

Research Article

***The Correlation Between Online Learning And Level Of Academic Stress  
During Covid-19 Pandemic In Medical Student***

***Sarah Grace Neljti Wilhelmina Emmanuela Saudale<sup>1</sup>, Conrad L. H. Folamauk<sup>2</sup>,  
Idawati Trisno<sup>3</sup>, Nicholas E. Handoyo<sup>4</sup>***

*<sup>1</sup>Faculty of Medicine, Univertas Nusa Cendana*

*<sup>2</sup>Departement of Tropic Medical, Faculty of Medicine, Univertas Nusa Cendana*

*<sup>3</sup>Departement of Medical Community, Faculty of Medicine,, Univertas Nusa Cendana*

*\* Sarah Grace Neljti Wilhelmina Emmanuela Saudale*

**Abstract**

**Background:** *The outbreak of COVID-19 ended up as a massive global pandemic, caused government to determine lockdown and social distancing to cut the transmission. People are forced to work and study from home. The change of study method from face to face to online learning caused the study to be ineffective. These problems can cause academic stress in medical student. Demands and difficulties during pandemic can cause downfall of academic achievement, concentration in study, failure in study and psychology disorders.*

**Objective :** *To determine the correlations of online learning and academic stress during COVID-19 pandemic in medical student.*

**Method:** *This is a research is quantitative analytic using cross sectional that conducted to preclinical student, faculty of medicine nusa cendana university. The data were collected using the questionnaire of online studying and academic stress from previous study based on theory. The sampels were chosen using stratified random sampling methods with 157 samples from 2018, 2019 and 2020 batch that fullfiling the inclusion and exclusion criteria. This study was analyzed by univariate and bivariate using the koefisien contingency test.*

**Result and discussion:** *From this study it is found that out of 157 respondents, 52,9% of the respondents experienced academic stress, and 47,1% had not academic stress. Besides, it is also found that 51,6% had good level of online learning and 48,4% had very good level of online studying. The result of bivariate analyzed was  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) using the keofisien contingency test shows there is a correlation between online learning and academic stress during COVID-19 pandemic on preclinical student faculty of medicine.*

**Conclusion:** *The better online learning occur, the lower the level of academic stress.*

**Keywords:** *Online Learning, Academic Stress, Medical Student*

**How to Cite:**

Saudale Sarah G. N. W. E., Folamauk Conrad L. H., Trisno Idawati, Handoyo Nicholas E. *Correlation Between Online Learning And Level Of Academic Stress During Covid-19 Pandemic In Medical Student.* Cendana medical Journal. 2023; 11(1): 11-23. DOI: <https://doi.org/10.35508/cmj.v11i1.10720>

© 2023 The Authors. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. 

Research Article

**Abstrak**

**Latar belakang :** Dengan terjadinya pandemi COVID-19 secara masif dan cepat pemerintah memutuskan untuk melakukan kebijakan berupa lockdown dan social distancing. Masyarakat diwajibkan mengikuti kegiatan Work from Home dan Study from Home. Perubahan metode pembelajaran menjadi pembelajaran daring menyebabkan adanya kendala dan hambatan yang dapat menimbulkan stres akademik pada mahasiswa. Tuntutan dan kesulitan dapat membuat mahasiswa mengalami penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar, kegagalan pendidikan, dan perkembangan psikologis terganggu.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan pembelajaran daring dengan tingkat stres akademik saat pandemi COVID-19 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan cross sectional yang dilakukan pada penjahit di Kelurahan Solor Kota Kupang dengan cara pengisian kuesioner dan wawancara langsung. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah responden 34 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data dianalisis menggunakan uji chi square.

**Metode :** Metode penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan rancangan cross sectional yang dilakukan pada mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dengan cara pengisian kuesioner. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling dengan jumlah responden 157 orang dari angkatan 2018, 2019 dan 2020 yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji koefisien Contingency

**Hasil :** Dari penelitian ini ditemukan bahwa dari 157 responden, terdapat 52,9% responden mengalami stres akademik, dan 47,1% responden tidak mengalami stres akademik. Selain itu didapatkan hasil bahwa terdapat 51,6% responden mengalami pembelajaran daring yang sangat baik, dan 48,4% responden mengalami pembelajaran daring yang baik. Hasil uji bivariat menggunakan uji koefisien Contingency pada penelitian ini diperoleh hasil  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) yang menunjukkan adanya hubungan antara pembelajaran daring dengan tingkat stress akademik saat pandemi COVID-19 pada mahasiswa fakultas kedokteran.

