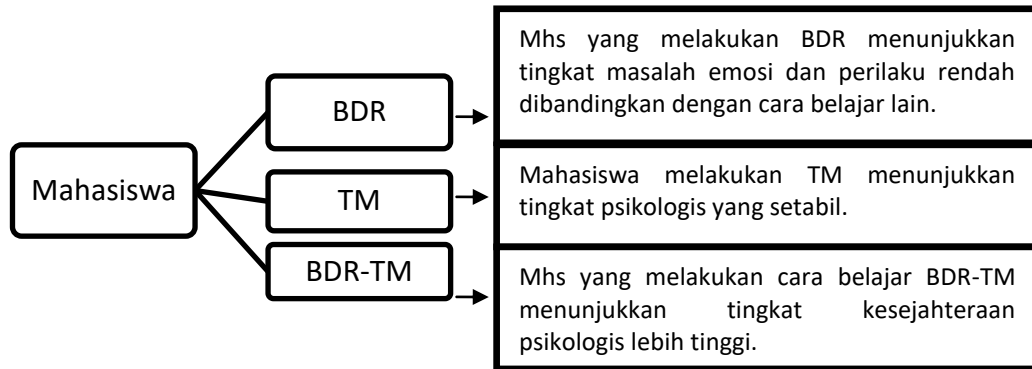
Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan mahasiswa yang terbanyak yaitu kecemasan normal dengan 20 mahasiswa, kecemasan sedang dengan 15 mahasiswa dan kecemasan ringan dari 15 mahasiswa. Stres normal 5 mahasiswa, stres ringan 35 mahasiswa, stres sedang 10 mahasiswa. Depresi normal 47 mahasiswa, depresi ringan 3, depresi sedang 0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa meningkat dengan pembelajaran daring. Ansietas merupakan bentuk respon terhadap stimulus tertentu yang tidak diinginkan yang dapat terjadi dimanapun dan yang sulit untuk diobservasi secara langsung akan tetapi dapat diidentifikasi ansietas ini melalui perubahan tingkah laku.

Tekanan akademis mahasiswa, kendala keuangan, dan kurang tidur adalah faktor yang mungkin telah berkontribusi pada masalah psikologis yang terkait dengan stres dan kecemasan. Stres dapat terjadi karena banyaknya materi pelajaran yang harus dipelajari, kurangnya feedback yang diberikan dosen, kualitas dosen mengajar, serta banyaknya tugas yang diberikan dosen.

B. Masalah emosi dan perilaku pada mahasiswa

Berikut adalah masalah emosi yang muncul saat mahasiswa melakukan pembelajaran jarak jauh (daring) dan tatap muka.

Tabel 1.1



Perbandingan kelebihan dan Kekurangan antara Pembelajaran Konvensional dan Daring. Tabel 1.2

	Pembelajaran Konvensional	Pembelajaran Daring
Kelebihan	Respon balik yang cepat antara dosen dan mahasiswa.	Pembelajaran melatih kemandirian mahasiswa dalam pembelajaran.
	Sudah menjadi sesuatu yang familier bagi mhs dan dosen	Waktu dan tempat cenderung fleksibel.
	Memotivasi para peserta didik secara langsung	Tidak terbatas dalam perkembangan, pengetahuan dan pembelajaran.
	Penanaman jiwa sosialisasi atau interaksi secara langsung dengan lingkungan kampus	

	Pembelajaran Konvensional	Pembelajaran Daring
Kekurangan	Terlalu tergantung pada dosen	Berkurangnya fokus dalam pembelajaran
	Keterbatasan waktu dan tempat	Muncul perilaku frustrasi dan kecemasan dan kebingungan.
		Membuat beberapa orang merasa tidak

		nyaman.
		Boros dalam penggunaan internet.
		Kesusahan sinyal ditempat tertentu.

