

**“PENGARUH PEMBELAJARAN VIA ONLINE SELAMA PANDEMI  
COVID-19 TERHADAP TINGKAT STRESS MAHASISWA TINGKAT  
AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
MAKASSAR”**

*“The Effect Of Online Learning During The Covid-19 Pandemic On The Level Of  
Stress In Senior Year Faculty Of Medicine Muhammadiyah University Of  
Makassar”*



Diajukan kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Makassar untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**2021**

09/03/2021

1 eep  
Smb. Alumni

R/0018/DOK/Z1 CP  
JAN

P<sup>1</sup>

**PERTANYAAN PENGESAHAN  
MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI PENELITIAN**

**DATA MAHASISWA**

Nama Lengkap : Miftahul Jannah  
Tempat, Tanggal Lahir : Bulukumba, 26 Juli 2000  
Tahun Masuk : 2017  
Peminatan : Pendidikan Kedokteran  
Nama Pembimbing Akademik : dr. A.Tenri Padad, M.Ed. Ed  
Nama Pembimbing Skripsi : dr. A. Salsa Anggeraini, M. Kes

**JUDUL PENELITIAN**

**“Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi COVID – 19 terhadap  
Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas  
Muhammadiyah Makassar”**

Menyatakan bahwa yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan akademik dan administrasi untuk mengikuti ujian proposal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

Makassar, 27 Februari 2021

Mengesahkan,



**Juliani Ibrahim, M.Sc., Ph.D**

**PANITIA SIDANG UJIAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Skripsi dengan judul **“Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi COVID – 19 terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”** telah diperiksa, disetujui, serta dipertahankan, di hadapan tim penguji skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, pada:

**Hari/Tanggal** : Sabtu, 27 Februari 2021

**Waktu** : 10.00-Selesai

**Tempat** : Via Zoom Meeting

**Ketua Tim Penguji**

**dr. A. Salsa Anggeraini, M.Kes**

**Anggota Tim Penguji**

  
**dr. Rahasiah Taufik Sp.M(K)**

  
**Dr. Alimuddin, M. Ag**

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**PENGARUH PEMBELAJARAN VIA ONLINE SELAMA PANDEMI COVID – 19  
TERHADAP TINGKAT STRESS MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**Miftahul Jannah**

**105421108517**

**Skripsi ini telah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing Skripsi**

**Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar**

**Makassar, 27 Februari 2021**

**Menyetujui pembimbing,**



**dr. A. Salsa Anggeraini, M. Kes**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama Lengkap : Miftahul Jannah  
Tempat, Tanggal Lahir : Bulukumba, 26 Juli 2000  
Tahun Masuk : 2017  
Nama Pembimbing Akademik : dr. A. Tenri Padad M.Med.Ed  
Nama Pembimbing Skripsi : Dr. Andi Salsa Anggeraini, M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan penelitian yang berjudul :

**“Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”**

Apabila suatu saat nanti terbukti bahwa saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

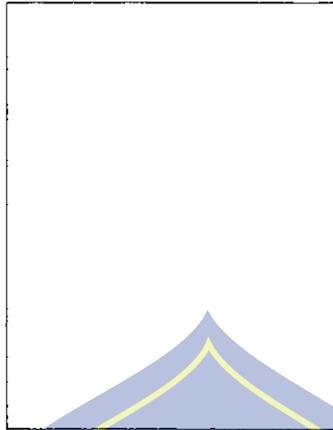
Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 19 Februari 2021

**MIFTAHUL JANNAH**

**105421108517**

## RIWAYAT HIDUP PENELITI



Nama : Miftahul Jannah  
Ayah : H. Muhammad Hakim  
Ibu : Hj. Hafisah  
Tempat, Tanggal Lahir : Bulukumba, 26 Juli 2000  
Agama : Islam  
Alamat : Jl. Talasalapang II  
Nomor telepon/HP : 0852 9871 4447  
Email : jannahmifta718@gmail.com

### RIWAYAT PENDIDIKAN :

- TK Raodatul Atfal (2004-2005)
- SDN 35 Bontosunggu (2005-2011)
- SMP Negeri 2 Bulukumba (2011-2014)
- SMA Negeri 1 Bulukumba (2014-2017)

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**Skripsi, Februari 2021**

Miftahul Jannah<sup>1</sup>, A. Salsa Anggeraini<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2017/ email jannahmifta718@gmail.com

<sup>2</sup> Pembimbing

**“PENGARUH PEMBELAJARAN VIA ONLINE SELAMA PANDEMI  
COVID-19 TERHADAP TINGKAT STRESS MAHASISWA TINGKAT  
AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
MAKASSAR”**

**Latar belakang:** Pada 31 Desember 2019, rumah sakit melaporkan sekelompok kasus dengan pneumonia yang tidak diketahui penyebabnya di Wuhan, Hubei, Cina, hal tersebut menyebabkan Cina menjadi pusat perhatian besar secara nasional dan seluruh dunia. Sejak ditemukannya kasus pertama tersebut, menyebabkan terjasa peningkatan kasus Covid-19 di Cina setiap hari dan memuncak diantara akhir Januari hingga awal Februari 2020. Dengan seiring terjadinya pandemic Covid-19, menyebabkan terjadinya pembatasan aktivitas seperti dilakukannya isolasi sosial, anjuran untuk tetpa dirumah, karantina seluruh masyarakat, dan penutupan instansi Pendidikan. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya paling banyak di instansi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemic Covid-19, dimana sistem pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka baik di lingkungan kampus ataupun lahan praktek berubah menjadi daring. Pembelajaran via online sendiri dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa, terutama mahasiswa tingkat akhir.

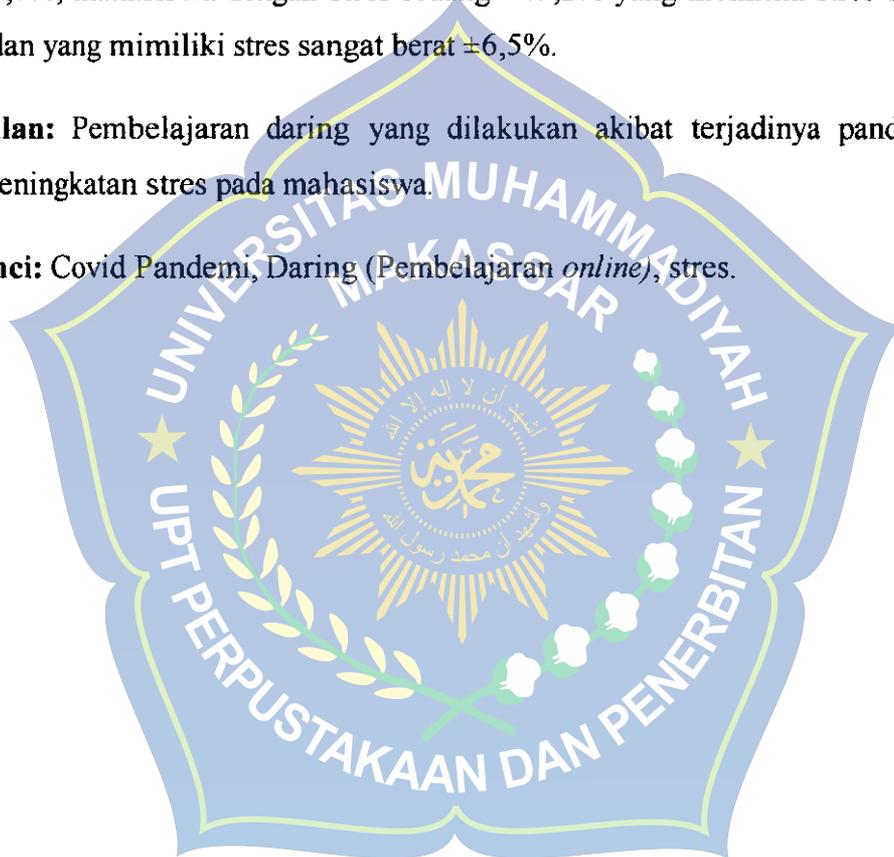
**Tujuan:** Untuk mengetahui apakah ada pengaruh pembelajaran via online selama pandemi Covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

**Metode penelitian:** Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada mahasiswa tingkat akhir sebanyak 62 orang, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil:** Terdapat 24,2% menilai bahwa pembelajaran via online efektif dan 75,2% menilai pembelajaran via online tidak efektif. Mahasiswa yang mengalami stres ringan  $\pm 9,7\%$ , mahasiswa dengan stres sedang  $\pm 45,2\%$  yang memiliki stres berat  $\pm 38,7\%$  dan yang memiliki stres sangat berat  $\pm 6,5\%$ .

**Kesimpulan:** Pembelajaran daring yang dilakukan akibat terjadinya pandemi memicu peningkatan stres pada mahasiswa.

**Kata kunci:** Covid Pandemi, Daring (Pembelajaran *online*), stres.



**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR**

**Skripsi, February 2021**

Miftahul Jannah<sup>1</sup>, A. Salsa Anggeraini<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Student of the Faculty of Medicine and Health Sciences at the University of Muhammadiyah Makassar in 2017/ email jannahmifta718@gmail.com

<sup>2</sup> Advisor

**“THE EFFECT OF ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19  
PANDEMIC ON THE LEVEL OF STRESS IN SENIOR YEAR FACULTY  
OF MEDICINE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR”**

**Background:** When the hospital reported a cluster of cases with pneumonia of unknown cause in Wuhan, Hubei, China, on December 31, 2019, China became the center of great attention nationally and worldwide. Since the discovery of the first case, it has caused an increase in Covid-19 cases in China every day and peaked between late January and early February 2020. Along with the Covid-19 pandemic, it led to restrictions on activities such as social isolation, staying at home, community quarantine, and school closure. Students as one of the most numerous individuals in educational institutions have certainly felt the impact of the Covid-19 pandemic, where the learning system that is usually carried out face-to-face both on campus and in practice fields has turned online. Online learning itself can affect the mental health of students, especially for students of the last semester.

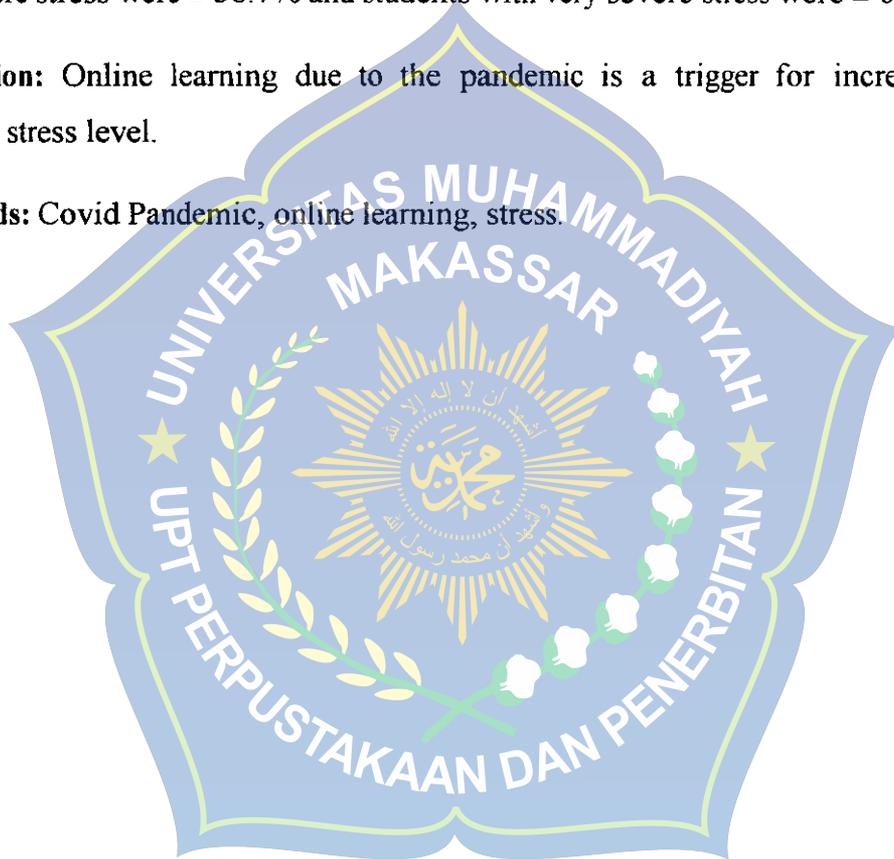
**Purpose:** To find out whether there was an effect of online learning during the Covid-19 pandemic on the stress level of the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of Makassar students.

