

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit Coronavirus-19 (Covid-19) adalah penyakit menular baru yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 adalah jenis baru dari coronavirus yang sebelumnya tidak teridentifikasi pada manusia. Covid-19 ditularkan ketika seseorang melakukan kontak dengan pasien positif Covid-19, baik melalui kontak langsung maupun melalui kontak dekat melalui droplet yang dikeluarkan saat pasien berbicara, batuk, atau bersin (Kemenkes RI, 2020). Secara fisiologis, virus Covid-19 menyerang sistem organ dan fungsi tubuh, terutama sistem pernapasan. Secara psikologis, efeknya meliputi stres, kecemasan, gejala depresi, insomnia, penyangkalan, kemarahan dan ketakutan di seluruh dunia. (Ariviana et al., 2021).

Berdasarkan Laporan dari WHO pertanggal 27 November 2022 tercatat data Covid-19 di seluruh Dunia sebanyak 637.404.847 kasus. Dari jumlah tersebut, sebanyak 636.743.964 pasien telah sembuh, dan 6.608.893 orang meninggal dunia (WHO, 2022). Covid-19 menyebar sangat cepat di Indonesia dengan penemuan kasus yang terus bertambah setiap harinya. Hingga tanggal 27 November 2022, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan 6.653.469 kasus terkonfirmasi positif Covid-19 dengan 6.435.851 kasus sembuh dan 159.735 kasus kematian (Satgas Covid-19, 2022). Berdasarkan penemuan kasus baru Covid-19, Jawa Tengah menduduki posisi kedua teratas. Pada tanggal 27 November 2022, COVID-19 telah dikonfirmasi pada 643.033 orang, sebanyak 606.923 pasien sembuh, dan kematian sebanyak 33.606 kasus (Jateng, 2022).

Keberadaan wabah Virus Covid-19 yang bermula di Indonesia pada awal tahun 2020 menjadi beban tambahan bagi para mahasiswa. Penutupan sementara kegiatan di area belajar-mengajar yang bertujuan untuk mencegah persebaran virus Covid-19 menuntut penyesuaian dari semua pihak. Beberapa penelitian menemukan bahwa sejak pandemi, stres akademik mulai muncul dan berkembang di kalangan mahasiswa. Akibat dari pandemi ini adalah kesulitan dan hambatan yang dialami mahasiswa dalam proses pembelajaran pasca pandemi Covid-19 ini menjadikan mahasiswa berada di bawah tekanan yang dapat memunculkan respon stres dalam pembelajaran dan menyelesaikan studi (Setiyani, 2020).

Perubahan akibat pandemi Covid-19 mengakibatkan mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem baru yang pelaksanaannya memiliki beberapa tantangan, yaitu kuota online

dan online yang dipersembahkan untuk mereka harus stabil dan mencukupi, distribusi materi kuliah online tidak sejelas kuliah tatap muka, dan jadwal akademik tertunda atau molor. Selain permasalahan yang berkaitan langsung dengan proses perkuliahan, mahasiswa juga mendapatkan ketegangan dari kehidupan sehari-hari mahasiswa itu sendiri. Perubahan yang dialami siswa selama pandemi Covid-19 dapat menimbulkan masalah kesehatan mental seperti stres (Ariviana et al., 2021).

Stres yang dialami mahasiswa akibat wabah Covid-19 ini dipengaruhi oleh munculnya rasa takut akan tertular Covid-19, kekhawatiran saat pergi keluar rumah, kebosanan saat melakukan *social distancing*, dan kesulitan memahami materi saat perkuliahan daring. Kesulitan muncul bukan hanya perkara keterampilan penggunaan teknologi, tetapi juga terkait dengan beban kerja yang besar mengingat ada banyak mata kuliah yang harus dihadapi dalam masa pandemi Covid-19 ini. Perkuliahan daring membutuhkan adaptasi dan usaha agar dapat berjalan lancar. Selain itu dibutuhkan usaha untuk memahami materi yang biasanya disampaikan secara lisan menjadi tulisan dan video atau live streaming. Namun sejalan dengan itu adanya beberapa keluhan yang dirasakan oleh para siswa dan mahasiswa dimana mulai dirasakan rasa bosan akibat monotonnya metode pembelajaran. Hal ini terjadi karena mahasiswa terbiasa dengan pembelajaran tatap muka secara reguler, sedangkan pembelajaran jarak jauh sebelumnya hanya dilakukan secara insidental. Sehingga perubahan pola pembelajaran ini memberikan permasalahan tersendiri bagi mahasiswa. Munculnya tekanan dan stres pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh (Argaheni, 2020). Stres merupakan hal yang tidak bisa dihindarkan dalam kehidupan manusia sehari-hari. Stres dapat berasal dari berbagai sumber yang tidak terhitung disetiap kehidupan manusia. Tekanan sehari-hari yang menumpuk juga dapat menimbulkan stres. Sebagai akibat dari interaksi manusia dengan lingkungan, stres adalah bagian penting dalam kehidupan kita (Nurmala et al., n.d.).

