

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I memuat tentang latar belakang dan permasalahan disajikan dalam bentuk uraian yang diarahkan untuk menuju rumusan masalah. Pada bab ini memuat tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah, tujuan penelitian dan manfaat hasil penelitian.

1.1 Latar Belakang Masalah

Mutu dari sebuah proses pembelajaran pada perguruan tinggi telah diatur oleh pemerintah melalui Kerangka Kurikulum Nasional Indonesia (KKNI). Proses pendidikan dikatakan bermutu apabila telah sesuai dengan KKNI. Tujuan dari pemberlakuan KKNI adalah agar lulusan dari perguruan tinggi mampu bersaing di pasar global. Berbagai upaya dilakukan oleh masing-masing perguruan tinggi agar lulusannya bermutu, salah satunya adalah dengan merancang pembelajaran melalui pendekatan *Student Centered Learning* (SCL). Secara luas, *Student Centered Learning* didasarkan pada konstruktivisme sebagai teori pembelajaran yang dibangun pada gagasan bahwa mahasiswa harus membangun dan merekonstruksi pengetahuan untuk belajar secara efektif ketika dengan belajar menjadi paling efektif sebagai bagian dari suatu kegiatan dan mahasiswa mengalami konstruk produk yang bermakna.

Metode *Student Centered Learning* juga merupakan pembelajaran transformatif dengan berbagai jenis pembelajaran. Salah satu model pembelajarannya adalah dengan menggunakan pembelajaran dalam jaringan

(daring). Pada era digitalisasi seperti saat ini, pembelajaran daring sudah tidak asing lagi, apalagi di masa Pandemi Covid-19. Pada masa pandemi ini mau tidak mau, suka tidak suka seluruh proses pembelajaran dilakukan dengan daring. Pada awalnya pembelajaran daring ditanggapi positif oleh sebagian besar mahasiswa, namun seiring berjalannya waktu mulai muncul berbagai hambatan. Hambatan utama dari pembelajaran daring selama ini adalah sarana prasarana seperti sinyal internet, kuota, dan seringnya gangguan sinyal saat proses pembelajaran. Hambatan-hambatan tersebut ditambah lagi kurangnya kesiapan dosen dalam memberikan materi pelajaran (Gunadha & Rahmayunita, 2020).

Segala hambatan yang ditemui mahasiswa dalam proses pembelajaran akan berdampak pada stress akademik pada diri mahasiswa. Kecemasan, stres, dan depresi adalah gangguan mental yang umum terjadi dengan prevalensi 10-40% di negara berkembang. Stres saat menjadi atribut kehidupan modern karena stres telah menjadi bagian kehidupan yang umum dan tidak dapat terelakkan. Stres dapat dialami oleh seseorang dimanapun berada seperti keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat. Stres dapat dirasakan oleh semua orang dari berbagai usia, mulai anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang (Kupriyanov, 2014). Stress ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Sulit tidur, mudah lelah, sering terasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diare merupakan gejala fisik dari stres (Nurmaliyah, 2015).

Selama proses pendidikan, lingkungan serta keadaan pribadi sangat berpengaruh terhadap diri siswa terutama siswa pada siswa jenjang sekolah

menengah dan perguruan tinggi pada semester-semester awal. Pada tahap ini siswa bertepatan dengan masa remaja mereka, yaitu masa transisi dari remaja ke dewasa. Pada masa-masa ini, ditandai dengan ketidakstabilan emosional, kerentanan yang tinggi dan pengaruh teman sebaya serta media seperti jejaring sosial dan internet. Demikian pula dengan pekerjaan, pada tahap ini banyak pekerjaan rumah yang mereka harus lakukan serta keputusan mereka untuk menentukan pilihan karir pendidikan. Semua ini dapat menyebabkan siswa stres dan bahkan menyebabkan kelelahan dan mempengaruhi pendidikan serta pekerjaan mereka di masa depan (Martínez, et al., 2021). Stres mahasiswa juga dapat disebabkan karena adanya masalah penyesuaian diri, lingkungan rumah, serta perubahan gaya hidup. Selain itu stres mahasiswa juga terkait dengan persyaratan akademik, serta pendukung pendidikan (Ahmed, 2021).

Berbagai upaya dapat dilakukan pihak pengelola pendidikan dalam menekan stres akademik mahasiswa, salah satunya pembelajaran daring. Pembelajaran daring memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik mahasiswa. Keberhasilan pembelajaran daring tidak hanya berpusat pada mahasiswa, namun sarana prasarana dan keterampilan dosen sebagai fasilitator juga sangat diperlukan (Andriana & Kusumawati, 2020). Pembelajaran tradisional dan pembelajaran online memiliki perbedaan yang signifikan terhadap burnout siswa. Siswa dengan metode pembelajaran tradisional memiliki burnout lebih tinggi dibandingkan dengan siswa dengan metode pembelajaran online (Bolatov *et al.*, 2021).