**Kesimpulan :** Semakin baik berlangsungnya pembelajaran daring maka semakin menurunnya tingkat stres akademik.

**Kata kunci:** Pembelajaran Daring, Tingkat Stres Akademik, Mahasiswa Kedokteran.

**Pendahuluan**

World Health Organization (WHO) China Country Office melaporkan adanya kasus pneumonia baru di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China pada tanggal 31 Desember 2019. WHO resmi menetapkan penyakit baru yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-COV2)(1) ini dinamakan Coronavirus Disease (COVID-19) pada tanggal 12 Februari 2020.(2) Manifestasi klinis utama COVID-19 yang muncul

adalah kesulitan bernafas, batuk, demam (suhu  $>38^{\circ}\text{C}$ ), dapat juga disertai nafas sesak memberat, fatigue, gejala diare, mialgia, dan gejala saluran nafas lain. Secara umum, penularan paling efektif COVID-19 antar manusia adalah melalui droplet atau cairan yang dikeluarkan saat batuk atau bersin serta yang menempel di benda sekitar. (2)(3)

Data Satuan Tugas Penanganan COVID-19 menunjukkan jumlah kasus

Research Article

COVID-19 pada tanggal 7 Juli 2021 di dunia telah terkonfirmasi sebanyak 88.059.213 dan meninggal 2.199.724, dan pada kasus di Indonesia menunjukkan jumlah kasus terkonfirmasi 2.379.397 dengan penambahan kasus positif sebanyak +34.379 kasus, kasus aktif sebanyak 343.101, sebanyak 1.973.388 kasus sembuh dan kematian 62.908 kasus dan angka kematian pada pekan sebelumnya mengalami kenaikan sebesar 36,2% dalam 1 minggu terakhir.<sup>(1)</sup> Penelitian Moch Halim Sukur (2019) menyatakan bahwa Indonesia sudah mengalami kondisi dimana kekhawatiran masyarakat terhadap COVID-19 cukup besar, sehingga sebagai upaya memutus mata rantai penyebaran antarmanusia virus COVID-19 yang terjadi dengan masif, pemerintah melaksanakan berbagai kebijakan berupa PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), lock down, social distancing, new normal, dan pada pertengahan Februari 2021 pemerintah melaksanakan kebijakan yang disebut Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Mikro.<sup>(2)(3)(4)</sup>

Akibat penerapan kebijakan-kebijakan ini, masyarakat diwajibkan mengikuti kegiatan Work from Home (bekerja dari rumah) dan Study from Home (belajar dari rumah).<sup>(5)</sup> Perubahan pembelajaran yang mendadak dari metode tatap muka (konvensional) menjadi metode pembelajaran daring melalui Study from Home menyebabkan

pembelajaran tidak maksimal. Selama proses pembelajaran online berbagai kemudahan media dan fitur yang telah tersedia, begitu pula hambatan dan kendala yang dihadapi oleh dosen maupun mahasiswa seperti tidak tersedia fasilitas dan keterbatasan sinyal internet, pembelajaran kurang efektif, kesulitan dalam konsentrasi dan memahami pembelajaran online.<sup>(6)(7)</sup>

Fakultas Kedokteran memiliki tuntutan akademik yang tinggi dimana harus diikuti oleh mahasiswa kedokteran, selain perkuliahan blok, tutorial, pleno, dan ujian akhir blok (ujian teori dan ujian praktikum), terdapat pula praktikum, keterampilan klinik, dan tugas akhir yang tidak dapat menggunakan metode pembelajaran daring. Berdasarkan survey yang dilakukan selama pembelajaran online saat pandemi COVID-19, mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Nusa Cendana mengeluhkan berbagai masalah seperti pembiayaan kuota yang bertambah, fasilitas yang tidak didapatkan dari kampus (perpustakaan, laboratorium), mata kuliah yang tidak bisa dipelajari secara online seperti Clinical Skill Lab (CSL).<sup>(8)</sup>

Stres akademik adalah suatu kondisi atau keadaan dimana terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan di bidang akademik. Bagi siswa yang merasa

