

PENGARUH PEMBELAJARAN DARING TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FARMASI

Ayu Widya Suryawati¹, Eva Monica², Sabrina Handayani Tambun³

Program Studi Farmasi Universitas Ma Chung

Email: 611910043@student.machung.ac.id¹, eva.monica@machung.ac.id², sabrina.handayani@machung.ac.id³

Abstrak

Pada akhir tahun 2019, dimulai munculnya virus yang diduga berasal dari Wuhan, China yaitu Covid-19. Virus ini dapat menyebar dari individu satu dengan individu yang lain. Setelah beberapa waktu lalu, penyebaran hingga terjadi di beberapa negara termasuk Indonesia, hingga WHO mengumumkan Covid-19 sebagai pandemi, untuk mencegah penyebarannya maka kegiatan akademis di Indonesia dialihkan menjadi metode pembelajaran jarak jauh atau dalam jaringan (daring). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap stres pada mahasiswa farmasi.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, cara pengambilan data adalah dengan cara menyebarkan kuesioner secara *online* yaitu melalui *google form* kepada 100 responden. Kemudian dianalisis dengan uji *Chi Square* dan uji *RankSpearman*.

Hasil dari penelitian ini adalah responden yang menilai bahwa pembelajaran daring tidak efektif dengan tingkat stres ringan adalah sebanyak 29 responden (69.0%) dan tingkat stres sedang adalah sebanyak 13 responden (31.0%), sedangkan responden yang menilai pembelajaran daring efektif dengan tingkat stres ringan adalah sebanyak 42 responden (72.4%) dan tingkat stres sedang adalah sebanyak 16 responden (27.6%). Hasil dapat disimpulkan bahwa dari 100 responden, responden cenderung berada pada tingkat stres ringan dan sebagian besar mahasiswa menganggap pembelajaran daring efektif untuk dilakukan.

Kata kunci: Daring, Pandemi Covid-19, Stres.

Abstract

At the end of 2019, the emergence of a virus thought to have originated in Wuhan, China, namely Covid-19. This virus can spread from one individual to another. After some time ago, the spread occurred in several countries including Indonesia, until the WHO announced Covid-19 as a pandemic, to prevent its spread, academic activities in Indonesia were shifted to distance learning methods or online (online). The purpose of this study was to determine the effect of online learning on stress in pharmacy students.

This type of research is quantitative with a cross sectional approach, the method of data collection is by distributing online questionnaires, namely via google form to 100 respondents. Then analyzed by Chi Square test and Rank Spearman test.

The results of this study are respondents who consider that online learning is not effective with mild stress levels are 29 respondents (69.0%) and moderate stress levels are 13 respondents (31.0%), while respondents who assess online learning to be effective with mild stress levels are as many as 42 respondents (72.4%) and the level of moderate stress is as many as 16 respondents (27.6%). The results can be concluded that out of 100 respondents, respondents tend to be at mild stress levels and most students consider online learning to be effective.

Keywords: Covid-19 Pandemic, Online, Stress



PENDAHULUAN

Pada masa sekitar akhir tahun 2019 sampai dengan saat ini di tahun 2021, terjadi penyebaran wabah virus Covid-19 dan penyebaran ini memuncak pada akhir januari hingga awal february 2020. Berbagai kondisi yang terjadi selama pandemi COVID-19 memberikan efek psikologis kepada masyarakat (WHO, 2020). Diantara kondisi psikologis yang dialami oleh masyarakat adalah rasa cemas apabila tertular (Fitria dkk., 2020). Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan supaya setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus di setiap perguruan tinggi menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran *Coronavirus disease* (Covid-19).

Pernyataan tersebut membuat adanya penerapan pembelajaran daring yang merupakan pembelajaran jarak jauh secara daring. Walaupun cara ini tidak efektif sepenuhnya dikarenakan kurangnya pemantauan dosen terhadap mahasiswa dalam belajar, sehingga membuat mahasiswa kurang memahami materi yang disampaikan oleh dosen apabila pembelajaran daring diikuti lebih dari

20 peserta didik (Naserly, 2020). Pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi virus corona. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital (Charismiadi, 2020).

Banyak instansi pendidikan yang seringkali mengganti metode pembelajaran menjadi tugas yang diberikan kepada siswa atau mahasiswa. Pemberian tugas ini dilakukan melalui media sosial yang tersedia seperti *google form, whatsapp group, e-learning website, edmodo, microsoft teams, streaming video*, dan lain sebagainya, untuk mempermudah akses masing-masing siswa atau mahasiswa. Penugasan ini dikatakan efektif untuk pembelajaran secara jarak jauh. Namun, seperti penelitian yang dilakukan oleh Livana dkk., (2020) juga menunjukkan

bahwa penugasan pada mahasiswa dapat dijadikan salah satu pemicu munculnya stres selama pandemi Covid-19.

Berdasarkan keadaan saat ini yang menuntut untuk melaksanakan pembelajaran secara daring, diperoleh beberapa informasi mengenai keluhan dari mahasiswa farmasi yang menyatakan bahwa adanya dampak dari pembelajaran secara daring yang mengarah kepada stres, oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pembelajaran daring terhadap stres pada mahasiswa farmasi.

Tinjauan Pustaka

1. Tinjauan Tentang Covid-19

Menurut data penelitian pada akses NCBI oleh *J Infect Public Health* (2020) SARS-CoV-2 adalah anggota keluarga Coronaviridae dan ordo Nidovirales. Famili ini terdiri dari dua subfamili, Coronavirinae dan Torovirinae dan anggota subfamili Coronavirinae dibagi lagi menjadi



empat genera:

- a. Alphacoronavirus mengandung human coronavirus (HCoV)- 229E dan HCoV-NL63
- b. Betacoronavirus termasuk HCoV-OC43, virus corona manusia Sindrom Pernafasan Akut Parah (SARS-HCoV), HCoV-HKU1, dan coronavirus sindrom pernapasan Timur Tengah (MERS-CoV)
- c. Gammacoronavirus termasuk virus paus dan burung dan
- d. Deltacoronavirus termasuk virus yang diisolasi dari babi dan burung.

“Virus Corona merupakan virus RNA dengan ukuran partikel 60-140 nm” (Meng *et al*, 2020; Zhu *et al*, 2020). Hasil analisis filogenetik yang dilakukan oleh Zhu dkk. (2020) menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian Xu *et al*. (2020), bahwa virus ini masuk dalam genus betacoronavirus dengan subgenus yang sama dengan virus Corona yang menyebabkan wabah Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) pada 2002-2004 silam, yaitu Sarbecovirus. *International Virus Classification Commission* menamakan agen kausatif ini sebagai SARS-CoV-2 (Lingeswaran dkk., 2020; Susilo dkk., 2020). Infeksi 2019-nCoV memiliki kemiripan dengan SARS-CoV dimana gejala yang paling umum antara lain demam, batuk kering, sesak, nyeri dada, kelelahan dan mialgia.

