

## HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT KEPUASAN PERUBAHAN PROSES PEMBELAJARAN SECARA *DARING* PADA MAHASISWA DI MASA *COVID-19*

Apridina Syahira<sup>1</sup>, Mustikasari<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Program Sarjana, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424.

<sup>2</sup>Departemen Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424.

\*) *E-mail*: mustikasari@ui.ac.id

### ABSTRAK

Pandemi *Coronavirus Disease-19* (Covid-19) yang terjadi saat ini menimbulkan berbagai macam dampak bagi masyarakat. Pada bidang pendidikan, dampak yang ditimbulkan adalah adanya perubahan pada proses pembelajaran yang dilakukan secara daring. **Tujuan:** mengetahui hubungan tingkat stres dengan tingkat kepuasan perubahan proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa di masa Covid-19. **Metode:** Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan metode *cross sectional*. Kriteria inklusinya mahasiswa aktif S-1 Reguler FIK UI angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 dan bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling*, dengan sampel sebanyak 218 mahasiswa. Kuesioner menggunakan *Student Stress Inventory* untuk mengukur tingkat stres, dan kuesioner tingkat kepuasan pada pembelajaran *daring* yang dianalisis dengan uji *chi square*. **Hasil:** Hasil penelitian terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kepuasan perubahan proses pembelajaran secara *daring* pada mahasiswa di masa Covid-19 ( $p = 0,030$ ), terutama yang berhubungan tingkat stres akademik dengan tingkat kepuasan perubahan proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa di masa Covid-19 ( $p = 0,001$ ). **Diskusi:** Perubahan proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa di masa Covid-19 dapat menurunkan tingkat kecemasan sehingga berdampak terhadap kepuasan mahasiswa selama pembelajaran secara *daring*. **Kesimpulan:** Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi berbagai pihak terkait pembelajaran secara daring. Selain itu, penelitian ini merekomendasikan penyediaan layanan konseling *online* bagi mahasiswa untuk mengatasi permasalahan akademik dan cara penyelesaian masalahnya.

**Kata Kunci :** Covid-19, kepuasan, mahasiswa, pembelajaran daring, perubahan, mahasiswa

### *Correlation Between Stress Levels and Satisfaction with Online Learning Process Changes in Students During COVID-19*

#### ABSTRACT

The current *Coronavirus disease-19* (COVID-19) pandemic has brought about various impacts on society. One of the resulting impacts on education is the changes to online learning processes. **Objective:** To identify the correlation between stress levels and satisfaction with changes in online learning processes among students during the COVID-19 pandemic. **Methods:** This research employed a quantitative research design with a cross-sectional methodological approach. Inclusion criteria included active undergraduate students of the regular undergraduate program at the Faculty of Nursing, Universitas Indonesia, enrolled in the 2017, 2018, 2019, and 2020 intakes who were willing to participate as respondents. The sample was selected using proportional random sampling, totaling 218 students. The research employed the *Student Stress Inventory* questionnaire to measure stress levels and a satisfaction questionnaire for online learning changes, which were analyzed using the *chi-square* test. **Results:** The research found a significant correlation between stress levels and satisfaction with changes in online learning processes among students during the COVID-19 pandemic ( $p = 0.030$ ), particularly concerning academic stress levels and satisfaction with changes in online learning processes among students during the COVID-19 pandemic ( $p = 0.001$ ). **Discussion:** The changes to online learning processes during the COVID-19 pandemic can reduce anxiety levels, thereby impacting student

satisfaction with online learning. **Conclusion:** This research can serve as an evaluation basis for various stakeholders involved in online learning. Additionally, this research recommends providing online counseling services for students to address academic issues and problem-solving methods.

