

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID 19 di Indonesia mulai terjadi pada bulan Maret 2020, dimulai dengan adanya korban positif di kota Depok. Setelah itu peningkatan kasuspun terjadi di seluruh wilayah Jabodetabek sehingga menjadi kawasan zona merah. Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) mengeluarkan surat keputusan nomor 13 A terkait penetapan masa darurat akibat virus corona. Berdasarkan penetapan tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam rangka Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) (dalam Argaheni, 2020). Pembelajaran secara daring atau *online* ini ditujukan untuk memutus mata rantai penyebaran covid-19 yang telah melanda 215 negara di dunia. Pemerintah mengambil kebijakan dan melarang agar masyarakat tidak berkumpul, menjaga jarak (*physical distancing*), pembatasan sosial (*social distancing*), memakai masker, selalu mencuci tangan dan menaati protokol kesehatan yang telah dianjurkan pemerintah Firman dan Rahman (dalam Rosa, 2020).

Pembelajaran daring merupakan salah satu metode pembelajaran *online* atau dilakukan melalui jaringan internet. Pembelajaran daring dikembangkan untuk

memperluas jangkauan layanan pendidikan dan juga meningkatkan layanan pendidikan Mustofa dkk (dalam Atiqoh, 2020). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas komputer, laptop maupun *smartphone* yang dihubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan *platform* seperti whatsapp, telegram, zoom, meets, google classroom Fitriah (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020).

Pada awalnya pembelajaran daring ditanggapi positif oleh beberapa mahasiswa tetapi dengan berjalannya proses pembelajaran, mahasiswa mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan tersebut antara lain sinyal yang kurang mendukung, sebagian mahasiswa kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah, mahasiswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan dosen maupun mahasiswa lain, materi yang disampaikan sulit dipahami, kurangnya kesiapan dosen dalam menyiapkan materi Gunadha, dkk (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020). Tugas yang banyak dengan *deadline* waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online Kompas (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020). Penelitian yang dilakukan Agus menyebutkan bahwa dosen memberikan tugas yang berlebih dari pada pembelajaran di kelas, dari hasil penelitiannya sebesar 47% responden sepakat bahwa dosen memberikan tugas yang banyak (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020). Beban pembelajaran daring/tugas pembelajaran yang berlebih, waktu mengerjakan yang singkat mengakibatkan stres pada peserta didik Angraini (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020).

Clonninger (dalam Saputra, 2012) mengemukakan stres adalah keadaan yang membuat tegang yang terjadi ketika seseorang mendapatkan masalah atau tantangan yang belum mempunyai jalan keluarnya atau banyak pikiran yang mengganggu seseorang terhadap sesuatu yang akan dilakukannya. Ahli lain, Kendall dan Hammen (dalam Saputra, 2012) menyatakan stres dapat terjadi pada individu ketika terdapat ketidakseimbangan terhadap situasi yang menuntut dengan perasaan individu atas kemampuannya untuk bertemu dengan tuntutan-tuntutan tersebut.

Di dalam perguruan tinggi mahasiswa memiliki resiko tinggi terjadi stres dan terpapar dengan berbagai stresor. Stres yang dialami mahasiswa yang terjadi di perguruan tinggi disebut dengan stress akademik Barseli & Ifdil, 2017 (dalam Andiarna & Kusumawati, 2020). Stres akademik diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan Barseli, (dalam Harahap et al., 2020). Cannon (dalam Majrika, 2018) juga menggambarkan individu yang mengalami stres akademik secara biologis akan mengalami detak jantung meningkat. Sedangkan dari segi psikososial stres memberikan dampak kognitif, emosi dan perilaku sosial. Sagita (dalam Harahap et al, 2020) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung dipengaruhi oleh keterampilan dalam manajemen waktu antara belajar dan kegiatan lainnya. Sedangkan dari segi psikososial stres memberikan dampak kognitif, emosi dan perilaku sosial. Selanjutnya Alvin (dalam Majrika, 2018) menjelaskan bahwa stres akademik merupakan kondisi yang muncul karena adanya tuntutan untuk mencapai prestasi akademik, kondisi persaingan akademik yang

meningkat membuat individu semakin terbebani oleh berbagai tuntutan dan tekanan, faktor stres akademik menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari pola pikir, kepribadian dan keyakinan. Faktor eksternal terdiri dari pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi lebih tinggi, dukungan sosial dan orang tua saling berlomba.

