

Hubungan Antara Kecemasan terhadap Pembelajaran Secara Daring pada Mahasiswa di Universitas Aisyiyah Surakarta

The Relationship Between Anxiety to Online Learning in Students at Universitas Aisyiyah Surakarta

Rini Widarti¹, Ari Sapti Mei Leni^{2*}, Irma Mustika Sari³, Endah Sri Wahyuni⁴

¹Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta, Indonesia

²Program Studi Diploma IV Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta

³Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta

⁴Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta

(*)Email Korespondensi: aoigerry@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Proses pembelajaran daring sudah dimulai sejak Maret-Desember 2020. Selama proses pembelajaran daring tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam memahami perkuliahan dan merasa cemas jika tidak bisa mendapatkan nilai yang memuaskan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan terhadap pembelajaran daring pada mahasiswa di Universitas Aisyiyah Surakarta.

Metode: Penelitian ini dilakukan di Universitas Aisyiyah Surakarta pada bulan Januari-Februari 2020. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik total sampling, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 174 responden dari 2 program studi yaitu D III Keperawatan sebanyak 120 responden dan D IV Fisioterapi sebanyak 54 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) yang dibuat dalam bentuk google form yang diberikan kepada sampel.

Hasil: Penelitian didapatkan sebanyak 36,2% mahasiswa cemas berat, sebanyak 25,9% panik, cemas sedang sebanyak 19,5%, cemas ringan sebanyak 11,5% dan tidak ada kecemasan sebesar 6,9%.

Kesimpulan: Penelitian ini menyimpulkan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan perkuliahan daring.

Kata kunci: Pembelajaran Daring; Kecemasan; Mahasiswa

Abstract

Background: The online learning process has started since March-December 2020. During the online learning process, not a few students have difficulty understanding lectures and feel anxious if they cannot get satisfactory grades.

Objective: This study aims to determine the relationship between anxiety on online learning in students at Aisyiyah University Surakarta.

Methods: This research was conducted at Aisyiyah University Surakarta in January-February 2020. The sample technique used in this study was a total sampling technique, so that a total sample of 174 respondents were obtained from 2 study programs, namely 120 respondents in Nursing and D IV Physiotherapy. 54 respondents. The instrument used in this study was the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) which was made in the form of a google form which was given to the sample.

Results: The study found that 36.2% of students had severe anxiety, 25.9% panicked, 19.5% moderate anxiety, 11.5% mild anxiety and 6.9% no anxiety.

Conclusion: This study concludes that there is a relationship between anxiety levels and online lectures.

Keywords: Online Learning; Worry; Student

PENDAHULUAN

COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona jenis baru. COVID-19 pertama kali dideteksi di Wuhan, China pada akhir tahun 2019 dan dilaporkan sebagai penyakit yang menyerang sistem pernafasan manusia. Gejala penyakit COVID-19 yang paling umum antara lain demam, rasa lelah, dan batuk kering. Lebih lanjut, penderita COVID-19 mengalami juga rasa nyeri dan sakit di tubuh, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan atau diare yang muncul secara bertahap. Sampai tanggal 22 Mei 2020, World Health Organization mencatat ada 4,9 juta kasus penderita COVID-19 yang sudah terkonfirmasi. Pada periode yang sama, COVID-19 telah memakan korban jiwa sebanyak 327 ribu orang (1).

Menurut Firman & Rahman (2020) untuk mencegah penyebaran Covid-19, WHO memberikan himbauan untuk menghentikan acara-acara yang dapat menyebabkan massa berkerumun. Maka dari itu, pembelajaran tatap muka yang mengumpulkan banyak mahasiswa di dalam kelas ditinjau ulang pelaksanaannya. Perkuliahan harus diselenggarakan dengan skenario yang mampu mencegah berhubungan secara fisik antara mahasiswa dengan dosen maupun mahasiswa dengan mahasiswa dan menurut Milman (2015) penggunaan teknologi digital dapat memungkinkan mahasiswa dan dosen melaksanakan proses pembelajaran walaupun mereka ditempatkan yang berbeda (3).

Menurut Pane dan Dasopang (2017) pembelajaran adalah aspek kegiatan yang kompleks dan tidak dapat dijelaskan sepenuhnya. Secara sederhana, pembelajaran dapat diartikan sebagai produk interaksi berkelanjutan antara pengembangan dan pengalaman hidup (4). Pada hakikatnya, pembelajaran dalam makna kompleks adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan peserta didiknya (mengarahkan interaksi peserta didik dengan sumber belajar lain) dengan maksud agar tujuannya dapat tercapai. Menurut Ghirardini dalam Kartika (2018) daring memberikan metode pembelajaran yang efektif, seperti berlatih dengan adanya umpan balik terkait, menggabungkan kolaborasi kegiatan dengan belajar mandiri, personalisasi pembelajaran berdasarkan kebutuhan mahasiswa dan menggunakan simulasi dan permainan (5).