**Keywords:** COVID-19, Changes, Online Learning, Satisfaction, Students, Stress

## LATAR BELAKANG

Kasus viral pneumonia terjadi akibat virus yang diidentifikasi sebagai penyebab penyakit pada saluran pernapasan. Virus ini sangat mematikan, telah merenggut nyawa ratusan manusia, dan belum ada obatnya pada tahun 2019 sehingga menjadi penyakit yang sangat mengerikan bagi masyarakat di dunia. Kasus ini ditemukan pertama kali di Wuhan, Republik Cina tepatnya tanggal 31 Desember 2019, kemudian diberi nama resmi *Coronavirus Disease* (Covid-19) oleh World Health Organization (WHO) (WHO, 2020). Covid-19 menyebar secara cepat di antara manusia melalui transmisi dari cairan (saat bicara, batuk, dan bersin), transmisi dari udara, transmisi kontak (melalui kontak langsung dengan kulit atau selaput lendir), transmisi hewan, dan kontak dekat dengan pasien. Kondisi tersebut membuat lebih dari 120 negara memberlakukan *social distancing* memutuskan penyebaran virus COVID-19 tersebut. Bidang pendidikan melakukan penutupan sekolah dan mengalihkan proses pembelajaran menjadi daring di rumah masing-masing. Negara Indonesia melakukan penutupan pada semua sekolah pada awal Maret 2020 sehingga 60 juta siswa belajar di rumah (United Nations Children's Fund ([UNICEF], 2020).

Pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran daring adalah proses pembelajaran yang dilakukan secara *online* menggunakan jaringan internet yang pengajar dan pelajarnya tidak bertatap muka secara langsung (Ristekdikti, 2016). Proses perubahan pembelajaran secara daring ini tentunya memiliki tantangan tersendiri daripada pembelajaran secara tatap muka, di antaranya interaksi emosional antara pengajar dan pelajar yang kurang maksimal

pada proses pembelajaran, koneksi jaringan/ akses internet yang terbatas, dan pemahaman terhadap materi yang disampaikan kurang maksimal (Gusty dkk., 2020).

Selain hal tersebut, perubahan proses pembelajaran menjadi *daring* membuat mahasiswa mengalami stres dan ketidakpuasan. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan di Kerajaan Saudi Arabia (KSA) yang menyebutkan bahwa mahasiswa mengalami stres akibat pembelajaran daring dengan tingkat sedang sebesar 60,9% dan tingkat tinggi sebesar 39,1% (AlAteeq, Aljani, dan AlEesa, 2020). Stres merupakan reaksi yang membangkitkan tingkat ketegangan atau kecemasan sehingga menghasilkan berbagai respons seperti respons fisiologis, psikologis, serta perilaku individu (Potter dkk., 2022).

Pembelajaran daring juga menyebabkan ketidakpuasan mahasiswa pada proses pembelajaran tersebut. Salah satu universitas di Indonesia menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasa tidak puas dengan pembelajaran jauh sebanyak 48,2%. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu teknologi dan kemampuan dosen (Napitupulu, 2020). Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melihat tingkat stres dengan tingkat kepuasan terhadap perubahan proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa di masa Covid-19 di Fakultas Ilmu Keperawatan UI (FIK UI). Tujuan penelitian ini ialah mengidentifikasi hubungan tingkat stres dengan tingkat kepuasan terhadap perubahan proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa karena mahasiswa FIK UI Reguler merupakan salah satu kelompok yang mengalami perubahan proses pembelajaran menjadi daring.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan sampel sebanyak 218 mahasiswa, menggunakan perhitungan rumus Slovin sesuai kriteria inklusi, yaitu mahasiswa aktif S-1 Reguler FIK UI angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 dan bersedia menjadi responden. Pada tiap angkatan yang sudah didapat berdasarkan perhitungan, dilakukan pengambilan secara proporsional. Selanjutnya, dilakukan pengambilan sampel dengan cara *random sampling*, yaitu mengundi sampel yang telah ditentukan jumlahnya setiap angkatan. Waktu penelitian berlangsung dari 15 Februari 2021 hingga 4 Juni 2021 dan bertempat di FIK UI.

