

LITERATURE REVIEW : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PSIKOLOGI MAHASISWA TERHADAP PEMBELAJARAN DARING DIMASA PANDEMI COVID-19

Nilawati^{1*}, Nurul Reski Anisa², Sitti Nurbaya³

^{1*}STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl.Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl.Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl.Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*e-mail korespondensi: Nilawatiila2424@gmail.com/081242658557

(Received: 20.08.2021; Reviewed: 30.09.2021 ; Accepted: 30.10.2021)

Abstract

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) is a new infectious disease caused by a new strain of severe acute respiratory syndrome coronavirus, SARS-CoV-2. This data is secondary data collected through official reports from various stakeholders, the Task Force for handling Covid-19 and Kawalcovid with 461,360 positive cases (50.50%) and 14,703 deaths (56.30%). In the period March 2020 to January 2021, positive cases in Indonesia were dominated by residents aged 19-30 years with 221,198 people (22.60%). 266,404 souls. The purpose of this study is to find out what factors are psychological factors for students towards online learning during the Covid-19 pandemic. This research method uses a systematic literature review design. This article was collected through the Pubmed and Google Scholar databases with keywords (Covid-19, student psychology, stress on students, Anxiety on students). The criteria for articles used are those published in 2015-2020. The results of the literature review show that there are several factors that influence student psychology towards online learning, namely stress and anxiety. Conclusion From the two factors, namely stress and anxiety, which are considered the most influencing student psychology towards online learning during the covid-19 pandemic, namely the stress factor

Keywords: Anxiety; Covid-19; Psychology; Stress

Abstrak

Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular baru yang disebabkan oleh strain baru sindrom pernapasan akut parah virus corona, SARS-CoV-2. Data ini merupakan data sekunder yang dikumpulkan melalui laporan resmi dari berbagai stakeholder, Satuan tugas penanganan Covid-19 dan kawalcovid dengan jumlah kasus positif sebanyak 461.360 jiwa (50,50%) dan kasus kematian 14.703 jiwa (56,30%). Pada periode maret 2020 sampai dengan januari 2021 kasus positif diindonesia di dominasi oleh penduduk dengan usia 19-30 tahun dengan 212.198 jiwa (22,60%). dengan laju kematian yang meningkat berdasarkan provinsi, kasus positif Covid-19 tertinggi berada di provindi DKI jakarta 266.404 jiwa. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor apa saja yang menjadi faktor psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Metode penelitian ini menggunakan desain systematic literature review. Artikel ini dikumpulkan melalui data base Pubmed, dan Google Scholar dengan kata kunci (Covid-19, psikologi mahasiswa, stres pada mahasiswa, Cemas pada mahasiswa). Kriteria artikel yang di gunakan adalah yang di publikasikan pada tahun 2015-2021. Hasil tinjauan literature review menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring yaitu stres dan kecemasan. Kesimpulan Dari kedua faktor yaitu stres dan kecemasan yang dianggap paling mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 yaitu faktor stres.

Kata kunci: Covid-19; Psikologi; Stres; Cemas

Pendahuluan

Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular baru yang disebabkan oleh strain baru sindrom pernapasan akut parah virus corona, SARS-CoV-2. Pertama kali dilaporkan terjadi pada bulan Desember 2019, di Wuhan, Cina, karena pneumonia dengan etiologi yang tidak diketahui terkait dengan eksposur pasar makanan laut. Pada Januari 2020 Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan wabah sebagai Kesehatan Masyarakat Darurat Kepedulian Internasional (PHEIC). (Alkhamees, Alrashed, and Alzunaydi 2020).

Kasus Covid-19 dicina pertama kali dilaporkan 78.195. Covid-19 dengan kasus positif sembuh dan meninggal akibat Covid-19. Data ini merupakan data sekunder yang dikumpulkan melalui laporan resmi dari berbagai *stakeholder*, seperti kementerian RI, Satuan tugas penanganan Covid-19 dan kawalcovid dengan jumlah kasus positif sebanyak 461.360 jiwa (50,50%) dan kasus kematian 14.703 jiwa (56,30%). Pada periode maret 2020 sampai dengan januari 2021 kasus positif di Indonesia didominasi oleh penduduk dengan usia produktif diantara 31-45 tahun dengan 280.139 jiwa (30,80%), 19-30 tahun dengan 212.198 jiwa (22,60%). Sedangkan jumlah kasus kematian akibat Covid-19 didominasi oleh usia 57-60 tahun yang berjumlah 12.078 jiwa (45%) dengan laju kematian yang meningkat berdasarkan provinsi, kasus positif Covid-19 tertinggi berada di provinsi DKI Jakarta 266.404 jiwa (Ponangsera et al. 2021).