**Research method:** Quantitative research with the cross-sectional approach. The data was collected by distributing questionnaires to 62 students of the last semester, then analyzed using the Chi-Square test.

**Results:** There were 24.2% who thought that online learning was effective and 75.2% thought that online learning was not effective. Students who experienced mild stress were  $\pm 9.7\%$ , students with moderate stress were  $\pm 45.2\%$ , students with severe stress were  $\pm 38.7\%$  and students with very severe stress were  $\pm 6.5\%$ .

**Conclusion:** Online learning due to the pandemic is a trigger for increased students' stress level.

**Keywords:** Covid Pandemic, online learning, stress.



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar” tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari proposal penelitian ini diajukan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar untuk memenuhi sebagian persyaratan guna untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran.

Pada kesempatan ini penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan sehingga proposal ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini penulis tujukan kepada :

1. dr. H Mahmud Ghaznawie Ph.D, Sp.PA(K) ,selaku Dekan Fakultas Kedokteran Muhammadiyah Makassar
2. dr. Andi Salsa Aggeraini, M.Kes, selaku dokter yang telah mendidik dan memberikan bimbingan selama proses pembuatan proposal.
3. dr. Rahasiah Taufik Sp.M(K), selaku penguji yang telah memberikan saran, serta masukan selama proses pembuatan skripsi ini berlangsung.
4. Ibu Juliani Ibrahim, M.Sc, Ph.D,selaku koordinator penelitian yang telah mendidik dan memberikan bimbingan selama masa perkuliahan secara offline maupun online.

5. Kedua orang tua dan Kakak-kakak ku yang telah mendo'akan, memberi semangat serta dorongan selama proses pembuatan proposal penelitian ini.
6. Sahabat-sahabatku khususnya Faradiba, Sekar, dan Risqia yang telah menemani dan memberi semangat serta do'a selama proses pembuatan proposal penelitian ini.
7. Teman-teman satu bimbingan penelitian skripsi. Faradiba dan Adelia Elfrida yang telah berjuang bersama penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

Meskipun telah berusaha menyelesaikan proposal penelitian ini sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan proposal penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga proposal penelitian ini berguna bagi pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Bulukumba, 09 Agustus 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	5
D. Manfaat penelitian.....	6
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Pandemi.....	7
B. Pembelajaran online.....	10
C. Stres .....	14
D. Hubungan pembelajaran via online selama pandemi covid-19 dengan stress .....	20
E. Tinjauan keislaman .....	21
F. Kerangka teori .....	26
<b>BAB III : KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>28</b>
A. Kerangka konsep.....	28
B. Variable dan definisi operasional.....	29

C. Hipotesis .....	31
<b>BAB IV : METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Objek penelitian .....	32
B. Metode penelitian.....	32
C. Lokasi dan waktu penelitian .....	32
D. Populasi dan sampel.....	32
E. Besar sampel .....	33
F. Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.....	35
G. Teknik pengumpulan data.....	35
H. Teknik analisis data.....	35
I. Alur penelitian.....	38
<b>BAB V : HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
A. Gambaran umum populasi dan sampel.....	39
B. Hasil analisis univariat.....	40
C. Hasil analisis bivariat.....	43
<b>BAB VI : PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
A. Pembahasan.....	45
B. Keterbatasan penelitian.....	49
C. Tinjauan keislaman.....	49

<b>BAB VII : PENUTUP</b> .....	<b>59</b>
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>63</b>



## DAFTAR TABEL

<b>5.1</b>	<b>Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar .....</b>	<b>39</b>
<b>5.2</b>	<b>Distribusi Responden Berdasarkan Penilaian Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020 Mengenai Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 .....</b>	<b>40</b>
<b>5.3</b>	<b>Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020 .....</b>	<b>41</b>
<b>5.4</b>	<b>Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Pada Setiap Dimensi Stressor .....</b>	<b>42</b>
<b>5.5</b>	<b>Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020 .....</b>	<b>43</b>

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar belakang

Pada 31 Desember 2019, rumah sakit melaporkan sekelompok kasus dengan pneumonia yang tidak diketahui penyebabnya di Wuhan, Hubei, Cina, hal tersebut menyebabkan Cina menjadi pusat perhatian besar secara nasional dan seluruh dunia. Pada 30 Januari 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan COVID-19 (seperti yang akan diketahui secara resmi per 11 Februari) menjadi Emergency Kesehatan Masyarakat dari Kepedulian Internasional (PHEIC) dan dinyatakan sebagai epidemi.<sup>(1)</sup>

Sejak ditemukannya kasus pertama tersebut, menyebabkan terjadi peningkatan kasus Covid-19 di China setiap hari dan memuncak di antara akhir Januari hingga awal Februari 2020. Awalnya kebanyakan laporan datang dari Hubei dan provinsi di sekitar, kemudian bertambah hingga ke provinsi-provinsi lain dan seluruh China. Tanggal 30 Januari 2020, telah terdapat 7.736 kasus terkonfirmasi Covid-19 di China, dan 86 kasus lain dilaporkan dari berbagai negara seperti Taiwan, Thailand, Vietnam, Malaysia, Nepal, Sri Lanka, Kamboja, Jerman, Prancis, Finlandia, Kanada, Arab Sudi, Korea Selatan, Australia, India, Filipina, Jepang dan Singapura. Pada tanggal 30 Maret 2020, terdapat 693.224 kasus dan 33.106 kematian yang terjadi di seluruh dunia. Eropa dan Amerika Utara telah menjadi pusat pandemi Covid-19, dengan kasus dan kematian sudah melampaui China. Amerika Serikat menduduki peringkat pertama dengan kasus Covid-19 terbanyak dengan

penambahan kasus baru sebanyak 19.332 kasus pada tanggal 30 Maret 2020 disusul oleh Spanyol dengan 6.549 kasus baru. Di Italia mempunyai tingkat mortalitas paling tinggi di dunia, yaitu sekitar 11,3%. Dan kasus Covid-19 pertama dilaporkan di Indonesia pada tanggal 12 Maret 2020 sejumlah 2 kasus. Data pada tanggal 31 Maret 2020 menunjukkan kasus yang terkonfirmasi sebanyak 1.528 kasus dan 136 kasus kematian yang terjadi. Adapun tingkat mortalitas Covid-19 di Indonesia sebesar sangatlah tinggi yaitu 8,9%, angka tersebut merupakan yang tertinggi di Asia Tenggara.<sup>(2)</sup>

Infeksi Covid-19 sendiri dapat menimbulkan gejala ringan, sedang atau berat. Gejala klinis utama yang muncul yaitu demam (suhu  $>38^{\circ}\text{C}$ ), batuk dan kelutan bernapas. Selain itu dapat disertai dengan sesak yang semakin memberat, kelelahan, myalgia, gejala pada saluran cerna seperti diare dan gejala gangguan pernapasan lain. Setengah dari pasien timbul sesak dalam satu minggu. Pada kasus yang tergolong berat tanda dan gejala yang dapat muncul ialah ARDS (Acute Respiratory Distress Syndrome), syok septik, asidosis metabolic yang sulit deteksi dan perdarahan atau gangguan fungsi sistem pembekuan darah dalam beberapa hari. Pada beberapa pasien, dengan gejala ringan bahkan tidak mengalami demam, kebanyakan pasien dengan gejala ini memiliki prognosis baik, dengan sebagian kecil saja mengalami kondisi yang kritis bahkan meninggal.<sup>(3)</sup>

Dengan seiring terjadinya pandemi Covid-19, menyebabkan terjadinya pembatasan aktivitas seperti dilakukannya isolasi sosial, anjuran untuk tetap berada dirumah, karantina seluruh masyarakat, dan penutupan instansi

pendidikan. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya paling banyak di institusi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemi Covid-19, dimana system pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka baik di lingkungan kampus ataupun lahan praktek berubah menjadi daring.<sup>(4)</sup>

Pembelajaran via online sendiri dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa, misalnya dapat terjadi stres. Berdasarkan pendapat para ahli bahwa stres adalah respon non-spesifik dari tubuh terhadap segala tuntutan atau stressor, baik respon positif maupun respon negative.<sup>(5)</sup>

Dalam lingkungan akademik, stres merupakan pengalaman paling sering dialami, baik yang sedang belajar di tingkat sekolah ataupun perguruan tinggi. Hal tersebut disebabkan banyak catatan akademik yang harus berada, misalnya, ujian, tugas-tugas, dan lain sebagainya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 12 mahasiswa secara daring terkait tingkat stres mahasiswa selama pandemi COVID-19 menggunakan 7 pertanyaan dari kuesioner DASS-21 menunjukkan bahwa 2 mahasiswa mengalami stres kategori berat, 5 mahasiswa mengalami stres kategori sedang, 2 mahasiswa mengalami stres kategori ringan, dan 3 mahasiswa mengalami stres dalam kategori normal. Jika dijumlahkan dan persentasikan maka terdapat 55,8% mahasiswa yang merasa stres selama pandemi Covid-19 dikarenakan proses pembelajaran mulai membosankan.<sup>(4)</sup>

*Islamic Worview* , berdasarkan dari cara pandang Islam dalam melihat segala sesuatu yang terjadi di dunia, telah di tulis dengan jelas di dalam kitab suci Alquran, salah satunya terdapat pada Surat al-Baqarah [2]: 155-157.<sup>(6)</sup>

وَنَلْبِذِكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْحَرْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ (156) لَوْلَىٰ عَلَيْهِمْ صَلَواتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ (157)

Artinya : “Dan sungguh kami akan memberikan cobaan kepadamu, dengan ketakutan , kelaparan, kekurangan harta-harta , jiwa beserta dengan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un”. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.”<sup>(6)</sup>

Merujuk pada ayat tersebut, dalam konteks sekarang, dengan adanya virus korona merupakan salah satu cobaan. Semua umat manusia dibuat takut dan khawatir akan penyebaran virus Covid-19 yang semakin menyebar luas. Oleh sebab itu, sikap yang diambil adalah meyakini bahwa virus adalah makhluk Allah, tunduk dan taat atas perintah Allah Subhanahu wa ta'ala. Dengan demikian, manusia harus kembali kepada jati dirinya masing-masing, bahwa ada Yang Maha Kuasa dibalik semua kejadian di muka bumi. Sikap selanjutnya adalah berdoa, sebagai insan beriman kita harus yakin bahwa semua itu atas kehendak-Nya, maka berdoa agar selamat dan dijaga dari penyebaran penyakit akibat virus corona menjadi sesuatu yang harus kita mohonkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala.<sup>(6)</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana pengaruh pembelajaran via online selama pandemi Covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang pemikiran diatas maka, disusunlah rumusan masalah yang diangkat penulis yaitu :

Apakah terdapat pengaruh pembelajaran via online selama pandemi Covid-19 terhadap tingkat stress mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pembelajaran via online selama pendemi Covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

### **2. Tujuan khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui bagaimana proporsi kejadian pandemi Covid-19 di Indonesia atau Makassar.
- b. Untuk mengetahui prevalensi tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

- c. Untuk mengetahui adanya pengaruh pembelajaran via online atau daring terhadap angka kejadian Covid-19.