Kuesioner pertama dalam penelitian berupa kuesioner *Student Stress Inventory* (SSI) untuk mengukur tingkat stres, yang diadopsi dari Arip dkk. (2015) sebanyak 40 pertanyaan. Terdiri dari bagian 1: fisik (nomor 1–10), bagian 2: hubungan interpersonal (nomor 11–20), bagian 3: akademik (nomor 21–30), dan bagian 4: faktor lingkungan (nomor 31–40). Skala pengukuran dilakukan dengan skala Likert, yaitu tidak pernah (1), agak sering (2), sering (3), dan selalu (4). Interpretasi penilaian SSI berupa stres ringan dengan nilai 40–80, stres sedang nilai 81–121, dan stres berat nilai 122–160. Uji coba instrumen SSI dilakukan dengan nilai validitas 0,422–0,805 dan reliabilitas 0,75.

Kuesioner kedua yang digunakan untuk mengukur tingkat kepuasan pada pembelajaran daring diadopsi dari kuesioner Carolina, Supriyatna, Puspitasari (2020) yang berisi 10 pertanyaan. Pengisian kuesioner menggunakan skala Likert dengan kriteria sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), ragu-ragu (3), setuju (4), dan sangat setuju (5). Interpretasi penilaian menggunakan *cuf off point* yaitu 1= tidak puas (nilai 0–13), 2= cukup puas (nilai 14–37), 3= puas (nilai 38–50). Nilai validitasnya sebesar

0,381–0,743 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0,745.

Pengolahan data dilakukan dengan tahap *editing, coding, entry data, dan cleaning*. Analisis dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat, yaitu uji *chi square*. Etika dalam penelitian ini memperhatikan *self determination, informed consent, fair treatment, dan privacy*. Penelitian ini telah lolos etik oleh Komite Etik Penelitian FIK UI dengan nomor surat SK-08/UN2.F12.D1.2.1/ETIK 2021.

## **HASIL**

Hasil penelitian melihat gambaran karakteristik, tingkat stres, tingkat kepuasan dilanjutkan dengan melihat hubungan tingkat stres dengan tingkat kepuasan mahasiswa. Tabel 1 menunjukkan rata-rata usia mahasiswa adalah 19,82 tahun dengan standar deviasi 1,164.

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden terbanyak berjenis kelamin perempuan (92,2%). Jumlah mahasiswa di setiap angkatan ialah 2017 sebanyak 53 mahasiswa, 2018 sebanyak 53 mahasiswa, 2019 sebanyak 54 mahasiswa, dan 2020 sebanyak 58 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat stres dengan kategori ringan sebanyak 112 orang (51,4%), tetapi masih ada yang mengalami stres berat sebanyak 5 orang (2,3%). Gambaran tingkat stres dari aspek fisik menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres ringan sebanyak 73 orang (33,5%), tingkat stres dari aspek hubungan interpersonal menunjukkan stres ringan sebanyak 159 (72,9%) orang, tingkat stres dari aspek akademik menunjukkan stres ringan sebanyak 65 (29,8%) orang, tingkat stres dari aspek faktor lingkungan menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres ringan sebanyak 127 (58,3%) orang. Mahasiswa dengan tingkat kepuasan cukup puas terhadap perubahan pembelajaran secara daring sebanyak 154 orang (70,7%).

Selanjutnya, hubungan tingkat stres dengan tingkat kepuasan ditunjukkan pada Tabel 3. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas mahasiswa yang mengalami stres ringan memersepsikan perubahan pembelajaran secara daring cukup puas sebanyak 79 orang (79,1%). Sementara itu, mahasiswa yang mengalami stres sedang memersepsikan perubahan pembelajaran secara daring cukup puas sejumlah 73 orang (72,3%). Mahasiswa yang mengalami stres berat memersepsikan perubahan pembelajaran secara daring tidak puas sebanyak 1 orang (20,0%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring dengan ( $p = 0,030$ ,  $\alpha = 0,05$ ). Setelah dilakukan uji statistik pada variabel bagian dari tingkat stres, yaitu fisik, hubungan interpersonal, akademik, dan faktor lingkungan, hanya bagian akademik yang memiliki hubungan dengan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring ( $p = 0,001$ ,  $\alpha = 0,05$ ).

## DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring. Penelitian ini sejalan dengan penelitian terkait yang berjudul “Pembelajaran *Online* dalam Pendidikan Keperawatan selama Pandemi Covid-19: Stres, Kepuasan dan Kinerja Akademik” yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif signifikan antara tingkat stres dan tingkat kepuasan pembelajaran secara daring (Oducado dan Estoque, 2021). Hasil penelitian lainnya yang membahas pengaruh teknologi pembelajaran kuliah *online* di era Covid-19 dan dampaknya terhadap mental mahasiswa sejalan dengan penelitian ini. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan yang erat antara perkuliahan *online* dan sikap mental pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran

daring ini (Watnaya dkk., 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden penelitian ini mengalami stres sedang dan 2,3% mengalami stres berat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan judul “Student Stress Due to Online Learning During the Covid Pandemic” yang mendapatkan hasil bahwa 48,9% mahasiswa mengalami stres ringan, 42,6% mengalami stres sedang, dan 4% mengalami stres tinggi (Wahyu dan Simanullang, 2020). Sementara itu, penelitian Oducado dan Estoque (2021) menjelaskan bahwa 44,4% mahasiswa keperawatan mengalami stres dan 47,2% mahasiswa mengalami stres berat selama pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19.

Di antara empat aspek tingkat stres yang diteliti, hanya bagian akademik yang memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring. Adanya perubahan dari proses akademik yang secara cepat terkait pembelajaran yang awalnya tatap muka menjadi pembelajaran daring dalam kurun waktu yang singkat dapat menimbulkan perubahan situasi yang membuat seseorang menggunakan energi lebih besar untuk melakukan adaptasi terhadap kebiasaan yang baru. Penelitian yang dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara frekuensi pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan tingkat stres (Putri dkk., 2020). Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa tingkat stres memiliki hubungan yang signifikan terhadap tingkat kepuasan pembelajaran secara daring.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres yang berkaitan dengan perubahan pembelajaran secara daring paling banyak berada pada tingkat stres sedang, pada bagian aspek fisik dan aspek akademik. Pada aspek stres fisik, mahasiswa yang melakukan pembelajaran secara daring paling sering mengalami sakit

kepala, sakit punggung, masalah tidur, sulit bernapas, kekhawatiran yang berlebihan, sakit perut/mual, sering masuk angin/flu/demam, kelelahan, dan penurunan berat badan. Berdasarkan persentase indikator fisik, yang paling sering dirasakan mahasiswa pada saat pembelajaran daring ialah sakit kepala, sakit punggung, masalah tidur, kelelahan, dan kekhawatiran yang berlebihan. Hal ini berkaitan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pada pembelajaran secara daring, jumlah mahasiswa yang mengalami gangguan *somatoform* saat pembelajaran secara daring sebesar 37,7% (Putri dkk., 2020).

Salah satu penyebab terjadinya masalah-masalah kesehatan tersebut ialah pada saat pembelajaran secara daring, mahasiswa menerapkan postur tubuh yang kurang baik. Misalnya, saat proses pembelajaran secara daring, mahasiswa yang tidak menggunakan kursi sebanyak 73,1%. Mahasiswa yang cenderung duduk secara lesehan, berbaring, atau tidur sebanyak 46,2% dan berdiri sebanyak 3,8% (Sobirin, 2020).

Pada aspek akademik, hasil penelitian ini menunjukkan lebih dari setengah mahasiswa yang menjadi responden mengalami stres sedang, yaitu sebanyak 59,6%. Hasil penelitian ini menunjukkan persentase lebih tinggi daripada penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik sedang, yakni sebanyak 39,2% pada saat melaksanakan pembelajaran daring (Lubis, Ramadhani dan Rasyid, 2021).

