

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Proses adaptasi dalam sistem pembelajaran di universitas merupakan salah satu tantangan yang berpotensi untuk memunculkan emosi negatif, salah satunya adalah stres (Eva *et al.*, 2021). Proses pembelajaran jarak jauh juga menuntut penyesuaian pada diri berupa pengembangan keterampilan pengelolaan waktu dan menyusun perencanaan agar pembelajaran jarak jauh dapat berjalan dengan efektif (Pedrotti & Nistor, 2019). Stres yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran jarak jauh akan mendapat tanggapan yang berbeda-beda pada setiap individu tersebut. Tanggapan dapat berupa koping yaitu upaya untuk meminimalkan dampak stress dalam pembelajaran jarak jauh (Fitriasari, Septianingrum, Budury, dan Khamida, 2020). Mekanisme koping yang umumnya digunakan mahasiswa dalam menanggulangi stress yaitu mekanisme koping adaptif dan maladaptif (Rian Yusup, 2021). Penggunaan koping yang adaptif, mahasiswa akan mampu beradaptasi dengan tuntutan dari lingkungannya, sebaliknya apabila menggunakan koping yang maladaptif maka akan berisiko menghasilkan adaptasi yang kurang baik yang berakibat pada penurunan performa kegiatan pembelajaran (Lazarus & Folkman, 1984 dalam Fathia *et. al*, 2021).

Dalam penelitian Lubis *et.al.*, (2021) tingkat stres yang paling banyak dialami mahasiswa adalah dengan kategori stress sedang. Hal ini membuktikan bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi Covid-19 ini menjadi tekanan akademik pada mahasiswa. Sejalan dengan penelitian

diatas berdasarkan penelitian mahasiswa Akademi Keperawatan di Ngawi pada 95 responden didapatkan sebanyak 68 (72%) stress sedang dan sebagian mahasiswa memiliki mekanisme coping adaptif dengan jumlah 78 mahasiswa (82%) (Oktaviana *et. al*, 2021). Hasil penelitian Universitas yang berada di Surabaya yang dilakukan oleh Hatmanti & Septianingrum (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami tingkat stres berat (62%) yaitu berjumlah 149 orang. Penelitian lain yang dilakukan Hidayati (2021) terhadap 100 mahasiswa di Kampus Keperawatan Sutomo Surabaya dengan tingkat stress pembelajaran jarak jauh menunjukkan bahwa 87,5% mahasiswa mengalami stress sedang. Dilihat dari penelitian tersebut stressor yang memicu yaitu faktor jam perkuliahan tidak menentu, dan pengumpulan tugas yang diberikan oleh dosen sangat cepat. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 10 orang mahasiswa DIII Keperawatan Sutomo pada bulan Januari 2022 melalui wawancara didapatkan data bahwa situasi sulit yang dihadapi oleh mahasiswa adalah 8 dari 10 responden mengalami permasalahan kehidupan kampus (kesulitan memahami materi, kesulitan mencari referensi, penurunan fokus karena terkendala dengan sinyal saat kegiatan belajar berlangsung, merasa jenuh dan mudah mengantuk, dan evaluasi hasil belajar yang kurang memuaskan), 7 dari 10 responden mengalami permasalahan relasi dengan teman. Serta 9 dari 10 responden memiliki perasaan negatif mengenai nilai dan pengetahuan yang didapatkan selama pembelajaran jarak jauh.

