

HUBUNGAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN *OFFLINE* DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT IV PASCA PANDEMI COVID-19

Angelin, Vivi Retno Intening*, Nurlia Ikaningtyas, I Wayan Sudarta

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
vivi@stikesbethesda.ac.id

ABSTRAK

Pembelajaran *offline* kembali dilaksanakan pada periode pasca pandemi *Covid-19* mereda mulai semester ganjil 2022/2023. Mahasiswa menunjukkan gejala kelelahan dengan pembelajaran yang monoton, merasakan bosan pada saat proses ceramah materi, tidak menggunakan media pembelajaran yang menarik, kurang fokus, stress sejak pembelajaran *offline* mulai dilaksanakan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan tingkat stres pada mahasiswa prodi sarjana keperawatan tingkat IV pada pasca pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan korelasi, dengan 74 mahasiswa yang dipilih dengan teknik total sampling. Alat ukur menggunakan kuesioner. Hasil uji realibilitas menggunakan *alpha cronbach* sebesar 0,892 untuk pelaksanaan pembelajaran *offline* dan 0,9483 tingkat stres milik Dinamik 2011 dalam Maulana dan Iswari 2020. Analisis data menggunakan uji statistik *Spearman rank*. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini responden terbanyak adalah perempuan berjumlah 56 responden (75,7%), dan usia 20-22 berjumlah 69 responden (93,2%) hasil uji statistik menunjukkan tidak ada *p-value* 0,096 ($p\text{-value} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan tingkat stres pada mahasiswa prodi sarjana keperawatan tingkat IV pasca pandemi Covid-19. Perlu diketahui lebih lanjut tentang faktor-faktor yang menyebabkan tingkat stres mahasiswa prodi sarjana keperawatan tingkat IV.

Kata kunci: pembelajaran offline, stress, mahasiswa, keperawatan

ABSTRACT

Offline learning was again implemented in the period after the Covid-19 pandemic subsided, starting in the odd semester of 2022-2023. Students show symptoms of fatigue with monotonous learning, feeling bored during the process of lecturing material, not using interesting learning media, lack of focus, and stress since offline learning began to be implemented. The purpose of this study was to determine the relationship between the implementation of offline learning and stress levels among level IV nursing undergraduate program students in the post-Covid-19 pandemic. The research method used was quantitative with correlation, with 74 students selected by the total sampling technique. The measuring instrument uses a questionnaire. The results of the reliability test using Cronbach's alpha of 0.892 for the implementation of offline learning and 0.9483 stress levels belong to Dinamik 2011 in Maulana and Iswari 2020. Data analysis using the Spearman rank statistical test. The results obtained in this study showed that most respondents were female, totaling 56 respondents (75.7%), and ages 20–22, totaling 69 respondents (93.2%). The statistical test results showed no p-value of 0.096 ($p\text{-value} > 0.05$), so it can be concluded that there is no relationship between the implementation of offline learning and stress levels in level IV nursing undergraduate program students after the Covid-19 pandemic. It is necessary to know more about the factors that cause stress levels in undergraduate nursing program IV students.

Keywords: *offline learning, stress, students, nursing.*

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 yang telah berakhir menggiatkan kembali kegiatan akademik di kampus kesehatan, sehingga memulai penyelenggaraan kelas tatap muka atau pembelajaran *offline* mulai semester ganjil 2022/2023 (Widyasari 2022). Pelaksanaan pembelajaran *offline* berarti pembelajaran yang dilakukan secara tatap muka tanpa menggunakan jaringan internet dalam prosesnya. Pembelajaran yang sudah Kembali dilakukan secara tatap muka saat ini ditemui masalah yang mengarah pada tingkat stres. Pelaksanaan pembelajaran *offline* memiliki dampak pada berbagai faktor yang menyebabkan mahasiswa dapat mengalami stres selama pembelajaran *offline* (Simbolon and Limbong 2022). Dosen yang monoton sehingga membuat mahasiswa merasa bosan, tugas yang terlalu banyak, serta lingkungan yang tidak kondusif merupakan dampak yang muncul dari pembelajaran *offline* (Adrian, Putri, and Suri 2021).