## Research Article

bahwa tuntutan untuk berprestasi dari berbagai pihak sebagai tekanan tentu akan mempengaruhi pencapaian hasil belajarnya di level yang tinggi. Hal ini akan menjadi beban bagi siswa untuk berprestasi di sekolah.<sup>(9)</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Susi Purwati (2012) dengan responden mahasiswa reguler angkatan 2010 FIK UI mendapatkan hasil bahwa 50% mahasiswa kedokteran mengalami stres akademik dan pada penelitian yang dilakukan Oktovia (2012) mendapati bahwa 71,6% mahasiswa kedokteran mengalami stres.<sup>(10)</sup> Penelitian tentang tingkat stres oleh Kusumaningrum (2013) mendapatkan dari 75 mahasiswa, yang mengalami stres sedang sebanyak 77,3%, stres ringan 16% dan stres berat 6,7%.<sup>(11)</sup> Stres pada mahasiswa kedokteran sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non- medis. Stresor yang dianggap paling relevan adalah keharusan bagi mahasiswa kedokteran untuk mempelajari sejumlah besar materi perkuliahan dalam periode yang singkat sebelum akhirnya menjalani ujian dan dievaluasi. Banyaknya materi perkuliahan menciptakan stres karena ketidakmampuan untuk menangani semua informasi sekaligus dan kemungkinan untuk berhasil selama periode ujian menjadi sulit. Stres pada mahasiswa kedokteran dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, penurunan konsentrasi belajar, dan penurunan daya ingat. Aktivitas

mahasiswa kedokteran yang padat dan memiliki tuntutan akademik yang tinggi membuat mahasiswa kedokteran lebih beresiko untuk mengalami stres dan kelelahan.<sup>(10)</sup> Hal ini mengakibatkan mahasiswa mengalami tekanan psikologis sekitar 60%. Jika keadaan ini berlanjut atau dibiarkan terus menerus, ditakutkan akan berdampak pada kegagalan pendidikan atau drop out serta perkembangan psikologis mahasiswa terganggu.<sup>(12)</sup> Pembelajaran daring yang telah dilakukan sejak bulan Maret 2020 dan telah berjalan tiga semester ini dapat menimbulkan stres pada mahasiswa kedokteran akibat tekanan dan kesulitan dari tuntutan akademik dan kendala yang dihadapi dalam perubahan metode pembelajaran.<sup>(9)</sup>

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Akademik Saat Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

### Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik observasional dengan rancangan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yakni pembelajaran daring dengan variabel terikat yakni tingkat stres akademik dimana pengambilan data dalam penelitian dilakukan sebanyak satu kali

Research Article

dalam waktu yang sama.

Lokasi penelitian ini berada di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dengan subyek penelitian merupakan mahasiswa preklinik semester VII, V dan III. Penelitian ini dilakukan secara daring dengan tatap muka melalui zoom meeting dan pengambilan data menggunakan kuesioner melalui google form yang berlangsung dari tanggal 15 September 2021 hingga 22 September 2021 dengan mengisi kuesioner pembelajaran daring dan kuesioner tingkat stres akademik oleh 157 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kuesioner pembelajaran daring berisi 20 pertanyaan dengan skala jawaban dibagi atas dua pernyataan yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Sedangkan kuesioner tingkat stres akademik terdiri atas 34 pertanyaan dengan 5 skala jawaban yakni 5 (sangat sesuai), 4 (sesuai), (netral), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai).

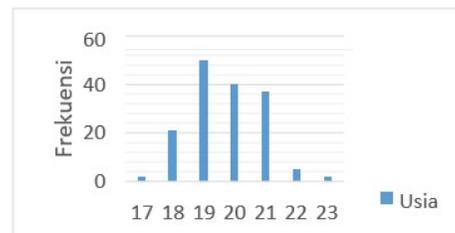
Analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi masing-masing variabel yakni pembelajaran daring dan tingkat stres akademik, sedangkan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel yakni pembelajaran daring dengan tingkat stres akademik menggunakan uji koefisien Contingency dengan taraf signifikan sebesar  $p=0,05$ .

Hasil

Peneliti mengambil dari total populasi 224 orang, sampel responden yang diambil berjumlah 157 orang yang diperoleh dari mahasiswa semester III, V, dan VII Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Responden dari semester III berjumlah 56 orang, dari semester V berjumlah 42 orang dan dari semester VII berjumlah 59 orang. Semua responden ini dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Karakteristik responden yang diambil dalam penelitian ini mencakup usia, jenis kelamin, angkatan dan semester.

Karakteristik Responden:

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan usia.