#### **D. Manfaat penelitian**

1. Bagi kampus

Sebagai bahan masukan dalam membuat perencanaan kebijakan dalam penerapan metode dalam sistem pembelajaran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

2. Bagi mahasiswa

Memberikan informasi mengenai dampak penerapan Pembelajaran online terhadap tingkat stress Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

3. Bagi penelitian

Dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk peneliti yang lebih lanjut mengenai Pengaruh Pembelajaran Online Selama Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Pandemi

##### 1. Pengertian

Kata “*pandemic*” berasal dari bahasa Yunani, *Pan* berarti “semua” dan *demos* “orang-orang”, dan kata ini biasanya digunakan untuk merujuk pada epidemi luas penyakit menular di seluruh Negara atau satu atau lebih benua pada saan yang sama. Pandemi yang diterima secara internasional seperti yang muncul didalam kamus epidemiologi ialah lugas dan terkenal : “epidemi yang terjadi suluruh dunia, atau di wilayah yang amat luas, melintasi dunia internasional dan biasanya mempengaruhi banyak orang”. Secara klasik, apapun tentang kekebalan populasi, virology atau keparahan penyakit. Berdasarkan definisi dari kamus, pandemi dapat dikatakan terjadi setiap tahun di setiap belahan bumi selatan maupun utara yang beriklim sedang, mengingat bahwa definisi istilahnya sangat luas, sedangkan secara modern, ialah “luas epidemi”, yang dimana epidemi terjadi di wilayah yang sangat luas yang biasanya dapat mempengaruhi sebagian besar populasi yang terdapat di wilayah tersebut”, dan “atau terjadi secara luas di seluruh wilayah , Negara, Benua, atau secara Global”.<sup>(7)</sup>

##### 2. Gambaran pandemi

Meskipun istilah “pandemi” belum didefinisikan oleh banyak teks medis, ada beberapa gambran mengenai pandemic, yang dapat membantu untuk

memahami konsep dengan lebih baik, jika ingin memeriksa persamaan dan perbedaan ada beberapa hal yang bisa dilihat :

a. Ekstensi geografis yang luas

Istilah pandemic biasanya merujuk pada penyakit yang meluas secara geografis, misalnya wabah aban ke-14 (*The Black Death*), Kolera, Influenza dan *Human Immunodeficiency Virus* (HIV/AIDS). Dalam ulasan terbaru tentang sejarah influenza, pandemi dikategorikan sebagai trans-regional dan global. Ada 178 negara yang terlibat selama wabah H1N1 pada tahun 2009.

b. Pergerakan penyakit

Selain perluasan geografis, sebagian besar penggunaan istilah pandemi menyiratkan hal yang tidak terduga, misalnya pada pergerakan atau penyebaran penyakit melalui transmisi dari satu tempat ketempat lain dapat ditemukan.

c. Hal yang baru (*Novelty*)

Istilah pandemi telah digunakan untuk menggambarkan penyakit yang baru, atau setidaknya terkait dengan jenis baru dari suatu organisme yang ditemukan.

d. Keparahan

Istilah pandemic telah diterapkan pada penyakit parat atau fatal (misalnya, *The Black Death*, HIV/AIDS dan SARS). “Pandemi global dengan tinggi mortalitas dan morbiditas terjadi ketika galur virus baru

yang ganas muncul, di mana populasi manusia tidak memiliki kekebalan. Tingkat keparahan diperkirakan oleh rasio fatalitas kasus .

e. Tingginya tingkat serangan dan ledakan

Pandemi ditandai dengan tingkat serangan yang tinggi dan ledakan sebaran. Namun, jika transmisi non-explosive, dan tersebar luas, ini tidak diklasifikasikan sebagai pandemi. Pada penyakit dengan tingkat penularan yang rendah atau tingkat penyakit simtomatik yang rendah jarang diklasifikasikan sebagai pandemi, bahkan ketika mereka menyebar luas.

f. Kekebalan yang minimal pada suatu populasi

Meskipun sering digambarkan bahwa ada sebagian populasi yang kebal, jelas bahwa dalam membatsi infeksi dan transmisi mekrobs, kekebalan suatu populasi dapat menjadi kekuatan anti-pandemi yang bersifat kuat.

g. Infeksi dan penularan

Penyakit pandemi, dapat di tularkan secara langsung yaitu dari satu orang ke orang lain, dan secara tidak langsung yaitu dari orang ke vektor lalu berpindah ke orang lain.<sup>(7)</sup>

### 3. Dampak pandemi

a. Efek kesehatan

Yang dimana penyakit pandemi dapat menginfeksi jutaan orang, sehingga menyebabkan penyakit serius yang menyebar luas dalam populasi besar dan menyebabkan ribuan kematian.

b. Dampak terhadap perekonomian

Pandemic memiliki efek langsung dan akan terjadi dalam jangka waktu panjang sehingga dapat merusak kehidupan ekonomi suatu Negara selama bertahun-tahun kedepan.

c. Dampak social

Dampak sosial pandemi sangatlah parah yang dimana semua hal dilakukan dengan terbatas, mislanya pada travel, sekolah dan perguruan tinggi ditutup, pasar di tutup serta tempat olahraga juga ditutup. Hal ini dilakukan karena pandemi berepotensi terhadap terjadinya morbiditas yang tinggi serta kematian.

d. Dampak terhadap keamanan

Pandemi bukan lagi sekadar domain kesehatan masyarakat dan kedokteran klinis, tetapi merupakan masalah sosial, masalah pembangunan, dan masalah keamanan global.<sup>(8)</sup>

## **B. Pembelajaran online**

### **1. Pengertian**

Pembelajaran online didefinisikan sebagai pengalaman transfer ilmu pengetahuan dengan menggunakan media seperti gambar yang bergerak (video), suara (audio), gambar (foto), komunikasi dengan teks atau tulisan , perangkat lunak dan dengan dukungan jaringan internet.<sup>(9)</sup>

### **2. Media pembelajaran**

Dalam pelaksanaan pembelajaran daring (dalam jaringan) membutuhkan dukungan perangkat-perangkat mobile seperti *Handphone*,

tablet dan atau laptop yang dapat digunakan untuk mengakses internet guna untuk mendapatkan informasi dimanapun dan kapanpun. Penggunaan teknologi mobile memiliki kontribusi besar di dunia pendidikan, yang termasuk di dalamnya ialah pencapaian dalam proses pembelajaran daring (dalam jaringan) atau jarak jauh. Ada banyak media yang dapat digunakan untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran secara daring (dalam jaringan). Misalnya kelas-kelas virtual dengan menggunakan layanan Google Classroom, Edmodo, dan Schoology dan aplikasi pesan instan seperti WhatsApp. Pembelajaran secara online bahkan dapat dilakukan melalui media social seperti Facebook dan Instagram.<sup>(10)</sup>

Serta diskusi dan transfer pengetahuan secara *face-to-face* layaknya bertemu secara langsung dapat diakses melalui beragam platform video teleconference yang banyak tersedia gratis seperti Zoom dan Google Meet.<sup>(11)</sup>

### 3. Kelebihan

Mahasiswa akan merasa lebih nyaman untuk bertanya dan mengemukakan pendapatnya dalam forum setelah perkuliahan yang dilaksanakan secara daring (dalam jaringan) selesai. Belajar dari rumah membuat mereka tidak merasakan tekanan sebaya yang biasa mereka rasakan ketika belajar bersama teman di dalam perkuliahan yang dilaksanakan secara tatap muka. Ketidakhadiran dosen secara fisik juga dapat membuat mereka tidak lagi merasa canggung dalam

mengemukakan pendapat. Dengan tidak adanya penghambat fisik serta batasan ruang dan waktu membuat mahasiswa lebih mudah dalam berkomunikasi walaupun secara daring (dalam jaringan). Pembelajaran jarak jauh secara online juga mampu menumbuhkan sikap mandiri pada mahasiswa. Belajar tanpa bimbingan langsung dari dosen membuat mahasiswa secara mandiri mencari informasi mengenai materi kuliah dan tugas-tugas yang diberikan kepada mereka. Pembelajaran secara online lebih bersifat *Student Centered* sehingga dapat memunculkan tanggung jawab dan otonomi mahasiswa dalam belajar. Belajar online menuntut mahasiswa untuk mempersiapkan sendiri pembelajarannya, mengatur dan mengevaluasi serta secara simultan mempertahankan motivasi belajarnya.<sup>(10)</sup>

#### 4. Kekurangan

Sayangnya pembelajaran online juga memiliki tantangan tersendiri. Salah satunya adalah ketersediaan layanan internet. Dari penelitian sebelumnya mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa mengakses internet dengan menggunakan layanan seluler, sedangkan sebagian kecil menggunakan layanan wifi. Menurut data dari BPS (2019) per tahun 2018 terdapat 66,13% wilayah di pulau Sulawesi yang layanan selulernya memiliki kekuatan penerimaan sinyal yang kuat, 27,22% wilayah dengan kekuatan penerimaan sinyal yang lemah, serta 6,64% wilayah yang masih belum dijangkau dengan layanan seluler. Pada saat kebijakan belajar dari di berlakukan untuk menekan penyebraran Covid-19, banyak mahasiswa

yang memilih untuk pulang ke kampungnya masing-masing. Mereka mengaku kesulitan untuk mengikuti pembelajaran secara daring (dalam jaringan) karena tidak semua wilayah kampung mereka mendapatkan sinyal seluler, walaupun ada, sinyal tersebut sangat lemah. Hal ini menyebabkan mahasiswa kadang terlambat mendapatkan informasi perkuliahan dan terlambat mengumpulkan tugas kuliah yang diberikan. Selain itu, tantangan lain yang harus dihadapi adalah kendala biaya. Mahasiswa menyatakan bahwa untuk mengikuti pembelajaran secara online, mereka harus mengeluarkan biaya lebih untuk membeli kuota data internet. Menurut beberapa mahasiswa, pembelajaran daring (dalam jaringan) yang dilaksanakan dalam bentuk konferensi video menghabiskan kuota yang sangat banyak, sementara diskusi online melalui aplikasi pesan instan tidak membutuhkan terlalu banyak kuota.<sup>(10)</sup>

## 5. Dampak

Pembelajaran via online atau daring memiliki dampak yang berbeda-beda, tergantung dari segi mana yang dilihat. Dari segi psikologis, salah satunya ialah stress. Dimana berdasarkan hasil studi yang dilakukan sebelumnya pada 12 mahasiswa secara daring terkait tingkat stres mahasiswa selama pandemi covid 19 menggunakan 7 pertanyaan dari kuesioner DASS-21 menunjukkan bahwa 2 mahasiswa mengalami stres berat, 5 mahasiswa mengalami stres sedang, 2 mahasiswa mengalami stres ringan, dan 3 mahasiswa mengalami stres dalam kategori normal.<sup>(4)</sup>

## C. Stress

### 1. Pengertian

Stress adalah respon yang tidak spesifik dari tubuh terhadap segala sesuatu, baik itu respon yang baik maupun respon yang buruk. Pengertian lain menyebutkan bahwa stress merupakan respon individu terhadap adanya stressor.<sup>(12)</sup>

Menurut McGrath dalam Weinberg dan Gould (2003:81), stress dapat didefinisikan sebagai

*“A substantial imbalance between demand (physical and/or psychological) and response capability, under conditions where failure to meet demand has importance consequences”*. Artinya, stress akan muncul pada individu bila ada ketidakseimbangan atau kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani.<sup>(12)</sup>