Kasus Covid-19 di Indonesia pertama muncul pada Maret 2020. Daerah yang terdapat di Jakarta merupakan daerah yang paling banyak pasien positif COVID-19 dan diikuti beberapa provinsi lainnya, seperti Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Sumatera Utara, Riau Bali, Sulawesi Selatan, Kalimantan. Virus ini menular dengan sangat cepat hanya dalam waktu beberapa bulan. Hal tersebut membuat beberapa negara menerapkan kebijakan untuk memberlakukan *lockdown* dalam rangka mencegah penyebaran virus Corona. Di Indonesia sendiri, diberlakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dalam melakukan berbagai aktivitas untuk menekan penyebaran virus ini (Jannah 2021). Tidak bisa dipungkiri adanya wabah COVID-19 menjadi sebuah stressor yakni peristiwa atau situasi yang menggambarkan adanya ancaman atau hilangnya sumber daya aktual. Kondisi lingkungan yang sedang dalam wabah bencana COVID-19 ini akan berinteraksi dan berdampak langsung dalam berbagai domain kehidupan. Kebijakan yang Pemerintah keluarkan bukan pemicu langsung dari suatu masalah tetapi melibatkan kerentanan yang secara tidak langsung terkait dengan masalah. Misalnya *social distancing*, *study from home*, *work from home*, dan kebijakan di bidang ekonomi lainnya akan berdampak juga pada dinamika keluarga. Situasi krisis pandemi COVID-19 akan berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan baik pada orang dewasa maupun anak-anak. (Levani 2021)

WHO telah menyatakan bahwa Covid-19 sebagai pandemi global, Untuk mencegah penyebarannya maka kegiatan akademis di Indonesia dialihkan metode pembelajaran jarak jauh. Perubahan ini mengakibatkan harus beradaptasi dengan metode baru dan salah satu faktor dari hal tersebut adalah munculnya masalah kesehatan mental seperti stres dan kecemasan mahasiswa. (Fauziyyah and Awinda 2021)

Masalah yang dihadapi mahasiswa pada masa pandemi covid-19 ini selain tuntutan-tuntutan yang dibebankan dengan model belajar mengajar secara daring. Proses belajar menggunakan media online lebih melelahkan dan membosankan, karena tidak dapat berinteraksi langsung baik dengan guru maupun teman lainnya. dengan demikian mengakibatkan frustrasi bagi mahasiswa, dan bila terus berlanjut dapat menimbulkan stres. (Barseli, Ifdil, and Fitria 2020)

Perkuliahan online adalah hal peringkat pertama yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa. Pandemi covid-19 dan PSSB mengharuskan perubahan perkuliahan luring menjadi daring. Kekhawatiran pada perkuliahan online terkait dengan pelaksanaan kelas online, kelancaran jaringan (yang juga ada peringkat 9), Kemampuan perangkat yang dimiliki mahasiswa untuk mendukung perkuliahan online, penerimaan materi (yang ada di peringkat 4), pelaksanaan praktek secara online, ujian online, serta kerja kelompok secara online. (Christianto et al. 2021)

Metode

Desain dan metode penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* (LR) merupakan sebuah literature secara sistematis, jelas, menyeluruh dengan mengidentifikasi, mengevaluasi dan mengumpulkan data-data. Proses yang digunakan untuk melakukan sistematis review adalah reviewer mencari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi melalui data base elektronik. Strategi pencarian dan proses review. Pada *Literature Review* berisi pencarian literature dengan penelitian yang bersumber dari beberapa database yaitu Google Scholar, Pubmed, yang di publikasikan dari tahun 2020 sampai tahun 2021.

Hasil

Table 1. Sintesis Grid Hasil Penelitian

Study/Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian/Alat ukur	Hasil Pencarian
Stress dan Kesehatan Mental di Masa Pandemi COVID-19 Yelvi Levani , Uswatun Hasanah, Nur Fatwakiningsih	Surabaya	Terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya	tujuan untuk membahas dampak stres terhadap kesehatan mental di saat pandemi COVID-19	Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survey online	Dari hasil penelitian Kondisi ini berdampak terhadap semua aspek kehidupan termasuk sosial dan ekonomi. Ketidakpastian pada semua aspek kehidupan dapat menyebabkan stres. Kondisi stres ini dapat mempengaruhi kesehatan mental individu sehingga berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari.
Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19 Clinton J. S. Walean, Cicilia Pali, Jehosua S. V. Sinolungan	Manado	Mahasiswa dari angkatan 2012-2019 Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia	Mahasiswa di usia dewasa muda lebih sering mengalami kecemasan. Faktor-faktor penyebab kecemasan paling sering yaitu cemas terkait hal-hal bidang akademik mahasiswa	Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survey online	Hasil penelitian literature review menunjukkan mahasiswa dapat mengalami kecemasan di masa pandemi COVID-19, kecemasan ringan adalah tingkat kecemasan yang paling sering dialami oleh mahasiswa sedangkan kecemasan berat