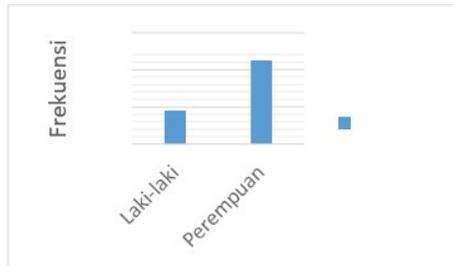
Karakteristik responden

berdasarkan usia responden saat mengikuti penelitian yaitu 17-23 tahun dimana usia tersebut tergolong kedalam usia produktif, usia produktif sendiri dibagi atas beberapa kategori yakni masa kanak-kanak usia dibawah 18 tahun, masa pendidikan tinggi 18-22 tahun, masa usia kerja produktif 23-30 tahun, masa usia kerja optimal 30-45 tahun dan diatas 45 tahun adalah usia lansia.<sup>(13)</sup> Departemen Kesehatan Republik Indonesia sendiri menggolongkan rentang usia ini sebagai masa remaja akhir yakni

Research Article

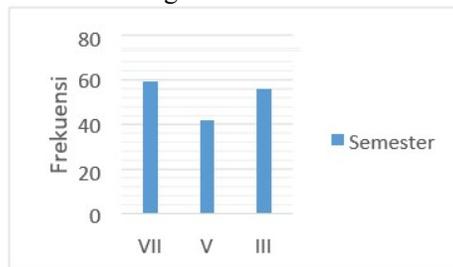
rentang usia 17-25 Tahun.<sup>(14)</sup>

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin



Hasil penelitian pada tabel 2 diatas didapatkan bahwa jumlah responden laki-laki yaitu sebanyak 45 responden dengan presentasi sebesar 28,7% sedangkan jumlah responden perempuan yaitu sebanyak 112 responden dengan presentasi sebesar 71,3%. Hal ini senada dengan jumlah mahasiswa angkatan 2018-2020 Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dimana perempuan mendominasi populasi dengan total 157 orang dari jumlah keseluruhan 225 mahasiswa.

Tabel 3. Karakteristik Responden berdasarkan Angkatan

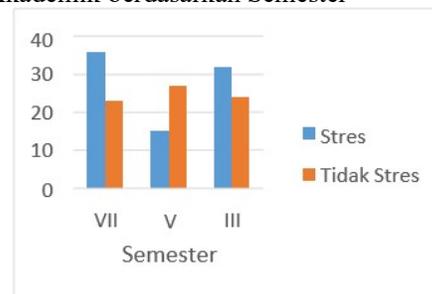


Karakteristik responden menurut angkatan yaitu angkatan terbanyak terdapat pada Angkatan 2018 sebanyak 59 orang dengan persentase 37,6%, angkatan 2020 sebanyak 56 orang dengan persentase 35,7% dan angkatan 2019 sebanyak 42 orang dengan persentase 26,8%. Hal ini sesuai

dengan jumlah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dimana jumlah terbanyak berada pada angkatan 2018 dengan jumlah 85 mahasiswa, disusul angkatan 2020 dengan 80 mahasiswa sedangkan angkatan 2019 hanya memiliki 60 mahasiswa.

Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Tingkat Stres Akademik berdasarkan Semester

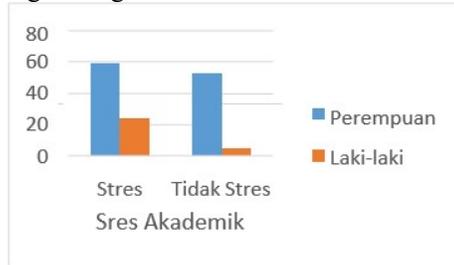


Hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan angka distribusi tingkat stres akademik berdasarkan semester. Pada semester VII, sebanyak 36 responden (61%) sesuai mengalami stres akademik, dan sisanya 23 responden (39%) tidak mengalami stres akademik. Pada semester V, sebanyak 15 responden (35,7%) sesuai mengalami stres akademik dan sisanya yakni 27 responden (64,3%) tidak mengalami stres akademik. Pada semester III, sebanyak 32 responden (57,1%) mengalami stres akademik dan 24 responden (42,9%) tidak mengalami stres akademik. Berdasarkan hasil penelitian saya, dapat disimpulkan bahwa semester VII dan III memiliki prevalensi stress akademik yang lebih tinggi

Research Article

dibandingkan semester V.