### 2. Etiologi

Munculnya stress dapat disebabkan oleh faktor yang berasal dari dalam diri sendiri dan faktor yang berasal dari luar diri. Adapun beberapa hal yang dapat menyebabkan muncul stress pada suatu individu, ialah : perasaan cemas mengenai hasil yang dicapai, aktivitas yang tidak seimbang, tekanan dari dalam diri sendiri, kondisi yang tidak pasti, cemas, jiwa yang terlalu emosional, perasaan bersalah dan kondisi sosial ekonomi.<sup>(10)</sup>

Dalam konteks mahasiswa, terdapat empat sumber stress, yaitu Interpersonal, Intrapersonal, Akademik dan Lingkungan. Interpersonal adalah stressor yang dihasilkan dari hubungan dengan orang lain, misalnya

konflik dengan orang tua, teman, dosen atau pacar. Intrapersonal adalah stressor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, misalnya kesulitan keuangan, perubahan kebiasaan makan atau tidur, dan kesehatan menurun. Akademik adalah stressor yang berhubungan dengan aktivitas perkuliahan dan masalah yang mengikutinya, misalnya nilai ujian yang jelek, tugas yang banyak, dan materi pelajaran yang sulit. Lingkungan adalah stressor yang berasal dari lingkungan sekitar, selain akademik, misalnya kurangnya waktu liburan, macet, dan lingkungan tempat tinggal yang tidak nyaman. Pada penelitian ini, peneliti fokus pada sumber stress yang berasal dari daily hassles pada mahasiswa.<sup>(5)</sup>

### 3. Gambaran tingkat stres berdasarkan stressor

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan di suatu fakultas kedokteran, ada beberapa tingkat stres berdasarkan stressornya :

Tingkat stres terkait akademik, berdasarkan penelitian yang di lakukan sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres berat dan sebagian kecil mengalami stres ringan. Hal tersebut disebabkan oleh nilai yang rendah. Stressor tersebut merupakan stressor paling sering menyebabkan stres.

Tingkat stress terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal, pada stressor ini, responden memiliki tingkat stres yang berat. Yang dimana contoh stres terkait intrapersonal dan interpersonal ialah : konflik dengan dosen. Konflik

yang dimaksud merupakan perasaan tidak senang hati terhadap dosen, yang dapat terjadi terhadap dosen tutorial, dosen skills lab, dosen pemberi kuliah, maupun dosen lainnya yang ada di kampus.

Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar, dalam stressor ini hal yang sering menjadi topik ialah bahan belajar yang tidak cukup. Yang dimana hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya stres sedang.

Tingkat stress terkait hubungan sosial, pada stressor ini, paling banyak responden yang mengalami stres sedang.

Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian. Paling banyak responden mengalami tingkat stress sedang. Yang dimana pada stressor ini terkait dengan tanggung jawab untuk keluarga atau orang tua.

Tingkat stres terkait aktivitas kelompok. Paling banyak responden mengalami tingkat stress sedang. Yang dimana pada stressor ini terkait dengan hal-hal berbau kompeten dan tidak kompeten didalam suatu kelompok belajar.<sup>(8)</sup>

Dari keseluruhan stressor yang disebutkan diatas terdapat satu stressor yang paling banyak menyebabkan stres yaitu permasalahan hubungan intrapersonal dan interpersonal dengan frekuensi stres sangat berat tertinggi diantara stressor yang lainnya. Berdasarkan penelitian yang

dilakukan di fakultas kedokteran yang pertama menyatakan bahwa stressor paling banyak menyebabkan stres adalah permasalahan akademik. Begitu juga penelitian yang dilakukan di fakultas kedokteran yang kedua menyatakan bahwa stressor yang paling sering menyebabkan stres adalah permasalahan akademik.<sup>(8)</sup>

#### **4. Mekanisme stres**

Stres baru nyata dirasakan apabila keseimbangan diri terganggu. Artinya stres dapat terjadi jika stressor yang datang melebihi kapasitas ketahanan yang kita miliki, sehingga kita tidak dapat menghadapi stressor tersebut. Jadi selama kita memandangkan diri kita masih bisa menahankan tekanan tersebut (yang kita persepsi lebih ringan dari kemampuan kita menahannya) maka cekaman stress belum nyata. Namun jika tekanan tersebut semakin besar (baik dari stressor yang sama atau dari stressor yang lain secara bersamaan) maka cekaman tersebut akan menjadi lebih nyata, sehingga akan membuat kita menjadi kewalahan dan akan merasakan stres.<sup>(9)</sup>

#### **5. Manifestasi klinik**

Seseorang yang mengalami stress akan berperilaku lain dibandingkan dengan yang tidak mengalami stress. Oleh sebab itu, kondisi seseorang yang sedang mengalami stres memiliki gejala yang dapat dilihat secara fisik maupun psikologis. Adapun gejala fisik bagi seseorang yang sedang mengalami stres ialah : gangguan jantung, tekanan darah tinggi, sakit kepala, telapak tangan dan kaki terasa dingin, pernapasan tersenggal-

tersenggal, ketegangan pada otot, kepala teras pusing, perut teras mual, susah tidur, gangguan pada pencernaan, gangguan seksual (impotensi) dan bagi wanita akan mengalami gangguan menstruasi. Gejala secara psikologis individu yang mengalami stress, antara lain ditandai oleh: perasaan selalu gugup dan cemas, peka dan mudah tersinggung, gelisah, kelelahan yang hebat, enggan melakukan kegiatan, kemampuan kerja dan penampilan yang mulai berantakan, hilangnya spontanitas, mengasingkan diri dari orang banyak, pobia, perasaan takut dan menjadikan diri sebagai pusat perhatian secara berlebihan.<sup>(12)</sup>

## 6. Penanganan stres

### a. Prinsip Homeostatis.

Stres merupakan suatu hal atau pengalaman yang tidak menyenangkan bagi seseorang dan bersifat merugikan. Oleh sebab itu seseorang yang mengalami stres akan berusaha untuk mengatasinya. Hal ini sesuai dengan prinsip yang berlaku pada suatu makhluk hidup atau organisme, khususnya pada manusia, ialah prinsip homeostasis. Berdasarkan prinsip ini, suatu organisme akan selalu berusaha untuk mempertahankan keadaan agar tetap seimbang dalam dirinya. Sehingga jika suatu saat terjadi keadaan yang tidak seimbang maka akan berusaha untuk mengembalikannya pada keadaan yang seimbang. Prinsip homeostatis berlaku selama individu hidup. Karena prinsip tersebut ada pada dasarnya untuk mempertahankan hidup suatu organisme. Lapar, haus, lelah, dll. merupakan contoh keadaan tidak seimbang. Yang

kemudian menyebabkan timbulnya dorongan pada seseorang untuk memenuhi kebutuhan yang diperlukan seperti makanan, minuman, dan beristirahat. Begitupun halnya jika timbul rasa tegang, cemas, rasa sakit, dan sebagainya. mendorong individu yang bersangkutan untuk berusaha mengatasi ketidak seimbangan ini.<sup>(9)</sup>

b. Proses Coping terhadap Stres

Adapun upaya untuk mengatasi atau mengelola stres sekarang ini dikenal dengan proses coping terhadap stres. Menurut Bart Smet, coping mempunyai dua macam fungsi, yaitu : *Emotional-focused coping* dan *Problem-focused coping*. *Emotional focused coping* digunakan untuk mengkoordinasi atau mengatur respon emosional terhadap stres. Berbicara mengenai upaya mengatasi Stres, Maramis berpendapat bahwa ada bermacam-macam tindakan yang dapat dilakukan untuk itu, yang secara garis besar dibedakan menjadi dua, yaitu : Cara yang berorientasi pada tugas atau biasa di sebut *task oriented* dan cara yang berpusat pada pembelaan ego atau *ego defence mechanism*. Cara ini dilakukan untuk mengatasi masalah secara sadar, rasional dan realistis. Dan menurut Maramis cara ini dapat dilakukan dengan “serangan”, kompromi dan penarikan diri. Sedangkan cara yang berpusat pada pebelaan ego dilakukan secara tidak sadar (keliru), tidak rasional dan tidak realistis. Cara kedua ini dapat dilakukan dengan : fantasi, rasionalisasi, identifikasi, represi, regresi, proyeksi, penyusunan reaksi (*reaction formation*), sublimasi, kompensasi, salah pindah (*displacement*).<sup>(9)</sup>

#### **D. Hubungan pembelajaran via online selama pandemi covid-19 dengan stress**

Dengan seiring terjadinya pandemi Covid-19, menyebabkan terjadinya pembatasan aktivitas seperti dilakukannya isolasi sosial, anjuran untuk tetap berada dirumah, karantina seluruh masyarakat, dan penutupan instansi pendidikan. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya paling banyak di institusi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemi Covid-19, dimana system pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka baik di lingkungan kampus ataupun lahan praktek berubah menjadi daring.<sup>(4)</sup>

Perubahan yang terjadi pada mahasiswa akibat Covid-19 tentunya berdampak pada psikologis mahasiswa. Hasil penelitian Cao, Fang, Hou, Han, Xu, Dong, & Zheng, (2020) pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami ansietas berat, 2,7% mengalami ansietas sedang, dan 21,3% mengalami ansietas ringan. Dan berdasarkan Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 12 mahasiswa secara daring terkait tingkat stres mahasiswa selama pandemi Covid-19 menggunakan 7 pertanyaan dari kuesioner DASS-21 menunjukkan bahwa 2 mahasiswa mengalami stres kategori berat, 5 mahasiswa yang mengalami stres kategori sedang, 2 mahasiswa mengalami stres kategori ringan dan 3 mahasiswa mengalami stres kategori normal.<sup>(4)</sup>

Kesulitan-kesulitan tersebut 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. Hal ini terjadi karena mahasiswa terbiasa dengan pembelajaran tatap muka secara reguler, sedangkan pembelajaran jarak jauh sebelumnya hanya dilakukan secara insidental. Oleh karena itu perubahan pola pembelajaran ini memberikan permasalahan tersendiri bagi mahasiswa. Menurut studi sebelumnya, telah menegaskan bahwa tekanan dan stres pada mahasiswa muncul dikarenakan pembelajarn jarak jauh. Sehingga pada titik ini, tekanan akan menjadi terasa lebih berat, sehingga mahasiswa melakukan banyak coping stres, salah satunya adalah terlibat dengan penggunaan media sosial.<sup>(13)</sup>

#### E. Tinjauan keislaman

Islamic Worldview, cara pandang Islam dalam melihat segala hal yang terjadi di dunia, sudah dipandu di dalam kitab suci Alquran, terdapat pada Surat al-Baqarah [2]: 155-157.<sup>(6)</sup>

وَنَبَلِّغُكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالشَّرَاتِ وَنَسَمِ الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ (156) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (157)

Artinya : “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepada kamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un”. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan

rahmat dari Rabb mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.”<sup>(6)</sup>

Berdasarkan dari ayat diatas yang dikaitkan dengan keadaan sekarang, adanya Covid-19 merupakan salah satu cobaan bagi umat manusia, yang membuat manusia merasa takut dan khawatir oleh penyebaran Covid-19 tersebut. Oleh sebab itu, sikap yang diambil adalah meyakini bahwa virus adalah makhluk Allah, tunduk dan taat atas perintah Allah Subhanahu wa ta'ala. Dari ayat diatas dapat dikatakan bahwa manusia harus kembali kepada jati dirinya, ialah Yang Maha Kuasa dibalik semua kejadian dimuka bumi ini. Sikap selanjutnya adalah berdoa, karena kekhawatiran akan menyebarnya virus corona bukan menjadikan paranoid, sebagai insan beriman kita harus yakin bahwa semua itu atas kehendakNya, maka berdoa agar selamat dan dijaga dari penyebaran penyakit akibat virus corona menjadi sesuatu yang harus kita mohonkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala. Sikap selanjutnya sesuai dengan apa yang dianjurkan oleh Rasulullah Muhammad Shalallahu alaihi wa sallam.<sup>(6)</sup>

Nabi Muhammad Shalallahu alaihi wa sallam selain sebagai Pemimpin Agama juga merupakan Kepala Negara pada saat itu, sehingga segala urusan dunia maupun hal-hal yang berkaitan dengan kepentingan akhirat menjadi pedoman bagi umatnya sampai saat ini, karena datangnya langsung dari Allah Subhanahu wa ta'ala berupa wahyu, baik itu perintah maupun larangan. Oleh karena itu, Nabi Muhammad menjadi suri tauladan yang senantiasa diikuti ajarannya untuk dijalankan, baik urusan dunia maupun akhirat, mulai dari

sesuti yang sangat kecil sampai urusan yang sangat besar (QS. Al-Ahzab [33]: 21),

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ آخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah suri tauladan yang baik bagimu (ialah) bagi orang-orang yang mengharap (rahmat) Allah (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.