2. Tinjauan Tentang Daring

Menurut Moore *et al*. (2011) pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan

kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran daring ini memanfaatkan jaringan internet agar pembelajaran secara tatap muka dalam jaringan seperti penyampaian materi dapat tersampaikan (Mustofa dkk., 2019).

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, program daring memiliki beberapa tujuan sebagai berikut:

- a. Kualitas serta relevansi layanan pendidikan dapat meningkat
- b. Ketersediaan terhadap layanan pendidikan dapat meningkat
- c. Keterjaminan memperoleh mutu layanan pendidikan yang baik dapat terus meningkat
- d. Meratanya mutu layanan pendidikan dapat terus meningkat
- e. Jangkauan layanan pendidikan dapat meningkat

3. Tinjauan Tentang Stres

Menurut Sarafino dan Timothy (2012) stres sebagai keadaan yang dimana seseorang merasa tidak cocok dengan situasi secara fisik maupun psikologi dan sumbernya berasal dari biologi serta sistem sosial. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menjelaskan bahwa stres terbagi menjadi dua, yaitu eustress dan distress. Eustress merupakan pengalaman stres yang memberikan kesenangan, dan muncul saat seseorang sukses menghadapi stressor. Akan tetapi, distress merupakan pengalaman stres yang tidak memberikan kesenangan dan bersifat mengancam.

Menurut Barseli dkk., (2017) menyatakan bahwa mahasiswa memiliki resiko yang tinggi terjadinya



stres serta mudahnya terpapar dengan berbagai stressor. Menurut Rahmawati (2017) “Tuntutan yang dihadapi siswa antara lain meliputi: tuntutan naik kelas, menyelesaikan banyak tugas, mendapat nilai ulangan yang tinggi, keputusan menentukan jurusan, kecemasan menghadapi ujian, dan tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar”.

Menurut Priyono (2014), stres dibagi menjadi beberapa kategori tingkatan, yaitu:

- a. Stres tingkat ringan merupakan stressor yang seringkali terjadi ketika seseorang mengalami kejadian seperti terlalu banyak tidur, macetnya lalu lintas, mendapat kritikan dari orang lain ataupun atasan dalam pekerjaan. Kondisi ini akan dialami dalam waktu yang singkat yaitu beberapa menit atau beberapa jam saja.
- b. Stres tingkat sedang merupakan stres yang terjadi lebih lama dibandingkan stres tingkat ringan. Beberapa penyebabnya seperti keadaan yang tidak terselesaikan dengan dosen ataupun rekan mahasiswa, terdapat keluarga ataupun orang yang dicintai sedang sakit. Gejala dari stres tingkat sedang yaitu perut terasa sakit, otot terasa tegang, perasaan menjadi tegang, kualitas tidur terganggu.
- c. Stres tingkat berat merupakan situasi yang terjadi lebih lama dibandingkan stres tingkat sedang, durasi tingkat stres ini dapat berlangsung beberapa minggu hingga bulan, seperti kesulitan finansial yang berlangsung lama, adanya perubahan fisik yang tidak dikehendaki, tekanan dari keluarga atau lingkungan sekitar yang terjadi secara berulang-ulang. Hal ini

dapat mengganggu kualitas tidur, rasa takut berlebihan, penurunan konsentrasi, rasa letih yang meningkat.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yaitu data yang dikumpulkan dan dinyatakan dalam bentuk angka. Model penelitian subjek menggunakan *cross sectional* dengan cara observasi dan pengumpulan data. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa farmasi di kota Malang dan Surabaya serta tidak diketahui jumlahnya. Mahasiswa tersebut dapat diasumsikan dapat berpikir secara baik dalam mengisi kuisisioner, sehingga data yang diperoleh valid.

Menurut Sugiyono (2013) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengambilan sampel ini harus dilakukan sedemikian rupa sehingga sampel yang benar-benar dapat mewakili (*Representative*) dan dapat menggambarkan populasi sebenarnya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan menggunakan kuisisioner melalui *google form* sebagai alat utama dalam pengumpulan data. Dalam menentukan jumlah sampel dengan populasi tidak diketahui, digunakan rumus Lemeshow sebagai berikut:

$$Z^2 \times P(1-P) / n = d^2$$

Dimana, n = jumlah sampel Z = skor Z pada kepercayaan 95% = 1,96
P = maksimal estimasi = 0,5 d = *alpha* (0,10) atau sampling error = 10%
 $1.96^2 \times 0.5 (1-0.5)$



0.1^{A2}

(dibulatkan menjadi 100)

Sehingga, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 100 responden.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan *link* kuisisioner kepada responden yang sesuai dengan karakteristik sampel yang telah di jelaskan terdahulu.. Setelah

pengisian kuisisioner tersebut, responden melakukan *submit* kuisisioner yang telah diisi dan kemudian data akan masuk ke data drive peneliti. Kuisisioner yang dipilih adalah kuisisioner yang benar-benar terisi dengan lengkap dan sesuai dengan petunjuk pengisian. Setelah 96.04

penyeleksian, kuisisioner terpilih akan diolah lebih lanjut. Tempat penyebaran kuisisioner adalah melalui aplikasi *online* maupun *website*, sehingga diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan diadakannya penelitian.

Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari 3 bagian. Bagian pertama terdiri dari pertanyaan demografi untuk mengetahui profil responden secara umum sesuai kebutuhan peneliti.

Bagian kedua berisi lembar pertanyaan terkait pembelajaran daring untuk mengetahui pendapat mahasiswa mengenai pengalaman pembelajaran secara daring yang telah dilakukan. Bagian ketiga terkait penyebab stres untuk mengetahui poin-poin yang dapat memicu timbulnya stres pada mahasiswa di lingkungan perkuliahan. Penelitian ini menggunakan pertanyaan dengan skala likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban setiap instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif yang dapat berupa kata-kata kemudian diberi skor (Sugiyono, 2014).

Pada pengolahan data dilakukan uji validitas, uji reliabilitas dan dilanjutkan dengan uji normalitas. Berdasarkan pengolahan data, dapat diketahui data berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Jika data berdistribusi normal maka uji infarensi yang digunakan adalah uji statistik parametrik seperti uji Regresi Linier Sederhana, namun



jika data tidak berdistribusi normal maka digunakan uji statistik non parametrik seperti uji *Chi Square* untuk mengetahui jumlah responden dengan tingkat stres serta keefektifan penggunaan metode daring, dan uji *Rank Spearman* dengan syarat nilai sig. > 0.05 maka data dikatakan adanya hubungan antara pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa.