Berdasarkan sumbernya, ada berbagai macam penyebab stres, di antaranya *internal stressors*, *external stressors*, *developmental stressors*, dan *situational stressor* (Kozier, Snyder, dan Berman, 2016). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Livana, Mubin, dan Basthomi (2020), tugas pembelajaran secara daring merupakan faktor utama penyebab stres mahasiswa selama pandemi

Covid-19. Hal tersebut juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiyono (2020) yang menjelaskan bahwa pembelajaran daring memberikan pemahaman materi yang kurang optimal. Selain itu, terlalu banyaknya tugas yang diberikan kepada mahasiswa menyebabkan pembelajaran dinilai kurang efektif.

Berdasarkan pernyataan tersebut, disimpulkan bahwa pembelajaran daring menuntut seorang mahasiswa untuk lebih aktif belajar mandiri selama mengikuti kelas daring. Perubahan pembelajaran secara daring dapat memengaruhi tingkat stres. Dalam penelitian ini, hasil analisis menunjukkan mayoritas mahasiswa mengalami stres.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak lebih dari 70% responden berada pada kategori cukup puas terhadap perubahan pembelajaran daring. Hasil ini sejalan dengan peneliti sebelumnya yang rata-rata 83% respondennya menjawab sangat puas dengan perkuliahan *e-learning* di era pandemi Covid-19 (Nurhayati dan Zuhra, 2020). Sementara itu, terkait tingkat kepuasan terhadap pembelajaran daring, sebesar 37% mahasiswa merasa kurang puas dan 46,3% lainnya merasa cukup puas (Oducado dan Estoque, 2021).

Tingkat kepuasan pembelajaran daring merupakan salah satu tolok ukur untuk mengetahui seberapa besar proses pembelajaran daring diterima oleh para mahasiswa. Apabila peserta didik dapat beradaptasi, hal ini akan membantu meningkatkan peluang keberhasilan dan efektivitas penerapan perubahan proses pembelajaran secara daring (Naji dkk., 2020). Hal ini berkaitan dengan hasil penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa ada kaitan antara mutu pembelajaran dan tingkat kepuasan. Apabila mutu pembelajaran dijaga dengan baik, tingkat kepuasan mahasiswa akan berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar yang akan diperolehnya (Putra, 2019). Berdasarkan penjelasan tersebut, penting

**Tabel 1.** Distribusi berdasarkan usia ( $n=218$ )

| Variabel | Mean  | SD    |
|----------|-------|-------|
| Usia     | 19,82 | 1,164 |

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin dan angkatan pada mahasiswa di masa Covid-19 ( $n = 218$ )

| Variabel                      | Jumlah | Persentase |
|-------------------------------|--------|------------|
| <b>Jenis kelamin</b>          |        |            |
| Laki-laki                     | 17     | 7,8        |
| Perempuan                     | 201    | 92,2       |
| <b>Angkatan</b>               |        |            |
| 2017                          | 53     | 24,3       |
| 2018                          | 53     | 24,3       |
| 2019                          | 54     | 24,8       |
| 2020                          | 58     | 26,6       |
| <b>Tingkat Stres</b>          |        |            |
| Ringan                        | 112    | 51,4       |
| Sedang                        | 101    | 46,3       |
| Berat                         | 5      | 2,3        |
| <b>Fisik</b>                  |        |            |
| Ringan                        | 73     | 33,5       |
| Sedang                        | 138    | 63,3       |
| Berat                         | 7      | 3,2        |
| <b>Hubungan interpersonal</b> |        |            |
| Ringan                        | 159    | 72,9       |
| Sedang                        | 53     | 24,3       |
| Berat                         | 6      | 2,8        |
| <b>Akademik</b>               |        |            |
| Ringan                        | 65     | 29,8       |
| Sedang                        | 130    | 59,6       |
| Berat                         | 23     | 10,6       |
| <b>Faktor lingkungan</b>      |        |            |
| Ringan                        | 127    | 58,2       |
| Sedang                        | 85     | 39,0       |
| Berat                         | 6      | 2,8        |
| <b>Tingkat kepuasan</b>       |        |            |
| Tidak puas                    | 26     | 11,9       |
| Cukup puas                    | 154    | 70,7       |
| Puas                          | 38     | 17,4       |

