

Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Tingkat Stres Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19

Rima Mafridha Tikma^{1*}, Sitti Nurbaya², Faisal Asdar³

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

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

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

*e-mail: penulis-korespondensi: rimatikma29@gmail.com /081356308447

(Received: 18.8.2021; Reviewed: 11.07.2022; Accepted: 31.08.2022)

Abstract

Stress is a disorder of the body's response caused by changes and demands of an individual's life so that he feels discomfort. Student stress that is often experienced is academic stress. The existence of distance learning causes students to become stressed. This study aims to determine the relationship of distance learning (Online) to students' stress levels during the Covid-19 pandemic at YPS Soroako High School. This study uses a quantitative method design. Sampling using technique (Probability sampling) with a total sample of 62 respondents. Data was collected using the DASS questionnaire for stress levels and a distance learning statement questionnaire. Data analysis used SPSS 25 with chi-square test ($p < 0.05$). Bivariate analysis showed that those who assessed distance learning to be effective and had mild stress levels were 33 people (25.7%), moderate stress levels were 6 people (10.8%), severe stress levels were 3 people (5.4%). , while those who judged distance learning to be ineffective and had mild stress levels were 5 people (12.3%), moderate stress levels were 10 people (5.2%), severe stress levels were 5 people (2.6%) . Chi-square test results obtained $p = 0.000$. The conclusion in this study is that there is a relationship between distance learning (Online) and the stress level of students during the Covid-19 pandemic at YPS Soroako High School.

Keywords: Covid-19; Distance Learning; Stress Level

Abstrak

Stres adalah gangguan respon tubuh yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan individu sehingga merasakan ketidaknyamanan. Stres siswa yang sering dialami adalah stres akademik. Adanya pembelajaran jarak jauh mengakibatkan siswa menjadi stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pembelajaran jarak jauh (Daring) terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemic Covid-19 di SMA YPS Soroako. Penelitian ini menggunakan desain metode kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan teknik (*Probability sampling*) dengan jumlah sampel sebanyak 62 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner DASS untuk tingkat stres dan kuesioner pernyataan pembelajaran jarak jauh. Analisis data menggunakan SPSS 25 dengan uji *chi-square* ($p < 0,05$). Analisis bivariat menunjukkan bahwa yang menilai pembelajaran jarak jauh efektif dan memiliki tingkat stres ringan sebanyak 33 orang (25,7%), tingkat stres sedang sebanyak 6 orang (10,8%), tingkat stres berat sebanyak 3 orang (5,4%), sedangkan yang menilai pembelajaran jarak jauh tidak efektif dan memiliki tingkat stres ringan sebanyak 5 orang (12,3%), tingkat stress sedang sebanyak 10 orang (5,2%), tingkat stress yang berat sebanyak 5 orang (2,6%). Hasil uji *Chi-square* didapatkan $p = 0,000$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan pembelajaran jarak jauh (Daring) terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemic Covid-19 di SMA YPS Soroako.

Kata Kunci: Covid-19; Pembelajaran Jarak Jauh; Tingkat Stres

Pendahuluan

Pada awal tahun 2020, dunia dikejutkan dengan satu wabah penyakit yang disebut virus korona (Covid-19) yang penyebaran infeksinya berangsur sangat cepat setiap harinya dan hampir menyebar ke seluruh belahan dunia. Bahkan sejak Januari 2020 WHO telah menyatakan bahwa dunia sudah masuk ke dalam darurat global terkait virus ini. Istilah Covid-19 (Coronavirus diseases 2019) adalah nama yang diberikan WHO terhadap penyakit ini. Infeksi pertama terjadi di Cina dan menyebar sangat cepat dan luas hingga mengakibatkan pandemi global yang berlangsung sampai saat ini. Diketahui bahwa virus ini awalnya berasal dari kelelawar yang akhirnya tertular ke manusia dan antar manusia (Natalia, Malinti, and Elon, 2020).