Stres adalah stimulus atau situasi yang dapat memicu emosi negatif yang menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada individu stres bisa dialami oleh mahasiswa yang dapat menimpa siapapun anak-anak, remaja, dewasa (Prameswari, Setiawati, dan Lutfianawati 2022). Hasil studi pendahuluan yang mahasiswa prodi sarjana keperawatan tingkat IV menyampaikan proses pembelajaran tatap muka dikatakan membuat mahasiswa mengalami kelelahan dengan pelaksanaan pembelajaran yang monoton, merasakan bosan pada saat proses ceramah materi, dikatakan tidak menggunakan media pembelajaran yang menarik dan mengerjakan tugas yang sangat banyak dan kurang fokus, dan penjelasan ceramah dari materi dan tugas yang banyak menimbulkan rasa malas, kehilangan semangat, stres, susah tidur, lelah dan bosan terhadap materi kuliah selama pembelajaran *offline*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan tingkat stres pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan tingkat iv pasca pandemi Covid-19

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan analisis korelasional. Sampel berjumlah 74 mahasiswa, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang telah diuji realibilitas

menggunakan *alpha cronbach* dengan hasil 0,892 untuk pelaksanaan pembelajaran *offline* dan 0,9483 tingkat stres, instrumen diadopsi dari Dinamik 2011 dalam Maulana dan Iswari 2020. Uji stastistik menggunakan *Spearman rank*. Kelayakan etik penelitian ini dikeluarkan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta pada 02 Januari 2024 dengan nomor surat : No.007/KEPK.02.01/I/2024.

HASIL

Hasil penelitian ini dijelaskan pada tabel dibawah ini:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran *Offline* Pada Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Tingkat IV

No	Pelaksanaan pembelajaran <i>offline</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	Cukup	68	91,9
2	Kurang	6	8,1
Jumlah		74	100

Analisis tabel: tabel 1 menunjukkan mayoritas responden menyampaikan pelaksanaan pembelajaran offline dalam kategori cukup sebanyak 91%.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Tingkat IV

Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	20	27,0
Ringan	8	10,8
Sedang	10	13,5
Parah	2	2,7
Sangat Parah	34	45,9
Jumlah	74	100

Analisis tabel: tabel 2 menunjukkan mayoritas responden berada pada Tingkat stress

sangat parah yaitu 45,9%, dan paling sedikit pada kategori parah sebanyak 2,7%

Tabel 3
Hubungan Pelaksanaan Pembelajaran *Offline* Dengan
Tingkat Stres Pada Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Tingkat IV

Tingkat stres	Normal	Ringan	Sedang	Parah	Sangat parah	Total	Alpha	P Value
<i>pelaksanaan pembelajaran offline</i>								
Cukup	18	7	7	2	34	68	0,05	0,096
Kurang	2	1	3	0	0	6		
Total	20	8	10	2	34	74		

Tabel 3 menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran *offline* terbanyak kategori cukup 68 responden, sedangkan tingkat stres terbanyak adalah kategori sangat parah dengan jumlah 34 responden. Dari 74 responden dengan variabel pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan kategori cukup sebanyak 68 responden, kategori kurang sebanyak 6 responden. Dari 74 responden dengan variabel tingkat stres dalam kategori sangat parah berjumlah 34 responden, kategori normal sebanyak 20 responden, kategori sedang sebanyak 10 responden, kategori ringan sebanyak 8 responden dan kategori parah sebanyak 2 responden. Setelah dilakukan uji statistik komputerisasi dengan uji *Spearman Rank* didapatkan hasil *p-value* 0,096 ($p > 0,05$) yang artinya tidak ada hubungan pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan tingkat stres pada mahasiswa prodi sarjana keperawatan pasca pandemi Covid-19.

PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Pembelajaran *Offline*

Hasil analisis menunjukkan bahwa Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan katageri cukup, pembelajaran *offline* adalah pendidik secara terprogram dalam desain untuk membuat peserta didik belajar secara aktif yang menekankan pada penyediaan bahan ajar dan sumber belajar (Sitanggang 2022). Pembelajaran *offline* dimasa pandemi pelaksanaannya tidak sama persis dengan pembelajaran pada masa normal

sehingga membutuhkan pemilihan strategi yang tepat agar pelaksanaan pembelajaran tatap muka berjalan dengan maksimal (Nafrin and Hudaidah 2021). Strategi yang perlu dipersiapkan dalam menerapkan pelaksanaan pembelajaran *offline* adalah adanya metode pembelajaran yang variasi agar tidak membosankan contohnya adalah metode penjelasan materi yang dipelajari secara mandiri dirumah kemudian diskusikan di kampus atau dikelas dan sertai penguatan materi akhir pembelajaran (Adawiyah et al., 2021)

