

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

*Corona Virus Disease* (Covid-19) merupakan virus jenis baru yang mulai menyebar di awal tahun 2020. Virus ini ditemukan pertama kali pada Desember tahun 2019 di Wuhan, Tiongkok. Bukan hanya menyebar di Tiongkok, namun virus ini terhitung sejak Maret 2020 telah menyebar ke 65 negara di dunia salah satunya adalah Indonesia. Penyebaran virus di Indonesia diawali dengan 2 warga yang sudah mulai terinfeksi virus pada 2 Maret 2020 (WHO, 2020). Jumlah kasus yang terus bertambah menyebabkan penyebaran virus Covid-19 lebih luas dibandingkan sebelumnya, pemerintah mulai melakukan tindakan dalam rangka mengurangi virus ini. Salah satu tindakan yang dilakukan yaitu dengan dikeluarkannya PP Nomor 21 tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease* 2019 (Covid-19). Pada salah satu pasalnya berisikan tentang peliburan tempat kerja, sekolah dan pembatasan kegiatan-kegiatan di tempat umum. Untuk kegiatan pembelajaran daring peraturannya telah resmi dikeluarkan melalui Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 yang berisikan tentang pembelajaran daring dan bekerja di rumah untuk mencegah penyebaran Covid-19. Kebijakan pembelajaran daring ini berlaku untuk semua kalangan pelajar yaitu Pendidikan Anak Usia Dini hingga Perguruan Tinggi (Kemendikbud, 2020). Proses pembelajaran daring ini dapat dilaksanakan di rumah masing-masing dengan menggunakan beragam aplikasi seperti *Zoom Meeting*, *Google Classroom*, *WhatsApp*, *Google Meet*, *Microsoft Teams* dan beragam *virtual account* lainnya berbasis internet yang bisa digunakan untuk pengajar juga pelajar sesuai dengan kesepakatan bersama.

Kegiatan pembelajaran daring pastinya akan membutuhkan beberapa perangkat pendukung salah satunya adalah jaringan internet. Menurut Badan Pusat Statistik, DKI Jakarta menempati posisi pertama selama tiga tahun berturut-turut sejak tahun 2017 sampai dengan 2019 penggunaan internet terbesar dibandingkan provinsi lainnya dengan begitu jangkauan internet dan konektivitas di DKI Jakarta akan lebih baik dibandingkan daerah lainnya karena permintaan pasar yang lebih banyak. Hal ini dapat menyebabkan ketidakseimbangan jaringan internet di berbagai wilayah yang akan berdampak kepada mahasiswa selama melaksanakan pembelajaran daring, dengan begitu penelitian ini akan berfokus pada wilayah DKI Jakarta untuk melihat kegiatan pembelajaran daring mereka dengan fasilitas internet yang sudah memadai.

Kegiatan pembelajaran daring tentunya dapat menimbulkan dampak yang beragam, salah satunya seperti pendapat Sur, Hasanah, & Mustofa, (2020) yaitu dengan dilakukannya kegiatan pembelajaran daring dapat menjadi proses pengembangan diri dan juga perluasan ilmu pengetahuan yang ternyata tidak hanya dilakukan di kelas saja melainkan dapat dilakukan di luar kelas dengan bantuan internet. Sehingga, proses belajar mengajar mahasiswa tidak hanya dilakukan di dalam ruangan dan bertemu langsung tatap muka dengan dosen, tetapi dapat dilakukan di mana saja. Selain itu, hasil kegiatan belajar mengajar selama pembelajaran daring tersimpan rapih di dalam *database* dan mungkin dapat dimanfaatkan untuk mengulang kembali materi pembelajaran tersebut. Kegiatan pembelajaran daring juga dapat membuat mahasiswa lebih mandiri dalam proses belajar mengajar seperti hasil penelitian Muhammad (2020) yang menyatakan bahwa pembelajaran daring pada saat pandemi Covid-19 ternyata berpengaruh positif dengan tingkat kemandirian belajar mahasiswa.

Walaupun demikian, dalam penerapan pembelajaran daring juga tidak terhindar oleh berbagai hambatan. Hambatan negatif ini dapat berdampak pada sisi psikologis dan proses kegiatan pembelajaran daring. Pada sisi psikologis, mahasiswa mengalami beberapa keluhan, salah satunya mereka menjadi cemas selama pandemi Covid-19, hasil ini didukung oleh penelitian Hasanah, Ludiana, Immawati, & Livana (2020) menyimpulkan bahwa masalah psikologis yang ternyata paling banyak dialami oleh mahasiswa saat pembelajaran jarak jauh yaitu kecemasan. Selain kecemasan