Hasil Analisis dan Pembahasan

Tabel 1. Hasil Uji Validasi Pertanyaan 1 Terkait Daring

| Nomor Pertanyaan | R tabel | Sig. | Keterangan |
|------------------|---------|-------|------------|
| P1.1 | 0.600 | 0.000 | Valid |
| P1.2 | 0.479 | 0.000 | Valid |
| P1.3 | 0.550 | 0.000 | Valid |
| P1.4 | 0.249 | 0.012 | Valid |
| P1.5 | 0.582 | 0.000 | Valid |
| P1.6 | 0.522 | 0.000 | Valid |
| P1.7 | 0.477 | 0.000 | Valid |
| P1.8 | 0.665 | 0.000 | Valid |
| P1.9 | 0.591 | 0.000 | Valid |
| P1.10 | 0.474 | 0.000 | Valid |

Tabel 2. Hasil Uji Validasi Pertanyaan 2 Terkait Stres

| Nomor Pertanyaan | R tabel | Sig. | Keterangan |
|------------------|---------|-------|------------|
| P2.1 | 0.520 | 0.000 | Valid |
| P2.2 | 0.698 | 0.000 | Valid |
| P2.3 | 0.631 | 0.000 | Valid |
| P2.4 | 0.666 | 0.000 | Valid |
| P2.5 | 0.517 | 0.000 | Valid |
| P2.6 | 0.682 | 0.000 | Valid |
| P2.7 | 0.672 | 0.000 | Valid |
| P2.8 | 0.722 | 0.000 | Valid |
| P2.9 | 0.757 | 0.000 | Valid |
| P2.10 | 0.473 | 0.000 | Valid |
| P2.11 | 0.580 | 0.000 | Valid |
| P2.12 | 0.641 | 0.000 | Valid |
| P2.13 | 0.565 | 0.000 | Valid |
| P2.14 | 0.761 | 0.000 | Valid |
| P2.15 | 0.784 | 0.000 | Valid |
| P2.16 | 0.689 | 0.000 | Valid |
| P2.17 | 0.740 | 0.000 | Valid |
| P2.18 | 0.634 | 0.000 | Valid |
| P2.19 | 0.543 | 0.000 | Valid |
| P2.20 | 0.645 | 0.000 | Valid |
| P2.21 | 0.706 | 0.000 | Valid |
| P2.22 | 0.730 | 0.000 | Valid |
| P2.23 | 0.726 | 0.000 | Valid |

Hasil uji validasi diatas menunjukkan bahwa masing- masing butir pertanyaan dinyatakan valid dikarenakan memenuhi syarat signifikansi. Sehingga dapat dilanjutkan ke uji reliabilitas. Pada kuesioner pertanyaan 1 (soal 1-10) tentang pembelajaran daring menunjukkan kemampuan mahasiswa dalam penggunaan media online seperti *Google Class Room*, *Whatsapp Group*, *Youtube hasil rekam materi*, *Zoom*, *Microsoft Teams*, dan sebagainya, untuk sarana belajar dan mengetahui keefektifitasan metode pembelajaran daring menggunakan media elektronik



sehingga dapat dilaksanakan dengan baik. Dalam penggunaan media elektronik untuk mengumpulkan tugas yang membutuhkan waktu lebih lama, secara garis besar dinilai efektif dikarenakan dalam pengumpulan tugas, dosen pengampu memberikan waktu tambahan dari pada biasanya untuk mengumpulkan tugas yang diberikan, serta waktu yang diberikan merupakan waktu yang cukup lama, mulai dari tambahan dalam hitungan jam sampai hitungan hari.

Pada pertanyaan 2 terkait pembelajaran daring ini dinilai mudah dilakukan dan saat proses belajar dilakukan, sebagian besar dosen pengampu memberikan metode menarik yang dapat mengurangi kebosanan mahasiswa berupa menampilkan video, animasi, maupun pertanyaan yang langsung ditujukan ke seorang mahasiswa yang membuatnya otomatis berusaha untuk menjawabnya, namun terdapat juga mahasiswa yang kurang setuju dengan hal ini dikarenakan kurangnya konsentrasi saat pembelajaran ketika proses belajar dilakukan di rumah masing-masing karena adanya gangguan berupa kebisingan, pemutaran video yang kurang jelas yang diakibatkan jaringan internet yang kurang memadai. Pertanyaan mengenai sejak darurat Covid-19, kegiatan perkuliahan dapat terlaksana seluruhnya, dinilai kurang setuju oleh sebagian mahasiswa, dikarenakan dalam bidang farmasi selalu ada kegiatan praktikum untuk melakukan uji coba, hal ini tidak dapat dilakukan di laboratorium kampus tetapi mahasiswa hanya mengetahui

dan belajar memahami hanya melalui video yang diberikan dosen pengampu matakuliah, hal ini dinilai kurang efektif bagi mahasiswa farmasi.

**Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas
Pertanyaan 1**

| Reliability Statistics | |
|------------------------|----------|
| Chronbach's | NofItems |
| <u>Alpha</u> | 0.939 23 |

**Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas
Pertanyaan 2**

| Reliability Statistics | |
|------------------------|----------|
| Chronbach's | NofItems |
| <u>Alpha</u> | 10 |
| 0.708 | |

Menurut Sujarweni (2015) uji reliabilitas (keandalan) untuk mengukur suatu kestabilan dan konsistensi responden dalam menjawab hal yang berkaitan dengan konstruk- konstruk pertanyaan yang merupakan dimensi suatu variabel dan disusun dalam suatu bentuk kuesioner. Uji reliabilitas dilakukan pada butir- butir pertanyaan yang dinyatakan valid. Uji reliabilitas dapat dilakukan secara bersama-sama terhadap seluruh butir pertanyaan. Jika nilai $Alpha > 0,60$ maka reliabel.



Hasil menunjukkan angka $0.708 > 0,60$ pada Pertanyaan 1 tentang daring dan $0,939 > 0,60$ pada Pertanyaan 2 tentang stres, dinyatakan bahwa kuesioner reliabel atau konsisten (instrumen berada pada kriteria baik). $\text{sig}.0.562 > 0.05$,

disimpulkan bahwa usia tidak mempengaruhi stres pada mahasiswa.