Tabel 5. Distribusi Jenis Kelamin dengan Tingkat Stres Akademik



Pada tabel 5 didapatkan responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden jenis kelamin laki-laki. Perbedaan tingkat stres antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada tabel diatas dapat dikaitkan dengan teori tentang respon stres yang berbeda pada laki-laki dan perempuan. Perbedaan tersebut berkaitan dengan aktivitas *Hypophysis-Pituitary-Adrenal* (HPA) axis yang bekerja dalam mengatur produksi dari hormon kortisol, sedangkan sistem saraf simpatis bekerja dalam pengaturan denyut jantung dan tekanan darah. Respon HPA dan sistem saraf autonomik lebih tinggi pada laki-laki sehingga mempengaruhi respon seseorang dalam mengatasi faktor penyebab stres. Selain itu, hormon seks pada wanita akan menurunkan respon HPA *sympathoadrenal* yang dapat menurunkan feedback negatif hormon kortisol ke otak, sehingga wanita cenderung mudah stres.<sup>(15)</sup>

Tabel 6. Distribusi Pembelajaran Daring



Hasil perhitungan data tabel 6 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana didapatkan bahwa sebanyak 81 responden (51,6%) mengalami pembelajaran daring yang sangat baik selama pandemi COVID-19 berlangsung dan sisanya yakni sebanyak 76 responden (48,4%) mengalami pembelajaran daring yang baik selama pandemi COVID-19. Sedangkan tidak ada responden yang mengalami pembelajaran daring yang kurang ataupun sangat kurang selama pandemi COVID-19.

Analisis Bivariat

Tabel 7 Analisis Hubungan Pembelajaran Daring dengan Tingkat Stres Akademik



Hasil penelitian pada tabel 7 total responden yang diteliti berjumlah 157 responden mengenai hubungan pembelajaran daring dengan tingkat stres akademik, menunjukkan bahwa responden

## Research Article

yang menilai bahwa pembelajaran daring berlangsung sangat baik dan mengalami stres akademik sebanyak 26 orang (32,5%), sedangkan yang menilai pembelajaran daring berlangsung baik dan mengalami stres akademik sebanyak 57 orang (74%). Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres akademik sebanyak 83 orang (52,8%) lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami stres akademik sebanyak 74 orang (47,2%).

Hasil uji statistik menggunakan koefisien *Contingency* pada tabel 7 diperoleh hasil bahwa nilai tingkat signifikansi  $p=0,000$  atau  $p<0,05$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana selama pandemi COVID-19.

### Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti melalui pembagian kuesioner secara online menggunakan google form serta tatap muka via zoom didapatkan bahwa responden yang meskipun mengalami pembelajaran daring baik tetapi tetap mengalami stres akademik sebanyak 74% responden ini dapat dikarenakan pengaruh diri sendiri yaitu kurangnya pemahaman materi perkuliahan dari diri sendiri, pengaruh keluarga, lingkungan, keadaan psikis, dan keadaan fisik dari

responden.

Lingkungan dan keluarga mahasiswa juga merupakan hal yang dapat mempengaruhi stres akademik pada pembelajaran daring yang dialami dikarenakan tidak adanya bantuan dari orang sekitar. Hasil penelitian ini menyatakan responden yang merasakan kurangnya interaksi dengan teman/mahasiswa lain selama pandemi sebanyak 94% responden. Kurang interaksi ini dapat menyebabkan beban dan stres akademik dikarenakan mata kuliah di Fakultas Kedokteran yang tergolong sulit dan mahasiswa tidak dapat secara langsung meminta bantuan terhadap temannya satu sama lain. Pada penelitian Nur Asiah (2021) juga menyatakan hampir tidak ada bantuan yang diberikan dari orang tua dan orang sekitar mereka.<sup>(16)</sup>

Keadaan fisik adalah salah satu yang dapat mempengaruhi stres akademik mahasiswa selama pembelajaran daring. Pada penelitian Nur Asiah (2021) menyatakan keluhan mahasiswa selama pembelajaran daring yang terbanyak adalah leher kaku, pusing, dan pegal-pegal di seluruh tubuh pada 40%, dan 38% mahasiswa mengeluh mata terasa kabur, perih dan lelah. Sisanya merasakan pinggang dan punggung sakit akibat terlalu lama dalam posisi duduk, dan sakit telinga karena terlalu lama memakai handphone, vertigo, mual dan muntah.<sup>(16)</sup>

Perilaku mahasiswa sendiri juga

Research Article

dapat mempengaruhi stres akademik selama pembelajaran daring. Pertama mahasiswa kurang dapat menyerap materi perkuliahan yang diberikan dosen karena tidak melakukan pembelajaran secara tatap muka. Kedua mahasiswa belum membaca materi kuliah sebelum perkuliahan, atau sudah membacanya tapi belum mengerti, dan tidak sempat karena banyak tugas atau hanya membaca sebagian materi karena banyaknya materi. Ketiga mahasiswa sulit berkonsentrasi selama perkuliahan daring karena adanya distraksi gangguan dari keluarga, sinyal, kebisingan dan pekerjaan rumah, lalu terlalu lama menatap layar dapat membuat mata cepat lelah. Terakhir mahasiswa tidak mendapat bantuan belajar secara tatap muka sehingga mahasiswa lebih sulit memahami materi.<sup>(16)(17)</sup>

Pada penelitian ini, kesulitan terbanyak yang dialami responden selama pembelajaran daring adalah adanya penambahan biaya kuota internet, sinyal internet yang sering terganggu. Kesulitan lainnya adalah kurangnya interaksi dengan teman/mahasiswa lain selama pandemi, responden merasa kurang tertarik dengan perkuliahan daring, dan kurang efektifnya pembelajaran yang dilakukan secara daring.