<p>Kecemasan mahasiswa di masa pandemi covid-19 Laurentius Purbo Christianto, Reneta Kristiani ,David Nicholas Franztius, Sebastian Darren Santoso ,Winsen,Aurelia Ardani</p>	<p>Jakarta</p>	<p>74,8% mahasiswa mengalami kecemasan rendah, 20,7% mahasiswa memiliki kecemasan sedang, dan 4,5% mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi</p>	<p>Tujuan penelitian ini adalah melihat gambaran tingkat kecemasan mahasiswa dan mengidentifikasi hal – hal yang menimbulkan kecemasan pada mahasiswa</p>	<p>Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survey online</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara hipotetik 74,8% mahasiswa mengalami kecemasan rendah, 20,7% mahasiswa memiliki kecemasan sedang, dan 4,5% mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi</p>
<p>Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 Rifa Fauziyyah, Rinka Citra Awinda, Besral</p>	<p>Jakarta</p>	<p>Di Indonesia selama perkuliahan jarak jauh rata-rata sebesar 55,1%, sedangkan pada mahasiswa di luar Indonesia sebesar 66,3%. Angka kecemasan mahasiswa di Indonesia selama perkuliahan jarak jauh rata-rata sebesar 40%, sedangkan pada mahasiswa di luar Indonesia sebesar 57,2%. Sebagai saran, beberapa upaya</p>	<p>Bertujuan untuk mengetahui peningkatan stres dan kecemasan yang dialami mahasiswa ketika menjalani perubahan metode pembelajaran selama pandemi COVID-19.</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka terhadap jurnal nasional dan internasional</p>	<p>2.080 hasil dengan kata kunci bahasa Indonesia, jurnal yang tersedia full text sebanyak 2.047, jurnal dengan topik stres dan kecemasan pada mahasiswa selama PJJ di masa pandemi COVID-19 sebanyak 79, dan jurnal dengan jumlah sampel diatas 100 orang sebanyak 37. Pencarian dengan kata kunci bahasa</p>
<p>Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19 Riazul Jannah</p>	<p>Banda Aceh</p>	<p>Penelitian ini bertujuan agar dapat mengetahui gambaran stress yang dialami oleh mahasiswa</p>	<p>Penelitian ini bertujuan agar dapat mengetahui gambaran stress yang dialami oleh mahasiswa</p>	<p>Metode penelitian Literature Review.</p>	<p>Data hasil penelitian dianalisis menggunakan metode Colaizzi dan distribusi frekuensi. Hasil analisis menunjukkan beberapa tema dan hasil distribusinya yaitu Tugas pembelajaran(70, 29%), Bosan dirumah aja(57,8%), Proses pembelajaran daring/online</p>

Stress akademik akibat Covid-19 Mufadhhal Barseli , Ifdil , Linda Fitria	Padang	Universitas Negeri Padang	Bertujuan untuk mengetahui gambaran stres akademik siswa selama covid-19 meliputi; konsep stres, konsep stres akademik, dan mengelola stres selama pandemic Covid-19 Semoga ini dapat digunakan sebagai salah satu rujukan.	Metode penelitian Literature Review	kami mengeksplorasi masalah psikologis dan kesehatan mental yang telah diperburuk oleh pandemi dan mengevaluasi faktor-faktor mendasar yang paling relevan bagi mahasiswa .
Dampak pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mahasiswa Laura Ihm Han Zhang Alexandra van Vijfeijken Mark G. Waugh	London	Angka kecemasan mahasiswa di Indonesia selama perkuliahan jarak jauh rata-rata sebesar 40%, sedangkan pada mahasiswa di luar Indonesia sebesar 57,2%.	mengeksplorasi masalah psikologis dan kesehatan mental yang telah diperburuk oleh pandemi dan mengevaluasi faktor-faktor mendasar yang paling relevan bagi siswa.	Metode penelitian Literature Review.	kami mengeksplorasi masalah psikologis dan kesehatan mental yang telah diperburuk oleh pandemi dan mengevaluasi faktor-faktor mendasar yang paling relevan bagi mahasiswa .
Kemampuan penyesuaian diri mahasiswa terhadap pembelajaran daring di tengah pandemi covid-19 qori Fanani, Janes Jainurakhma	Padang	Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kepanjen, stres terhadap akademik mahasiswa dimasa pandemi Covid-19 padang	Penelitian ini bertujuan untuk pembelajaran daring efektif bagi mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri pada kategori sedang, tinggi dan sangat tinggi.	Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif	Hasil penelitian ini mengindikasikan dengan adanya kemampuan penyesuaian diri yang bervariasi diantara mahasiswa, maka perlunya inovasi dan variasi terhadap pembelajaran daring kedepannya, supaya mahasiswa tidak cepat bosan, adaptable terhadap metode pembelajaran daring, sehingga

					materi yang diberikan dosen sebagai fasilitator
Coronavirus diseases (Covid-19) Yuliana	Lampung	Mahasiswa fakultas kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis virus corona dan patofisiologi virus corona ke manusia	Metode penelitian Literature Review	Hasil penelitian menunjukkan Coronavirus merupakan virus RNA strain tunggal positif, berkapsul dan tidak bersemen. Struktur coronavirus membentuk struktur seperti kubus dengan protein S berlokasi di permukaan virus.
Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah Nurkholis	Cirebon	Universitas Muhammadiyah Cirebon	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Wabah corona memiliki dampak psikologis	Metode penelitian Literature Review	Coronavirus adalah kumpulan virus yang bisa menginfeksi system pernafasan. Pada banyak kasus, virus ini hanya menyebabkan infeksi pernafasan ringan