**Tabel 3.** Analisis hubungan tingkat stres dan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring pada mahasiswa ( $n = 218$ )

| Variabel                             |        | Tingkat Kepuasan Perubahan Pembelajaran secara Daring |             |            | <i>p value</i> |
|--------------------------------------|--------|---|-------------|------------|----------------|
|                                      |        | Tidak Puas  | Cukup Puas  | Puas       |                |
| Tingkat stres                        | Ringan | 8 (7,2%)  | 79 (70,5%)  | 25 (22,3%) | 0,030          |
|                                      | Sedang | 17 (16,8%)  | 73 (72,3%)  | 11 (10,9%) |                |
|                                      | Berat  | 1 (20,0%)   | 2 (40,0%)   | 2 (40,0%)  |                |
|                                      |        | Tingkat Kepuasan Perubahan Pembelajaran secara daring |             |            | <i>p value</i> |
|                                      |        | Tidak Puas  | Cukup Puas  | Puas       |                |
| Tingkat stres fisik                  | Ringan | 6 (8,2%)  | 50 (68,5%)  | 17 (23,3%) | 0,341          |
|                                      | Sedang | 19 (13,8%)  | 100(72,4%)  | 19 (13,8%) |                |
|                                      | Berat  | 1 (14,3%)   | 4 (57,1%)   | 2 (28,6%)  |                |
|                                      |        | Tingkat Kepuasan Perubahan Pembelajaran secara daring |             |            | <i>p value</i> |
|                                      |        | Tidak Puas  | Cukup Puas  | Puas       |                |
| Tingkat stres hubungan interpersonal | Ringan | 15 (9,4%)   | 116 (73,0%) | 28 (17,6%) | 0,360          |
|                                      | Sedang | 10 (18,9%)  | 35 (66,0%)  | 8 (15,1%)  |                |
|                                      | Berat  | 1 (16,7%)   | 3 (50,0%)   | 2 (33,3%)  |                |
|                                      |        | Tingkat Kepuasan Perubahan Pembelajaran secara daring |             |            | <i>p value</i> |
|                                      |        | Tidak Puas  | Cukup Puas  | Puas       |                |
| Tingkat stres akademik               | Ringan | 2(3,1%)   | 42 (64,6%)  | 21 (32,3%) | 0,001          |
|                                      | Sedang | 19 (14,6)   | 97 (74,6%)  | 14 (10,8%) |                |
|                                      | Berat  | 5 (21,8%)   | 15 (65,2%)  | 3 (13,0%)  |                |
|                                      |        | Tingkat Kepuasan Perubahan Pembelajaran secara daring |             |            | <i>p value</i> |
|                                      |        | Tidak Puas  | Cukup Puas  | Puas       |                |
| Tingkat stres faktor lingkungan      | Ringan | 11 (8,7%)   | 91 (71,6%)  | 25 (19,7%) | 0,299          |
|                                      | Sedang | 13 (15,3%)  | 60 (70,6%)  | 12 (14,1%) |                |
|                                      | Berat  | 2 (33,3%)   | 3 (50,0%)   | 1 (16,7%)  |                |

mengetahui seberapa besar tingkat kepuasan mahasiswa terhadap perubahan pembelajaran secara daring. Hal tersebut dilakukan untuk membantu meningkatkan peluang keberhasilan dan efektivitas pembelajaran bagi mahasiswa.

Karakteristik usia mahasiswa yang mengikuti penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa berada pada rentang remaja akhir hingga dewasa awal. Tahap perkembangan psikososial menyebutkan bahwa pada tahap

remaja, terjadi proses pencarian identitas diri vs kebingungan peran (Wong dan Huckenberry, 2008). Jika psikososial remaja tercapai, akan terbentuk rasa percaya diri dan mereka akan menemukan identitas serta jati dirinya. Namun, apabila tahap ini tidak tercapai, akan muncul sikap kebingungan peran dalam menentukan identitas diri pada remaja. Sementara itu, pada tahap dewasa awal terjadi proses perkembangan *intimacy vs isolation* yang sesuai dengan tugas

perkembangan psikososial Erikson (1950 dalam Wong dan Huckenberry, 2008). Pada rentang usia remaja hingga dewasa awal, individu rentan mengalami stres (Ambarwati, Pinilih, dan Astuti, 2017). Hal tersebut tentunya diakibatkan oleh berbagai macam faktor yang memengaruhi masa perkembangan remaja awal hingga dewasa.