Sementara itu menurut Permendikbud No. 109 Tahun 2013 pendidikan jarak jauh adalah proses belajar mengajar yang dilakukan secara jarak jauh melalui penggunaan berbagai media komunikasi (6). Tataran pelaksanaannya pembelajaran daring memerlukan dukungan perangkat-perangkat *mobile* seperti *smartphone* atau telepon android, laptop, komputer, *tablet*, dan *iphone* yang dapat dipergunakan untuk mengakses informasi kapan saja dan dimana saja (7).

Upaya mencegah penularan Covid-19 kampus Universitas Aisyiyah Surakarta juga melakukan pembelajaran secara daring. Proses pembelajaran menggunakan e-learning yang dapat diakses mahasiswa di rumah. Selama pandemi Covid-19 tidak ada perkuliahan yang dilakukan secara tatap muka langsung. Pengumpulan tugas juga di unggah di e-learning hingga kegiatan ujian tengah semester (UTS) dan ujian akhir semester (UAS). Proses pembelajaran daring sudah dimulai sejak Maret-Desember 2020. Selama proses pembelajarandaring tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam memahami perkuliahan dan merasa cemas jika tidak bisa mendapatkan nilai yang memuaskan.

Kecemasan merupakan hal yang dialami oleh semua orang ketika mereka merasakan hal yang mengancam mereka, kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan dasar berasal dari takut; suatu peningkatan yang berbahaya dari perasaan tak berteman dan tak berdaya dalam dunia penuh ancaman (8). Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (9).

Menurut Fudyartanta (2012) kecemasan (*anxiety*) sebagai kesadaran bahwa kejadian yang dihadapi pada seseorang berada di luar jangkauan praktis dari sistem konstruk orang tersebut (10). Cemas yang berkepanjangan dan terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang dialami oleh mahasiswa. Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi.

Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap stres bahkan sebelum manusia lahir (Smeltzer dan Bare, 2008 dalam Bingku, T.A et al (11). Stres akademik merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension, yang terjadi akibat tuntutan kehidupan kampus (12). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Liviana,

(2020) (13), menunjukkan bahwa tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19.

Berdasarkan dari permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan hubungan antara kecemasan terhadap pembelajaran secara daring pada mahasiswa di Universitas Aisyiyah Surakarta.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik deskriptif korelasi yaitu untuk mendeskripsikan hubungan antar variable. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara factor-faktor risiko dan efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus (*point time approach*).

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari 2021 di kampus 1 Universitas Aisyiyah Surakarta. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Aisyiyah Surakarta angkatan 2018-2020. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan kriteria inklusi sebagai berikut: 1) mahasiswa Universitas Aisyiyah Surakarta pada program studi DIII Keperawatan dan D IV Fisioterapi Angkatan 2018-2020; 2) mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring menggunakan perangkat *smartphone* dan laptop; dan 3) mahasiswa laki-laki dan perempuan yang bersedia menjadi responden.

Variabel dalam penelitian ini adalah pembelajaran daring dan kecemasan. Pembelajaran daring diartikan bahwa proses pembelajaran yang dilakukan secara jarak jauh menggunakan media digital. Kecemasan diartikan sebagai keadaan dimana seseorang mengalami kecemasan akibat mengikuti pembelajaran daring. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan menggunakan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Penilaian dengan menggunakan HARS yaitu 1) skor kurang dari 14 diartikan sebagai tidak ada kecemasan; 2) skor 14-20 diartikan sebagai kecemasan ringan; 3) skor 21-27 diartikan sebagai kecemasan sedang; 4) skor 28-41 diartikan sebagai kecemasan berat; dan 5) skor 42-56 diartikan sebagai kecemasan sangat berat.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di Kampus 1 Universitas 'Aisyiyah Surakarta dengan sampel mahasiswa DIV Fisioterapi dan DIII Keperawatan seluruh Angkatan yang terlebih dahulu dilakukam studi pendahuluan dan penjarangan sampel agar sesuai dengan kriteria peneliti yaitu tingkat kecemasan terhadap pembelajaran daring dengan cara memberikan kuisioner kepada para mahasiswa secara daring menggunakan google form.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Distribusi Program Studi