Tutur katanya senantiasa dalam bimbingan wahyu Allah Subhanahu wa ta'ala (QS. An-Najm [53]: 3-4),

وَمَا يَتَّبِعُكَ مِنْهَا نَفْسٌ مِنْهُ  
إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ  
عَنْكَ الرِّجْسَ أَجْمَعًا وَيُطَهِّرَ  
تَكْوِينَهُ

Artinya: “Dan tiadalah yang diucapkannya itu (Al-Quran) menurut kemauan hawa nafsunya. Ucapannya itu tiada lain hanyalah wahyu yang diwahyukan (kepadanya)”.

Dan sikap hidupnya merupakan cerminan dari Alquran (QS. Al-Qalam [68]:4).

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ

Artinya: “Dan sesungguhnya kamu (Muhammad) benar-benar berbudi pekerti baik”.<sup>(6)</sup>

Sebagaimana sabda Rasulullah Shalallahu alaihi wa sallam : Dari Aisyah radhiallahu 'anha, bahwasanya dia berkata: Aku bertanya kepada Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam tentang wabah (tha'un), maka Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam memberitahukan kepadaku: "Bahwasanya wabah

(Tha'un) adalah azab yang dikirim oleh Allah kepada siapa yang Dia kehendaki, dan Allah jadikan sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman. Tidaklah seseorang yang ketika terjadi wabah (tha'un) dia tinggal di rumahnya, bersabar dan berharap pahala (di sisi Allah) dia yakin bahwasanya tidak akan menyimpannya kecuali apa yang ditetapkan Allah untuknya, maka dia akan mendapatkan seperti pahala syahid.”<sup>(6)</sup>

Dalam ajaran islam kita dituntut untuk berpola hidup sehat baik secara jasmani maupun rohani. Mulai dari ajaran untuk menghindari penyakit dan segera berobat apabila sakit, bersabar dan banyak istighfar bila mendapatkan musibah, pantang berputus asa, dan merawat serta memperlakukan orang yang sedang sakit dengan cara baik. Jika sedang tertimpa musibah, termasuk jika sedang sakit, diperintahkan untuk banyak bersabar sambil berikhtiar (QS. Luqman [31]: 7),

وَإِذَا تَنَلَّى عَلَيْهِ ءَايَاتُنَا وَرَأَىٰ مَسْئِرَنَا كَأَن لَّمْ يَسْمَعْهَا كَأَنَّ فِي أُذُنَيْهِ وَقْرًا فَبَسَّرَهُ بَعْدَآبِ الْإِيمِ

Artinya : “Dan apabila dibacakan kepadanya ayat-ayat Kami, dan dia berpaling dengan menyombongkan diri seolah-olah dia belum mendengarnya, seakan-akan ada sumbatan di kedua telinganya; maka berilah kabar gembira dia dengan azab yang pedih”.<sup>(6)</sup>

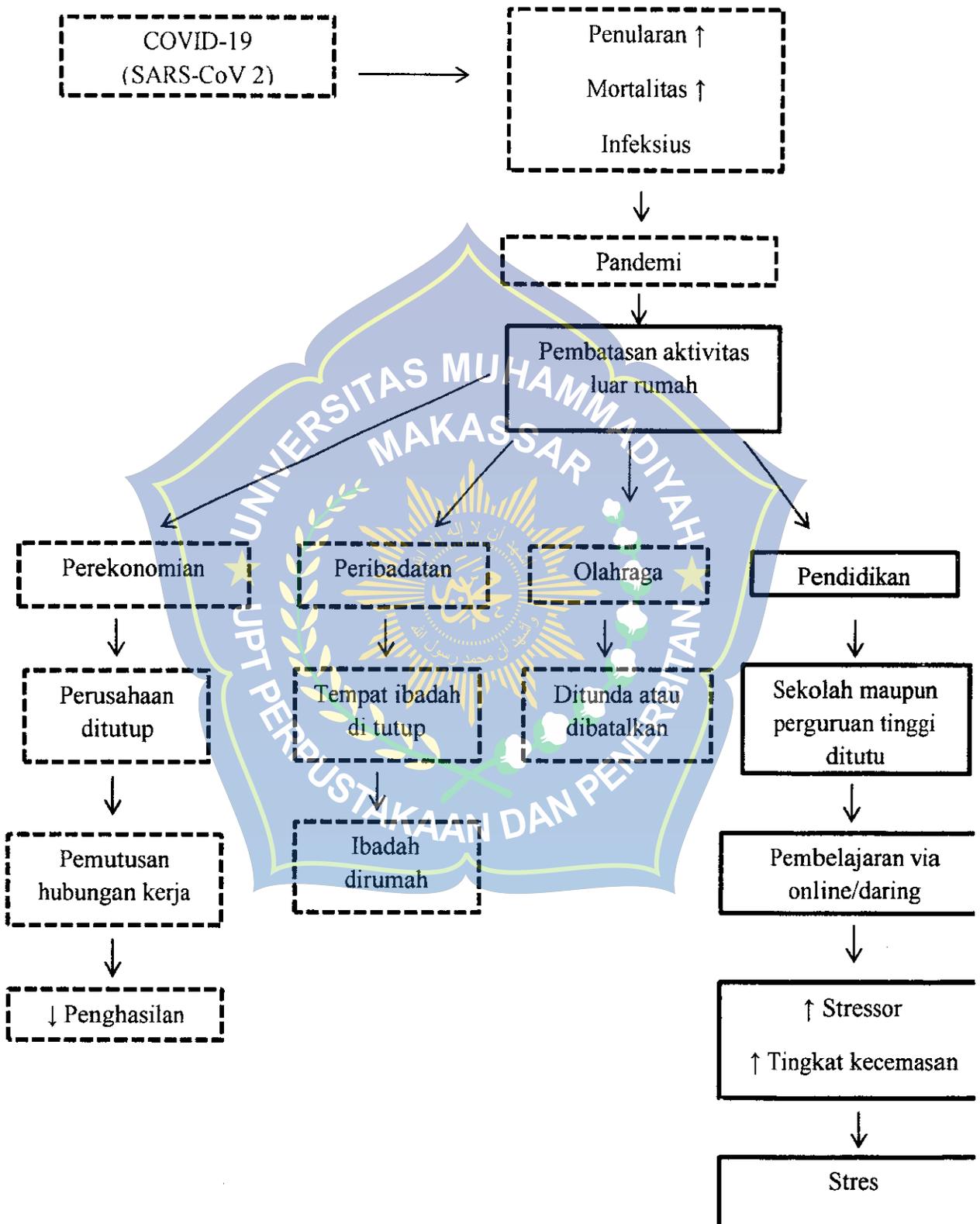
Dan memelihara dirinya sendiri dari berbagai bencana dan penyakit yang mengancam dirinya (QS. Al-Baqarah [2]: 195),

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

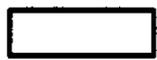
Artinya : “Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik.”<sup>(6)</sup>



## F. Kerangka teori



Keterangan :



Diteliti



Tidak diteliti

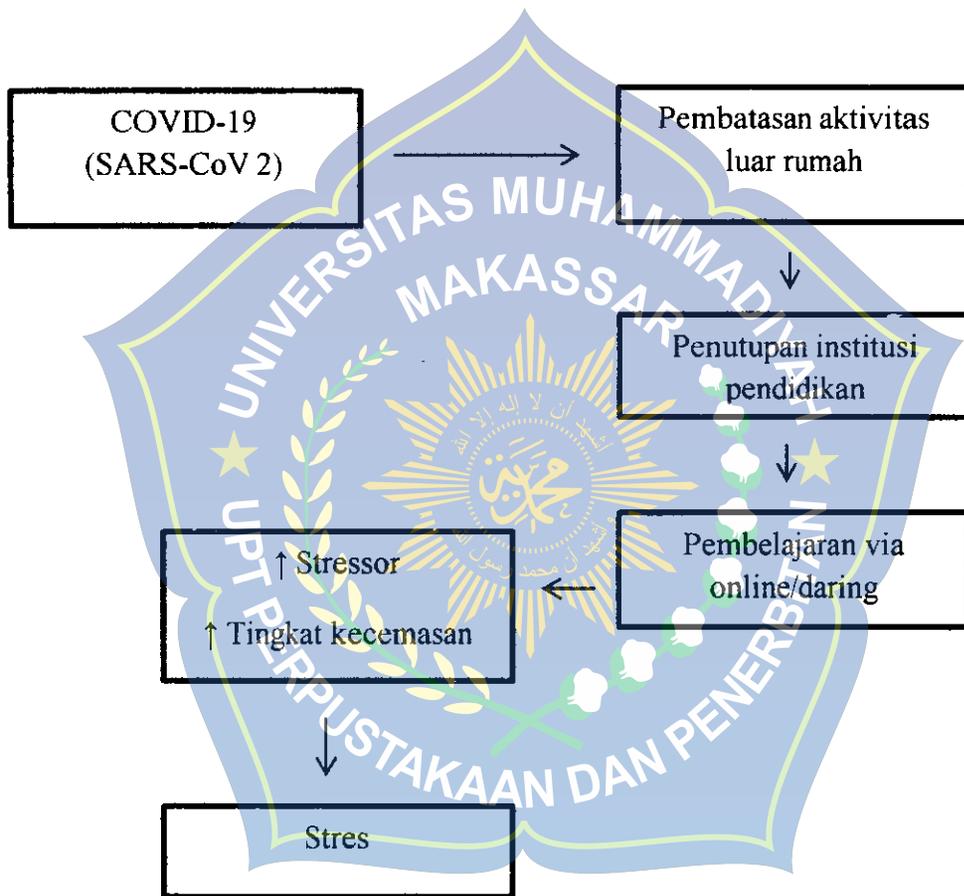


Mempengaruhi



**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**



## B. Variabel Dan Definisi Operasional

### 1. Variabel

- a. Variabel dependent : Stres
- b. Variabel independent : Pembelajaran via online

### 2. Definisi operasional

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Cara ukur	Skala ukur
Pembelajaran online	Pembelajaran online didet:nisikan sebagai pengalaman transfer pengetahuan menggunakan video, audio, gambar, komunikasi teks, perangkat lunak dan dengan dukungan	Kuesioner	1. Efektif: jika persentase total skor yang diperoleh responden $>75\%$ 2. Tidak efektif: jika persentase total skor yang diperoleh responden $\leq 75\%$	Dengan mengolah hasil data yang didapatkan dari kuesioner sesuai dengan yang dibutuhkan peneliti.	Kategorik Nominal.

	jaringan internet.				
Stres	Stres adalah respon non-spesifik dari tubuh terhadap segala tuntutan, baik respon positif maupun respon negatif. Pengertian lain menyebutkan bahwa stress merupakan respon individu terhadap adanya stressor.	Kuesioner MSSQ (Medical Student Sressor Questioner)	Stres ringan : 0.00-1.00 Stres sedang : 1.01-2.00 Stres berat : 2.01-3.00 Stres sangat berat : 3.01-4.00	Dengan mengolah hasil data yang didapatkan dari kuesioner sesuai dengan data yang dibutuhkan peneliti.	Kategorik ordinal.