Pembelajaran daring mengakibatkan pergeseran peran antara guru dan orang tua selama pembelajaran daring. Penyampaian materi secara daring tidak bisa dipahami oleh semua peserta didik. Pada proses pembelajaran daring peserta didik mempunyai kemungkinan jenuh saat belajar yang diakibatkan tidak mudah untuk mengutarakan pendapat secara langsung. Untuk mencegah hal ini perlu adanya motivasi untuk meningkatkan semangat belajar siswa didik (Daniel Rony Toni Simatupang, 2020). Selain itu, guru mengalami kesulitan dalam mengontrol suasana belajar, hal ini disebabkan keterbatasan dalam ruang virtual. Keterbatasan penguasaan teknologi informasi dialami oleh guru dan peserta didik, hal ini dapat dilihat dari guru-guru yang tidak mampu menggunakan berbagai media pembelajaran daring. Selain itu, perangkat teknologi yang mahal juga menjadi permasalahan dalam pelaksanaan pembelajaran daring (Adi, Oka, and Wati, 2021) Menurut WHO, stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stresor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan). Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh yang tidak terkontrol tuntutan fisik, lingkungan dan situasi sosial. Penekanan dapat menyebabkan penyakit jika tidak ditangani dengan baik. Jika stres terlalu berat, hal itu bisa menimbulkan masalah ingatan, konsentrasi, dan kemampuan akademis bahkan sampai perilaku negatif, seperti merokok, alkohol, seks bebas dan bahkan penyalagunaan narkoba (Priyoto, 2014).

Stres adalah gangguan respon tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan individu sehingga merasakan ketidaknyamanan dengan keadaan tersebut. Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita Doli Tine Donsu, 2019). Stres siswa yang sering dialami adalah stres akademik. Stres adalah suatu respon umum non spesifik terhadap tuntutan fisik ataupun emosional, baik dari dalam lingkungan maupun luar lingkungan (Nani & Makassar, 2019). Stres akademik merupakan keadaan dimana siswa sulit menghadapi tuntutan akademik. Stres dapat terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, rasa atau latar belakang (Barseli, Ifdil, and Nikmarijal, 2017). World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan stres merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia. Menurut Periode prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional di Indonesia pada tahun 2013 sampai tahun 2018 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2013 sebesar 6% dengan jumlah 37.728 penduduk dan pada tahun 2018 sebesar 9,8% dengan jumlah 706.688 penduduk yang mengalami gangguan mental emosional (Badan Penelitian dan PKKK RI Tahun 2013, 2013) (Tim Riskesdas 2018, 2018a). Provinsi Sulawesi Selatan, di tahun 2013 terdapat 9,3% penduduk yang mengalami stres atau gangguan mental dan di tahun 2018 terdapat 12,83% penduduk berusia ≥ 15 tahun dengan jumlah 34.540 penduduk yang mengalami stres atau gangguan mental. Pada Kabupaten Luwu Timur terdapat 13,30% penduduk berusia ≥ 15 tahun yang mengalami stres atau gangguan mental (Tim Riskesdas 2018, 2018b) (Badan Penelitian dan PKKK RI Tahun 2013, 2013).

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan supaya setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19). Banyak siswa yang tidak dapat mengakses pembelajaran jarak jauh sementara banyak guru yang bersikeras mengejar ketercapaian kurikulum meskipun edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan berbunyi bahwa guru tidak harus mengejar ketercapaian kurikulum. Hal tersebut dapat menjadi penyebab siswa akan mengalami tekanan psikologis karena tuntutan dalam proses pembelajaran yang menyebabkan siswa stres. Ini juga berdampak bagi siswa SMA YPS Soroako yang merupakan lokasi penelitian. Berdasarkan hasil data survey pembelajaran jarak jauh dari SMA YPS Soroako di tahun 2020 didapatkan kendala yang dialami siswa SMA YPS Soroako dalam proses pembelajaran jarak jauh sehingga siswa menjadi stres diantaranya, jaringan internet lemah 50,2%, banyaknya tugas dari guru 48,5%, pulsa/paket internet terbatas 27,2%, tenggat waktu pendek 19,4%, kerumitan tugas 14,3%, perangkat teknologi tidak mendukung aplikasi 5,3%. Kemudian data jumlah siswa yang diperoleh di SMA YPS Soroako memiliki jumlah siswa kelas XI sebanyak 162 orang, diperkirakan proses pembelajaran secara tatap muka akan dilakukan sampai pandemic berakhir atau menunggu instruksi dari Menteri Pendidikan Republik Indonesia.