Berdasarkan 2 macam tahun angkatan mahasiswa, menunjukkan hasil bahwa pada mahasiswa angkatan tahun 2018 diketahui sebanyak 52%, dan mahasiswa angkatan tahun 2019 diketahui sebanyak 48%, diperoleh uji statistik nilai $\text{sig}.0.514 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat semester menurut tahun angkatan 2018 dan 2019 tidak mempengaruhi stres pada mahasiswa farmasi.

Data responden yang menunjukkan perbandingan antara jumlah mahasiswa di lokasi Kota Malang dan Kota Surabaya, hal ini dikarenakan peneliti telah menentukan jumlah responden yaitu 50% di kota malang dan 50% di kota surabaya. Hasil uji statistik nilai $\text{sig}.0.303 > 0.05$, maka dapat dinyatakan bahwa lokasi pembelajaran tidak mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa.

Tabel 5. Karakteristik Responden

| Kriteria | Jumlah (%) | P value |
|-------------------------|---------------|---------|
| Jenis Kelamin | | 0.36 |
| Laki-laki | 6 6% | 6 |
| Perempuan | 94 94% | |
| Usia | | 0.56 |
| <20 tahun | 4 4.00% | 2 |
| 20-25 tahun | 96 96.00% | |
| Tahun Angkatan Semester | | 0.514 |
| Angkatan tahun 2018 | 52 52.00% | |
| Angkatan tahun 2019 | 48 48.00% | |
| Lokasi Pembelajaran | | 0.303 |
| Kota malang | 50 50.00% | |
| Kota surabaya | 50 50.00% | |

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 94%, sedangkan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 6%. Nilai signifikansi menurut hasil *output* uji statistika diperoleh $\text{sig}.0.366 > 0.05$. Dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin tidak mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa.

Data responden berdasarkan usia diatas menunjukkan jumlah responden yang beruia <20 tahun sebanyak 4%, responden berusia 2025 tahun sebanyak 96% dengan nilai



Tabel 6. Data Frekuensi Responden Terkait Stres

| No. | Pertanyaan | Stres Ringan | | Stres Sedang | | Stres Berat | | Stres Sangat Berat | | Total | |
|-----|--|--------------|---------|--------------|---------|-------------|---------|--------------------|---------|-------|---------|
| | | Count | Percent | Count | Percent | Count | Percent | Count | Persent | Count | Percent |
| 1 | Keinginan orang tua Anda untuk masuk di bidang farmasi | 50 | 50.00% | 31 | 31.00% | 8 | 8.00% | 11 | 11.00% | 100 | 100.00% |
| 2 | Memahami bahan ajar farmasi | 18 | 18.00% | 48 | 48.00% | 24 | 24.00% | 10 | 10.00% | 100 | 100.00% |
| 3 | Ujian atau tes-tes yang harus dihadapi | 9 | 9.00% | 43 | 43.00% | 31 | 31.00% | 17 | 17.00% | 100 | 100.00% |
| 4 | Terbatasnya buku-buku referensi dan bahan materi yang susah didapat dari dosen | 21 | 21.00% | 45 | 45.00% | 22 | 22.00% | 12 | 12.00% | 100 | 100.00% |
| 5 | Konflik dengan dosen atau mahasiswa lain | 57 | 57.00% | 27 | 27.00% | 7 | 7.00% | 9 | 9.00% | 100 | 100.00% |
| 6 | Beban tugas yang berlebihan | 8 | 8.00% | 34 | 34.00% | 38 | 38.00% | 20 | 20.00% | 100 | 100.00% |
| 7 | Tertinggalnya memahami materi pembelajaran | 21 | 21.00% | 38 | 38.00% | 26 | 26.00% | 15 | 15.00% | 100 | 100.00% |
| 8 | Kurangnya komunikasi dengan dosen | 33 | 33.00% | 42 | 42.00% | 13 | 13.00% | 12 | 12.00% | 100 | 100.00% |
| 9 | Materi praktikum yang sulit dikuasai | 16 | 16.00% | 44 | 44.00% | 28 | 28.00% | 12 | 12.00% | 100 | 100.00% |
| 10 | Persaingan ketat dalam pembelajaran dengan mahasiswa lain | 32 | 32.00% | 43 | 43.00% | 15 | 15.00% | 10 | 10.00% | 100 | 100.00% |
| 11 | Tidak bisa menjawab pertanyaan dosen | 22 | 22.00% | 49 | 49.00% | 20 | 20.00% | 9 | 9.00% | 100 | 100.00% |
| 12 | Kurangnya berkontribusi dalam kelompok belajar | 42 | 42.00% | 41 | 41.00% | 9 | 9.00% | 8 | 8.00% | 100 | 100.00% |
| 13 | Memperoleh nilai dibawah angka minimal | 25 | 25.00% | 34 | 34.00% | 20 | 20.00% | 21 | 21.00% | 100 | 100.00% |
| 14 | Motivasi diri untuk belajar semakin berkurang | 29 | 29.00% | 42 | 42.00% | 13 | 13.00% | 16 | 16.00% | 100 | 100.00% |



Tabel 7. Data Frekuensi Responden Terkait Stres (Lanjutan)

| No. | Pertanyaan | Stres Ringan | | Stres Sedang | | Stres Berat | | Stres Sangat Berat | | Total | |
|-----|---|--------------|---------|--------------|---------|-------------|---------|--------------------|---------|-------|---------|
| | | Count | Percent | Count | Percent | Count | Percent | Count | Persent | Count | Persent |
| 15 | Kurangnya waktu untuk memahami kembali materi yang sudah diajarkan | 18 | 18.00% | 49 | 49.00% | 20 | 20.00% | 13 | 13.00% | 100 | 100.00% |
| 16 | Menghadapi teman kelompok yang sulit diajak bekerjasama | 17 | 17.00% | 34 | 34.00% | 22 | 22.00% | 27 | 27.00% | 100 | 100.00% |
| 17 | Materi ujian diluar materi pembelajaran | 13 | 13.00% | 46 | 46.00% | 21 | 21.00% | 20 | 20.00% | 100 | 100.00% |
| 18 | Memperoleh nilai kurang adil (misalnya dianggap plagiasi; teman yang tergolong biasa memperoleh nilai lebih tinggi) | 28 | 28.00% | 33 | 33.00% | 24 | 24.00% | 15 | 15.00% | 100 | 100.00% |
| 19 | Gangguan fisik maupun verbal pada rekan mahasiswa | 60 | 60.00% | 28 | 28.00% | 8 | 8.00% | 4 | 4.00% | 100 | 100.00% |
| 20 | Gangguan fisik maupun verbal pada dosen | 54 | 54.00% | 32 | 32.00% | 9 | 9.00% | 5 | 5.00% | 100 | 100.00% |
| 21 | Dosen yang sulit dihubungi | 25 | 25.00% | 34 | 34.00% | 24 | 24.00% | 17 | 17.00% | 100 | 100.00% |
| 22 | Kurangnya bahan materi untuk tugas yang diberikan | 30 | 30.00% | 38 | 38.00% | 19 | 19.00% | 13 | 13.00% | 100 | 100.00% |
| 23 | File materi yang sulit didapatkan dari dosen | 40 | 40.00% | 35 | 35.00% | 17 | 17.00% | 8 | 8.00% | 100 | 100.00% |