Selama pembelajaran daring responden yang mengalami adanya penambahan biaya kuota internet adalah sebanyak 92% responden. Penelitian Agusmanto H. (2020) juga mengatakan bertambahnya biaya kuota internet yang

harus dikeluarkan ini mempengaruhi pengeluaran mahasiswa yang terdapat pembatasan biaya dari orang tua, terutama pada keluarga yang kurang mampu dan mengalami penurunan penghasilan akibat pandemi COVID-19.<sup>(6)(18)</sup>

Responden yang mengalami permasalahan sinyal internet yang terganggu pada penelitian ini adalah sebanyak 86% responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agusmanto Hutaeruk (2020) yang menyatakan adanya kendala lambatnya jaringan selama pembelajaran daring. Jaringan yang terputus ketika tengah mengikuti perkuliahan, jaringan internet tidak lancar, sehingga sering muncul kendala ketika ingin submit ujian ataupun tugas kuliah.<sup>(6)</sup>

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami stres akademik sebanyak 74 orang (47,2%) sisanyakni 83 responden (57,8%) mengalami stres akademik. Jadi sebagian besar mahasiswa Fakultas Kedokteran mengalami stres akademik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Kumari et al. (2020) yang menyatakan bahwa akademik merupakan faktor penyebab stres yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang sedang menjalani sistem pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Penurunan kemampuan dalam melaksanakan ujian, terlalu banyak materi yang harus dipelajari, dan sedikitnya waktu

## Research Article

yang dimiliki untuk mengulang materi menjadi penyebab stres terbesar pada mahasiswa kedokteran.<sup>(19)</sup>

Tingkat stres akademik yang ditemukan pada mahasiswa semester VII dan III lebih tinggi dibandingkan pada mahasiswa semester V Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Mahasiswa semester III adalah mahasiswa yang mulai memasuki masa perkuliahan yang serius. Pada masa ini, mahasiswa cenderung akan lebih fokus dan didorong untuk berprestasi. Adanya kesulitan mahasiswa dalam mempelajari mata kuliah, melakukan tutorial, praktikum laboratorium dan praktikum Skill lab yang tidak dapat dilakukan secara langsung tatap muka. Tuntutan dari keluarga dan lingkungan sekitar semakin membuat mahasiswa mengalami kewalahan dan kurang terampil dalam manajemen waktu.<sup>(20)</sup>

Pada mahasiswa tingkat akhir semester VII memiliki tingkat stres akademik lebih tinggi. Hal ini dikarenakan banyaknya tuntutan sebagai mahasiswa akhir untuk menyelesaikan pendidikan dengan menyusun skripsi sebagai syarat kelulusan, sebagaimana tertera dalam peraturan pemerintah Republik Indonesia No.60 Tahun 1999 menyebutkan bahwa ujian akhir pada program sarjana melalui penyusunan skripsi.<sup>(20)</sup>

Tuntutan pada mahasiswa akhir semakin besar karena penyusunan skripsi yang memiliki faktor kendala yaitu faktor

internal dan eksternal. Pada faktor internal bersumber dari diri mahasiswa sendiri seperti rasa malas, takut bertemu dosen pembimbing dan juga motivasi menurun dan pada faktor eksternal disebabkan oleh sulitnya menentukan judul penelitian, mencari waktu bimbingan dan menemukan referensi penelitian. Pembelajaran daring membuat mahasiswa akhir semakin sulit menyusun skripsi karena motivasi mahasiswa menurun, sulit mencari waktu dan jadwal dengan dosen pembimbing, dan tidak dapat berkomunikasi secara langsung dengan teman ataupun dosen pembimbing.