Metode

Lokasi, Populasi, Sampel

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 26 juni-1 juli 2021 di sekolah SMA YPS Soroako. Populasi merupakan keseluruhan jumlah subjek yang ingin di teliti yang telah memenuhi sarat penelitian, populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa XI di SMA YPS Soroako yang berjumlah 162 orang. Sampel merupakan syarat yang menentukan subjek penelitian mewakili populasi yang memenuhi syarat sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA YPS Soroako yang sedang mengikuti pembelajaran system daring ditengah pandemik dimana memberikan kesempatan atau peluang yang sama kepada setiap individu dalam populasi tersebut untuk menjadi sampel penelitian. Besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin, sehingga di dapatkan jumlah sampel yaitu 62 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan “*Probability Sampling*” *proportional stratified random sampling*.

1. Kriteria Inklusi

- a. Kriteria yang harus dimiliki oleh individu dalam populasi untuk dapat dijadikan sampel dalam penelitian.
- b. Siswa dengan status aktif.
- c. Siswa kelas XI SMA YPS Soroako yang menjalankan Pembelajaran Jarak Jauh (Daring).
- d. Bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria yang tidak boleh ada atau tidak boleh dimiliki oleh sampel yang akan digunakan untuk penelitian yaitu siswa yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer pada penelitian ini menggunakan metode kuesioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban kepada responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang digunakan untuk mendukung data primer untuk melengkapi data yang diperlukan (Dharma, 2017)

Pengolahan Data

1. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian folmulir atau kuesioner apakah jawaban yang ada di kuesioner sudah lengkap, jelas, relevan dan konsisten

2. *Coding*

Coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan

3. *Prosesing*

Setelah semua isian kuesioner terisi penuh dan benar dan juga sudah melewati pengkodean maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar dapat dianalisis

4. *Cleaning*

Cleaning merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dientry apakah ada kesalahan atau tidak (Dharma, 2017)

Analisa Data

1. Analisis Univariat

Pada analisa univariat data yang diperoleh dari hasil pengolahan data dari setiap variabel disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi ataupun grafik data

2. Analisis Bivariat

Pertimbangan sifat-sifat variabel dalam hubungan satu sama lain, menggunakan software SPSS 16,0 dalam proses pengolahan data. Stastical Package for the Social Sciences adalah aplikasi yang digunakan untuk melakukan analisis statistik, dengan uji chi-square untuk melihat hubungan antar kedua variabel (Dharma, 2017).

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Siswa Kelas XI di SMA YPS Soroako (n=62)

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	27	43,50
Perempuan	35	56,50
Kelas		
XI IPA 1	13	21,00
XI IPA 2	3	4,80
XI IPS 1	18	29,00
XI IPS 2	19	30,60
XI IPS 3	9	14,50

Pada tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden dari hasil tabel tersebut di peroleh bahwa siswa kelas XI di SMA YPS Soroako yang menjadi sampel berjenis kelamin Laki-Laki sebanyak 27 siswa (43,5%) dan perempuan sebanyak 35 siswa (56,5%), dimana terdapat 5 kelas diantaranya kelas XI IPA 1 berjumlah 13 siswa (21,0%), kelas XI IPA 2 berjumlah 3 siswa (4,8%), kelas XI IPS 1 berjumlah 18 siswa (29,0%), kelas XI IPS 2 berjumlah 19 siswa (30,6%), dan kelas XI IPS 3 berjumlah 9 siswa (14,5%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh (Daring) Terhadap Tingkat Stres Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA YPS Soroako

Pembelajaran Jarak Jauh	Tingkat Stres						Total		P value
	Ringan		Sedang		Berat		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Efektif	33	25,7	6	10,8	3	5,4	42	42,0	0,00
Tidak Efektif	5	12,3	10	5,2	5	2,6	20	20,0	
Total	38,0	38,0	16	16,0	8,0	8,0	62	62,0	