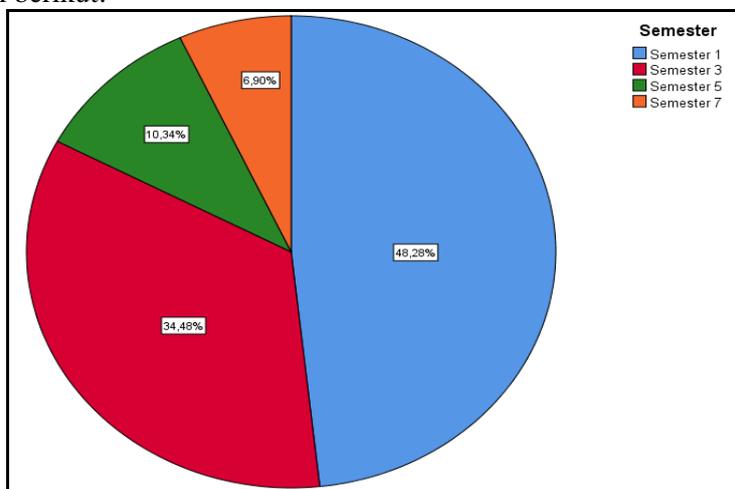
Program Studi	Frekuensi	Persentase (%)
D III Keperawatan	120	69
D IV Fisioterapi	54	31
Total	174	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa DIII Keperawatan berjumlah 120 (69%) orang dan mahasiswa DIV Fisioterapi berjumlah 54 mahasiswa (31%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Mahasiswa per Semester

Semester	Frekuensi	Persentase (%)
Semester 1	84	48,3
Semester 3	60	34,5
Semester 5	18	10,3
Semester 7	12	6,9
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mahasiswa DIII Keperawatan dan DIV Fisioterapi semester 1 yang mengisi kuisisioner sebanyak 84 orang (48,3%), semester 2 yang mengisi kuisisioner sebanyak 60 mahasiswa (34,5%), semester 5 yang mengisi kuisisioner sebanyak 18 mahasiswa (10,3%) dan semester 7 yang mengisi kuisisioner sebanyak 12 mahasiswa (6,9%) lebih sedikit dibandingkan dengan semester 1,3 dan 5 dengan diagram sebagai berikut:

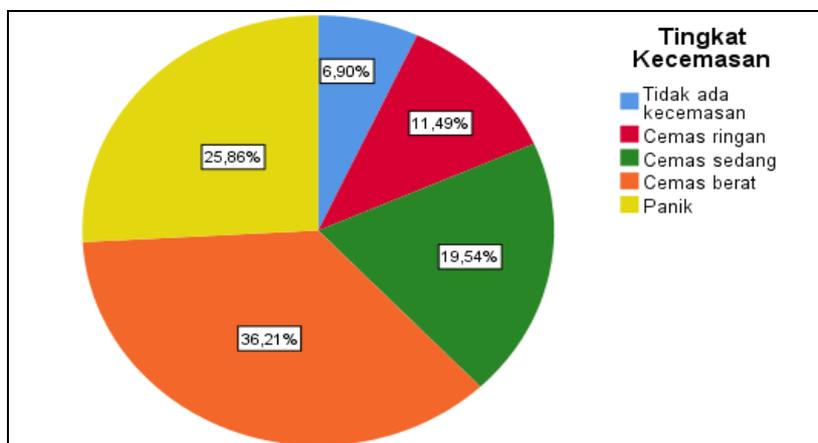


Gambar 1. Diagram Jumlah Mahasiswa per Semester

Tabel 2. Uji Korelasi Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada kecemasan	12	6,9
Cemas ringan	20	11,5
Cemas sedang	34	19,5
Cemas berat	45	36,2
Panik	45	25,9
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dan pembelajaran secara daring pada mahasiswa DIII Keperawatan dan DIV Fisioterapi dengan persentase kecemasan ringan sebanyak 20 mahasiswa (11,5%), kecemasan sedang sebanyak 34 mahasiswa (19,5%), kecemasan berat 63 mahasiswa (36,2%) dan panik 45 mahasiswa (25,9%). Sebagai besar mahasiswa mengalami kecemasan berat dengan jumlah 63 mahasiswa (36,2%) dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 12 mahasiswa (6,9%).



Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa

PEMBAHASAN

Mahasiswa merasa cemas tidak bisa mengikuti perkuliahan dengan baik karena proses pembelajaran dilakukan secara daring baik teori maupun praktek. Mahasiswa juga merasa materi yang dipelajari tidak maksimal jika terkendala sinyal dan kuota yang mudah habis dan juga sering berpindah tempat untuk mendapatkan sinyal yang bagus dan seringkali agak jauh dari rumah. Perkuliahan yang dilakukan secara daring membutuhkan konsentrasi yang tinggi dan fokus agar materi mudah di cerna terutama pada bagian praktek laboratorium yang membutuhkan alat dan probandus sedangkan jika di lakukan di rumah alat dan barang-barang yang dibutuhkan tidak semuanya bisa di temukan dengan mudah. Di dalam proses pembelajaran daring, dosen tidak bisa sepenuhnya mengawasi proses yang dilakukan mahasiswa di rumah hingga selesai dan terkendala proses evaluasi untuk mengetahui kemampuan mahasiswa sepenuhnya. Mahasiswa juga merasa cemas jika nilai IPK semesternya akan turun karena tidak maksimal semalam belajar.

Mahasiswa cenderung khawatir jika proses pembelajaran daring berlangsung lama akan berdampak negatif terhadap kemampuannya nanti ketika lulus sehingga kompetensinya tidak begitu bagus. Selain hal tersebut mahasiswa juga merasa dengan proses pembelajaran daring uang yang dikeluarkan semakin banyak untuk pembelian kuota walaupun sudah ada bantuan dari kampus. Kondisi tempat tinggal mahasiswa juga menentukan kelancaran proses pembelajaran, bagi mahasiswa yang tinggal ditempat yang terpencil atau susah sinyal kendalanya akan lebih besar di dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di pusat kota sehingga akses internet lebih mudah di jangkau dan tidak ada kendala sinyal.

Proses pembelajaran daring memiliki banyak sekali faktor-faktor penghambatnya, tidak hanya sinyal tetapi juga proses PBM yang tidak bisa di pantau secara langsung oleh dosen. Dosen juga merasa khawatir jika mahasiswanya tidak bisa mengikuti dengan baik selama proses pembelajaran dan ketika mengerjakan UTS, UAS dan juga ujian laboratoriumnya. Mahasiswa mengharapkan pembelajaran daring segera berakhir dan bisa melakukan perkuliahan seperti dulu kala dengan bertatap muka langsung sehingga kecemasan akan materi yang dipelajari tidak sebesar ketika dilakukan secara daring.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan dan DIV Fisioterapi selama pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard [Internet]. World Health Organization. 2020. Available from: <https://covid19.who.int/>
2. Firman F, Rahman SR. Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indones J Educ Sci*. 2020;2(2):81–9.
3. Milman NB. Distance Education [Internet]. Second Edi. Vol. 6, *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*. Elsevier; 2015. 567–570 p.
4. Pane A, Dasopang MD. Belajar Dan Pembelajaran. *FITRAH J Kaji Ilmu-ilmu Keislam*. 2017;3(2):333–52.
5. Adhe KR. Pengembangan Media Pembelajaran Daring Matakuliah Kajian PAUD di Jurusan PG PAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *J Early Child Care Educ*. 2018;1(1):26–31.
6. Kemendikbud. Permenkes RI Nomor 109 Tahun 2013. *PERMENDIKBUD Nomor 109 Tahun 2013* 2013 p. 1–8.
7. Gikas J, Grant MM. Mobile computing devices in higher education: Student perspectives on learning with cellphones, smartphones & social media. *Internet High Educ [Internet]*. 2013;19:18–26.
8. Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Edisi Revi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang; 2018. 380 p.
9. Sutejo. *Keperawatan Jiwa : Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa : Gangguan Jiwa dan Psikososial*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2018. 256 p.
10. Fudyartanta K. *Psikologi Kepribadian : berbagai Pendekatan: Eksistensial, Trait (sifat), Teori Medan*,

- Faktorial, Stimulus Respon (sr) dan Biobudaya Religius. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2012. 459 p.
11. Bingku TA, Bidjuni H, Wowiling F. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Reguler dengan Mahasiswa Ekstensi dalam Proses Belajar di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Unsrat Manado. *J Keperawatan*. 2014;2(2):1–7.
 12. Simbolon I. Reaksi Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan dengan Sistem Belajar Blok di Fakultas Keperawatan X Bandung. *J Sk Keperawatan [Internet]*. 2015;1(01):29–37.
 13. PH L, Mubin MF, Basthomi Y. “Tugas Pembelajaran” Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnsl Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2020;3(2):203–8.