Menurut Zimet (dalam Anadita, 2021) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah cara individu menafsirkan ketersediaan sumber dukungan yang berperan sebagai penahan gejala dan peristiwa stres. Secara tidak langsung dukungan sosial dapat berpengaruh terhadap stres akademik. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi akan memiliki tingkat stres akademik yang rendah, begitu juga sebaliknya. Menurut Uchino (dalam Majrika, 2018) dukungan sosial dapat berupa kenyamanan, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lain yang diterima individu dari orang lain ataupun kelompok. Hal ini sejalan dengan penelitian Ernawati dan Rusmawati (dalam Majrika, 2018) yang mengatakan dukungan sosial orang tua dapat mengurangi stres akademik, bahwa dukungan sosial yang paling berpengaruh pada stres akademik adalah dukungan penghargaan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 8 April 2021, yang diajukan kepada 10 orang mahasiswa Teknik Sipil Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang mengatakan bahwa diawal kuliah daring pada bulan maret 2020 mahasiswa merasakan senang karena bisa kuliah dirumah tanpa harus kekampus, lama kelamaan mahasiswa merasakan pusing, susah tidur dan nafsu makan yang tidak stabil ketika banyaknya tugas perkuliahan yang harus diselesaikan. Mahasiswa juga

sering merasakan cemas, mood berubah-ubah, mudah tersinggung, marah-marah apabila sedang ada masalah jaringan internet pada saat kuliah berlangsung dan pada saat akan pengiriman tugas melalui aplikasi yang harus menggunakan jaringan internet. Selanjutnya, mahasiswa juga merasakan susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, pikiran kacau, daya ingat menurun karena *deadline* tugas yang diberikan oleh dosen sudah dekat dengan waktu pengumpulan. Pada saat persentasi biasanya mahasiswa akan lebih gugup dan merasa tidak aman ketika harus tampil, terlebih ketika dosen mengajukan pertanyaan kepada mahasiswa tersebut.

Selanjutnya, ketika mahasiswa melaksanakan kuliah *online* dirumah mahasiswa merasakan kurang nyaman/ berisik. Terkadang orang tua juga tidak mendengarkan keluhan kesah yang dihadapi oleh anaknya saat kuliah *online*. Mahasiswa juga kurang mendapatkan dukungan finansial dari orang tua seperti pembelian kuota internet dan juga fasilitas pembelajaran yang kurang memadai sehingga membuat mahasiswa menjadi kurang fokus dalam belajar. Dalam mengerjakan tugas kelompok pada saat kuliah *online* biasanya teman lebih lama merespon dan tidak ada pertanggungjawaban dalam penyelesaian tugas tersebut, selanjutnya teman lebih sulit dalam membahas pelajaran secara *online* dan kurang memberikan saran dalam mengerjakan tugas kelompok.

Penelitian tentang dukungan sosial dengan stres akademik ini pernah diteliti oleh Rika Yasufi Majrika (2018) yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Remaja di SMA Yogyakarta. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Ade Chita Putri Harahap, dkk (2020) meneliti tentang “Analisis

Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. Selain itu Desilia Anadita (2021) meneliti tentang “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring”. Adapun perbedaan diantara peneliti sebelumnya dengan penulis adalah berdasarkan tempat dan waktu penelitian sampel dan populasi penelitian.

Berdasarkan uraian dan permasalahan diatas, maka penulis tertarik dan menganggap penelitian ini penting dan perlu untuk diteliti. Oleh karena itu penulis mengangkat permasalahan kedalam suatu judul penelitian, yaitu “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Kuliah Daring Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Teknik Sipil Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Kuliah Daring Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Teknik Sipil Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang?”

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Kuliah Daring Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Teknik Sipil Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya temuan-temuan dalam bidang psikologi dan dapat dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu khususnya psikologi pendidikan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Kuliah Daring Dimasa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Teknik Sipil Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang sehingga mahasiswa mengetahui pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi stres akademik.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan pertimbangan terkait program dukungan sosial dan stres akademik pada mahasiswa dengan metode daring dimasa pandemi covid-19.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan yang digunakan sebagai bakal bagi penulis kelak, sehingga jika berminat untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan dapat mempertimbangkan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori-teori yang lebih

terbaru dan berbeda, sehingga dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.