Berdasarkan tabel 2 di atas mengenai hubungan pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemi Covid-19 di SMA YPS Soroako, menunjukkan bahwa responden yang menilai bahwa pembelajaran jarak jauh efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan sebanyak 33 orang (25,7%), tingkat stress yang sedang sebanyak 6 orang (10,8%), tingkat stress yang berat sebanyak 3 orang (5,4%), sedangkan yang menilai bahwa pembelajaran jarak jauh tidak efektif dan memiliki tingkat stress yang ringan sebanyak 5 orang (12,3%), tingkat stress yang sedang sebanyak 10 orang (5,2%), tingkat stress yang berat sebanyak 5 orang (2,6%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengumpulan dan pengolahan data yang telah dilakukan pada siswa kelas XI di SMA YPS Soroako didapatkan 62 sampel. Untuk mengetahui hubungan pembelajaran jarak jauh (daring) terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemi Covid-19 di SMA YPS Soroako dilihat dari total nilai pernyataan dari jawaban kuesioner. Berdasarkan karakteristik responden dari belajar jarak jauh siswa kelas XI di SMA YPS Soroako didapatkan bahwa responden yang efektifitas dalam belajar jarak jauh lebih banyak dengan presentase 67,7% dibandingkan dengan yang tidak efektif dalam belajar jarak jauh yaitu 32,3%, artinya rata-rata siswa kelas XI di SMA YPS Soroako efektif dalam belajar jarak jauh. Berdasarkan karakteristik responden menurut tingkat stres pada siswa kelas XI di SMA YPS Soroako didapatkan bahwa responden yang memiliki tingkat stres yang ringan sebanyak 61,3% dibandingkan dengan responden yang tingkat stres yang berat dengan presentase 12,9%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI di SMA YPS Soroako memiliki tingkat stres yang ringan.

Setelah dilakukan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres dinyatakan bermakna, dimana efektifitas dalam belajar jarak jauh berhubungan terhadap tingkat stres. Hal ini didukung dengan didapatkannya nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa hipotesis

alternatif (Ha) diterima, yaitu adanya hubungan pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemi Covid-19 di SMA YPS Soroako. Sebagian besar tingkat stres pembelajaran jarak jauh pada siswa menjadi tidak efektif dapat terjadi karena sulitnya pembelajaran matematika secara daring, tidak memudahkan siswa dalam berinteraksi ketika proses pembelajaran, siswa kurang paham dalam mengikuti pembelajaran yang diberikan, serta banyaknya tugas dengan deadline yang sebentar dan berdekatan.

Hasil ini sejalan dengan sebuah penelitian yang dilakukan Syarifatur Rofiah (2020) terkait Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen. Jenis penelitian ini observasional analitik, penelitian ini mencari adakah hubungan antar variabel terhadap data yang dikumpulkan. Hipotesis penelitian sangat diperlukan pada penelitian observasional analitik. Desain yang digunakan dalam penelitian adalah cross sectional, sampel yang digunakan siswa SMA Negeri 1 Kepanjen dengan jumlah sebanyak 285 siswa. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dalam bentuk google form. Tujuan penelitian ini ingin mengetahui bagaimana pengaruh pembelajaran online terhadap stres akademik siswa selama masa pandemi covid-19. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hambatan siswa dalam melaksanakan aktivitas belajar yang menyebabkan timbulnya stres akademik. Dari skripsi ini dijelaskan bahwa dari jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki dengan jumlah persentase perempuan sebesar (97,69%) dan laki-laki dengan jumlah (95,59%). Kegiatan pembelajaran secara online dikatakan tidak efektif dengan presentase 80,70% hal dikarenakan siswa kesulitan dalam mendapatkan sinyal, sulitnya memahami materi yang diberikan oleh guru, banyaknya tugas yang diberikan, jadwal belajar yang tidak terjadwal dengan baik (Rofiah, 2021).

Hal serupa juga didapatkan pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ade Chita Putri Harahap (2020) terkait Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. Jenis penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif, dengan subjek penelitian mahasiswa BKI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UINSU Medan sebanyak 300 mahasiswa yang pengambilan sampelnya menggunakan random sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner skala stres akademik dengan menggunakan skala Likert. Penelitian ini menggunakan format deskriptif survei yang memungkinkan peneliti untuk melakukan generalisasi suatu variabel tertentu pada populasi yang besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa Covid-19. Dari skripsi ini di dapatkan bahwa nilai rata-rata variabel stres akademik diperoleh nilai sebesar 74,83 dan memiliki deviasi standar sebesar 14,831, dapat diketahui bahwa dari 300 mahasiswa yang dijadikan sampel penelitian, terdapat sebanyak 39 mahasiswa (13%) yang memiliki tingkat stres akademik tinggi, sebanyak 225 mahasiswa (75%) memiliki tingkat stres akademik sedang, dan sebanyak 36 mahasiswa (12%) memiliki tingkat stres akademik rendah (Ade Chita Putri Harahap, 2020).

