

HUBUNGAN SISTEM PEMBELAJARAN ONLINE DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PRODI ILMU KEPERAWATAN DI STIKES MUHAMMADIYAH KLATEN

Cahyo Pramono^{1*}, Fitri Suciana^{2*}, Deny Kurniawan^{1*}

¹Sarjana Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

²Pendidikan Profesi Ners, STIKES Muhammadiyah Klaten

³Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

*Email: andhikazka@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Sistem pembelajaran
online, Tingkat
kecemasan,
Mahasiswa

Infeksi coronavirus merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus corona. Wabah penyakit coronavirus (COVID-19) ditetapkan sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia dan sudah menyebar ke berbagai negara. Upaya untuk mengantisipasi penyebaran virus corona, yaitu sekolah dan perguruan tinggi menutup pembelajaran tatap muka dan menggantinya dengan pembelajaran daring atau belajar online. Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian remaja khususnya siswa atau mahasiswa merasa cemas dan tertekan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara system pembelajaran daring dengan kecemasan mahasiswa. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa ilmu keperawatan tingkat IV STIKes Muhammadiyah Klaten. Responden penelitian sebanyak 40 responden yang diperoleh dengan teknik total sampling yang sesuai dengan kriteria inklusi dalam penelitian. Instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data bivariat menggunakan uji kendall tau. Hasil penelitian menunjukkan (67.5%) mahasiswa mengalami belajar online baik dan (92.5%) mahasiswa mengalami tingkat kecemasan ringan Hasil uji kendall tau menunjukkan ada hubungan antara system pembelajaran online dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa ($p=0,008$; $r = 0,418$). Ada hubungan yang signifikan antara system pembelajaran online dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa prodi ilmu keperawatan di Stikes Muhammadiyah Klaten

1. PENDAHULUAN

Infeksi coronavirus merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus corona dan menimbulkan gejala utama berupa gangguan pernapasan. Covid-19 tidak saja berdampak pada kesehatan tapi juga berdampak pada berbagai sektor, mulai dari sektor perekonomian, sosial masyarakat

dan lingkungan, budaya dan pendidikan. Dampak bagi sektor pendidikan mulai dari tingkat PAUD, TK, SD, SMP SMA sampai Perguruan Tinggi. Untuk di Indonesia sendiri pemerintah telah memberikan himbauan-himbauan kepada masyarakat dalam mengatasi wabah virus ini agar berjalan efektif dan efisien (1).

Berdasarkan putusan ini, semua sekolah dan perguruan tinggi menutup pembelajaran tatap muka dan menggantinya dengan pembelajaran daring atau belajar online untuk mengantisipasi penyebaran virus corona. Berbagai kendala juga muncul dalam penerapan pembelajaran daring.

Semenjak pembelajaran diberlakukan di rumah, sebagian guru melakukan pembelajaran lewat media online seperti Whatsapp, google meet, google form, zoom dll. Inovasi dalam Pendidikan akan ada juga berbagai cara yang dapat dilakukan guru untuk menyampaikan ilmu pengetahuannya kepada siswa. Salah satunya ada yang menggunakan Grup Whatsapp, dimana guru sebelumnya akan membuat video pembelajaran lalu dikirim ke grup untuk amati oleh para siswa (2).

Berbagai kendala juga muncul dalam penerapan pembelajaran daring. Pembelajaran melalui internet menjadi hal yang sulit dilakukan di beberapa daerah tertentu dengan jaringan yang tidak memadai (3).

Penggunaan kuota internet juga memunculkan pengeluaran biaya baru yang bisa menjadi masalah bagi beberapa siswa yang mengalami kesulitan finansial. Kesuksesan dari penerapan pembelajaran daring juga tergantung dari kesiapan sekolah penyelenggara serta guru pengajar. Tidak semua guru mampu menyampaikan keseluruhan materi dengan optimal melalui sistem pembelajaran daring (4).

Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian mahasiswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen membuat banyak mahasiswa merasa stres dalam menjalani pembelajaran daring (5). Tidak hanya, banyak tugas yang diberikan oleh dosen juga dianggap memberatkan dan memiliki waktu pengerjaan yang sangat singkat sehingga membuat mahasiswa kebingungan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya (6). Menurut *American Psychological Association* (APA), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang

stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (7). anxiety adalah bentuk ketidakberanian ditambah kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas (8).

2. METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah Klaten tingkat IV. Responden penelitian sebanyak 40 responden, dan teknik sampling dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen untuk mengukur kecemasan dengan menggunakan 2. Kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Rerata umur responden Mahasiswa Ilmu Keperawatan Tingkat 4 Stikes Muhammadiyah Klaten tahun 2021 (n=40)

Variable	Min	Max	Mean
Usia	21	24	21,80

Pada tabel 1 di atas diatas diketahui bahwa rerata umur responden pada penelitian ini adalah 21,80 tahun. Usia muda lebih mudah terkena stres psikologis dan kecemasan, karena hal ini berhubungan dengan proses pengembangan mental mereka yang belum siap, perasaan jiwa yang belum matang dan kurangnya pengalaman (Manuaba 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh , usia responden paling banyak ada di usia 20-24 tahun, yang mana hasil penelitian tersebut sama dengan hasil penelitian yang di lakukan di program studi keperawatan. Adapun perbandingan umur yang tidak terlalu jauh yakni 21 tahun, 22 tahun, 23 tahun, dan 24 tahun, pada tahap usia ini disebut tahap remaja akhir yang kesiapan

mental dan jiwa belum matang serta kurangnya pengalaman dalam manajemen kecemasannya.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Jenis Kelamin, pembelajaran online, tingkat kecemasan (n=40)

Variabel	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	14	35,0
Perempuan	26	65,0
Belajar Online		
Sangat Baik	1	2,5
Baik	27	67,5
Cukup Baik	12	30,0
Tingkat Kecemasan		
Cemas Ringan	37	92,5
Cemas Sedang	3	7,5

Berdasarkan table 2 diketahui distribusi frekuensi jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 orang (65%). (9) menyatakan kecemasan terjadi lebih banyak pada wanita. Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi karena akibat dari reaksi saraf otonom yang berlebihan dengan naiknya sistem simpatis, naiknya norepineprin, terjadi peningkatan pelepasan katekolamin, dan adanya gangguan regulasi serotonergik yang abnormal.

Secara psikologis, perempuan lebih sering mengalami cemas, kurang sabar dalam memikirkan sesuatu, memiliki rasa takut untuk menyelesaikan permasalahan dan lebih sering menangis. Dampak pandemi Covid-19 bagi mahasiswa, khususnya kaum perempuan yang melakukan pembelajaran secara online membuat perempuan merasa stres, karena perempuan cenderung lebih mudah mengalami gangguan psikologis seperti stres dan lebih terlalu memikirkan permasalahan yang ada (10).

Distribusi frekuensi variabel kategori belajar online yang baik sebanyak 27 orang (67.5%). Menurut (11). Pada masa pandemi Covid-19 ini, mahasiswa dituntut untuk melakukan pembelajaran online.

Pembelajaran daring secara penuh memungkinkan mahasiswa untuk

mengikuti pelajaran, berdiskusi, mengumpulkan tugas, dan mengikuti ujian di manapun mahasiswa tersebut berada (12). Meskipun demikian, terbatasnya interaksi antara mahasiswa dengan dosen berpotensi menghambat transfer materi dalam proses pembelajaran dikarenakan sulitnya mahasiswa memahami penjelasan dari dosen (13). Ditambah lagi, tugas kelompok yang harus dilakukan oleh mahasiswa menjadi lebih sulit untuk dilakukan dikarenakan mereka tidak berada dalam satu tempat yang sama (14).