Penelitian didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 201 orang (92,2%). Hal ini mungkin akan berbeda jika penelitian dilakukan di fakultas lain yang sebaran mahasiswa laki-lakinya setara dengan perempuan. Penelitian lain menyebutkan bahwa perempuan mempunyai perasaan yang lebih peka terhadap perubahan lingkungan di sekitarnya sehingga biasanya mengalami tingkat stres yang lebih berat daripada laki-laki (Yikealo, Yemane, dan Karvinen, 2018).

## SIMPULAN

Mahasiswa sebagian besar mengalami tingkat stres ringan dan sedang. Namun demikian, hal ini perlu menjadi perhatian. Tingkat kepuasan mahasiswa pada perubahan pembelajaran secara daring sebagian besar merasa cukup puas dan puas dengan pembelajaran. Terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan tingkat kepuasan pembelajaran secara daring pada mahasiswa. Stres berat memberikan ketidakpuasan pembelajaran secara daring pada mahasiswa. Begitu pun sebaliknya, stres ringan memberikan kepuasan kepada mahasiswa.

Penelitian ini dapat menjadi masukan dan data dasar maupun informasi bagi pemberi layanan keperawatan, khususnya keperawatan jiwa, bahwa perlu ada perhatian khusus bagi kesehatan jiwa mahasiswa dalam situasi perubahan proses pembelajaran secara daring ini. Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan, bahan masukan, dan sumber informasi untuk penelitian-penelitian keperawatan selanjutnya yang meneliti mengenai hubungan tingkat

stres dengan tingkat kepuasan perubahan pembelajaran secara daring pada mahasiswa.

Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi mengenai proses pembelajaran secara daring pada mahasiswa untuk dapat tetap mempertahankan dan merancang ataupun menyusun strategi pembelajaran yang lebih baik, bermutu, dan sesuai dengan kondisi maupun situasi yang diharuskan menggunakan pembelajaran daring.

## DAFTAR PUSTAKA

- AlAteeq, D. A., Aljhani, S., & AlEesa, D. (2020). Perceived stress among students in virtual classrooms during the COVID-19 outbreak in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 15(5): 398–403. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2020.07.004>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1): 40-47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Arip, M. A. S. M., Kamaruzaman, D. N., Roslan, A., & Ahmad, A. (2015). *Manual and Interpretation of Student Stress Inventory (SSI): Development, Validity And Reliability of Student Stress Inventory (SSI)*. Retrieved from: 05/04/2021 [https://www.researchgate.net/publication/316662054\\_MANUAL\\_OF\\_STUDENT\\_STRESS\\_INVENTORY\\_SSI\\_Development\\_Vailidity\\_And\\_Reliability\\_of\\_Student\\_Stress\\_Inventory\\_SSI](https://www.researchgate.net/publication/316662054_MANUAL_OF_STUDENT_STRESS_INVENTORY_SSI_Development_Vailidity_And_Reliability_of_Student_Stress_Inventory_SSI)
- Carolina, I., Supriyatna, A., & Puspitasari, D. (2020). Analisa Tingkat Kepuasan Mahasiswa Terhadap Perkuliahan Daring Pada Era Pandemi Covid 19. *Prosiding Seminar Nasional Riset Dan Information Science (SENARIS)*, 2, 342–347.
- Gusty, S., Nurmiati N., Muliana M, Sulaiman, O.K., Ginantra, N.L.W.S.R., Manuhutu,