1. Penelitian pertama yang dilakukan oleh Yelvi Levani dkk (2021) dalam pembahasannya mengatakan bahwa Kondisi ini berdampak terhadap semua aspek kehidupan termasuk sosial dan ekonomi. Ketidakpastian pada semua aspek kehidupan dapat menyebabkan stres. Kondisi stres ini dapat mempengaruhi kesehatan mental individu sehingga berpengaruh terhadap Terhadap aktivitas sehari-hari.
2. Kemudian pada jurnal ke dua berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Clinton J. S. Walean dkk dalam pembahasannya mengatakan bahwa Saat pandemi Covid-19 melanda, Pada dunia pendidikan, termasuk di dalamnya adalah sistem pembelajaran, terjadi perubahan cepat dan masif. Proses perkuliahan yang dulu banyak dilaksanakan secara luring (dengan tatap muka secara langsung dan didalm gedung) tiba-tiba harus dilaksanakan secara daring. Mahasiswa mulai cemas apakah dengan tatap muka secara daring mereka tetap bisa memahami materi dengan baik. Mereka juga cemas terkait dengan kualitas jaringan internet dan perangkat kerja (handphone, laptop, komputer) yang mereka gunakan.
3. Kemudian jurnal ke tiga berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laurentius Purbo Christianto dkk dalam pembahasannya mengatakan bahwa Ujian, tugas kuliah, kerja kelompok, dan nilai yang jelek adalah hal-hal terkait perkuliahan yang menimbulkan kecemasan mahasiswa. Pada situasi daring maupun luring hal-hal itu disebutkan mahasiswa sebagai hal yang membuat cemas. Hal ini dapat dipahami karena semuanya terkait dengan prestasi akademik mereka sebagai mahasiswa, yang mengaitkan kecemasan dengan prestasi akademik. Aktivitas perkuliahan terkait dengan masa depan mahasiswa, tetapi bukan sesuatu yang dengan mudah dikendalikan oleh mahasiswa yang bersangkutan.
4. Kemudian jurnal ke empat yang dilakukan oleh Rifa Fauziyyah dkk dalam pembahasannya mehatakan bahwa WHO telah menyatakan bahwa Covid-19 sebagai pandemi global, Untuk mencegah penyebarannya maka kegiatan akademis di Indonesia dialihkan metode pembelajaran jarak jauh. Perubahan ini mengakibatkan harus beradaptasi dengan metode baru dan salah satu faktor dari hal tersebut adalah munculnya masalah kesehatan mental seperti stres dan kecemasan mahasiswa
5. Kemudian pada jurnal ke lima berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Riazul Jannah dalam pembahasannya mengatakan bahwa pembelajaran daring yang diikuti oleh mahasiswa cukup memicu stres

pada mahasiswa. Stres yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh faktor eksternal seperti kurang efektif saat penyampaian materi, lingkungan rumah yang memungkinkan untuk melakukan pembelajaran daring seperti berisik dan lain-lain, Dalam kondisi darurat karena adanya virus seperti sekarang bentuk penugasan yang nilai efektif dalam pembelajaran jarak jauh (*Online*) konsekuensinya, pengenalan konsep mengenai suatu pejaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak bisa berjalan dengan baik, Akibatnya mahasiswa yang kebingungan menghadapi metode pembelajaran daring disertai dengan banyaknya tugas menyebabkan semakin tingginya tingkat terjadinya kecemasan terlebih lagi dimasa pandemi Covid-19.