.id



Berdasarkan tabel terkait hal-hal penyebab stres akademik pada mahasiswa, pada pernyataan yang menyatakan bahwa data frekuensi pada soal pertama mengenai keinginan orang tua untuk responden masuk dibidang farmasi, memberikan hasil bahwa frekuensi tertinggi pada stres ringan menunjukkan jumlah sebesar 50.00%. Sebagian besar mahasiswa mengalami stres ringan yaitu stres yang berlangsung dalam waktu singkat, karna sebagian besar mahasiswa masuk di bidang farmasi karna keinginan sendiri ataupun keinginan orang tua yang saling memiliki harapan untuk bisa masuk di bidang farmasi, menurut informasi yang peneliti peroleh bidang farmasi merupakan jenis bidang yang dianggap baik dan banyaknya lapangan pekerjaan, hal ini dapat dinyatakan bahwa pernyataan tidak menimbulkan tingkat emosional tinggi dalam diri mahasiswa. Hasil analisis statistik didapatkan bahwa ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres siswa (Hariyanto, 2014).

Pernyataan dalam memahami bahan ajar farmasi diperoleh hasil data frekuensi responden tertinggi pada stres sedang yaitu 48.0%. Stres sedang menunjukkan frekuensi tertinggi dalam pernyataan ini. Bahan ajar farmasi banyak yang menilai bahwa sedikit sulit untuk dipahami, namun hal ini dianggap wajar bagi mahasiswa farmasi, karena setiap bidang apapun memiliki tingkat kesulitan masing-masing, sehingga kesulitan belajar

bukan dinilai dari bidang farmasi atau bidang tertentu, tetapi dinilai dari cara belajar masing-masing mahasiswa. Ujian atau tes-tes yang harus dihadapi menunjukkan hasil frekuensi tertinggi pada stres sedang yaitu 43.0%. Menurut survei pertanyaan, mahasiswa cenderung mengalami stres sedang dikarenakan segala sesuatu yang berhubungan dengan penentuan nilai yang berpengaruh terhadap hasil akhir, sehingga menimbulkan sedikit kecemasan bagi mahasiswa.

Seperti penelitian oleh Anggraini (2018) mengungkapkan bahwa kecemasan menghadapi ujian merupakan salah satu sumber munculnya stres akademik pada peserta didik. Terbatasnya buku-buku referensi dan bahan materi yang susah didapat dari dosen, sejumlah responden menyatakan bahwa 45.0% responden menunjukkan pada stres sedang. Selain itu, stres diakibatkan juga karena adanya konflik dengan dosen atau mahasiswa lain, data frekuensi memperoleh hasil bahwa responden terbanyak 57.0% menunjukkan stres ringan.

Pernyataan responden terkait beban tugas yang berlebihan dapat dilihat pada hasil data frekuensi menyatakan bahwa responden sebanyak 38.0% stres berat. Pernyataan ini seringkali muncul di perkuliahan, bahkan setiap matakuliah memiliki beban tugas masing-masing. Menurut Mulya dan Indrawati (2016) mengatakan bahwa salah satu stresor atau penyebab stres mahasiswa beban tugas. Penelitian yang dilakukan oleh Aryahni (2016) juga menyatakan



bahwa bahan pelajaran yang dianggap sulit, dan beban tugas dapat mengakibatkan siswa mengalami stres. Stres akademik yang diakibatkan karena tertinggalnya mahasiswa dalam memahami materi pembelajaran dialami oleh sebagian besar beberapa mahasiswa yang ditunjukkan melalui data frekuensi memperoleh hasil bahwa responden sebanyak 38.0% mengalami stres sedang. Penyebab stres sedang yang dialami mahasiswa berkaitan dengan ujian atau tes yang akan di hadapi, sehingga tertinggalnya materi pembelajaran ditakuti sebagian besar mahasiswa karena ketidakmampuan dalam mengerjakan soal ujian atau tes. Mahasiswa menilai bahwa sejak pandemi covid-19 terjadi, semakin mudah untuk mengakses kembali materi pembelajaran yang telah dilewati, sehingga tertinggalnya materi pembelajaran dapat teratasi.

Kurangnya komunikasi dengan dosen merupakan salah satu faktor dalam tingkat stres akademik pada mahasiswa, menurut data frekuensi memberikan hasil tertinggi yaitu 42.0% stres sedang. Hubungan antara mahasiswa dengan dosen dianggap hal yang sedikit menimbulkan stres, sehingga dapat dikatakan berada pada taraf stres sedang, karena dosen justru menjadi jawaban bagi setiap kesulitan mahasiswa dalam perkuliahan. Selain itu, materi praktikum yang sulit dikuasai sedikit berdampak stres pada mahasiswa, data frekuensi

memperoleh hasil bahwa responden sebanyak 44.0% menunjukkan stres sedang. Materi praktikum seringkali menjadi salah satu beban bagi mahasiswa, dikarenakan perlakuan praktikum hanya dilakukan 1 kali dan setiap minggu berganti topik. Hal ini menjadi salah satu penyebab mahasiswa kurang menguasai materi praktikum dan menyebabkan stres sedang. Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahmud dan Uyun (2016) menyatakan bahwa kegiatan praktikum yang dilakukan setiap pekan membuat mahasiswa cukup merasa lelah, serta banyak hal yang perlu dipelajari sehingga banyak materi yang harus dikuasai sebelum melakukan praktikum dapat menjadi salah satu hal yang membuat mahasiswa praktikum rentan terhadap stres.