mahasiswa juga mengalami masalah psikologis lain yaitu stres, hal ini juga didukung dalam penelitian Harahap, dkk (2020) yang menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik selama belajar jarak jauh di tengah-tengah kondisi pandemi Covid-19. Kemudian didukung oleh hasil penelitian Livana, Mubin, & Basthomi (2020) yang menunjukkan bahwa salah satu penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19 yang banyak diungkapkan responden adalah tugas perkuliahan. Hasil penelitian Maia, Rodrigues, & César (2020) juga menunjukkan bahwa para siswa telah dievaluasi selama pandemi dan menunjukkan tingkan kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum pandemi Covid-19. Hal ini bisa menjadi suatu gambaran bahwa selama pandemi Covid-19 para pelajar mengalami berbagai hambatan psikologis yang salah satunya adalah kecemasan, stres, dan depresi. Hambatan-hambatan yang terjadi akan berbeda-beda pada setiap individunya. Tingkatan stres setiap individu selama pandemi Covid-19 juga akan berbeda-beda. Walaupun begitu, individu tidak dapat mengendalikan penyebab stres ini, namun individu masih bisa mengontrol bagaimana seharusnya bereaksi dalam menghadapi stres tersebut (U.S. Department of Veteran Affairs, 2014). Seperti yang dikemukakan oleh Yuwono (2020), bahwa responden memiliki tingkat stres yang berbeda bisa diduga akibat adanya faktor kemampuan koping stres yang berbeda pada setiap responden.

Koping dapat diartikan sebagai bentuk transaksi individu dalam mengatasi berbagai tuntutan eksternal maupun internal yang telah membebani dan mengganggu keberlangsungan hidup individu tersebut (Maryam, 2017). Selain itu, koping juga dapat diartikan sebagai perilaku mengatasi efek negatif karena keadaan stres yang dialami individu yang dapat menimbulkan efek kurang baik bagi fisiologis dan psikologis (Lazarus dan Folkman, 1984). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa strategi koping stres merupakan bentuk perilaku untuk mengatasi atau mengurangi stres yang terjadi pada individu dengan cara yang lebih efektif. Tujuan strategi koping yaitu dapat mengatasi situasi juga tuntutan yang terasa menekan, menantang, membebani, dan melebihi kemampuan yang dimiliki individu (Maryam, 2017). Oleh karena itu, strategi koping stres selama masa pandemi Covid-19 dalam kegiatan pembelajaran jarak jauh

sangat diperlukan individu dalam mengatasi stres yang agar tidak menghambat tugas/kegiatan individu tersebut.

Strategi koping stres menurut Lazarus dan Folkman (Maryam, 2017) dibagi menjadi dua macam yaitu *problem focused coping* (PFC) dan *emotional focused coping* (EFC). *Problem focused coping* (PFC) merupakan perilaku yang mengarah pada pemecahan masalah, jadi biasanya individu akan menggunakan perilaku ini jika merasa masalah tersebut dirasa dapat dikontrol dan diselesaikan. Kemudian *emotional focused coping* (EFC) yaitu usaha-usaha yang ditujukan untuk mengatur respon emosi tanpa berusaha untuk mengatasi sumber masalahnya, hal ini dilakukan karena individu tersebut merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan juga ketidakmampuan dalam mengatasi masalah tersebut. Kedua strategi koping stres ini dapat digunakan individu tergantung masalah yang sedang dihadapinya. Menurut Rutter (dalam Maryam, 2017) pada situasi yang masih dapat berubah secara konstruktif baiknya menggunakan *problem focused coping*, sedangkan untuk situasi yang sulit diubah baiknya menggunakan *emotional focused coping*. Tujuan kedua fokus koping stres yaitu sama-sama untuk mengurangi dan mengatasi stres yang dialami.

Selain hambatan dalam sisi psikologis, proses kegiatan pembelajaran daring mahasiswa juga mengalami beberapa keluhan, salah satu hambatan yang seringkali terjadi oleh mahasiswa yaitu berupa jaringan internet yang ternyata tidak bagus atau bermasalah. Lalu, karena semua yang serba daring dapat menyebabkan kejenuhan selama proses belajar mengajar (Muslim, 2020). Selain itu, beberapa tuntutan pekerjaan rumah yang harus dikerjakan, dan juga tugas kuliah yang menumpuk dapat menjadi hambatan selama proses pembelajaran daring selama pandemi ini (Harahap, Harahap, & Harahap, 2020). Persepsi mahasiswa terhadap kegiatan pembelajaran daring akan memberikan dampak kepada sikap mereka selama kegiatan belajar.

Menurut Thurstone (1928, dalam Azwar 1995) sikap adalah bentuk evaluasi atau reaksi perasaan terhadap suatu objek, perasaan tersebut dapat berupa perasaan yang memihak atau mendukung (*favorable*) maupun perasaan tidak memihak dan tidak mendukung (*unfavourable*). Menurut studi penelitian yang dilakukan oleh Adijaya & Santosa (2018) didapati hasil yang menyatakan sebagian besar mahasiswa lebih

menyukai lingkungan belajar tatap muka daripada perkuliahan daring dengan presentase sebesar 40,74%, hal ini dikarenakan kuliah tatap muka dapat lebih membantu proses belajar mereka. Sikap yang berbeda ditunjukkan oleh mahasiswa dalam menyikapi pembelajaran daring ini, sehingga respon terhadap pembelajaran daring juga menunjukkan perbedaan antara sikap mahasiswa yang mendukung kegiatan pembelajaran daring dan sikap mahasiswa yang tidak mendukung kegiatan pembelajaran daring.