Selain pembelajaran daring, *self efficacy* mahasiswa juga memiliki pengaruh terhadap stres akademik mahasiswa. *Self efficacy* mahasiswa merupakan keyakinan atau kepercayaan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya. Tingkat efikasi diri mahasiswa memiliki hubungan negatif dengan stres mahasiswa (Amalia & Nashori, 2021). Hasil ini memiliki makna bahwa semakin tinggi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri, maka akan semakin rendah tingkat stres mahasiswa. Efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kelelahan siswa. Efikasi diri yang tinggi akan menyebabkan tingkat kelelahan siswa yang rendah, dan efikasi diri yang rendah akan menyebabkan tingkat kelelahan siswa tinggi (Martínez *et al.*, 2021).

Tingkat stres akademik seperti yang telah seperti diuraikan di atas, juga terjadi pada mahasiswa Universitas Pendidikan Nasional (Undiknas) Denpasar. Stres akademik ini terjadi khususnya pada masa Pandemi Covid-19, yang mana seluruh pembelajaran dilakukan secara daring. Dalam pembelajaran daring tersebut banyak mahasiswa yang mengalami stres akademik, hal ini disebabkan karena ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran daring. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu mahasiswa program studi teknik sipil, saat penulis menanyakan tentang pembelajaran daring, ia mengatakan.

Sebenarnya saya senang dalam pembelajaran daring ini, karena saya bisa kuliah di mana saja. Akan tetapi banyak kendala yang saya alami saat sedang proses pembelajaran, seperti misalnya terkadang kalau saya kuliah di rumah, koneksi internet tidak stabil sehingga terjadi gangguan pada proses belajar mengajar. Kalau hanya belajar biasa tidak masalah bagi saya, karena saya bisa mematikan video, sehingga saya bisa mendengarkan dosen dengan kualitas suara yang lebih bagus jika dibandingkan dengan menghidupkan video. Terkadang yang membuat saya stres adalah disaat saya akan persentasi, sehingga saya harus menghidupkan video dan *share screen*, sehingga banyak memerlukan

bandwidth. Hal inilah yang membuat saya bingung karena apa yang saya sampaikan tidak bisa optimal.

Pendapat mahasiswa tersebut di atas, juga dibenarkan oleh salah satu dosen Prodi Teknik Sipil yang penulis wawancari.. Saat penulis menanyakan tentang proses pembelajaran daring ia mengatakan:

Kalau dilihat dari segi efektivitasnya pembelajaran daring memang efektif, akan tetapi ada beberapa kendala yang kami hadapi dalam pembelajaran daring tersebut. Gangguan tersebut seperti misalnya saat proses pembelajaran sering terjadi gangguan internet, sehingga terkadang mahasiswa tidak bisa menerima materi dengan maksimal. Apalagi yang kami ajarkan itu tentang hitung-hitungan. Nah di sinilah terkadang mahasiswa bingung, memahami materi yang saya ajarkan. Saya sangat menyadari akan hal tersebut, karena daerah tempat tinggal mahasiswa tidak semuanya memiliki jaringan internet yang stabil.

Berdasarkan pendapat mahasiswa dan dosen di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran daring memang efektif dilakukan, khususnya pada level mahasiswa. Karena untuk level mahasiswa yang umumnya memiliki umur dewasa sehingga memiliki efikasi diri yang baik. Namun ada beberapa kendala yang dihadapi dalam pembelajaran daring seperti kurang bagusnya koneksi atau jaringan internet. Hal ini membuat mahasiswa menjadi terbebani, sehingga dapat memicu terjadinya stres akademik.

Perpindahan model pembelajaran dari konvensional ke pembelajaran online (daring) merupakan sebuah proses yang sangat mempengaruhi prinsip-prinsip pembelajaran. Prinsip-prinsip pembelajaran tersebut meliputi perhatian, keaktifan, keterlibatan langsung/berpengalaman, dan pengulangan. Pada pembelajaran konvensional prinsip-prinsip pembelajaran tersebut telah menjadi sesuatu yang paten dan membudaya, dimana pendidik melakukan intervensi langsung terhadap peserta didik melalui tatap muka untuk mentransfer

pengetahuan, melatih, dan merubah sikap. Pada saat proses pembelajaran beralih ke model daring (online) maka sepenuhnya proses pertemuan terjadi dengan bantuan teknologi digital sehingga proses intervensi tersebut menjadi terbatas yang mengakibatkan prinsip-prinsip pembelajaran terpengaruhi. Perhatian, keaktifan dan keterlibatan yang tadinya terjadi oleh adanya intervensi dari pendidik menjadi terbatas karena teknologi digital sebagai media pembelajaran tidak sepenuhnya dapat memfasilitasi hal tersebut.