Dampak penting dari adanya pandemi ini adalah munculnya tekanan psikologis global. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan prevalensi morbiditas psikiatri terkait pandemi dan tekanan psikologis. Prevalensi yang lebih tinggi pada kecemasan dan gangguan yang berhubungan dengan stres mungkin murni terkait pandemi, seperti ketakutan akan tertular virus Covid-19 pada diri sendiri atau orang yang dicintai, dan ketakutan akan ketidakpastian tentang kondisi masa depan (Tunas, 2022).

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa dampak pandemi virus Covid-19 terhadap aktivitas fisik dan kesehatan mental. Penerapan *lockdown* telah membatasi kegiatan olahraga

di luar ruangan, memaksa orang untuk berolahraga di rumah (Constandt et al., 2020), walaupun hasilnya bervariasi. Dalam penelitian Galle et al pada mahasiswa, didapatkan bahwa aktivitas sebagian besar mahasiswa mengalami penurunan aktivitas fisik, meskipun sebagian besar mampu mempertahankan aktivitas fisik dan bahkan meningkatkan latihan fisik (Tunas, 2022).

Setelah kurang lebih 2 tahun melewati pandemi COVID-19, pandemi Covid-19 mulai mereda. Setelah meredanya pandemi Covid-19, pelaksanaan proses belajar-mengajar kembali mengalami transisi, yaitu dari sistem pembelajaran jarak jauh menjadi kembali ke pembelajaran tatap muka yang tentunya membutuhkan proses penyesuaian untuk kembali ke sistem lama. Perubahan tersebut mengakibatkan timbulnya berbagai masalah dalam pelaksanaannya karena mahasiswa harus beradaptasi kembali, sehingga para mahasiswa juga mulai menunjukkan gejala depresi yang bervariasi (Carolina et al., n.d.) Perubahan sistem pembelajaran dari luring menjadi daring, kemudian menjadi *hybrid*, dan sekarang kembali menjadi luring boleh jadi membuat mahasiswa mengalami masalah atau stres. Stres yang dialami mahasiswa dapat diakibatkan oleh pandemi COVID-19 yang belum selesai hingga saat ini (Limbong & Simbolon, 2023).

Stres yang dialami mahasiswa terdiri dari beberapa aspek, yaitu fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal. Stres fisik berupa sakit kepala, tidur tidak teratur, perubahan selera makan, dan lelah. Stres emosional berupa cemas atau gelisah mudah marah, mudah tersinggung, dan suasana hati yang tidak stabil. Stres intelektual berupa banyak melamun, susah berkonsentrasi, dan penurunan produktivitas. Sedangkan Stres interpersonal berupa hubungan dengan orang lain yang terganggu, baik di dalam maupun di luar rumah (Khriomadani et al., 2022)

Berdasarkan hasil riset daring yang dilakukan Ruang Empati bersama FK UNJANI, pada 3.901 mahasiswa yang menjadi responden didapatkan hasil 24 % atau 933 responden yang normal atau tanpa gejala mental emosional (Stres), 45% atau 1.766 responden mengalami stres ringan, sebanyak 22% atau 861 responden mengalami stres sedang, dan, 7% atau 267 responden mengalami stres berat (Wamad, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Klaten pada tanggal 24 Mei 2023 di prodi D3 Keperawatan tingkat II dengan jumlah responden 10 mahasiswa dengan metode wawancara. Dari 10 mahasiswa, didapatkan 3 diantaranya mengalami gejala stres seperti tidur tidak teratur, nafsu makan menurun, dan cemas. Mereka mengatakan stres karena perubahan kebiasaan pembelajaran dari daring ke

luring seperti waktu yang diberikan untuk mengerjakan tugas selama pembelajaran luring lebih sedikit, tugas pembelajaran luring yang masih ditambah tugas daring, takut bertemu dosen secara langsung, dan perubahan lingkungan pembelajaran. Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten Pasca Pandemi Covid-19”

## **B. Rumusan Masalah**

Perubahan akibat pandemi Covid-19 mengharuskan mahasiswa beradaptasi terhadap sistem baru yang memiliki beberapa tantangan dalam pelaksanaannya. Setelah melewati selama kurang lebih 2 tahun pandemi Covid-19, pelaksanaan kegiatan belajar-mengajar kembali mengalami transisi dari sistem pembelajaran jarak jauh kembali ke pembelajaran tatap muka yang tentunya membutuhkan proses penyesuaian untuk kembali ke sistem lama. Perubahan tersebut telah memunculkan berbagai masalah terhadap pelaksanaannya karena mahasiswa beradaptasi kembali. Para mahasiswa juga mulai menunjukkan gejala depresi yang bervariasi (Carolina et al., n.d.).