6. Kemudian pada jurnal ke enam berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mufadhal Barseli Kondisi stress disebabkan adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. Stres akademik yang dialami mahasiswa merupakan hasil persepsi yang subyektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa. Masalah yang dihadapi mahasiswa ada masa pandemi Covid-19 ini selain tuntutan-tuntutan yang dibebankan dengan model belajar mengajar secara daring. Proses belajar menggunakan media online lebih melelahkan dan membosankan, karena mereka tidak dapat berinteraksi langsung baik dengan guru maupun teman lainnya.
7. Kemudian pada jurnal ke tujuh berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laura Ihm Han Zhang Kebanyakan Coronavirus menginfeksi hewan dan bersirkulasi di hewan. Coronavirus menyebabkan sejumlah besar penyakit pada hewan dan kemampuannya menyebabkan penyakit berat pada hewan seperti babi, sapi, kuda, kucing dan ayam. Coronavirus disebut dengan virus zoonotik yaitu virus yang ditransmisikan dari hewan ke manusia. Banyak hewan liar yang dapat membawa patogen dan bertindak sebagai vektor untuk penyakit menular tertentu. Kelelawar, tikus bambu, unta dan musang merupakan host yang biasa ditemukan untuk Coronavirus. Coronavirus pada kelelawar merupakan sumber utama untuk kejadian *severe acute respiratory syndrome* (SARS) dan *Middle East respiratory syndrome* (MERS).
8. Kemudian pada jurnal ke delapan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh qori Fanani Frustrasi merupakan suatu sebuah kondisi ketegangan yang tak menyenangkan, dipenuhi sebuah rasa dan kegiatan syaraf yang semakin meninggi yang disebabkan oleh rintangan dan masalah, Kompleksitas masalah selama pembelajaran daring dialami oleh mahasiswa dimana problematika terbesar pada penguasaan informatika dan teknologi. Problematika tersebut menjadi tantangan bagi mahasiswa untuk mampu menyesuaikan diri dan lebih mandiri dalam proses pembelajarannya. Hal ini dikarenakan yang terjadi dalam proses pembelajaran jarak jauh lebih mengarah pada penugasan dengan pembatasan waktu untuk menggantikan kehadiran mahasiswa.
9. Kemudian pada jurnal ke sembilan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliana Pada studi SARS-CoV protein S berikatan dengan respirator disel host yaitu enzim ACE (*Angiotensin converting enzyme*). ACE-2 dapat ditemukan pada mukosa oral dan nasal, nasofaring, paru, lambung, usus halus, usus besar, kulit, timus, sumsum tulang, limpa, hati, ginjal, otak, sel epitel alveolar paru, sel entrosit usus halus, sel endotel arteri vena, dan sel otak polos. Setelah berhasil masuk selanjutnya translasi replikasi gen dari RNA melalui translasi dan perakitan dan rilis virus
10. Kemudian pada jurnal ke sepuluh berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurkholis Dampak dari COVID-19 terhadap psikologis tidak hanya menyerang terhadap kesehatan fisik namun juga menyerang kesehatan psikologis. Keadaan ini membuat individu merasa terganggu kesehatan psikologisnya, penyakit itu sendiri merupakan suatu pemicu stres, yang menyebabkan stres yang berlebihan dan terus-menerus dan kemungkinan berujung pada gangguan jiwa, terutama yang bermanifestasi sebagai kecemasan dan depresi stres, kecemasan, yang sebagai permulaan virus corona. *Theory of somatic weakness* menyatakan bahwa psikosomatis dapat terjadi karena organ secara biologis sudah peka/lemah.

Pembahasan

Stres adalah reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis) apabila ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri. Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Riazul Jannah et.al(2021) dalam pembahasannya mengatakan bahwa pembelajaran daring yang diikuti oleh mahasiswa cukup memicu stres pada mahasiswa. Stres yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh faktor eksternal seperti kurang efektif saat penyampaian materi, lingkungan rumah yang memungkinkan untuk melakukan pembelajaran daring seperti berisik dan lain-lain, Dalam kondisi darurat karena adanya virus seperti sekarang bentuk penugasan yang nilai efektif dalam pembelajaran jarak jauh (*Online*) konsekuensinya, pengenalan konsep mengenai suatu pejaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak bisa berjalan dengan baik, Akibatnya mahasiswa yang kebingungan menghadapi metode pembelajaran daring disertai dengan banyaknya tugas menyebabkan semakin tingginya tingkat terjadinya kecemasan terlebih lagi dimasa pandemi Covid-19. Perasaan khawatir, perasaan tidak enak, tidak pasti atau merasa sangat takut sebagai