Pelaksanaan pembelajaran *offline* sangat dipengaruhi oleh adanya interaksi secara langsung antara pengajar dan pendidik dengan menggunakan komponen sistem pelaksanaan pembelajaran dengan secara terprogram agar terarah sesuai dengan tujuan dan sasaran yang ingin dicapai dan perencanaan strategi yang baik yang mendukung dalam melakukan pelaksanaan pembelajaran *offline* pasca pandemi (Majidah S dan Syarah 2021).

2. Tingkat stress

Hasil analisis menunjukkan bahwa Sebagian responden dalam penelitian ini memiliki tingkat stress dalam kategori sangat parah. Tingkat stres dipengaruhi oleh keseimbangan psikologis yang dicapai setiap individu. Kesejahteraan psikologis terkait dengan kemampuan untuk mengadopsi strategi pertumbuhan belajar dalam beradaptasi dalam melakukan pelaksanaan pembelajaran dan tuntutan yang berasal dari akademis (Prameswari et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Aulia and Panjaitan (2019) tingkat stres sangat parah dipengaruhi oleh keseimbangan psikologis yang dicapai setiap individu. Kesejahteraan psikologis terkait dengan kemampuan untuk mengadopsi strategi pertumbuhan belajar dalam beradaptasi dalam melakukan pelaksanaan pembelajaran dan tuntutan yang berasal dari akademis (Jannah dan Santoso 2021).

3. Hubungan Pelaksanaan Pembelajaran *Offline* dengan tingkat stress

Hasil analisis data dengan uji spearman Rank didapatkan hasil nilai p-value $> \alpha$ dan HO diterima yang artinya tidak ada hubungan dalam penelitian ini. Tingkat stres pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran *offline* pasca pandemi covid-19 berasal dari individu (faktor internal) dan faktor yang berasal dari luar (faktor eksternal) lingkungan dan situasi sosial yang tidak terkontrol (Meilla 2020).

Penyebab mahasiswa mengalami stressor akademik karena adanya proses pembelajaran secara *offline* proses pembelajaran pasca pandemi banyak menimbulkan kontra, sebab itu diperlukan adaptasi baru dan sangat berpengaruh dalam menyampaikan materi (Intening dan Sudarta, 2020). Penyebab mahasiswa mengalami stres sangatlah beragam yang sangat berpotensi tinggi untuk terkena stres beberapa penyebab contohnya adalah beban akademis, masalah keuangan, masalah Kesehatan atau kehilangan keluarga atau teman dekat (Savira et al., 2021). Stres akademik adalah keadaan emosional yang biasanya dirasakan oleh seseorang dalam masa studinya, stres akademik yang dirasakan oleh para mahasiswa dipengaruhi oleh faktor external dan faktor internal dengan kurangnya kemampuan mengatur waktu, dan kurangnya kesiapan mental terhadap lingkungan dan kurang dalam mengatur diri dan akademis (Harjuna dan Magistarina 2021). Sedangkan (faktor external) berkaitan dengan sistem Pendidikan, nilai, kegagalan orang tua dan dosen dalam membangkitkan kepercayaan diri pada mahasiswa (Sawitri and Widiasavitri 2021). Faktor internal adalah mempengaruhi keyakinan diri, optimis dan motivasi berprestasi (Bahrodin et al. 2021).