Mahasiswa akhir fakultas kedokteran dengan pembelajaran yang tetap dilakukan secara daring, juga dituntut untuk menyelesaikan pendidikannya dan skripsi secara tepat waktu, dan menyiapkan diri untuk memasuki tahap coass membuat mahasiswa akhir semakin mengalami stres akademik.<sup>(20)</sup> Sedangkan menurunnya prevalensi stres akademik pada semester V dikarenakan mahasiswa telah mampu beradaptasi terhadap lingkungan dan perkuliahan dan juga tidak mengalami tuntutan seperti pada mahasiswa akhir.<sup>(15)</sup>

Perbedaan stres akademik tiap responden juga disebabkan oleh coping mechanism yang berbeda dari tiap responden. Coping adalah usaha secara perilaku dan kognitif untuk mengurangi, mengatasi, dan tahan terhadap tuntutan stres yang dialami. Responden yang mengalami stres ketika pembelajaran daring

## Research Article

dapat melakukan strategi coping untuk mengurangi tekanan stres yang dirasakan. Coping mechanism dapat melibatkan strategi perilaku, maupun strategi psikologis pada diri individu. Oleh karena itu, strategi coping stress yang baik, akan menimbulkan dampak positif terhadap diri sendiri dan dapat meminimalisir stres yang sedang terjadi.<sup>(21)</sup>

Strategi coping ada dua yaitu pertama strategi coping berfokus pada masalah adalah suatu tindakan yang diarahkan kepada pemecahan masalah yaitu melakukan perencanaan yang cukup baik serta mau merubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi secara berlahan-lahan dapat terselesaikan.<sup>(22)</sup> Kedua yaitu strategi coping berfokus pada emosi adalah melakukan usaha-usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa melakukan usaha mengubah stressor secara langsung yaitu selalu berfikir positif dan mengambil hikmahnya atas segala sesuatu yang terjadi, menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dialaminya, berfikir sebelum berbuat sesuatu dan menghindari untuk melakukan sesuatu tindakan secara tergesa-gesa.<sup>(22)</sup> Jenis coping mana yang akan digunakan dan bagaimana dampaknya, sangat tergantung pada jenis stres atau masalah yang dihadapi. Keberhasilan atau kegagalan dari coping tersebut akan menentukan apakah reaksi terhadap stres akan menurun dan terpenuhnya berbagai tuntutan yang

diharapkan.<sup>(22)</sup> Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Estri Kusumawati (2021) mengenai pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi COVID-19 dimana pembelajaran daring yang berlangsung semakin baik dapat membuat tingkat stres akademik pada mahasiswa menurun. Namun, apabila mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki kemampuan penyesuaian diri yang buruk terhadap tuntutan akademik maka kecenderungan stresnya tinggi.<sup>(21)</sup> Pada penelitian Hairani Lubi (2020) dan Andiarna (2020) juga menunjukkan stres akademik dirasakan selama melaksanakan pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19.<sup>(23)(24)</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Novitasari dkk (2020) bertentangan dengan hasil penelitian saya. Pada hasil penelitian Novitasari (2020) menunjukkan mahasiswa tidak mengalami stres selama study from home (pembelajaran daring) di masa pandemi COVID-19 dikarenakan mahasiswa sudah mulai terbiasa dengan strategi coping dari masing-masing individu untuk menangani stress itu sendiri.<sup>(25)</sup>

### Simpulan

1. Tingkat stres akademik selama masa pandemi COVID-19 didapatkan bahwa mahasiswa Fakultas

## Research Article

- Kedokteran yang tidak mengalami stres akademik (normal) sebanyak 74 responden (47,1%), dan yang mengalami stres akademik sebanyak 83 responden (52,9%).
- Kejadian pembelajaran daring selama pandemi COVID19 didapatkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana mengalami pembelajaran sangat baik sebanyak 81 responden (51,6%), sedangkan yang mengalami pembelajaran daring baik sebanyak 76 responden (48,4%), dan yang mengalami pembelajaran daring kurang dan sangat kurang tidak ada.
  - Terdapat hubungan yang signifikan ( $p=0,000$ ) antara pembelajaran daring dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana selama pandemi COVID-19.

### Saran

- Bagi Responden Penelitian Peneliti berharap untuk para responden bisa mengendalikan dan manajemen stres dengan baik dengan cara mengetahui strategi coping yang cocok untuk diri sendiri dan dapat melakukannya sebaik mungkin.
- Bagi Institusi Pendidikan Institusi pendidikan diharapkan dapat mengoptimalkan pembelajaran daring baik dalam tutorial, praktikum, ujian

praktikum maupun ujian blok dan sering melakukan evaluasi untuk mengetahui keefektifan kuliah online selama pandemi ini.