### C. Hipotesis

H<sub>0</sub> : Tidak adanya pengaruh pembelajaran via online selama pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa .

H<sub>a</sub> : Adanya pengaruh pembelajaran via online selama pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa.



## BAB IV

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Objek penelitian

Obyek penelitian ini adalah Mahasiswa yang berada di tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

#### B. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, karena tidak adanya intervensi atau manipulasi oleh peneliti terhadap subjek penelitian. Model penelitian subjek menggunakan pendekatan *cross sectional* menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variable independen dan dependen yang dalam penelitian ini adalah Pembelajaran online terhadap Stres.

#### C. Lokasi Dan Waktu Penelitian

##### 1. Tempat

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Jl. Sultan Alauddin No. 259, Gn. Sari. Kec. Rappocini. Kota Makassar. Sulawesi Selatan. Sedangkan pengambilan data penelitian mulai dilakukan pada bulan September sampai bulan Oktober 2020.

#### D. Populasi Dan Sampel

##### 1. Populasi

Populasi peneliti adalah semua mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

## 2. Sampel

Seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusif, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *Non-Random Sampling* yaitu *Purposive sampling* dengan didasari pertimbangan tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti.

### E. Besar Sampel

Adapun rumus sampel yang digunakan oleh peneliti untuk menentukan besar sampel ialah dengan rumus Analitik Tidak Berpasangan Kategorik:


$$\left( \frac{Z\alpha \sqrt{2PQ} + Z\beta \sqrt{P_1Q_1 + P_2Q_2}}{P_1 - P_2} \right)^2$$

Keterangan :

Z-Alfa = Defiat baku Alfa

Z-Beta = Defiat baku beta

$P_2$  = Proporsi pada kelompok yang sudah diketahui

$Q_2$  =  $1 - P_2$

$P_1$  = Proporsi pada kelompok yang nilainya merupakan judgement peneliti

$Q_1$  =  $1 - P_1$

$P_1 - P_2$  = Selisih proporsi minimal yang dianggap bermakna

$P$  = Proporsi total =  $\{ P_1 + P_2 \} / 2$

$Q_2$  =  $1 - P$

Adapun hasil perhitungan dengan menggunakan rumus Analitik

Tidak Berpasangan Kategorik adalah :

$$\begin{aligned} & \left( \frac{Z\alpha \sqrt{2PQ} + Z\beta \sqrt{P_1Q_1 + P_2Q_2}}{P_1 - P_2} \right)^2 \\ &= \left( \frac{1,96 \sqrt{2(0,35)(0,65)} + 1,64 \sqrt{(0,2)(0,8) + (0,5)(0,65)}}{0,2 - 0,5} \right)^2 \\ &= \left( \frac{1,96 \sqrt{0,455} + 1,64 \sqrt{0,16 + 0,325}}{-0,3} \right)^2 \\ &= \left( \frac{1,96 \sqrt{0,455} + 1,64 \sqrt{0,485}}{-0,3} \right)^2 \\ &= \left( \frac{1,322 + 1,142}{-0,3} \right)^2 \\ &= \left( \frac{2,362}{-0,3} \right)^2 \\ &= \frac{5,579}{0,09} \\ &= 61,6 \rightarrow 62 \text{ Sampel} \end{aligned}$$

Jadi, sampel yang dibutuhkan oleh peneliti ialah sebanyak 62 sampel

## **F. Kriteria Inklusi dan Kriteria Eklusi**

### **a) Kriteria inklusi**

- 1) Mahasiswa yang berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- 2) Mahasiswa yang berada di tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- 3) Mahasiswa yang bersedia ikut dalam penelitian.

### **b) Kriteria eklusi**

- 1) Mahasiswa yang menyelesaikan kuesioner, tetapi tidak mengembalikan.

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

Dengan mengolah hasil yang didapatkan dari kuesioner atau angket yang telah dibagikan kepada mahasiswa lewat internet mengenai pengaruh pembelajaran via online terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

## **H. Teknik Analisis Data**

### **1. Metode Analisis Data**

Dalam metode analisis ini, menggunakan 2 tahap yaitu :

#### **a. Analisis Univariat**

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik dari variabel dependen dan juga variabel independen. Keseluruhan data yang diobservasi, dikaji dan diolah dan disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi.

## b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat kemungkinan antara hubungan variabel dependen dan juga variabel independen dengan menggunakan metode analisis *uji chi square*. Melalui uji statistik *chi square* akan diperoleh nilai, dimana didalam penelitian ini digunakan tingkat kemaknaan sebesar 0,05. Penelitian akan dikatakan bermakna jika mempunyai nilai  $p \leq 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dikatakan tidak bermakna jika mempunyai nilai  $p \geq 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima dan  $h_a$  ditolak.

## 2. Pengolahan Data

Untuk pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan computer, dengan melalui tahapan berikut :

### a. Penyuntingan Data (*Editing*)

Pada tahap ini yang dilakukan yaitu melihat kelengkapan jawaban, dan melihat kecocokan dari pertanyaan pada saat penelitian

### b. Pengkodean Data (*Coding*)

Setelah selesai pada tahap penyuntingan data, langkah selanjutnya adalah tahap pengkodean data atau *coding*. Dalam proses ini akan dilakukan pengecekan jawaban dengan memberikan kode – kode untuk mempermudah proses pada saat pengolahan data dilakukan

c. Peng-inputan Data (*Entry*)

Setelah tahapan pengkodean data dilakukan, tahapan selanjutnya adalah memasukkan data – data yang sudah dikumpulkan ke dalam program aplikasi komputer untuk dilakukan proses analisis data yang sudah sesuai

d. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Adapun tahapan terakhir yaitu proses pembersihan data untuk mengidentifikasi dan menghindari kesalahan data ataupun kata sebelum dilakukan analisa



## I. Alur Penelitian



## BAB V

### HASIL PENELITIAN

#### A. Gambaran Umum Populasi Dan Sampel

Pengumpulan data dilakukan dari tanggal 7 Januari sampai tanggal 23 Januari 2021 pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2017. Jumlah responden sebagai sampel penelitian adalah 62 dengan menggunakan *Non-Random Sampling* yaitu *Purposive sampling*, dan setelah dilakukan pemilihan sampel dengan menggunakan kriteria inklusi dan kriteria eklusi maka tetap didapatkan sampel sebanyak 62 orang. Pengambilan data dengan menggunakan alat ukur berbentuk kuesioner yang dibagikan secara online pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2017.

**Tabel 5.1 Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar**

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	12	19,3
Perempuan	50	80,6
Total	62	100,0

*Sumber : Data primer 2021*

Hasil penelitian diperoleh dengan menggunakan 2 kuesioner. Kuesioner pertama terdiri dari 7 poin yang berisi pertanyaan terkait pembelajaran online

dan kuesioner kedua terdiri dari 40 poin yang berisi pertanyaan terkait stres selama menjalani semester akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. Kuesioner dibagikan kepada setiap responden dan kemudian diisi secara langsung oleh responden.

Setelah dilakukan pengambilan data, langkah berikutnya yakni pengolahan untuk memperoleh memperoleh hasil dari penelitian ini. Pengolahan data dengan menggunakan program *SPSS 25.00 for windows*. Selanjutnya hasil penelitian secara lengkap akan disajikan dalam bentuk table berdasarkan hasil analisa data univariat dan analisa bivariate untuk melihat hubungan antar variabel independen dengan variabel dependen dengan menggunakan uji chi-square dimana nilai kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

## **B. Hasil analisis univariat**

### **1. Distribusi Responden Berdasarkan Penilaian Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020 Mengenai Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19.**

**Tabel 5.2 Mengenai pembelajaran online**

<b>Pembelajaran Online</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Ya,efektif</b>	15	24,2
<b>Tidak Efektif</b>	47	75,8
<b>Total</b>	62	100,0

*Sumber :Data Primer 2021*

Berdasarkan table 5.2 hasil menunjukkan menunjukkan bahwa 15 orang (24,2%) menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemik Covid-19 efektif, dan 47 orang (75,2%) lainnya menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemic Covid-19 tidak efektif.

**2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020**

**Table 5.3 Distribusi Responden**

Tingkat Stres	n	%
Ringan	6	9,7
Sedang	28	45,2
Berat	24	38,7
Sangat Berat	4	6,5
Total	62	100,0

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan tabel 5.3 memperlihatkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan ±9,7%, mahasiswa dengan stres sedang ±45,2%, yang memiliki stres berat ±38,7% dan yang memiliki stres sangat berat ±6,5.

**3. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Pada Setiap Dimensi Stressor**

**Table 5.4 Distribusi Responden**

Dimensi	Tingkat Stress								Total	
	Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
<b>ARS</b>	4	6,5	19	30,6	31	50,0	8	12,9	62	100
<b>IRS</b>	13	21,0	27	43,5	18	29,0	4	6,5	62	100
<b>TLRS</b>	11	17,7	24	38,7	21	33,9	6	9,7	62	100
<b>SRS</b>	11	17,7	32	51,6	17	27,4	2	3,2	62	100
<b>DRS</b>	27	43,5	19	30,6	13	21,0	3	4,8	62	100
<b>GARS</b>	19	30,6	27	43,5	14	22,6	2	3,2	62	100

*Sumber : Data primer 2021*

Berdasarkan tabel 5.4, pada dimensi stressor ARS kebanyakan mahasiswa yaitu 31 orang (50,0%) memiliki tingkat stress yang berat, pada dimensi stressor IRS kebanyakan mahasiswa yaitu 27 orang (43,5%) memiliki tingkat stress yang sedang. Begitu pula dengan dimensi stressor TLRS kebanyakan mahasiswa yaitu 24 orang (38,7%) memiliki tingkat stress yang sedang. Sama halnya untuk dimensi stressor SRS kebanyakan mahasiswa yaitu 32 orang (51,6%) memiliki tingkat stress yang sedang. Sedangkan untuk dimensi stressor DRS kebanyakan mahasiswa yaitu 27 orang (43,5%) memiliki

tingkat stress yang ringan, dan untuk dimensi stressor GARS sebanyak 27 orang (43,5%) memiliki tingkat stress yang sedang.

### C. Hasil Analisis Uji Bivariat

#### 1. Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2019/2020.

Tabel 5.5 Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir

Pembelajaran via online	Tingkat Stress				Total	p value	
	Ringan-Sedang	Berat-Sangat berat					
	n	%	n	%	N	%	
Ya, efektif	4	26,7	11	73,3	15	100	0,012
Tidak efektif	30	63,8	17	36,2	47	100	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>54,8</b>	<b>28</b>	<b>45,2</b>	<b>62</b>	<b>100</b>	

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan tabel 5.5 mengenai pengaruh pembelajaran online terhadap tingkat stress, menunjukkan bahwa responden yang menilai bahwa pembelajaran online efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan dan sedang sebanyak 4 orang (26,7%), sedangkan yang menilai bahwa pembelajaran online tidak efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan dan sedang sebanyak 30 orang (63,8%).