Tabel diatas menyimpulkan bahwa manfaat dari metode pembelajaran daring lebih unggul dari segi waktu dan akses yang tidak terbatas . Pembelajaran online saat ini dalam tahap penyesuaian dengan banyak kendala seperti media, tehnologi, berlangsungnya pembelajaran dari mahasiswa itu sendiri. Tidak semua mahasiswa cocok dengan sistem daring untuk gaya belajarnya , ada beberapa mahasiswa bosan dan tidak betah harus menatap laptop diwaktu yang lama. Hal tersebut membuat mahasiswa lebih suka menggunakan pembelajaran konvensional daripada daring, walaupun pembelajaran daring efektif di tengah covid-19 ini. Daring membutuhkan lebih banyak persiapan terlebih lagi dosen yang harus mempersiapkan lebih banyak waktu.

Tidak bisa dipungkiri bahwa pembelajaran daring lebih berhasil dalam hasil belajar daripada pembelajaran konvensional, tetapi perlu diperhatikan dalam pembelajaran daring harus diikuti peningkatan mutu yang berkualitas dalam pengembangan pembelajaran.

b. Kendala Pembelajaran Daring

Terdapat beberapa kendala yang dihadapi oleh mahasiswa saat melaksanakan proses pembelajaran secara daring, diantaranya. *Pertama*, mahasiswa belum terbiasa dengan budaya belajar jarak jauh karena selama ini sistem belajar dilaksanakan melalui tatap muka. *Kedua*, mahasiswa merasa bosan dan kurang menantang. *Ketiga*, Tekanan harus mampu belajar mandiri, konsentrasi tinggi dalam memperhatikan penjelasan dosen selama perkuliahan yang sering terkendala signal sehingga tidak terdengar jelas suara dosen. Mahasiswa timbul rasa khawatir dengan nilai akademiknya, sehingga terjadi stres akademiknya. *Keempat*, Mahasiswa tidak bisa memahami secara keseluruhan materi kuliah, serta beranggapan bahwa dengan membaca materi dan mengerjakan tugas saja tidak cukup.

Kesimpulan

Kurangnya akses ke koneksi internet yang cepat, menghambat proses pembelajaran daring terutama bagi mereka yang tinggal di pedesaan serta komunitas marjinal. Mahasiswa yang mengakses internet melalui smartphone tidak dapat memanfaatkan pembelajaran daring karena banyak konten daring tidak dapat di akses.

Tantangan pada ilmu pendidikan dan disiplin ilmu psikologi pendidikan menjadikan ini sebagai panggilan untuk terus melakukan inovasi dari perubahan pembelajaran konvensional ke pembelajaran jarak jauh dan virtual. Tidak hanya dalam proses pembelajaran yang ada, tetapi juga terhadap dampak-dampak psikologis yang muncul dalam proses perubahan pembelajaran tersebut. Penelitian ini tanpa terlepas dari memahami kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis dari mahasiswa dan tentunya dosen.

Covid-19, banyak aspek kehidupan sehari-hari lainnya juga mengalami dampak dari keadaan ini, berdampak serius juga di sektor pendidikan yaitu pada mahasiswa dan dosen, dan lembaga pendidikan di seluruh dunia. Pandemi tersebut menyebabkan perguruan tinggi di seluruh dunia menutup kampus mereka sehingga mahasiswa dapat mengikuti langkah-langkah jarak sosial. Transformasi cepat ini terkait dengan berbagai kendala dan tantangan pada saat ini. Akan tetapi karena tidak ada yang tahu kapan pandemi ini akan hilang sepenuhnya, instuisi pendidikan di seluruh dunia memutuskan untuk menggunakan sumber daya teknis yang sudah tersedia untuk membuat materi pembelajaran daring bagi mahasiswa dari semua bidang akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsudin Makmun, (2015) Psikologi Pendidikan, Rosda Karya, h.85
- Agus dkk. (2020) Analisis Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa, Media Publikasi Penelitian, 17(2),37-42.
- Asep Kurniawan (2018) Metodologi Penelitian Pendidikan. Bandung: PT.RemajaRosdakarya. h. 85.
- Abbas & Anjani (2020) Menulis di Kala Badai Covid-19.
- Bare (2008), dalam Bingku Erlangga Bandung (2014), Tingkat Stres Dalam Proses Belajar. h.15-25
- Buchanan (2012) Archives of Pshyciatric Nursing, <http://doi.org/10.1016/j.apnu.2011.03.003>.
- Crismiadji (2020), Mengelola Pembelajaran Daring. <http://news.detik.com/kolom/d-4960969>.
- David dalam Purwati (2012), Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa, Sripsi UI Depok.
- Dabbagh, (2007) The On line Learner: Carracteristics and pedagogical implication. contemporary issues in tehcnology ang teacher education, 7(3). 217-226.
- Firman&Rahayu.S (2020) Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19 <http://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>.
- Gikas & Grant (2013) Mobile Computing The internet Education, <http://doi.org/10.1016/j.iheduk> 2013.06.002.
- Hafifah, N.Widiani, E& Rahayu (2017). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa prodi keperawatan universitas Malang. Jurnal Nursing News 2.
- Hasanah et al, (2020) Analisis aktifitas Belajar daring Mahasiswa pada Pandemi covid-19, karya tulis ilmiah) UIN Sunan Gunung Djati.
- Iskandar, Psikologi Pendidikan Gaung Persada Pers.h.45.
- Ibid Suparno. H.65
- Kvavadze (2020), Transtition To Daring Edukation In School Daring Pedagogical Reaseach. <Http://C>. 5941-14323-2- PB.