Menurut Rusdi (2015), beban mata kuliah dan praktikum yang dijalani mahasiswa farmasi dapat memicu kejenuhan dan perasaan tertekan yang disebut stres. Stres yang dialami oleh mahasiswa pada umumnya, termasuk mahasiswa farmasi, saat menjalani proses perkuliahan dan praktikum disebut stres akademik. Hal tersebut merujuk pada pada hasil penelitian Sun dan Zorih (2015) yang menemukan bahwa sumber stres secara umum yang dialami oleh mahasiswa farmasi bersumber dari kegiatan akademik. Namun, hal ini tidak menjadi penyebab stres berat bagi mahasiswa, dikarenakan banyak topik serupa yang ditemui di *internet*, dan pembelajaran daring yang saat ini dilakukan mengakibatkan berkurangnya



kegiatan praktikum, sehingga berkurangnya tingkat stres yang dialami mahasiswa farmasi. Persaingan ketat dalam pembelajaran dengan mahasiswa lain menunjukkan tingkat stres sedang yang signifikan, berdasarkan data frekuensi responden sebanyak 43.0% menunjukkan stres sedang. Persaingan dalam belajar merupakan hal yang selalu terjadi dalam proses belajar bersama, akan menjadi sorotan utama bagi sebagian mahasiswa yang memiliki tujuan menjadi mahasiswa yang memperoleh nilai terbaik diantara mahasiswa lainnya. Namun, sebagian mahasiswa lainnya menganggap hal ini bukan lagi menjadi tujuan utama, melainkan nilai dan tingkat pengetahuan yang baik diatas persyaratan angka minimal yang menjadi dasar mahasiswa belajar. Seperti penelitian oleh Anggraini (2018) menuliskan bahwa persaingan yang semakin ketat serta waktu belajar bertambah merupakan beberapa faktor yang dapat menimbulkan stres akademik yang sebabkan oleh faktor eksternal.

Dalam perkuliahan, mahasiswa tidak bisa menjawab pertanyaan dosen merupakan hal yang sering terjadi. Data frekuensi memperoleh hasil bahwa responden sebanyak 49.0% menunjukkan stres sedang. Setiap pertanyaan dari dosen yang di tujukan kepada mahasiswa, menimbulkan stres tingkat sedang bagi mahasiswa. Dikarenakan adanya ketakutan mahasiswa ketika menjawab pertanyaan dosen yang berhubungan dengan nilai yang akan diperoleh. Kurangnya berkontribusi dalam kelompok belajar cukup

memberikan hasil bahwa mahasiswa tergolong stres ringan dan sedang, seperti hasil data frekuensi tertinggi responden sebanyak 42.0% mengalami stres ringan. Kurangnya berkontribusi menjadi keawatiran bagi mahasiswa akan nilai yang akan diperoleh karena perilaku pasif yang ditimbulkan, namun hal ini tidak menjadi beban pikiran bagi mahasiswa karena kurangnya jangkauan dosen pengampu matakuliah untuk mengetahui atau memantau pengerjaan mahasiswa. Mahasiswa yang memperoleh nilai dibawah angka minimal sebanyak 34.0% responden yang menunjukkan stres sedang. Nilai dibawah minimal akan menjadi revisi belajar bagi mahasiswa untuk memperoleh nilai yang lebih baik.

Anggraini (2018) mengungkapkan bahwa stres akademik dapat ditimbulkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu manajemen waktu serta lamanya belajar. Kurangnya waktu untuk memahami kembali materi yang sudah diajarkan menunjukkan bahwa responden sebanyak 49.0% mengalami stres sedang. Hasil menyatakan mahasiswa berada pada tingkat stres sedang, dalam bidang farmasi di Universitas yang peneliti pilih, terdapat kelas khusus untuk mahasiswa kuliah sambil bekerja, hal ini menjadi salah satu kendala untuk memahami kembali materi yang telah diajarkan, karena terbatasnya waktu, sehingga alternatif yang digunakan oleh mahasiswa adalah mencari penukaran jadwal bekerja dengan



rekan kerja lainnya agar dapat memajemen waktu dan mengikuti perkuliahan dengan baik, ataupun dapat mempelajari kembali materi yang telah diajarkan.

Proses belajar dilakukan dengan variasi cara, salah satunya yaitu belajar berkelompok, dalam menghadapi teman sekelompok yang sulit diajak bekerjasama, responden sebanyak 34.0% menunjukkan stres sedang. Kondisi seperti ini sangat sering dialami oleh mahasiswa. Menurut jawaban responden, stres sangat berat yang ditimbulkan karena harus memikul beban tugas bersama sehingga menjadi stres berlarut-larut. Mahasiswa yang menghadapi ujian seringkali mempersiapkan bahan materi sesuai materi yang diberikan oleh dosen pengampu matakuliah, namun tak jarang ditemui materi ujian diluar materi pembelajaran, hal ini dapat menimbulkan stres akademik pada mahasiswa. Data frekuensi responden tertinggi pada stres sedang yaitu 46.0%. Stres sedang timbul akibat materi diluar perkiraan, akan menyebabkan persiapan bahan materi lebih banyak yang diperoleh dari sumber lain.

Stres sedang timbul akibat materi diluar perkiraan, akan menyebabkan persiapan bahan materi lebih banyak yang diperoleh dari sumber lain. Ketika mahasiswa memperoleh nilai kurang adil (misalnya dianggap plagiasi; teman yang tergolong biasa memperoleh nilai lebih tinggi), menimbulkan kecemasan pada mahasiswa, menurut data frekuensi responden menunjukkan bahwa sebanyak 33.0%

mengalami stres sedang. Stres sedang timbul dapat disebabkan karena usaha setiap mahasiswa perlu pengorbanan, sehingga ketika hasil pengerjaan kurang dihargai atau bahkan dianggap bukan hasil pribadi, maka akan meningkatkan emosional bagi mahasiswa dan akan menyebabkan pola pikir yang negatif.

Gangguan fisik maupun verbal pada rekan mahasiswa sangat sedikit menimbulkan stres, data frekuensi menunjukkan bahwa responden sebanyak 60.0% mengalami stres ringan. Kondisi seperti ini jarang terjadi, tetapi akan menjadi sorotan utama bagi mahasiswa lain untuk menjadi motivasi bagi rekan mahasiswa yang mengalami gangguan tersebut. Sedangkan gangguan fisik maupun verbal pada dosen, data frekuensi menunjukkan bahwa responden sebanyak 54.0% mengalami stres ringan. Adanya gangguan fisik maupun verbal pada dosen berpengaruh terhadap perkuliahan, seperti jadwal yang seharusnya dilaksanakan namun dilakukan pergantian jadwal, dan berakibat perkuliahan yang semakin lama.