Tidak adanya hubungan antara pelaksanaan pembelajaran *offline* dengan tingkat stres mahasiswa kemungkinan terjadi karena penyebab stress pada mahasiswa yang sangat komplek, misalkan faktor eksternal yang berkaitan dengan sistem pendidikan, metode pengajaran, komunikasi dosen dan mahasiswa, penugasan, dan factor lainnya. Proses pelaksanaan pembelajaran tatap muka pasca pandemi juga membutuhkan waktu adaptasi bagi mahasiswa, sehingga banyak hal yang perlu dikondisikan pada pasca pandemi Covid (Pratama and Mulyati 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran *offline* paling banyak adalah katagori cukup, sedangkan tingkat stres paling banyak adalah katagori mengalami skala stres katagori sangat parah. Hubungan antara kedua variabel didapatkan hasil tidak ada hubungan pelaksanaan pembelajaran offline dengan tingkat stres pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat IV pasca pandemi *Covid-19*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, Robiatul, Nur Fajriyatul Isnaini, Uswatun Hasanah, and Nadia Risya Faridah. 2021. "Kesiapan Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka Pada Era New Normal Di MI At-Tanwir Bojonegoro." *Jurnal Basicedu* 5(5):3814–21. doi: 10.31004/basicedu.v5i5.1435.
- Adrian, Fadhil Ammar, Vevi Suryenti Putri, and Martha Suri. 2021. "Hubungan Belajar Online Di Masa Pandemi Covid 19 Dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi." *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 10(1):66. doi: 10.36565/jab.v10i1.276.
- Aulia, Syifa, and Ria Utami Panjaitan. 2019. "Kesejahteraan Psikologis Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7(2):127. doi: 10.26714/jkj.7.2.2019.127-134.
- Bahrodin, Ariga, Evita Widiyati, Prodi Pgmi, Fakultas Agama Islam, Universitas Hasyim, Prodi Pgmi, Fakultas Agama Islam, and Universitas Hasyim. 2021. "TINGKAT STRES AKADEMIK SISWA KELAS VI PADA PEMBELAJARAN TATAP MUKA (PTM) TERBATAS." 2:1–8.
- Harjuna, Rafiq Tri Belan, and Elrisfa Magistarina. 2021. "Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Selama Daring Di Masa Pandemi." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5(3):10791–98.
- Intening, Vivi Retno; Sudarta, Wayan. 2020. "Kepuasan Dosen Dan Mahasiswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Kesehatan* 8(2):131–37.
- Jannah, Riazul, and Harri Santoso. 2021. "Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat* 1(1):130–46. doi: 10.22373/jrpm.v1i1.638.
- Majidah S, Khotimatul, and Fatmah Syarah. 2021. "Pengaruh Model Pembelajaran Make A Match Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia 5-6 Di TK Anugrah Medan." *Jurnal Raudhah* 9(2). doi: 10.30829/raudhah.v9i2.1305.

- Meilla, Dwi Nurmalia. 2020. "Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling* 5(2):13–23.
- Naftrin, Irinna Aulia, and Hudaidah Hudaidah. 2021. "Perkembangan Pendidikan Indonesia Di Masa Pandemi Covid-19." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3(2):456–62. doi: 10.31004/edukatif.v3i2.324.
- Prameswari, Meytha, Octa Reni Setiawati, and Dewi Lutfianawati. 2022. "Hubungan Strategi Coping Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi." *Jurnal Psikologi Malahayati* 4(1):10–18. doi: 10.33024/jpm.v4i1.4773.
- Pratama, Rio Erwan, and Sri Mulyati. 2020. "Pembelajaran Daring Dan Luring Pada Masa Pandemi Covid-19." *Gagasan Pendidikan Indonesia* 1(2):49. doi: 10.30870/gpi.v1i2.9405.
- Savira, Laras Ayu, Octa Reni Setiawati, Ismalia Husna, and Woro Pramesti. 2021. "Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Disaat Pandemi Covid-19." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 10(1):183–88. doi: 10.35816/jiskh.v10i1.577.
- Sawitri, Annisa Rachma, and Putu Nugrahaeni Widiyasavitri. 2021. "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19." *Jurnal Psikologi Udayana* 8(1):78. doi: 10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08.
- Simbolon, Idauli, and Albinur Limbong. 2022. "Tingkat Stres Mahasiswa Pada Pembelajaran Luring Masa Pandemi COVID-19." *Jurnal Informasi Dan Teknologi* 4(4):7–10. doi: 10.37034/jidt.v4i4.239.
- Sitanggang, Alfina Tiurmida. 2022. "Tingkat Pemahaman Mahasiswa Antar Pembelajaran Online Dan Offline Dalam Masa Pandemi Covid-19 Menggunakan Metode Forward Chaining." *Jurnal Informasi Dan Teknologi* 4:64–69. doi: 10.37034/jidt.v4i1.187.
- Widyasari, Nur Firda. 2022. "Strategi Pelaksanaan Tatap Muka (Pembelajaran Luring) Pasca Pandemi Covid-19." *Journal of Instructional and Development Researches* 2(4):153–61. doi: 10.53621/jider.v2i4.98.