Responden yang menilai bahwa pembelajaran online efektif, namun memiliki tingkat stress yang berat dan sangat berat sebanyak 11 orang (73,3%) dan yang menilai bahwa pembelajaran online tidak efektif dan memiliki tingkat stress yang berat dan sangat berat sebanyak 17 orang (36,2%).

Pada tabel 5.5, dilakukan penggabungan level stres yaitu dari 4 level stres menjadi 2 level stres karena syarat uji chi square untuk tabel 2x4 adalah sel yang nilai expectednya <5 maksimal 20%, sedangkan pada tabel 5.4 nilai expectednya 25%.



## BAB VI

### PEMBAHASAN

#### A. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian menganggap bahwa pembelajaran online tidak efektif sehingga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya stres. Hasil ini sejalan dengan sebuah penelitian yang dilakukan Melani (2020) terkait Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. Jenis penelitian ini studi deskriptif dengan menggunakan desain cross-sectional. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling untuk mendapatkan jumlah sampel sebanyak 70 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dalam bentuk google form. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat stress mahasiswa tingkat satu prodi S1 Keperawatan Stikes. Karya Husada dalam menghadapi wabah Covid-10 dan perkuliahan daring akibat wabah tersebut. Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang (38,57%), sebagian mengalami stress berat (28,57%), dan stress ringan sebanyak (32,86%).<sup>(14)</sup>

Hal serupa juga didapatkan pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rizkia, dkk (2019) di Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Jenis penelitian ini adalah studi deskriptif dengan desain cross-section dengan jumlah besar sampel minimal yaitu sebanyak 170 orang. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres

berdasarkan stressor. Data di peroleh dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah MSSQ (Medical Student Stress Questionnaire) untuk mengukur tingkat stres berdasarkan stressor pada mahasiswa kedokteran. Data dianalisis secara statistik berdasarkan variabel yang dinilai menggunakan program komputerisasi yaitu analisis univariat. Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi tingkat stres secara umum maupun berdasarkan stressor. Hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang (48,4%). Tingkat stres terkait akademik yang terbanyak adalah tingkat stres berat (51,6%). Tingkat stres terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal yang terbanyak adalah tingkat stres berat (42,6%). Tingkat stres terkait hubungan belajar-mengajar yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (42%). Tingkat stres terkait hubungan sosial yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (53,2%). Tingkat stres terkait keinginan dan pengendalian yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (39,9%). Tingkat stres terkait aktivitas kelompok yang terbanyak adalah tingkat stres sedang (45,2%). Stressor yang paling menyebabkan stres adalah yang terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal.<sup>(8)</sup>

Hasil serupa juga didapatkan pada sebuah penelitian yang dilakukan Agus, dkk (2020) terakait Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode *mixed methods*, yang pertama melakukan analisa statistik parametris dan non parametris dari data kuantitatif berdasarkan data

statistik hasil pengolahan data yang diberikan, kemudian melakukan deskriptif kualitatif dengan menggambarkan dampak kuliah online kepada para mahasiswa. Melalui pertanyaan seberapa antusiasnya mahasiswa menggunakan teknologi pembelajaran dalam mengikuti kuliah online?, berapa banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan menggunakan teknologi pembelajaran berupa aplikasi yang dipakai kuliah online?, Seberapa besar tugas yang dibebankan serta tingkat stress yang dialami mahasiswa dalam perkuliahan online ini? Serta seberapa banyak respon yang diberikan dari pilihan kuliah online atau kuliah tatap muka dikelas?. Langkah penelitian berikutnya yang dilakukan dengan teknik pengumpulan data melalui pengisian kuesioner yang di berikan kepada mahasiswa. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Telkom University Bandung (Tel-U), Universitas Islam Sunan Gunung Djati Bandung (UIN). Penelitian ini memiliki tujuan untuk menyoroti peran kecerdasan emosional dan stabilitas emosi para mahasiswa dalam menghadapi krisis secara umum dan krisis Covid-19 yang ada dan memiliki dampak global, Mengungkapkan dampak fisik dan psikologis pada manusia terutama mahasiswa di seluruh dunia. Juga untuk mengklarifikasi pentingnya kecerdasan emosional dan stabilitas emosi dalam menghadapi ketakutan dan kecemasan yang ada yang disebabkan oleh virus korona serta permasalahan pada perkuliahan online. Hasil penelitian di kampus Telkom University dan UIN SGD Bandung menunjukkan sekitar 60.5 % mahasiswa siap beradaptasi dengan penggunaan teknologi pembelajaran perkuliahan

online tetapi sekitar 59.5 % keberatan atas tugas yang diberikan dosen yang berakibat tingkat stress mahasiswa sekitar 60 %.<sup>(15)</sup>

Secara teoritis stres baru nyata dirasakan apabila keseimbangan diri terganggu. Artinya stres dapat terjadi jika stressor yang datang melebihi kapasitas ketahanan yang kita miliki, sehingga kita tidak dapat menghadapi stressor tersebut. Jadi selama kita memandangkan diri kita masih bisa menahankan tekanan tersebut (yang kita persepsi lebih ringan dari kemampuan kita menahannya) maka cekaman stress belum nyata. Namun jika tekanan tersebut semakin besar (baik dari stressor yang sama atau dari stressor yang lain secara bersamaan) maka cekaman tersebut akan menjadi lebih nyata, sehingga akan membuat kita menjadi kewalahan dan akan merasakan stres.<sup>(9)</sup>

Menurut studi sebelumnya, telah menegaskan bahwa tekanan dan stres pada mahasiswa muncul dikarenakan pembelajaran jarak jauh. Sehingga pada titik ini, tekanan akan menjadi terasa lebih berat, sehingga mahasiswa melakukan banyak coping stres, salah satunya adalah terlibat dengan penggunaan media sosial.<sup>(13)</sup>

Uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode pembelajaran via online terhadap tingkat stres ( $p=0,012 < 0,05$ ). Hasil ini serupa dengan sebuah penelitian yang dilakukan Agus, dkk (2020). Penelitian dengan metode *mixed methode* bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. Penelitian tersebut ditemukan hubungan yang erat antara

perkuliahan online dengan sikap mental dari para mahasiswa peserta perkuliahan.<sup>(15)</sup>

## B. Keterbatasan Penelitian

Pengisian kuisisioner ini dilakukan secara online sehingga dapat menyebabkan terjadinya pengisian kuisisioner secara asal ataupun kuisisioner tidak terisi secara lengkap.

## C. Tinjauan keislaman

Islamic Worldview, cara pandang Islam dalam melihat segala hal yang terjadi di dunia, sudah dipandu di dalam kitab suci Alquran, terdapat pada Surat al-Baqarah [2]: 155-157.<sup>(6)</sup>

وَلَتَبْلُوَنَّكُمْ بَشِيرٌ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ  
وَالشَّمْرِثِ وَبَشِيرٌ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا  
إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ  
وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

Artinya : “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepada kamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un”. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.”<sup>(6)</sup>

Sebagaimana sabda Rasulullah Shalallahu alaihi wa sallam : Dari Aisyah radhiallahu 'anha, bahwasanya dia berkata: Aku bertanya kepada Rasulullah

shallallahu 'alaihi wa sallam tentang wabah (tha'un), maka Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam memberitahukan kepadaku: "Bahwasanya wabah (Tha'un) adalah azab yang dikirim oleh Allah kepada siapa yang Dia kehendaki, dan Allah jadikan sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman. Tidaklah seseorang yang ketika terjadi wabah (tha'un) dia tinggal di rumahnya, bersabar dan berharap pahala (di sisi Allah) dia yakin bahwasanya tidak akan menyimpannya kecuali apa yang ditetapkan Allah untuknya, maka dia akan mendapatkan seperti pahala syahid."<sup>(6)</sup>

Dalam ajaran islam kita dituntut untuk berpola hidup sehat baik secara jasmani maupun rohani. Mulai dari ajaran untuk menghindari penyakit dan segera berobat apabila sakit, bersabar dan banyak istighfar bila mendapatkan musibah, pantang berputus asa, dan merawat serta memperlakukan orang yang sedang sakit dengan cara baik. Jika sedang tertimpa musibah, termasuk jika sedang sakit, diperintahkan untuk banyak bersabar sambil berikhtiar (QS. Luqman [31]: 7),

وَإِذَا نُنزِلُ عَلَيْهِ آيَاتُنَا وَلَّى مُسْتَكْبِرًا كَأَن لَّمْ يَسْمَعْهَا كَأَن فِي أُذُنَيْهِ وَقْرًا فَبَسَّرَهُ بَعْدَآبِ الْيَمِّ

Artinya : "Dan apabila dibacakan kepadanya ayat-ayat Kami, dan dia berpaling dengan menyombongkan diri seolah-olah dia belum mendengarnya, seakan-akan ada sumbatan di kedua telinganya; maka berilah kabar gembira dia dengan azab yang pedih"<sup>(6)</sup>

Berdasarkan dari ayat diatas yang dikaitkan dengan keadaan sekarang, adanya Covid-19 merupakan salah satu cobaan bagi umat manusia, yang

membuat manusia merasa takut dan khawatir oleh penyebaran Covid-19 tersebut. Oleh sebab itu, sikap yang diambil adalah meyakini bahwa virus adalah makhluk Allah, tunduk dan taat atas perintah Allah Subhanahu wa ta'ala. Dari ayat di atas dapat dikatakan bahwa manusia harus kembali kepada jati dirinya, ialah Yang Maha Kuasa dibalik semua kejadian dimuka bumi ini. Sikap selanjutnya adalah berdoa, karena kekhawatiran akan menyebarnya virus corona bukan menjadikan paranoid, sebagai insan beriman kita harus yakin bahwa semua itu atas kehendak-Nya, maka berdoa agar selamat dan dijaga dari penyebaran penyakit akibat virus corona menjadi sesuatu yang harus kita mohonkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala. Sikap selanjutnya sesuai dengan apa yang dianjurkan oleh Rasulullah Muhammad Shalallahu alaihi wa sallam.<sup>(6)</sup>

Selama masa pandemi Covid-19 dilakukan isolasi sosial yaitu anjuran untuk tetap dirumah agar menekan angka penyebaran dari Covid-19. Hal tersebut juga berdampak di berbagai bidang kehidupan, salah satunya di bidang pendidikan yang menyebabkan sekolah ataupun perguruan tinggi di tutup sehingga pembelajaran yang awalnya dilakukan secara tatap muka di ubah menjadi pembelajaran dengan menggunakan media online, dilakukannya pembelajaran dengan menggunakan media online agar para siswa maupun mahasiswa dapat menuntut ilmu seperti sebelum terjadi pandemi. Adapun mencari dan menuntut ilmu didalam agama islam merupakan kewajiban bagi seorang muslim baik laki-laki maupun perempuan. Ilmu menempati kedudukan yang sangat penting dalam ajaran islam, hal ini terlihat dari

banyaknya ayat Al-Qur'an yang memandang orang berilmu dalam posisi yang tinggi dan mulia disamping hadis-hadis nabi yang banyak memberi dorongan bagi umatnya untuk terus menuntut ilmu, sebagaimana dikemukakan oleh Dr Mahadi Ghulsyani; Salah satu ciri yang membedakan Islam dengan yang lainnya adalah penekanannya terhadap masalah ilmu (sains), Al-Qur'an dan Al-Sunnah mengajak kaum muslim untuk mencari dan mendapatkan ilmu dan kearifan, serta menempatkan orang-orang yang berpengetahuan pada derajat tinggi. Allah Subhanahu wa ta'ala berfirman dalam Al-Qur'an surah Al-Mujadalah ayat 11 yaitu <sup>(16)</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا  
يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا  
مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya : Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Ayat di atas dengan jelas menunjukkan bahwa orang yang beriman dan berilmu akan memperoleh kedudukan yang tinggi. Keimanan yang dimiliki seseorang akan menjadi pendorong untuk menuntut ilmu, dan ilmu yang dimiliki seseorang akan membuat dia sadar betapa kecilnya manusia dihadapan Allah, sehingga akan tumbuh rasa kepada Allah bila melakukan

hal-hal yang dilarangnya. Disamping ayat Al-Quran yang memposisikan ilmu dan orang berilmu sangat istimewa, Al-Qur'an juga mendorong umat islam untuk berdo'a agar ditambahi ilmu, dan katakanlah, Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan. Dalam hubungan inilah konsep membaca, sebagai salah satu wahana menambah ilmu, menjadi sangat penting, dan islam sejak awal menekankan pentingnya membaca, sebagaimana terlihat dari firman Allah yang pertama diturunkan yaitu surah Al-Qur'an surah Al- Alaq 1-5. <sup>(16)</sup>

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ أَلَمْ يَكُنْ لَهُ الْإِنْسَانُ أَنْ يَقُولَ ۝ اقْرَأْ وَرَبُّكَ  
الْأَكْرَمُ ۝ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ

Artinya: “Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan, Dia Telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah yang Maha pemurah, Yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya”.