Data frekuensi terkait dosen yang sulit dihubungi penyebab stres, memperoleh hasil bahwa responden sebanyak 34.0% menunjukkan stres sedang. Pemanfaatan media elektronik sangat dibutuhkan untuk mencari informasi terkait dosen yang dituju. Stres sedang cenderung terjadi karena pernyataan ini dapat menghambat proses belajar. Menurut Jannah R. dan Santoso H. (2021) banyaknya tugas yang diberikan



dengan disertai pemberian materi tanpa penjelasan mendalam.

kurangnya bahan materi untuk tugas yang diberikan menimbulkan kecemasan pada mahasiswa, menurut data frekuensi menunjukkan bahwa responden sebanyak 38.0% mengalami stres sedang. Menurut survei responden, stres sedang dalam hal ini seringkali diakibatkan adanya tugas dengan tidak ditemukan bahan materi yang dibutuhkan, meskipun adanya *internet* yang dapat diakses bagi siapapun, banyak mahasiswa tidak menemukan dengan mudah bahan materi yang dibutuhkan sesuai dengan tugas yang diberikan, sehingga timbul rasa kecemasan pada mahasiswa.

Tabel menunjukkan bahwa responden yang menilai bahwa pembelajaran daring tidak efektif dan tingkat stres ringan adalah sebanyak 29 responden (69.0%) dan tingkat stres sedang adalah sebanyak 13 responden (31.0%), sedangkan responden yang menilai pembelajaran daring efektif dan tingkat stres ringan adalah sebanyak 42 responden (72.4%) dan tingkat stres sedang adalah sebanyak 16 responden (27.6%). Hasil dapat disimpulkan bahwa dari 100 responden, responden cenderung berada pada tingkat stres ringan dan sebagian besar mahasiswa menganggap pembelajaran daring efektif untuk dilakukan.

Tabel 8. Hasil Analisis Tabulasi silang atau *crosstab*

| Daring | Hasil | Tingkat Stres | |
|---------------|------------------------|---------------|--------------|
| | | Ringan | sedang |
| Tidak Efektif | Count | 29 | 13 |
| | % within daring | 69.0% | 31.0% |
| Efektif | Count | 42 | 16 |
| | % within daring | 72.4% | 27.6% |
| Total | Count | 71 | 29 |
| | % within daring | 71.0% | 29.0% |

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas Unstandardized Residual

| | | |
|--------------------------|----------------|-------------|
| N | | 100 |
| Normal Parameters | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 14.21293399 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .102 |
| | Positive | .102 |
| Test Statistic | | -.045 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .012 |



Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* Berdasarkan output uji normalitas, diperoleh nilai sig. 0,012 = 0,1%, dapat disimpulkan bahwa nilai kurang dari α (5%) yang memiliki arti bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal. Hal ini dapat diketahui bahwa variasi jawaban dari responden bisa menjadi salah satu faktor penyebab data tidak berdistribusi normal.

Sehingga pengujian dilanjutkan dengan uji data non parametrik.

Tabel 10. Hasil Uji Rank Spearman pada Data Daring Stres

| Spearman's rho | | Daring | Stres |
|----------------|-------------------------|--------|-------|
| Daring | Correlation Coefficient | 1.000 | -.068 |
| | Sig. (2-tailed) | . | .502 |
| | N | 100 | 100 |
| Stres | Correlation Coefficient | -.068 | 1.000 |
| | Sig. (2-tailed) | .502 | . |
| | N | 100 | 100 |

Tabel tersebut menunjukkan *output* yang ditujukan untuk mengetahui hasil dari poin-poin berikut ini:

1. Melihat signifikansi hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa. Berdasarkan *output* di atas, diketahui nilai signifikansi atau Sig. (*2-tailed*) sebesar 0.502 lebih besar dari 0.05. Maka artinya tidak ada hubungan yang signifikan (berarti) antara variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa. Hal ini berdampak positif bagi mahasiswa yang tengah menjalani proses belajar melalui daring, karena adanya pembelajaran daring tidak menimbulkan stres pada mahasiswa dan tidak berpengaruh buruk pada hasil nilai-nilai yang diperoleh, namun pembelajaran daring dinilai efektif bagi sebagian besar mahasiswa farmasi di masa pandemi ini.

2. Melihat tingkat kekuatan (keeratan) hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa. Dari hasil *output*, diperoleh angka koefisien korelasi sebesar -0.068, yang mengandung arti bahwa tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa adalah sebesar -0.068 atau dikatakan tidak ada korelasi antar variabel tersebut, dapat dilihat pada nilai korelasi tersebut diluar syarat tingkat kekuatan. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa mampu beradaptas



dengan perubahan proses pembelajaran yang dilakukan melalui daring, sehingga penyebab pembelajaran daring tidak berkaitan atau tidak berdampak pada tingkat stres. Menurut Pascoe *et al.* (2020) stres dapat memberikan 2 dampak yang memungkinkan, yaitu berdampak negatif dan berdampak positif yang dapat disebabkan karena adanya tuntutan eksternal yang di hadapi individu yang kenyataanya dapat membahayakan atau bahkan menimbulkan permasalahan, hal ini dapat terjadi pada stres yang diakibatkan oleh lingkungan belajar. Stres yang berdampak negatif tidak dapat menumbuhkan kemampuan berpikir yang jernih pada seseorang dan mengakibatkan penurunan konsentrasi maupun daya ingat. Stress yang berdampak positif ketika tekanan itu tidak melebihi toleransi stresnya atau tidak melebihi kapasitas dirinya. Dampak positif stress pada mahasiswa adalah terlihat saat mahasiswa itu tertantang untuk mampu mengembangkan dirinya dan mampu menumbuhkan kreatifitas yang dimilikinya.

3. Melihat arah (jenis) hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa. Angka koefisien korelasi pada hasil di atas, bernilai negatif, yaitu -0.068, sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat

berlawanan arah (jenis hubungan berlawanan arah), dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin giat pembelajaran daring dilakukan maka tingkat stres tidak akan meningkat. Pernyataan ini dapat dikatakan sebagai cara pandang mahasiswa terhadap proses pembelajaran, dimana mahasiswa semakin menganggap belajar daring adalah suatu cara yang efektif untuk dilakukan dalam masa pandemi ini maka semakin mudah mahasiswa belajar dan merasa nyaman dalam mengemukakan pendapat serta gagasan maupun pertanyaan disaat pembelajaran dilaksanakan dan semakin giat mahasiswa belajar sehingga tidak ada peningkatan stres pada mahasiswa.