Hasil serupa juga didapatkan pada sebuah penelitian yang dilakukan Fadhil Ammar Adrian terkait Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid-19 dengan Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian dilakukan secara online dengan cara pengisian kuesioner melalui google form dengan jumlah sampel sebanyak 57 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan belajar online dengan tingkat stres mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. Dari skripsi yang didapatkan bahwa dari 57 responden sebanyak 32 (56,1%) tingkat stres ringan yang diantaranya sebanyak 2 mahasiswa (80%) memiliki belajar online yang kurang baik dan sebanyak 30 mahasiswa (93,8%) memiliki belajar online yang baik, kemudian sebanyak 16 (28,1%) tingkat stres sedang diantaranya sebanyak 14 mahasiswa (56%) memiliki belajar online yang kurang baik dan sebanyak 16 mahasiswa (28,1%) memiliki belajar online yang baik, dan 9 (15,8%) tingkat stres berat diantaranya sebanyak 9 (36%) mahasiswa memiliki belajar online kurang baik (Adrian, Putri, and Suri, 2021).

Stres adalah stimulus atau situasi yang menimbulkan distress dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang. Stres membutuhkan coping dan adaptasi. Sindrom adaptasi umum atau teori Selye, menggambarkan stres sebagai kerusakan yang terjadi pada tubuh tanpa mempedulikan apakah penyebab stres tersebut positif atau negatif. Respons tubuh dapat diprediksi tanpa memerhatikan stresor atau penyebab tertentu (Ali and Muzakkir, 2020). Tingkat stres sebagai keadaan atau kondisi yang tercipta bila transaksi seseorang yang mengalami stres dan hal yang dianggap mendatangkan stres membuat orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang ada padanya (Iyus Yosep, 2016). Pembelajaran jarak jauh dapat di artikan sebagai pembelajaran online dengan melakukan pembelajaran melalui perangkat yang di akses menggunakan internet, sehingga siswa dapat belajar dimana saja. Oleh karena itu, pembelajaran jarak jauh merupakan situasi pendidikan yang membutuhkan komunikasi antar guru dan siswa melalui berbagai media pendidikan audio-visual modern (Zohra Lassoued, 2020).

Pembelajaran jarak jauh memiliki kelebihan tersendiri seperti misalnya akses pendidikan untuk tingkat perguruan tinggi akan menjangkau lebih luas baik umum maupun bisnis karena struktur penjadwalan yang tentunya lebih fleksibel sehingga mengurangi kendala waktu dan tempat. Namun tidak sebaliknya untuk pendidikan tingkat dasar atau bahkan lembaga pendidikan yang berada di daerah

pedalaman. Seringnya muncul hambatan berupa pembelajaran yang tidak efektif seperti gangguan rumah tangga dan teknologi yang bahkan tidak dapat diandalkan (tidak ada jaringan internet), interaksi yang tidak memadai antara pendidik dan peserta didik (Suryatniani, 2020).

Perkembangan teknologi pada zaman sekarang ini khususnya pada teknologi jaringan Internet, saat ini secara tidak langsung telah mengubah pandangan masyarakat dalam mendapatkan informasi dan komunikasi. Teknologi Internet mempermudah proses belajar mengajar pada mahasiswa. Mengikuti himbauan untuk stay at home, Universitas Advent Indonesia menerapkan sistem belajar jarak jauh, menggunakan aplikasi zoom, google classroom, mengakses materi dan mengumpulkan tugas perkuliahan melalui moodle.unai.edu. Pada proses pembelajaran daring peserta didik mempunyai kemungkinan jenuh saat belajar yang diakibatkan tidak mudah untuk mengutarakan pendapat secara langsung. Untuk mencegah hal ini perlu adanya motivasi untuk meningkatkan semangat belajar siswa didik. Proses belajar daring membuat mahasiswa dapat belajar dimanapun, mahasiswa berinteraksi menggunakan aplikasi yang telah ditentukan oleh pihak kampus. Belajar secara daring mempunyai metode yang lebih bervariasi. Kegiatan belajar mengajar secara daring menuntut mahasiswa mampu untuk belajar secara mandiri baik dalam mengakses materi ataupun dalam mengerjakan tugas perkuliahan. Media teknologi, tidak hanya Google saja untuk dapat menunjang pembelajaran jarak jauh ini, terdapat media yang lain seperti Zoom, Learning Management System (e-learning), WhatsApp sehingga kegiatan belajar dapat terlaksana secara baik dan efektif, tentunya dengan menggunakan koneksi internet (Riyandi et al., 2020).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan adanya hubungan pembelajaran jarak jauh (daring) terhadap tingkat stres siswa pada masa pandemi Covid-19.