Selain Al-Qur'an, Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wasallam memerintahkan kaum muslimin untuk menuntut ilmu, bahwa orang yang mempelajari ilmu, maka kedudukannya sama seperti seorang yang sedang berjihad di medan perjuangan. <sup>(16)</sup>

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wasallam bersabda yang artinya :” Barang siapa yang mendatangi mesjidku ini, yang dia tidak mendatangnya kecuali

untuk kebaikan yang akan dipelajarinya dan diajarkannya, maka kedudukannya sama dengan mujahid di jalan Allah. Dan siapa yang datang untuk maksud selain itu, maka kedudukannya sama dengan seseorang yang melihat barang perhiasan orang lain.” (HR.Ibnu Majah dari Abu Hurairah).<sup>(16)</sup>

Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wasallam juga bersabda yang artinya :  
“Barang siapa yang pergi menuntut ilmu, maka dia berada di jalan Allah sampai dia kembali.” (HR.Tirmidzi).<sup>(16)</sup>

Berkaitan dengan menuntut ilmu sendiri, mahasiswa yang berada di tingkat akhir cenderung mengalami kondisi yang sering disebut dengan stress. Hal ini dikarenakan karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan mengingat mahasiswa sudah berada tahun terakhir perkuliahan. Berdasarkan definisi dari beberapa para ahli maka disimpulkan stres adalah respon tubuh yang sifatnya non-spesifik setiap tuntutan beban atasnya dan kondisi dinamik yang dialami seseorang individu dikonfrontasikan dengan suatu peluang, kendala, atau tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang.<sup>(17)</sup>

Al-Qur'an telah menggunakan pemisalan yang memakai prinsip mekanika beban untuk menggambarkan masalah yang dihadapi manusia. Prinsip mekanika beban merupakan konstruk awal yang melahirkan penelitian mendalam tentang stres. Menurut Aliah.B. Purwkania Hasan secara keseluruhan surah Al-Qur'an yang membahas konsep beban dalam masalah

manusia ini. Hal ini senada dengan yang tercantum dalam Al-Qur'an surah Al-Insyirah ayat 1-8 yaitu :

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۖ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۖ  
الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۖ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ  
فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۖ

Artinya : “Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu?, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu. dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”

Adapun yang dijelaskan di dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 214 yaitu:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ ۗ مَسْتَهْزِئِينَ ۗ وَالضَّرَّاءُ وَالْمَسَّاءُ وَالرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ ۗ مَتَىٰ نَصْرُ اللَّهِ ۗ إِلَّا أَنْ نَصُرَ اللَّهُ فَرِيضًا

Artinya : “Ataukah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu

sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan dan diguncang (dengan berbagai cobaan), sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, “Kapanakah datang pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.”

Ayat tersebut mengandung makna bahwa Manusia yang kuat imannya, dia akan tegar dan sabar menghadapi setiap ujian, cobaan hidup, sedangkan bagi orang yang lemah imannya, akan mudah mengalami tertekan jiwanya atau distress. Orang seperti golongan terakhir ini akan mudah kehilangan kepercayaan diri, dan selalu su'udhan kepada Allah dan orang lain, selalu diliputi bad thinking, yang tentunya akan mudah mengundang kejelekan, kejahatan, dan penyakit. Sebagaimana kata Barnie Siegie bahwa ketidakstabilan jiwa dapat mendatangkan berbagai penyakit fisik, maupun psikis”. Dengan melihat dampak negatifnya bagi kehidupan manusia seperti itu, maka diperlukan cara yang baik dan bijaksana dalam mengentaskannya.<sup>(18)</sup>

Stres tidak mungkin selamanya dihindari, karena ujian dan cobaan dari Allah Subhanahu wa ta'ala tidak dapat diatur oleh manusia. Langkah terbaik adalah menyikapi sikap dan perilaku mengola stres sehingga mampu menangkal akibat stres.<sup>(17)</sup>

Anjuran Allah Subhanahu wa ta'ala tentang menghindari dan mengelola stres sangat jelas. Sebagaimna yang telah digariskan dalam Al-Quran surah Al-Imran ayat 139 yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”<sup>(19)</sup>

Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam selalu mengajarkan untuk memohon ampunan kepada Allah jika berada dalam keadaan susah. Ini berdasarkan hadits yang berbunyi : “Maukah kamu saya ajarkan kata-kata yang harus diucapkan pada keadaan susah ? Katakanlah :” Tidak ada Tuhan selain Allah dan tidak ada sekutu baginya.” (HR. Bukhari).<sup>(17)</sup>

Hadis riwayat Imam Al-Hakim, juga menegaskan bahwa Raulullah besabda, “Ssesungguhnya aku telah meninggalkan untukmu. Jika kamu berpegang teguh kepadanya, niscaya kamu tidak akan tersesat selama-lamanya. Yaitu kitabullah dan sunnah Rasulullah. Oleh karena itu, dalam mengantisipasi dan menanggulangi perilaku stres yang menimpa kepada hamba Allah, akan selalu berpedoman pada petunjuk Rasul tanpa keluar garis-garis tersebut. Berzikir kepada Allah berarti selalu mengingat dan menyebut Asma Allah. Perilaku zikir sebenarnya sangat dianjurkan oleh Allah dengan maksud agar seorang hamba selalu dekat dengan Sang pencipta, mencari petunjuk dan keridhaan hidup. Batin hamba akan memiliki kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi segala rintangan hidup, dan tidak akan terdampar keluar garis ketentuan Allah. Beberapa ayat memberi kekuatan jiwa, terutam di saat hamba didera oleh berbagai tekanan kehidupan yang dapat mengguncang dan bahkan memporakporandakan kehidupan jiwanya. Dalam surah Ar-ra'd ayat 28 Allah berfirman, yang artinya : “Mereka orang-orang yang beriman dan tentram

hatinya dengan zikrullah. Bukankah dengan zikrullah hati kalian menjadi tentram.”

Kemudian, dalam surah Al-Araf ayat 205, Allah juga berfirman, yang artinya: “Dan lakukanlah zikrullah dengan rendah hati dan khusuk serta tidak mengeraskan suaranya.”

Lantas Rasul pun bersabda, sebagaimana riwayat Dailamy : “Zikrullah itu pengobat hati.”<sup>(18)</sup>

Berdoa kepada Allah, Rasulullah menjelaskan dalam hadist yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi “Doa itu memiliki keutamaan dan menjadikannya sebagai otak ibadah”. Ketika ditimpa kesusahan, beliau berdoa: “Tidak ada Tuhan selain Allah Yang Maha Agung dan Bijaksana. Tidak ada Tuhan yang memiliki Arasy Yang Agung. Tidak ada Tuhan selain Allah Tuhan langit dan bumi, Tuhan Arasy Yang Mulia.” (HR. Muttafaqun ‘Alaih).<sup>(18)</sup>

Rasul wanti-wanti dalam kepada umat mukmin yang sedang dirundung kegelisahan,kecemasan, stres depresi dan seabagaunya, melalui hadis yang diriwayatkan oleh Imam Ahmad, beliau bersabda: “Tiada kecemasan dan kesusahan diri yang menimpa seorang hamba.”<sup>(18)</sup>

## **BAB VII**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Pembelajaran via online tidak efektif pada kebanyakan mahasiswa tingkat akhir
2. Metode pembelajaran via online mempengaruhi tingkat stres mahasiswa tingkat akhir.

#### **B. SARAN**

##### **1. Bagi Kampus**

Membuat perencanaan kebijakan dalam penerapan metode dalam sistem pembelajaran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

##### **2. Bagi Responden**

Dapat sebagai bahan pertimbangan terkait metode pembelajaran yang dinilai efektif sehingga dapat menurunkan tingkat stres responden itu sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Jiang F, Liehua D, Liangqing Z, Cai Y, Cheung chi wai, Xia Z. Review of the Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *J Gen Intern Med.* 2020;35(5):1545–9.
2. Susilo A, Rumende CM, Pitoyo CW, Santoso WD, Yulianti M, Herikurniawan H, et al. Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *J Penyakit Dalam Indones.* 2020;7(1):45.
3. Kemenkes RI. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). *Germas.* 2020. 0–115 p.
4. Livana PH, Mubin MF, Basthomi Y. “ Tugas Pembelajaran ” Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *J Ilmu Keperawatan Jiwa.* 2020;3(2):203–8.
5. Musabiq S, Karimah I. Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight J Ilm Psikol.* 2018;20(2):74.
6. Mukharom M, Aravik H. Kebijakan Nabi Muhammad Saw Menangani Wabah Penyakit Menular dan Implementasinya dalam Konteks Penanggulangan Coronavirus Covid-19. Vol. 7, *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i.* 2020.
7. Qiu W, Rutherford S, Mao A, Chu C. The Pandemic and its Impacts. *Heal Cult Soc.* 2017;9:1–11.
8. Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan

Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *J Kesehat Andalas*. 2019;8(1):103.

9. Musradinur. Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *J EDUKASI J Bimbing Konseling*. 2016;2(2):183.
10. Firman F, Rahayu S. Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indones J Educ Sci*. 2020;2(2):81–9.
11. Herliandry LD, Nurhasanah, Suban ME, Heru K. Pandemic learning during the Covid-19. *J Teknol Pendidik [Internet]*. 2020;22(1):65–70. Available from: <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jtp>
12. Sukadiyanto. Stress Dan Cara Mengurangnya. *cakrawala Pendidik*. 2010;55–66.
13. Rahardjo W, Qomariyah N, Mulyani I, Andriani I. Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19 : Peranneurotisisisme , kelebihan informasi , invasion of life , kecemasan , dan jenis kelamin. *Psikol Sos*. 2020;18(59).
14. Sari MK. Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu Dalam Menghadapi Wabah Covid 19 Dan Perkuliahan Daring Di Stikes Karya Husada Kediri. *J Ilm Pamenang*. 2020;2(1):31–5.
15. Kusnayat A, Sumarni N, Mansyur AS, Zaqiah QY, Bandung UT. 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.

16. Zaharuddin. Stres Menghadapi Musibah Perspektif Islam ditinjau dari Adversity Quotient di Panti Asuhan di Kecamatan Plaju Palembang. 20(2):285–301.
17. Junaidi. Urgensitas Ilmu Menurut Konsep Islam. 2018;X.
18. Abidin Z. Ketika Stress Beraksi Islam Punya Solusi. 2009;3(1).
19. Susatyo Y. Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi. 2010;(1996):14–26.