Mahasiswa yang sedang merasakan tekanan selama belajar daring diharapkan dapat mengetahui strategi koping stres apa yang tepat dalam mengatasi situasi selama pembelajaran daring ini. Hal tersebut karena untuk dapat mengambil keputusan dalam menghadapi masalah seringkali dipengaruhi oleh tugas perkembangan kognisi di usia mahasiswa. Menurut Hulukati & Djibran (2018) yang menyatakan bahwa mahasiswa berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada tahapan ini mahasiswa memasuki masa dewasa awal yang sudah memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, sehingga dalam tugas perkembangan pada usia ini ialah dapat memantapkan pendirian hidup. Selain itu, menurut Santrock (dalam Wahyudhi, Winarsunu, & Amalia, 2019), individu pada masa dewasa awal akan mengatur pemikiran secara operasional dan juga dapat bertanggung jawab dalam memutuskan sesuatu dalam menghadapi masalah agar lebih sistematis dan tidak hanya menggunakan emosi. Untuk itu, seharusnya mahasiswa mampu mengenali koping stres apa yang tepat digunakan pada situasi pembelajaran daring ini.

Keberhasilan dalam kegiatan pembelajaran daring dapat dilihat pada seberapa bermanfaat pembelajaran daring ini bagi mahasiswa, seperti menurut penelitian Liaw, Huang, & Chen (2007) bahwa ketika memahami sikap pengguna dalam pembelajaran daring, maka memungkinkan untuk membuat kegiatan pembelajaran lebih efektif, efisien, dan menarik. Sikap dapat terbentuk melalui tiga hal yaitu afektif, kognitif dan perilaku seperti menurut Breckler, Katz, Stotland, dan Rajecki yang menyatakan sikap sebagai suatu kombinasi reaksi afektif, perilaku, dan kognitif pada objek lain (Azwar, 1995). Dengan begitu, walaupun sikap seharusnya terbentuk dari sebelum memulainya sesuatu, namun sikap juga dapat terlihat sebagai reaksi ketika sudah melakukan suatu

kegiatan atau perilaku sehingga dalam kegiatan pembelajaran daring yang telah berjalan ini peneliti dapat mengetahui bagaimana sikap mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran daring selama Covid-19 ini. Kemudian, selama kegiatan pembelajaran daring saat pandemi Covid-19, perilaku mahasiswa dalam menghadapinya sangat beragam. Karena banyaknya tuntutan dan tugas, dampak yang terjadi dari kegiatan pembelajaran daring ini juga dapat mempengaruhi dari beberapa sisi, salah satunya pada sisi psikologis. Mahasiswa selama pembelajaran daring mengalami beberapa keluhan seperti kecemasan, frustrasi, hingga stres, maka untuk meminimalisir atau mengatasi hal tersebut diperlukannya coping stress yang tepat agar mahasiswa mampu mengikuti pembelajaran daring dengan baik. Kurangnya penelitian yang membahas hubungan antara kedua variabel tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai hubungan sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi coping stress pada mahasiswa selama masa pandemi Covid-19.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan, teori, dan penelitian sebelumnya, maka didapat masalah yang teridentifikasi meliputi:

1. Bagaimana sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring pada mahasiswa selama pandemi Covid-19?
2. Bagaimana gambaran strategi coping stress pada mahasiswa selama pandemi Covid-19?
3. Apakah terdapat hubungan antara sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi coping stress pada mahasiswa selama pandemi Covid-19?

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dapat peneliti batasi masalahnya yaitu “Hubungan sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi coping stress pada mahasiswa selama masa pandemi Covid-19”.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan pembatasan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi koping stres pada mahasiswa selama pandemi Covid-19?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran sikap mahasiswa dalam pembelajaran daring dan koping stres pada mahasiswa selama pandemi Covid-19. Selain itu penelitian ini untuk mengetahui hubungan sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi koping stres pada mahasiswa selama pandemi Covid-19.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai hubungan sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dengan strategi koping stres dan mampu mengembangkan teori mengenai sikap terhadap pembelajaran daring dengan koping stres selama pandemi Covid-19 khususnya pada mahasiswa.

##### **1.6.2 Manfaat Praktis**

###### **1.6.2.1. Bagi mahasiswa**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan memperlihatkan gambaran bagaimana sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring serta pemilihan strategi koping stres yang tepat selama masa pandemi Covid-19.

#### 1.6.2.2. *Bagi penelitian selanjutnya*

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi dan juga bahan referensi bagi penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel sikap terhadap kegiatan pembelajaran daring dan strategi koping stres.