Saran

1. Bagi responden dapat sebagai bahan pertimbangan terkait metode pembelajaran yang dinilai efektif sehingga dapat menurunkan tingkat stres responden itu sendiri.
2. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dan masukan pada penelitian selanjutnya yang membahas tentang stres pada siswa dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh (daring) dimasa pandemi Covid-19.

Ucapan Terima Kasih Ucapan Terima Kasih

1. Sri Darmawan selaku Ketua STIKES Nani Hasanuddin Makassar yang telah memberikan bimbingan dan ilmu kepada penulis.
2. Indra Dewi selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Nani Hasanuddin Makassar yang telah membantu dalam pengurusan selama proses perkuliahan.
3. Sitti Nurbaya selaku Pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
4. Faisal Asdar Biomed selaku Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ratna selaku staf P3M yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penerbitan jurnal ilmiah.

Referensi

- Ade Chita Putri Harahap. (2020). *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19*. 3(1), 10–14.
- Adi, N. N. S., Oka, D. N., & Wati, N. M. S. (2021). Dampak Positif Dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Journal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 1–13.
- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). *Hubungan Belajar Online Di Masa Pandemi Covid 19 Dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Baiturrahim Jambi*. 10(1), 66–73. <https://doi.org/10.36565/Jab.V10i1.276>
- Ali, A., & Muzakkir, H. (2020). *Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar*. 15, 158–162. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/201/296>

- Badan Penelitian Dan Pkkn Ri Tahun 2013. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Retrieved From www.litbang.depkes.go.id
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. 5(2005), 143–148.
- Daniel Rony Toni Simatupang. (2020). *Motivasi Mahasiswa Perawat Universitas Advent Bandung Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring Dada Masa*. 3, 1–7. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/370/393>
- Dharma, D. K. K. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Revisi 201)*. Jakarta Timur: Cv. Trans Info Media.
- Dr. Jenita Doli Tine Donsu, Skm., M. (2019). *Psikologi Keperawatan, Aspek-Aspek Psikologi, Konsep Dasar Psikologi, Teori Perilaku Manusia*. Yogyakarta: PT. PUSTAKA BARU.
- H. Iyus Yosep, S.Kp., M.Si., M. S., & Titin Sutini, S.Kep., Ners., M. K. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa (Cetakan VI)*. Bandung: Refika Aditama.
- Nani, S., & Makassar, H. (2019). *Alfiah A*. 14, 237–240. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/244195CC>
- Natalia, R. N., Malinti, E., & Elon, Y. (2020). *Kesiapsiagaan Remaja Dalam Menghadapi Wabah Covid-19*. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/203/287>
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riyandi, A., Aulianita, R., Wiyatno, A., Triantori, V., & Musyaffa, N. (2020). Pemanfaatan Teknologi untuk Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal AbdiMas Nusa Mandiri*, 2(2), 37–42. <https://doi.org/10.33480/abdimas.v2i2.1682>
- Rofiah, S. (2021). Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stress Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 41–47.
- Suryatniani, I. A. K. (2020). Manajemen Proses Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Satya Sastraharing*, 04(02), 36–47.
- Tim Riskesdas 2018. (2018a). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Retrieved from www.litbang.kemkes.go.id
- Tim Riskesdas 2018. (2018b). *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018*. Retrieved from www.litbang.kemkes.go.id
- Zohra Lassoued, Alhendawi, M., & Bashitialshaaer, R. (2020). *education sciences An Exploratory Study of the Obstacles for Achieving Quality in Distance Learning during the*.