akibat dari suatu ancaman atau perasaan mengancam dimana sumber nyata dari kecemasan tersebut tidak diketahui.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Mufadhal Barseli et.al (2021) dalam pembahasannya mengatakan stres akademik adalah respon yang muncul akibat terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan mahasiswa. Kondisi stres disebabkan adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan. Stres akademik yang dialami oleh mahasiswa merupakan hasil persepsi yang subjektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan dengan sumber daya aktual yang dimiliki mahasiswa. Masalah yang dihadapi mahasiswa pada masa pandemi Covid-19 ini selain tuntutan-tuntutan yang dibebankan dengan metode pembelajaran daring . proses belajar menggunakan media online lebih melelahkan dan membosankan, karena mereka tidak dapat berinteraksi langsung dengan baik. Dengan demikian mengakibatkan mahasiswa mengalami stres.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Rifa Fauziyyah dkk (2021) beberapa permasalahan yang muncul berkaitan dengan sistem pembelajaran daring berupa kesiapan mahasiswa, penguasaan teknologi, waktu yang singkat , tugas yang banyak, kondisi sinyal yang tidak memungkinkan, dan jumlah kuota yang kurang. Kebijakan penutupan sementara lembaga pendidikan dengan berbagai fasilitas pendukungnya, dalam jangka pendek dan jangka menengah membuat banyak mahasiswa terkena dampaknya, khususnya mahasiswa yang tinggal dipelosok daerah dengan keterbatasan infrastruktur dan daya dukung lainnya yang semakin merasakan kesengangan digital. Hal ini merupakan salah satu penyebab meningkatnya stres. Dampak dari perubahan-perubahan yang dialami oleh mahasiswa selama Covid-19 berisiko mengakibatkan munculnya kesehatan mental. Masalah kesehatan mental yang meningkat akibat pandemi ini adalah stres dan kecemasan. Pandemi ini mengakibatkan stres dan kecemasan yang berkaitan dengan proses perkulilahan dan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Yelvi Levani et.al (2020) Stres adalah ketidakmampuan suatu individu menghadapi ancaman baik secara mental, fisik, emosional dan spritual, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kondisi kesehatan fisik manusia tersebut. Stres juga didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap situasi atau kondisi yang ada disekitaran lingkungan dan sudah menjadi bagian dari kehidupan dan tidak dapat dihindari dan selalu muncul hampir dalam kehidupan sehari-hari. Stres merupakan semua hal yang dapat mengancam mekanisme tubuh manusia untuk mempertahankan kondisi konstan agar tubuhnya dapat berfungsi dengan normal dan keseimbangan didalam kehidupan seseorang. Meskipun respon stres merupakan respon yang mudah menyesuaikan,tetapi respon stres dalam jangka lama dapat menyebabkan kerusakan jaringan sehingga mengarah kesuatu penyakit. Misalnya stres yang berlebihan dapat menyebabkan sakit kepala terus-menerus,Stres psikologi dan faktor sosial diduga dapat berpengaruh terhadap penyakit melalui dua mekanisme yaitu stres psikososial dan perilaku kesehatan. Proses psikososial termasuk faktor yang mempengaruhi interperasi diri dan menggapai peristiwa kehidupan stres, seperti faktor kesehatan mental dan suasana hati, karakteristik ,kepribadian , dan sumber daya seperti hubungan sosial. Perilaku kesehatan seperti olahraga, nutrisi dan merokok berfungsi secara tidak langsung jalur dimana psikososial dapat mempengaruhi kesehatan, karena mereka mungkin sangat dipengaruhi oleh faktor” seperti mood.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Hairani Lubis Stres akademik yang dialami mahasiswa selama pembelajaran daring tentu dapat memberikan dampak negatif terhadap prestasi akademiknya. Mahasiswa tersebut akan mengalami kesulitan berkonsentrasi , sulit mengingat materi, sulit memahami materi, sering menunda-nunda penyelesaian tugas , dan berpikir negatif pada diri dan lingkungannya. Stres dapat terjadi karena banyaknya feedback yang diberikan dosen. Tuntutan untuk dapat menguasai materi dan keterampilan dalam waktu singkat membuat mahasiswa semakin tertekan, sehingga memunculkan kondisi stres.

Dari hasil penelitian, teori dan peneliti terkait, maka peneliti berasumsi bahwa mahasiswa mengalami banyak faktor yang menjadi tekanan akademik selama melaksanakan kuliah daring dimasa pandemi Covid-19. Stres muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa sehingga menimbulkan stres.

Kecemasan merupakan suatu keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti oleh berbagai gejala fisik.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Christianto, L,P et.al (2021) mengatakan kecemasan merupakan salah satu sistem peringatan dini yang manusia miliki guna untuk mempersiapkan diri akan adanya bahaya dan ancaman yang datang. Respon bisa berupa lawan (*fight*), lari (*flight*), atau diam (*freeze*). Kecemasan yang menjadi luar biasa , tidak dapat dikendalikan , dan muncul secara tiba-tiba akan menimbulkan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Gangguan kecemasan ini adalah salah satu gangguan mental yang akan berdampak besar pada kehidupan penderitanya. Penderita gangguan ini menyatakan bahwa kecemasan mereka tidak didasarkan pada sesuatu yang nyata, tetapi mereka merasa terjebak oleh pikiran dan perasaan mereka. Ketidakpastian ini akan berdampak pada kecemasan mahasiswa. Kecemasan terkait prestasi akademik mahasiswa. Saat prestasi akademik mahasiswa menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan perguruan tinggi,

kecemasan mahasiswa menjadi hal yang perlu diperhatikan. Penting untuk melihat kecemasan mahasiswa selama pandemi Covid-19.

Menurut peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Walean et.al (2021) mengatakan kecemasan merupakan suatu keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan tidak tenang diikuti oleh berbagai gejala fisik. *American psychological association*. Mengatakan gejala fisik tersebut berupa berkeringat, gemetar, pusing atau detakan jantung yang cepat. Pada dasarnya kecemasan merupakan hal alamiah yang dapat dirasakan setiap orang. *Collage Health Associotion* menemukan bahwa 25.9% dan 31.9% mahasiswa mengalami kecemasan. *Coronavirus* yang bassru muncul menyebabkan kegemparan pada seluruh negara termasuk indonesia saat ini. Dampak dari penyebaran virus ini berdampak pada kesehatan mental manusia. Saat pandemi Covid-19 melanda, Mahasiswa menemui dan melihat ketidakpastian terjadi dibanyak aspek kehidupan, Perubahan terjadi begitu cepat situasi yang kompleks dan tidak menentu. Kehidupan sehari-hari yang tidak pasti dan tidak bisa dikendalikan semacam ini menimbulkan pada diri mahasiswa. Kecemasan muncul bukan untuk membuat individu terpuruk secara psikologi, situasi yang sama terjadi pada mahasiswa.