Persoalan perkuliahan selama pembelajaran jarak jauh yang menyebabkan stress pada mahasiswa seperti paparan materi kuliah tidak memadai, keterbatasan

akses dan interaksi dengan dosen dan teman, gangguan belajar dan distraksi lingkungan, keterbatasan akses pada sumber daya pendukung belajar, masalah jaringan serta perubahan jadwal kuliah (Nurchayati, Muhammad Syafiq, Riza Noviana Khoirunnisa, 2021). Secara kognitif, persoalan tersebut membuat mahasiswa sulit berkonsentrasi pada pembelajaran, kesulitan mengingat materi, kesulitan memahami topik, dan memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Aryani, 2016 dalam Sari, 2021). Dampak yang ditimbulkan dari persoalan yang terjadi saat mahasiswa mengalami stress juga beragam baik dampak fisiologis, psikologis, serta perilaku. Para mahasiswa yang mengalami stress harus segera menanggulangi masalah tersebut, karena jika dibiarkan berlarut-larut akan mengganggu akademik dan kehidupan sosialnya. Bahkan lebih parah lagi, keadaan stress ini bisa membawa mahasiswa ke keadaan fisik dan psikologis yang semakin parah (Sari, 2021).

Untuk menghadapi kondisi tersebut, mahasiswa memerlukan kemampuan mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan upaya yang digunakan individu untuk menyesuaikan antara sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya. Mekanisme koping ini mengacu pada berbagai upaya, termasuk psikologis dan perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi atau meminimalkan situasi atau kejadian yang menyebabkan stres. Terdapat dua jenis umum mekanisme koping, yaitu mekanisme koping adaptif dimana individu melakukan suatu mekanisme koping atau usaha dalam menyelesaikan masalah yang bersifat positif, rasional, konstruktif dan mekanisme koping maladaptif dimana individu melakukan mekanisme koping yang bersifat

merugikan, destruktif, dan tidak dapat menyelesaikan masalah secara tuntas (Ramadhani, 2014). Selain koping adaptif dan maladaptif, juga terdapat strategi koping yang berorientasi pada masalah, tujuannya yakni untuk memecahkan masalah. Selain itu, juga terdapat koping yang berorientasi emosi, yang bertujuan untuk mengurangi tekanan emosional terkait situasi stress (Folkman & Lazarus, 1980). Perawat memiliki peran penting dalam memberikan edukasi kesehatan tentang pentingnya strategi mekanisme koping pada mahasiswa karena dengan mekanisme koping yang baik dapat meminimalisir stress yang terjadi dan akan memberikan dampak positif terhadap diri mahasiswa.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mengangkat masalah penelitian yaitu “Bagaimana strategi mekanisme koping pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya?”

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui strategi mekanisme koping pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi gambaran strategi mekanisme koping pembelajaran jarak jauh yang digunakan mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya selama masa pandemi Covid-19.

2. Mengidentifikasi gambaran strategi mekanisme coping pembelajaran jarak jauh yang digunakan mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya berdasarkan usia.
3. Mengidentifikasi gambaran strategi mekanisme coping pembelajaran jarak jauh yang digunakan mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya berdasarkan jenis kelamin.

#### **1.4 Manfaat**

Adapun manfaat dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut.

##### **1.4.1 Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan untuk menambah wawasan, pengetahuan dan melatih peneliti untuk mengembangkan kemampuan berfikir secara objektif dalam penelitian lainnya.

##### **1.4.2 Bagi tempat peneliti**

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan tambahan informasi tentang “Strategi mekanisme coping pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa tingkat 1 DIII Keperawatan Sutomo Surabaya” serta dapat digunakan dalam mengembangkan metode pembelajaran yang menyenangkan bagi mahasiswa pada pembelajaran jarak jauh selama pandemi Covid-19.

##### **1.4.3 Bagi institusi**

Penelitian ini dapat menambah informasi dan masukan dalam proses belajar mengajar serta dapat dijadikan program dalam upaya mengurangi kejadian stress mahasiswa pada pembelajaran jarak jauh selama pandemi Covid-19.

#### **1.4.4 Bagi perkembangan ilmu keperawatan**

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan sumbangan pengetahuan informasi baru bagi perkembangan ilmu keperawatan, khususnya keperawatan jiwa terutama dalam strategi mekanisme coping yang digunakan mahasiswa dalam menanggulangi stress pada pembelajaran jarak jauh serta dapat menunjang program dalam mengurangi kejadian stress pada mahasiswa selama pandemi Covid-19.