- Bagi Peneliti Selanjutnya
  - Peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti tingkat stres dan sistem coping yang dapat membantu peningkatan prestasi akademik dan menangani stres.
  - Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian pada mahasiswa program studi lain agar tidak terbatas pada mahasiswa kedokteran.

### Daftar Pustaka

- Penanganan COVID-19 ST. Analisis Data COVID-19 Indonesia. 2021; Tersedia pada: <https://covid19.go.id/p/berita/anali-sis-data-covid-19-indonesia-update-04-juli-2021>
- Sukur M halim. Penanganan Pelayanan Kesehatan Di Masa Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Hukum Kesehatan. *J Inico Legis Vol 1 Nomor 1 Oktober 2020*. 2020;1:1–17.
- Darmayanti T, Setiani MY, Oetojo B. E-Learning on Distance Education: A Concept That Changes Learning Methods in Higher Education in Indonesia. *J Pendidik Terbuka dan Jarak Jauh*. 2007;8:99–113.
- Napitu U, Matondang MKD. Sosialisasi Pembatasan Pelaksanaan Kegiatan Masyarakat ( PPKM ) Mikro Di Kelurahan Bah Kapul. 2021;2(2):232–41.
- Sourial N, Longo C, Vedel I, Schuster T. Daring to draw causal claims from non-randomized studies of primary care interventions. *Fam Pract*. 2018;35(5):639–43.
- Hutauruk A, Sidabutar R. Kendala pembelajaran daring selama masa

Research Article

- pandemi di kalangan mahasiswa pendidikan matematika: Kajian kualitatif deskriptif. *J Math Educ Appl*. 2020;02(01):45–51.
7. Anugrahana A. Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Sch J Pendidik dan Kebud*. 2020;10(3):282–9.
  8. Tim Penyusun Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. 15. Panduan Akademik Fakultas Kedokteran 2017/2018. 2017;1–62. Tersedia pada: <https://fk.undana.ac.id/>
  9. Barseli M, Ahmad R, Ifdil I. Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *J Educ J Pendidik Indones*. 2018;4(1):40.
  10. S. Lestari AK. Hubungan Antara Sense of Humor Dengan Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung. *J Chem Inf Model*. 2021;53(9):1689–99.
  11. Benedictus Y. Wicaksana. Hubungan Antara Stres Akademik Dan Kecenderungan Impulsive Buying Pada Mahasiswa. 2017;4:9–15.
  12. Kusnayat A, Sumarni N, Mansyur AS et al. Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach J Edukasi dan Teknol Pembelajaran*. 2020;1(2):153–65.
  13. Sukihananto. Hubungan dokumentasi keperawatan, Sukihanto, FIK UI, 2010. 2010;
  14. Al Amin M, Juniati D. Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi. *J Ilm Mat*. 2017;2(6):1–10.
  15. Aji AGHS. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Mahasiswa PSPD UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. 2020;Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas.
  16. Asiah N. Gambaran Proses Pembelajaran E-learning Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Jakarta. *Maj Kesehat Pharmamedika*. 2021;12(2):54–65.
  17. Kriswanti ED, Mastuti E. Hubungan antara Kemampuan Self-Regulated Learning dengan Flow Experience Perkuliahan Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Bul Ris Psikol dan Kesehat Ment*. 2021;1(1):746.
  18. Setiawan AR. Lembar Kegiatan Literasi Sainifik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19). *Edukatif J Ilmu Pendidik*. 2020;2(1):28–37.
  19. Inama S. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Dalam Sistem Pembelajaran Daring Pada Era Pandemi Covid-19. 2021;46.
  20. Sagita DD, Rhamadona W. Perbedaan stres akademik antara mahasiswa tahun awal dan mahasiswa tahun akhir. *Biblio Couns J Kaji Konseling dan Pendidik*. 2021;4(1):47–54.
  21. Andiarna F, Kusumawati E. Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *J Psikol*. 2020;16(2):139.
  22. Maryam S. Strategi Coping. *J Konseling Andi Matappa*. 2017;1(2):101.
  23. Lubis H, Ramadhani A, Rasyid M. Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia J Psikol*. 2021;10(1):31.
  24. Angelica Herna, Tambunan Evelyn Hemme. Stres Dan Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *J Ilm Keperawatan Imelda [Internet]*. 2021;7(1):28–34.
  25. Novitasari I, Kurniawan ST, Kanita MW. Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama Study From Home (Sfh) Di Masa Pandemi Covid-19. Gambaran Tingkat Stress Mhs Profesi Ners Univ Kusuma Husada Surakarta Selama Study From Home Dd Masa Pandemi COVID-19. 2020;46:1–12.