Menurut hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, peneliti menganggap bahwa mahasiwa mulai terbiasa dan dapat menyesuaikan diri dengan pembelajaran daring secara mandiri sehingga bisa menghadapi stres yang dialami. Uji hipotesis menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh pembelajaran daring terhadap stres pada mahasiswa farmasi (nilai sig. 0.502 > 0.05), sehingga dapat ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang erat antara perkuliahan daring dengan sikap mental pada mahasiswa farmasi di masa perkuliahan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pembahasan pada bab sebelumnya, khususnya



pengolahan data dengan analisis pengaruh dalam bab IV dapat ditarik beberapa kesimpulan dari pengaruh pembelajaran daring terhadap stres, yaitu:

1. **Berdasarkan signifikansi**

hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa diketahui tidak ada hubungan yang signifikan (berarti) antara variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa

2. **Berdasarkan tingkat**

kekuatan (keeratan) hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa diketahui bahwa tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa adalah sangat lemah hingga tidak ada korelasi antar variabel tersebut

3. **Berdasarkan arah (jenis)**

hubungan variabel pembelajaran daring dengan stres pada mahasiswa, angka koefisien korelasi bernilai negatif, sehingga disimpulkan bahwa hubungan kedua variabel tersebut bersifat berlawanan arah (jenis hubungan berlawanan arah), dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin giat pembelajaran daring dilakukan maka tingkat stres tidak akan meningkat.

Saran

Menurut hasil pengolahan

data serta pembahasan, saran- saran yang dapat penulis ajukan sebagai berikut:

1. Hubungan antara mahasiswa dengan dosen pengampu matakuliah diharapkan memiliki hubungan yang erat dan positif meskipun pembelajaran melalui daring, sehingga dapat membantu untuk saling mendukung dalam proses belajar mahasiswa agar terhindar dari dampak stres pada mahasiswa.
2. Dengan segala keterbatasan pada peneliti dalam penelitian ini, diharapkan adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pembelajaran daring terhadap stres dengan informasi lebih terperinci agar dapat diketahui kendala-kendala pada mahasiswa yang menyebabkan pembelajaran tidak berjalan dengan baik serta bibit-bibit penyebab munculnya stres pada mahasiswa farmasi dalam situasi pembelajaran daring.

Daftar Pustaka

- Anggraini, N. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran Direct Instruction Berbantuan Media Gambar Terhadap Kemampuan Menulis Teks Deskripsi Siswa Kelas VII SMPN 4 Lubuk Alung, Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia: STKIP PGRI, Sumatera Barat.



- Aryani, F. 2016, Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling, Edukasi Mitra Grafika, Makassar.
- Basuki, Ismet dan Hariyanto. (2014) Asesmen Pembelajaran. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Barseli, M., Ifdil, I., dan Nikmarijal, N. (2017) Konsep Stres Akademik Siswa, *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. 5(3), 143. ISSN Cetak: 2337-6740 - ISSN Online: 2337-6880.
- Bougie and Sekaran. (2013). *Research Methods for Business: A skill Building Approach*, Edisi 5, John Wiley & Sons, New York.
- Charismiadji, I. (2020). *Mengelola pembelajaran daring yang efektif*. diakses 1 April 2021, 13:30, <<https://news.detik.com/kolom/d-4960969/mengelola-pembelajaran-daring-yang-efektif>>.
- Fitria, Linda, dan Ifdil. (2020). Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid -19, *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)* **6(1)**: 1-4.
stress mahasiswa selama pandemic Covid-19, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, **3:2**, 203 - 208.
- Meng, H., Xiong, R., He, R., Lin, W., Hao, B., Zhang, L., et al, Jannah, M. (2021). Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, *Jurnal Penelitian*, Universitas Muhammadiyah, Makassar
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*, Gernas.
- Kupriyanov, R., and Zhdanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems and Outlooks, *World Journal of Medical Sciences*, pg. 11 (2), 179-185.
- Lingeswaran, M., Goyal, T., Ghosh, R., dan Suri, S. 2020, Inflammation, Immunity and Immunogenetics in COVID-19: A Narrative Review, *Journal of Clinical Biochemistry*, Indian. Pg.35(3), 260-273. Available at: <https://doi.org/10.1007/s12291-020-00897-3>
- Livana, P. H., Mubin, Muhammad Fatkhul dan Basthomi Yazid. (2020). Tugas pembelajaran penyebab (2020). CT Imaging and Clinical Course of Asymptomatic Cases with Covid-19 Pneumonia at Admission in Wuhan, *Journal of Infection*, China.



- 81(2020):e33-e39. Retrieved from
<<https://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.04.004>>
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., and Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? Internet and Higher Education. [Online] Available at: <<https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2010.10.001>> , Accessed 25 Agustus 2021]
- Mulya, H. A., dan Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 5(2):296- 302. di akses pada 22 Juli 2021, <<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/articledownload/15224/14720>>
- Mustofa, Chodzirin, dan Sayekti, L. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi, *Journal of Information Technology*, 01:154.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., and Parker, A. G. 2020. The impact of stress on students in secondary school and higher education. *In International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 104-112). Available at: <<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>> [Accessed 28 Agustus 2021]
- Priyono. (2014). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar IPS Melalui Strategi *Peer Lessons* Pada Siswa Kelas IV SDN Nglahar Kecamatan Moyudan Kabupaten Sleman, *Jurnal Skripsi*, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri, Yogyakarta.
- Sabir, A., dan Phil, M. (2016). Gambaran Umum persepsi masyarakat terhadap bencana di Indonesia. *Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial*, 5(3):304-326.
- Sarafino, E. P., dan Timothy, W. (2012). *Health Psychology, Biopsychosocial Interactions*, John Wiley & Sons, New Jersey.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Alfabeta, Bandung.
- Sun, S. H., and Zorah, A. (2015). Assessing Stress Among Undergraduate Pharmacy Students in University of Malaya. *Indian J Pharm Educ*, 49(2):99-105.
- Susilo A., Rumende C. M., dan Pitoyo C. W. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam*. Official Journal of Department of Internal Medicine, Universitas Indonesia.



- Rahmawati, N. (2010). Hubungan antara karakteristik responden, stres psikologis, perilaku makan dan minum dengan kekambuhan penyakit gastritis di Puskesmas Kecamatan Lamongan. Retrived November 11, 2011, [Online] Di akses pada 22 Agustus 2021, <http://alumni.unair.ac.id/ku mpulanfile/8957842962_abs.pdf>
- Rusdi, R. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Mahasiswa, *Jurnal Penelitian*, Universitas Mulawarman.
- World Health Organization. (2020). *Infection prevention and control during health care when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected*, World Health Organization, Geneva.
- Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., *etal.*, (2020). A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019. *The New England Journal of Medicine*, **382(8)**:727-733. [Online] Available at: <<https://doi.org/10.1056/NEJMoa2001017>> Accessed 15 Agustus 2021.