Mahasiswa yang menghadapi pembelajaran daring disertai dengan banyaknya tugas menyebabkan semakin meluas terjadinya kecemasan terlebih dimasa pandemi dengan metode pembelajaran daring yang dapat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena kecemasan yang cenderung menghasilkan kebingungan dan kekeliruan. Hal tersebut dapat menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain-lain. Dan mahasiswa menunjukkan mengalami ansietas dari yang ringan sampai ansietas berat, cemas yang berkepanjangan dan terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Masalah-masalah yang dialami mahasiswa, jika tidak segera ditangani dapat menimbulkan psikologis yang lebih serius seperti depresi. Depresi dapat menyebabkan manifestasi psikomotor berupa keadaan gairah, semangat, aktivitas serta produktivitas kerja yang menurun, konsentrasi dan daya pikir melambat, Manifestasi psikomotor tersebut bisa membawa pengaruh pada prestasi belajar mahasiswa. (Komang and Yanti 2021).

Kecemasan merupakan perasaan takut bersifat lama pada sesuatu yang tidak jelas dan berhubungan dengan perasaan tidak menentu kecemasan takut akan kelemahan. Kecemasan merupakan perasaan yang kita alami ketika berfikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan yang akan terjadi. Menurut Lefrancois (1980) menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi yang tidak menyenangkan, yang dapat ditandai dengan ketakutan. Kecemasan dapat terjadi karena tidak adanya ketidakpuasaan perasaan tidak aman. (Manurung et al., 2020).

Stres sering dihubungkan dengan penurunan kondisi tubuh dan kemunculan suatu penyakit atau gangguan dalam tubuh termasuk dalam rongga mulut. Berbagai manifestasi stres psikologis dalam rongga mulut diantaranya seperti gangguan sendi temporomandibular (sendi rahang), *stomatitis aftosa rekuren* (SAR) suatu luka kecil dangkal dimulut (sariawan), *oral lichen planus* (OLP) peradangan kronis yang mempengaruhi kulit dibagian dalam mulut, *burning mouth syndrome* (BMS) peradangan mulut dengan sensasi rasa terbakar, *myofacial pain dysfunction syndrome* (MPDS) gangguan nyeri otot kronis. (Nuraeny 2015).

Stres dan kecemasan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari manusia dan merupakan gejala yang normal pada manusia. bagi orang penyesuaiannya baik, maka stres dan kecemasan merupakan bagian terbesar dalam hidupnya. Apabila penyesuaian yang dilakukan tidak tepat, akan menimbulkan dampak penyesuaian diri terhadap kesehatan jasmani dan psikis. Kelelahan fisik yang berkelanjutan, frustasi, kecemasan berlebihan, stres, kecurigaan akan lingkungan sekitar (paranoi), kecenderungan untuk menarik diri dan depresi adalah beberapa akibat yang sering dikeluhkan oleh mahasiswa yang tidak mampu untuk beradaptasi. (Artifasari, 2020).

Kementerian dalam negeri (2020) memberikan beberapa hal yang wajib dilakukan dalam usaha pencegahan covid-19. Usaha yang dapat dilakukan oleh seluruh masyarakat pencegahan dalam usaha wabah covid-19. Usaha yang dapat dilakukan yaitu melakukan kebersihan tangan dengan cara cuci tangan dengan sabun dan air mengalir ataupun menggunakan handsanitizer yang mengandung alkohol, menghindari menyentuh mata, hidung dan mulut, terpakai etika batuk dan bersin, memakai masker dan melakukan social distancing dengan menjaga jarak saat berkumpul. (Simatupang & Wulandari, 2020).

Kebijakan pemerintah untuk memutus mata rantai penyebaran dan mencegah terjadinya penularan covid-19 menganjurkan pemberlakuan proses belajar menggunakan metode daring. Perubahan metode pembelajaran yang dilakukan melalui pembelajaran tatap muka menjadi daring yang dilakukan secara tiba-tiba berdampak pada kesehatan mahasiswa, baik secara fisik maupun mental. Dampak kesehatan yang terjadi karena adanya perubahan metode pembelajaran langsung menjadi daring adalah masalah fisik seperti kelelahan, nafsu makan menurun, masalah pencernaan, demam, insomnia, sakit kepala dan denyut jantung meningkat. Dampak Secara mental adalah stres. Kondisi ketika seseorang merasa begitu tertekan yang mungkin terjadi akibat beban kerja berat atau berlebihan. (Pustikasari and Fitriyanti 2021)

Meski pemerintah sudah memberlakukan physical distancing, masih banyak masyarakat yang melanggar. Mahasiswa yang proses belajar mengajar dilakukan dirumah memanfaatkan waktu itu untuk berlibur. remaja dan orang muda harus meningkatkan kesiapsiagaan terhadap penyakit ini. Golongan usia ini sangat familiar dengan teknologi sehingga dapat mengakses pengetahuan tentang covid-19. Namun demikian remaja tidak terlepas dari rasa frustasi oleh situasi social distancing ini. (Natalia et al., 2020).

Dari hasil penelitian, teori dan peneliti terkait, maka peneliti berasumsi bahwa kecemasan mahasiswa terjadi akibat prestasi akademik mahasiswa menurun, karena prestasi akademik mahasiswa menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan perguruan tinggi, sehingga mahasiswa mengalami kecemasan.