Meskipun pembelajaran daring merupakan pilihan yang tepat untuk menekan penularan wabah, perubahan signifikan secara drastis ini diindikasikan dapat mempengaruhi kondisi mental dari para mahasiswa. Pada pembelajaran daring, interaksi mahasiswa dengan dosen maupun mahasiswa lain menjadi kurang kondusif dikarenakan komunikasi hanya dapat dilakukan secara *virtual*. Mahasiswa dapat merasa tertekan dikarenakan penjelasan dan instruksi dari dosen tidak sejelas saat pembelajaran secara tatap muka di kampus. Selain itu 26% mahasiswa mengaku mengalami gejala depresi berat, 31.5% mahasiswa mengakui mengalami gejala kecemasan berat, dan 19% mengaku mengalami gejala stres berat (15)

Distribusi frekuensi variabel kategori tingkat kecemasan paling banyak mengalami kecemasan ringan sebanyak 37 orang (92.5%). Menurut

(16) mekanisme terjadinya cemas yaitu psiko-neuro-imunologi atau psiko-neuro-endokrinolog. Stresor psikologis yang menyebabkan cemas adalah perkawinan, orangtua, antar pribadi, pekerjaan, lingkungan, keuangan, hukum, perkembangan, penyakit fisik, faktor keluarga, dan trauma. Akan tetapi tidak semua orang yang mengalami stressor psikososial akan mengalami gangguan cemas hal ini tergantung pada struktur perkembangan kepribadian diri seseorang tersebut yaitu usia, tingkat pendidikan, pengalaman, jenis kelamin, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat.

Kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan kekhawatiran seseorang tentang peristiwa

menakutkan yang akan terjadi dimasa depan, tidak bisa dikendalikan dan bila terjadi, maka akan dinilai sebagai sesuatu yang mengerikan (17). Kecemasan adalah perasaan tidak mudah, khawatir, sekaligus takut. Kondisi itu melibatkan baik emosi maupun sensasi fisik yang mungkin kita alami ketika kita mengalami khawatir atau gugup tentang sesuatu (18).

3.2. Hubungan Sistem Pembelajaran Online Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa

Tabel 3 Hubungan Sistem pembelajaran online dengan tingkat kecemasan mahasiswa

Variabel		Kecemasan				Total		Hasil Analisis
		Kece- masan Ringan		Kece- masan Sedan- g		N	%	
		N	%	N	%			
Belajar online	Sangat baik	1	2.5	0	0	1	2.5	r = .418** p = .008
	Baik	27	67.5	0	0	27	67.5	
	Cukup baik	9	22.5	3	7.5	12	30	
Total		37	92.5	3	7.5	40	100	

Berdasarkan tabel 3 jumlah responden dengan Sistem Pembelajaran Online Sangat baik dengan Kecemasan Ringan sebanyak 1 orang (2.5%), Sistem Pembelajaran Online Baik dengan Kecemasan Ringan sebanyak 27 orang (67.5%), dan Sistem Pembelajaran Online Cukup Baik dengan Kecemasan Ringan sebanyak 9 orang (22.5%), Kemudian Sistem Pembelajaran Online Cukup Baik dengan Kecemasan Sedang sebanyak 3 orang (7.5%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai *kendall's tau* antara Pembelajaran Online terhadap tingkat kecemasan diketahui .418** dengan nilai signifikansi .008. Hasil uji menunjukkan nilai signifikan .008 atau *P value* < α 0,05 maka dapat diinterpretasikan bahwa hubungan antara pembelajaran online terhadap tingkat kecemasan adalah signifikan yang berarti ada hubungan yang nyata. Keeratan

hubungan antara variabel system pembelajaran online dengan tingkat kecemasan adalah cukup. Arah hubungan variabel system pembelajaran online dengan tingkat kecemasan memiliki arah hubungan yang positif, maka dapat diartikan semakin baik system pembelajaran online maka semakin berkurang tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa.

Pembelajaran daring pada awalnya 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 (19). Tugas yang banyak dengan deadline waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online (20). Penelitian yang dilakukan (21) menyebutkan bahwa dosen memberikan tugas yang berlebih daripada pembelajaran di kelas, dari hasil penelitiannya sebesar 47% responden sepakat bahwa dosen memberikan tugas yang banyak. Beban pembelajaran daring/tugas pembelajaran yang berlebih, waktu mengerjakan yang singkat mengakibatkan stress dan kecemasan pada peserta didik (22).