Penelitian tentang pembelajaran online, efikasi diri dan stress akademik telah dilakukan oleh penelitian-penelitian terdahulu, seperti penelitian yang dilakukan Amalia & Nashori (2021) yang meneliti tentang religiusitas, efikasi diri, dan stres akademik mahasiswa farmasi. Kemudian Andriana & Kusumawati (2020) meneliti tentang pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. Peneliti lainnya yaitu Nurmaliyah (2015) meneliti tentang menurunkan stres akademik siswa dengan menggunakan teknik *self-instruction*.

Kebaruan penelitian kali ini dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu adalah *self efficacy* sebagai variabel pemediasi pengaruh antara pembelajaran daring mahasiswa terhadap stress akademik. Pembelajaran online akan berdampak terhadap stress akademik mahasiswa, akan tetapi dengan adanya keyakinan diri mahasiswa tentang kemampuannya maka stress akademik mahasiswa akan menjadi lebih rendah. Sehingga dalam penelitian ini variabel *self efficacy* sebagai variabel mediasi.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan suatu tahap permulaan dari penguasaan masalah di mana objek dalam suatu jalinan dapat kita kenali sebagai suatu masalah. Identifikasi masalah bertujuan untuk mereduksi masalah-masalah penelitian yang pada nantinya dapat dicari jawabannya melalui penelitian. Identifikasi masalah stres akademik mahasiswa Undiknas Denpasar, diantaranya adalah:

1. Dari aspek emosional mahasiswa sering emosi dalam melakukan pembelajaran online atau daring apabila koneksi internet saat pembelajaran tidak stabil.
2. Dari aspek kognitif, pada saat pembelajaran online atau daring mahasiswa Undiknas sering bingung dalam memecahkan masalah-masalah yang diberikan oleh dosen.
3. Adanya pengharapan orang tua dan tuntutan dosen serta pihak kampus dalam pembelajaran daring yang menyebabkan mahasiswa mengalami stres akademik.
4. Rendahnya afikasi diri mahasiswa saat pembelajaran daring, sehingga saat pembelajaran daring mahasiswa sering mematikan kamera (*off cam*).

1.3 Pembatasan Masalah

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres mahasiswa dalam pembelajaran atau stres akademik. Faktor tersebut diantaranya adalah faktor internal siswa dan faktor eksternal siswa. Pada penelitian ini faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa akan dibatasi dari dua variabel. Dari

faktor internal diambil dari variabel efikasi diri (*self efficacy*) mahasiswa. Sedangkan dari faktor eksternal dari media pembelajaran daring atau online.

1.4 Rumusan Masalah

Pemaparan di atas menyatakan beberapa permasalahan yang terkait dengan, pembelajaran daring, *self efficacy*, dan stres akademik mahasiswa, sehingga dari permasalahan tersebut rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh langsung pembelajaran daring terhadap *self efficacy*?
2. Apakah ada pengaruh langsung pembelajaran daring terhadap tingkat stres akademik mahasiswa?
3. Apakah ada pengaruh langsung *self efficacy* terhadap tingkat stres akademik mahasiswa?
4. Apakah *self efficacy* mampu memediasi pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas, maka selanjutnya disajikan tujuan penelitian. Adapun tujuan penelitian adalah:

1. Untuk menganalisis pengaruh pembelajaran daring terhadap *self efficacy*.
2. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa.
3. Untuk menganalisis pengaruh pembelajaran daring dengan *selft efficac* terhadap stres akademik mahasiswa
4. Untuk menganalisis peran *self efficacy* dalam memediasi pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam bidang manajemen pembelajaran khususnya mengenai model pembelajaran daring, *self efficacy*, serta stres akademik mahasiswa dan refrensi bagi pihak yang ingin melakukan penelitian yang sejenis. Secara khusus manfaat hasil penelitian ini secara teoritis dapat berkontribusi terhadap pengembangan teknologi pendidikan, khususnta kawasan pengelolaan. Kawasan pengelolaan dalam teknologi pendidikan melalui perencanaan, pengorganisasian dan supervisi.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa

Melalui model pembelajaran daring proses pembelajaran lebih fleksibel. Pembelajaran daring memberikan fleksibilitas belajar bagi mahasiswa seperti pemilihan waktu dan tempat belajar.

2. Bagi Dosen

Hasil penelitian ini dapat digunakan bagi tenaga pendidik atau dosen dalam menerapkan pembelajaran daring.

3. Bagi Peneliti lain.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan cara pandang berpikir para peneliti untuk dapat mengaplikasikan teori yang diperoleh dari pembelajaran daring, *self efficacy*, dan stres akademik mahasiswa.