Kesimpulan

Dari kesepuluh artikel yang review didapatkan dua faktor yang mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring di masa pandemi yaitu faktor stress dan faktor kecemasan. Dari kedua faktor tersebut yang dianggap paling mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 yaitu faktor stress. Hal tersebut dikarenakan pada saat pembelajaran daring banyak hambatan yang terjadi seperti masalah jaringan, waktu yang terbatas, tidak efektifnya pembelajaran sehingga mahasiswa kurang memahami pembelajaran sehingga memicu stres terhadap mahasiswa

Saran

1. Bagi insitisi pendidikan

Diharapkan bagi intitusi pendidikan dapat menambah bahan bacaan terkait “faktor yang mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring di masa pandemi covid-19”

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan kepada seluruh masyarakat agar lebih menggali lagi informasi terkait faktor yang mempengaruhi psikologi mahasiswa terhadap pembelajaran daring di masa pandemi covid-19

3. Bagi kepentingan metodologi

Peneliti berharap penelitian selanjutnya dengan kualitas lebih baik yang akan sangat membantu. Jika ditemukan yang terbaru dengan kualitas penelitian yang lebih baik maka tinjauan literature dapatdi upgrade sebagai pedoman untuk memperbaiki kondisi di masa pandemi covid-19.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik berkat bantuan berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu memberikan saran, memberikan arahan, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik

Referensi

- Alkhamees, A. A., Alrashed, S. A., & Alzunaydi, A. A. (2020). Dampak psikologis pandemi COVID-19 pada populasi umum Arab Saudi. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152192>
- Artifasari, A. (2020). Hubungan Stresor Psikososial Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Akademi Keperawatan Batari Toja Watampone Yang Akan Menghadapi Ujian Angkatan 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 69–73. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.332>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 5(2), 95–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>
- Christianto, L. P., Kristiani, R., Franztius, D. N., Santoso, S. D., Winsen, & Ardani, A. (2021). Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 3(1), 67–82. <https://doi.org/10.33541/jsvol2iss1pp1>
- Dandan, Yang, D., Li, Y., Zhou, J., Wang, W., Wang, Q., Lin, N., Cao, A., & Wang, H. (2020). Dampak psikologis wabah novel Coronavirus 2019 (2019-nCoV) pada petugas kesehatan di China. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S0950268820001090>
- Fanani, Q., & Jainurakhma, J. (2020). Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal KomtekInfo*, 7(4), 285–292. <http://lppm.upiyptk.ac.id/ojsupi/index.php/KOMTEKINFO/article/view/1596/380>
- Fauziyyah, R., & Awinda, R. C. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. 1, 113–123.

- Ihm, L., Zhang, H., van Vijfeijken, A., & Waugh, M. G. (2021). Impacts of the Covid-19 pandemic on the health of university students. *International Journal of Health Planning and Management*, 1–10. <https://doi.org/10.1002/hpm.3145>
- Jannah, R. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146.
- Lam, N., Muravez, S. N., & Boyce, R. W. (2015). A comparison of the Indian Health Service counseling technique with traditional, lecture-style counseling. In *Journal of the American Pharmacists Association* (Vol. 55, Issue 5). <https://doi.org/10.1331/JAPhA.2015.14093>
- Levani, Y. (2021). Stress dan Kesehatan Mental di Masa Pandemi COVID-19. 134–144.
- Manurung, E., Siagian, N., Indonesia, U. A., Kolonel, J., No, M., & Barat, K. B. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kecemasan Siswa Terhadap Pandemi Covid-19. *Nursing Inside Community*, 3, 8–14.
- Natalia, R. N., Malinti, E., & Elon, Y. (2020). Tingkat Pengetahuan Dan Kesiapsiagaan Remaja Dalam Menghadapi Wabah Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 2302–2531. <http://180.178.93.169/index.php/jikd/article/view/203>
- Nuraeny, N. (2015). Manifestasi Klinis Stres Psikologis dalam Rongga Mulut (Tinjauan Pustaka). Conference Paper, 2013(May 2015).
- Nurkholis. (2020). Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah. *Pgsd*, 6(1), 39–49. <https://e-journal.umc.ac.id/index.php/JPS>
- Simatupang, R. D. T., & Wulandari, S. M. I. (2020). Motivasi Mahasiswa Perawat Universitas Advent Bandung dalam Menghadapi Pembelajaran Daring pada Masa. *Nursing Inside Community*, 3(1), 1–7. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/370/393>
- Teguh, Sari, D. A., Junait, J., & Laely, A. J. (2020). Kondisi Psikologis Perawat yang Memberikan Asuhan Keperawatan Pada Pasien COVID-19. *Medica Hospitalia : Journal of Clinical Medicine*, 7(1A), 253–260. <https://doi.org/10.36408/mhjcm.v7i1a.461>
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolongan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi. *Jurnal Biomedik*, 13(28), 132–143. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/view/31765/31240>
- Yuliana. (2020). Yuliana. Parque de Los Afectos. *Jóvenes Que Cuentan*, 2(February), 124–137. <https://doi.org/10.2307/j.ctvzxxb18.12>