Hal tersebut membuat mahasiswa merasa cemas karena akan menemui berbagai faktor tuntutan akademik, seperti beban tugas akademik, ketersediaan jaringan yang memadai, dan mahasiswa diwajibkan beradaptasi dengan metode pembelajaran secara online. Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa selama pandemi Covid-19 adalah banyaknya beban tugas akademik, mahasiswa merasakan bosan, proses belajar secara online yang membosankan, tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran, dan tidak dapat belajar secara maksimal dikarenakan jaringan internet yang terbatas (11)

4. KESIMPULAN

Ada hubungan system pembelajaran online terhadap tingkat kecemasan pada

mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Klaten.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak Stikes muhammadiyah klaten yang sudah memberikan ijin pelaksanaan penelitian

REFERENSI

- [1]. Muyasaroh H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. LP2M UNUGHA Cilacap [Internet]. 2020;3. Available from: <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- [2]. Hakimian. Pembelajaran Daring pada Mahasiswa. 2020.
- [3]. Hastini LY, Fahmi R, Lukito H. Apakah pembelajaran menggunakan teknologi dapat meningkatkan literasi manusia pada generasi Z di Indonesia? *J Manaj Inform.* 2020;
- [4]. Morgan H. Best Practices for Implementing Remote Learning during a Pandemic. *Clear House A J Educ Strateg Issues Ideas [Internet].* 2020;93(3):135–41. Available from: <https://doi.org/10.1080/00098655.2020.1751480>
- [5]. Chaterine RM. Sekolah Diliburkan Cegah Corona, Nadiem Berlakukan Sistem Belajar Online. 2020;
- [6]. Raharjo DB, Sari RRN. Belajar online di tengah corona, ada siswa mengeluh tensi darah naik. *Suara.* 2020.
- [7]. Beaudreau, S. A., & O'Hara R. The association of anxiety and depressive symptoms with cognitive performance in community-dwelling older adults. *Psychol Aging.* 2016;
- [8]. Annisa DF, Ifdil I. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor.* 2016;5(2):93.
- [9]. Kaplan H. & SB. *Sinopsis Psikiatri* 8 th ed. Jakarta: Bina Rupa Aksara; 2015.
- [10]. Ulfa Ujen Zenal ZDM. Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Belajar, Sosial dan Kesehatan bagi Mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya. *J Sport Sci Educ [Internet].* 2020;(Vol 5, No 2 (2020)):124–38. Available from: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/josae/article/download/SuppFile/9654/2552>
- [11]. Hasanah U, Ludiana, Immawati, PH L. Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *J Keperawatan Jiwa.* 2020;8(3):299–306.
- [12]. Li HY, Cao H, Leung DYP, Mak YW. The psychological impacts of a covid-19 outbreak on college students in China: A longitudinal study. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(11).
- [13]. Zhang, D., Zhao, J. L., Zhou, L., & Nunamaker JF. Can e-learning replace classroom learning? *Communications of the ACM.* 2020;
- [14]. Yanti MP, Nurwulan NR. Pengaruh Pembelajaran Daring Pada Depresi, Stres, Dan Kecemasan Mahasiswa. *J Muara Pendidik.* 2021;6(1):58–63.
- [15]. Sahu P. Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus.* 2020;2019(4).
- [16]. Hawari D. Manajemen Stres Cemas Dan Depresi." in *Manajemen Stres Cemas dan Depresi.* Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2016.
- [17]. Arby. Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam tugas akhir masa pandemi covid-19. 2017;
- [18]. Anta j. Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam tugas akhir masa pandemi covid-19. 2018;
- [19]. Gunadha, R., & Rahmayunita H. *Kuliah Online saat Corona Picu Ketimpangan Akses Bagi Mahasiswa Miskin.* 2020.
- [20]. Kompas. *Hambatan dan Solusi Belajar dari Rumah.* 2020.
- [21]. Watnaya A, Kusnayat M, Hifzul M, Nani Sumarni M, A. salim & Z, Yulianti Q. Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online di Era Covid-19 dan Dampak terhadap

Mental Mahasiswa. *EduTeach J Edukasi Dan Teknol Pembelajaran*, 1(2), 153–165
<https://doi.org/1037859/eduteach.v1i21>
987. 2020;

[22]. Angraini D V. Faktor Penyebab Stres Akademik pada Siswa (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas 4 dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan. 2018;