- Kountul & Korompis, Hubungan jenis kelamin dan pengaruh tman tingkat stres mahasiswa, Jurnal KESMAS. 7(5)
- Korucu & Alkan Tehnologi m-learning education 1925-1930, <http://doi.org/10.1016/jsbspro.2011.04.029>.
- Kai-wen,C. (2010) Study Of Stress Sources Among College Student in Taiwan. J Acad Bussenes Ethics 2.
- Maia, Berta Redrigus, The Impact Of Covid, (2020) vol.7.<http://dx.doi.org/101509.1982>.
- Mahmud, Psikologi Pendidikan, Pustaka Setia h.120.
- Maulizar, Maulina & Bruce (2020), Implementasi Barries During Of Covid, Jurnal Science And Tehnologi Education.
- Moore et al (2011) e-Leaning, on line learning and distance, <http://doi.org/10.1016/j.iheduc.2010.10.001>.
- Marni (2014) Kesehatan Reproduksi. Pustaka Pelajar h.150
- Nursalam dalam Liviana , Stres Daring Pandemik <http://dx.doi.org/10.32584/JiKJv312.590>.
- Nevit 2005: 163 Memberikan Pengertian tentang Kecemasan.
- Nevit, 2010 Kecemasan, cervone 2012 Gangguan kecemasan.
- Potter & Perry (2005) Buku Ajar Keperawatan Konsep, Proses dan Praktek (4th ed, vol.1) EGC.
- Putri (2014) Prevalensi stres psikososial dan faktor yang mempengaruhinya I i(1),23-28.
- Sumadi Surya Brata, Psikologi Pendidikan Rajawali Pers.h.150.
- Simbolon (2015), Gejala Stres, Jurnal Scolastik Keperawatan vol.1, no.1, Januari-Juni.
- Sadik, Basema, University Student During The Covid-19. 10.1101/2020-05.1020096933.
- Sharif, Kamil, Mansoor A. (2007) Stress And Coping Strategis, Jurnal Of Basrah University (25)28.32.
- Sarita & Sonia, (2015) Academic Stress Among Student, International Jurnal Of Applied Research, 1(10), 358-388.

- Stein, (2020). Covid-19 and rationally Layered Social Distancing. International Journal of clinical praktis. <http://doi.org/10.1111/ijcp/13501>.
- Suparno (2014) Model Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma. h.119
- Taquero (2021), Education The Covid-19, Jurnal Pedagogik Reasech. 5(4).
- Taylor, S.E (2003) Healthy Psycology. Mc Graw.Hill.Inc.
- Widiyono,A (2020). Efektifitas Perkuliahan Daring (online) Pada Mahasiswa PGSD di saat pandemi Covid-19. Jurnal Pendididkan, 8(2), 169-177. <http://doi.org/10.36232/pendidikan.v8i2.458>.
- Muslim, M (2020) Manajemen Stres Pada Masa pandemi Covid-19. Essensi Jurnal Manajemen Bissniss, 23(2), 192-201.
- Wains Mahmud (2008,oktober), Jurnal Integriting Learning Education. (pp.31-38).
- WHO (2020) Coronavirus 2019. <http://www.who.int.coronavirus2019/situation-reports>.