Perubahan sistem pembelajaran dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran jarak jauh, kemudian menjadi *hybrid*, dan sekarang kembali menjadi pembelajaran tatap muka membuat mahasiswa mengalami masalah atau stres. Stres yang dialami mahasiswa dapat diakibatkan oleh pandemi Covid-19 yang belum selesai hingga saat ini (Limbong & Simbolon, 2023).

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan maka yang menjadi pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana gambaran tingkat Stres pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten pasca pandemi Covid-19?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan utama dari penelitian untuk mengetahui tingkatan stres mahasiswa pasca pandemi COVID-19.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, dan tingkat Stres di Universitas Muhammadiyah Klaten.
- b. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres pasca pandemi Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Klaten.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian tentang gambaran tingkat stres pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten pasca pandemi Covid-19 diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memperluas wawasan mengenai tingkat stres pada mahasiswa pasca pandemi Covid-19, serta sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis di bangku perkuliahan.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi mahasiswa

Sebagai informasi serta dapat berguna dan menambah pengetahuan tentang tingkat stres mahasiswa pasca pandemi Covid-19.

###### b. Bagi insitusi

Sebagai masukan bagi institusi pendidikan mengenai gambaran tingkat stres mahasiswa pasca pandemi Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Klaten. .

###### c. Bagi penulis selanjutnya

Diharapkan karya tulis ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan, informasi, serta tambahan untuk penulis selanjutnya dalam mengembangkan pengetahuan serta pemahaman kita tentang tingkat stres mahasiswa pasca pandemi Covid-19.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Variabel	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	(Jannah & Santoso, 2021) Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19	Penelitian ini merupakan penelitian dengan variabel tunggal yaitu tingkat stres mahasiswa	Penelitian ini menggunakan metode <i>literature review</i> .	Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring yang diikuti oleh mahasiswa cukup memicu stres pada mahasiswa, seperti hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti yang sudah dijabarkan secara rinci. Stres yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh faktor eksternal seperti kurang efektif saat penyampaian materi, dang lingkungan rumah yang tidak kondusif untuk melakukan proses pembelajaran seperti berisik dan lain-lain.	Penelitian ini menggunakan metode penelitian <i>literature review</i> , sedangkan metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah deskriptif kuantitatif.
2.	(RUTH, 2021) Hubungan Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi COVID-19 Dengan Tingkat Stres Siswa SMK 15 Kota Bekasi Tahun 2021	Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu pembelajaran daring dan tingkat stres.	Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Desain penelitian menggunakan <i>observasional Analitik</i> dengan rancangan penelitian <i>cross sectional</i> .	Berdasarkan hasil penelitian didapat, <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Distribusi frekuensi pembelajaran daring pada siswa SMK 15 Kota Bekasi tahun 2021 paling dominan dengan kategori efektif sebanyak 167 responden (75,6%)</li> <li>2. Distribusi frekuensi tingkat stres pada siswa SMK 15 Kota</li> </ol>	Penelitian ini mengambil responden siswa SMK, sedangkan peneliti mengambil responden mahasiswa. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu pembelajaran daring dan tingkat stres, sedangkan penelitian ini hanya menggunakan satu variabel

No	Judul	Variabel	Metode	Hasil	Perbedaan
				Bekasi tahun 2021 paling dominan dengan tingkat stres sedang sebanyak 129 responden (58,4%)	yaitu tingkat stres.
				3. Adanya hubungan pembelajaran daring dengan tingkat Stres pada siswa SMKN 15 Kota Bekasi tahun 2021.	
3.	(Masriwati, 2022) Hubungan Pembelajaran Via Online selama pandemi COVID-19 Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Semester II, IV, VI Prodi Keperawatan di Universitas Mandala Waluyo	Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu pembelajaran via <i>online</i> dan tingkat stres.	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif.	Dari Hasil Analisa Univariat didapat 1. Dari 77 responden, terdapat 37 responden (48,1%) yang melakukan pembelajaran via <i>online</i> dengan efektif dan terdapat 40 responden (51,9%) yang melakukan pembelajaran via <i>online</i> dengan tidak efektif. 2. Dari 77 responden, terdapat 41 responden (53,2%) yang memiliki tingkat stres kategori ringan dan terdapat 36 responden (46,8%) yang memiliki tingkat stres kategori sedang.	Penelitian ini dilakukan selama pandemi Covid-19 dan menggunakan dua variabel yaitu pembelajaran via online dan tingkat stres, sedangkan peneliti melakukan penelitian pasca pandemi Covid-19 dan peneliti hanya menggunakan dengan satu variabel yaitu tingkat stres.