- M. A., Sudarso, A., & Warella, S. Y. (2020). *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19*. Retrieved from <http://www.kitamenuulis.idBukuKita.com> Gramedia.
- Kozier, B., Snyder, D., & Berman, A. (2016). *Fundamental of Nursing: Concepts, Process, and Practice. Tenth Edition*. New Jersey: Pearson Education Inc.
- Livana, P. H., Mubin M. F., & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2): 203–208.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1): 31-39. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Naji, K. K., Du, X., Tarlochan, F., Ebead, U., Hasan, M. A., & Al-Ali, A. K. (2020). Engineering students' readiness to transition to emergency online learning in response to COVID-19: Case of Qatar. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 16(10): em1886. . <https://doi.org/10.29333/EJMSTE/8474>
- Napitupulu, R. M. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap kepuasan pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 7(1): 23–33. <https://doi.org/10.21831/jitp.v7i1.32771>
- Nurhayati, N., & Zuhra, F. (2020). Analisis Tingkat Kepuasan Mahasiswa FKIP Matematika Universitas Almuslim Terhadap Pemanfaatan E-Learning Di Era Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika Al Qalasadi*, 4(2): 83-90. <https://doi.org/10.32505/qalasadi.v4i2.2184>
- Oducado, R. M. F., & Estoque, H. (2021). Online Learning in Nursing Education During the COVID-19 Pandemic: Stress, Satisfaction, and Academic Performance. *Journal Of Nursing Practice*, 4(2): 143-153. <https://doi.org/10.30994/jnp.v4i2.128>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., Hall, A. M., & Ostendorf, W. R. (2022). *Fundamentals of nursing* (11th ed.). Missouri: Elsevier Inc.
- Putri, R. M., Octaviani, A. D., Utami, A. S. F., Addiina, H. A., & Nisa, H. (2020). Hubungan pembelajaran jarak jauh dan gangguan somatoform dengan tingkat stres mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesia. Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1): 38-45. <http://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.4003>
- Putra, I. (2019). Peran Kepuasan Belajar Dalam Mengukur Mutu Pembelajaran Dan Hasil Belajar. *Jurnal Penjaminan Mutu*, 5(1): 22-31. Retrieved from <http://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/JPM/article/view/756>
- Ristekdikti. (2016). *Kebijakan Pendidikan Jarak Jauh dan E-Learning di Indonesia*. Retrieved from <http://kopertis3.or.id/v2/wp-content/uploads/Paulina-Pannen-Kebijakan-PJJ-dan-E-Learning.pdf>
- Sobirin, M. (2020). Identifikasi Keluhan Kesehatan Mahasiswa Selama Perkuliahan Daring pada Masa Pandemi Covid19. *Performa: Media Ilmiah Teknik Industri*, 19(1): 49-54. <http://doi.org/10.20961/performa.19.1.42583>.
- Unicef. (2020). *Covid-19 dan Anak-anak di Indonesia. United Nations Children's Fund*. Retrieved from <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/covid-19-dan-anak-anak-di-indonesia>
- Watnaya, K.A., Muiz, M.H., Sumarni, N., Masnyur, A.S., & Zaqiah, Q.Y. (2020).

Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach: Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran*, 1(2): 153-165. <http://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1987>.

Wahyu, A., dan Simanullang, R.H. (2021). Student Stress Due to Online Learning During the Covid Pandemic Stres Mahasiswa Akibat Pembelajaran Daring Selama Student Stress Due to Online Learning During the Covid-19. *Jurnal Aisyah Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2): 153-157. <http://doi.org/10.30604/jika.v5i2.346>.

Wong D. L., dan Huckenberry, M.J. (2008). *Wong's Nursing care of infants and children*. St Louis Missouri: Mosby Company.

WHO. (2020). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard | WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. In *Who.int*. Retrieved from: <https://covid19.who.int/table>

Widiyono, A. (2020). Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2): 169–177. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v8i2.458>

Yikealo, D., Yemane, B., & Karvinen, I. (2018). The Level of Academic and Environmental Stress among College Students: A Case in the College of Education. *Open Journal of Social Sciences*, 06(11): 40–57. <https://doi.org/10.4236/jss.2018.611004>