

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembelajaran dalam jaringan (daring) mulai banyak dilakukan setelah WHO mengumumkan *COVID-19* sebagai suatu pandemi. Sesuai dengan keputusan tersebut, semua kegiatan sosial harus dibatasi untuk menurunkan penyebaran virus *COVID-19* termasuk pendidikan. (Cucinotta & Vanelli, 2020). Pembelajaran daring adalah suatu metode penyelenggaraan pendidikan dengan memanfaatkan metode online untuk audiens yang besar dan beragam. Dengan cara pembelajaran daring, pendidikan bisa dijalankan secara luas dengan jumlah peserta yang tidak terhingga. Pembelajaran daring di era pandemi sangat diperlukan untuk menghindari dampak penyebaran virus. (Murzal & Ridwan, 2021). Cara berikut menerapkan sistem pembelajaran tanpa pertemuan secara langsung, melainkan memanfaatkan platform yang mendukung tahapan pembelajaran menjadi lebih efektif. Tujuan pembelajaran online ialah guna menyediakan layanan pendidikan yang berkualitas melalui jaringan dan mempunyai kapabilitas yang lebih besar serta lebih terbuka guna mengakses orang-orang yang ingin belajar (Mu’awwanah et al., 2021). Beberapa instansi pendidikan memberikan perintah untuk melakukan pembelajaran daring, tanpa terkecuali Universitas Pendidikan Ganesha. Keputusan Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Nomor 3062/Un48/Dk/2020 Tentang Buku Pedoman Pembelajaran Berbasis Daring Universitas Pendidikan Ganesha Tahun 2020 Rektor

Universitas Pendidikan Ganesha, membahas mengenai mekanisme pembelajaran daring yang akan diterapkan dalam lingkungan kampus. Hal ini dijalankan guna memperoleh pembelajaran yang efisien, efektif, serta fleksibel selama masa pandemi saat itu. Pembelajaran daring selanjutnya masih tetap dilakukan sampai saat ini karena memiliki kelebihan tersendiri dalam proses belajar, dimana pembelajaran menjadi dilaksanakan secara *blended*.

Kegiatan pembelajaran daring dilakukan melalui berbagai aplikasi sesuai ketentuan dari instansi pendidikan, beberapa diantaranya adalah *WhatsApp*, *Google Classroom*, *Zoom*, *Google Meet*, *Quizizz*. Aplikasi tersebut digunakan oleh pendidikan untuk mengatasi keterbatasan tatap muka yang dilakukan pada saat proses pembelajaran (Parsa, 2022). Kelebihan pembelajaran daring antara lain adalah lebih praktis, fleksibel dan bisa dilakukan di luar rumah, waktu yang lebih efisien, serta mendorong pelajar untuk belajar secara mandiri. Disamping itu, terdapat pula kekurangan pembelajaran daring antara lain adalah kurangnya keaktifan pelajar dan pengajar tidak bisa memantau proses pemahaman materi yang disampaikan, adanya kelelahan dalam pembelajaran. (Tidung et al., n.d.).

Penggunaan *Zoom* sebagai media pembelajaran bagi pengajar dan pelajar dapat mempermudah proses belajar. Kedua pihak dapat menggunakan fitur *share screen*, kamera, mikrofon, *chat box*, dan *screen record* secara mudah untuk menunjang pembelajaran. Pembelajaran daring dengan platform *zoom* merupakan pembelajaran daring secara sinkronous dan platform *Zoom*. Kuesioner yang dilakukan secara *online* dan *offline* pada Juli 2020 sampai November 2022 kepada

pekerja manajer kantor, karyawan, pengusaha, dan pembuat kebijakan yang berjumlah 1670 memperlihatkan bahwa 84.3% responden memilih *Zoom, google Meet, Cisco, WebEx*, atau *Ms-Team* dengan *Zoom* menempati urutan pertama sebagai platform yang paling sering digunakan (Bhardwaj & Chaudhary, 2023). *Zoom* menjadi satu diantara platform yang sering dipakai sebagai media pembelajaran daring pada beberapa universitas di Indonesia. Hal ini dikarenakan *Zoom* dapat mengkombinasikan *video conference, chat, online meetings, dan mobile collaboration* dengan berbagai macam fitur yang menarik (Erna et al., 2022).

Penggunaan *Zoom* mendorong pelajar untuk terus berkolaborasi pada saat pembelajaran terlepas dari batasan tempat dan lokasi. Penilaian pada ujian *writing* di subjek Bahasa Inggris pada 30 pelajar di salah satu sekolah dengan menggunakan platform *Zoom* menunjukkan 85% responden lulus ujian. Kelulusan ujian tersebut mengindikasikan bahwa pelajar mampu menangkap materi secara efektif yang disampaikan oleh pengajar lewat *Zoom*. Pada penelitian yang sama pula, menunjukkan 90% responden menggunakan *Zoom* memudahkan pelajar untuk mengerti materi presentasi karena memiliki fitur yang menarik. Ketika pelajar memiliki ketertarikan tinggi dalam kelas, maka meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan perkembangan intelektual (Erna et al., 2022). Tidak hanya bagi pelajar, mahasiswa juga menggunakan *Zoom* untuk membantu dalam mempelajari *English Speaking* yang dilakukan oleh salah satu Universitas di Makasar. Pelajar dan pengajar memberikan respon positif seperti memberikan perhatian pada materi,

memperlihatkan antusiasme, dan menunjukkan sikap sopan dan santun pada pengajar ketika pembelajaran berlangsung. Fitur yang terdapat pada *Zoom* seperti kamera dan mikrofon memudahkan mahasiswa untuk memperlihatkan ekspresi pada saat Speaking berlangsung (Siregar et al., 2023). Penggunaan *Zoom* sebagai media pembelajaran daring meningkatkan kepuasan penggunaan teknologi dan informasi pada mahasiswa sesuai dengan perkembangan jaman saat ini. Mahasiswa dapat memperoleh informasi dan melakukan eksperimen serta aktivitas dalam lingkungan daring dengan menggunakan *internet-based* (Carmi, 2024).

Penelitian yang dilakukan tersebut menunjukkan beberapa kelebihan pembelajaran daring dengan platform *zoom* atau pembelajaran daring secara sinkronous, namun demikian terdapat beberapa kekurangan dari pembelajaran tersebut yaitu adanya kelelahan psikis atau fisik baik pada pengajar ataupun pelajar. Kelelahan akibat hal tersebut dikenal dengan fenomena *Zoom fatigue*. *Zoom fatigue* ialah Kelelahan bisa terjadi baik secara mental atau fisik akibat dari terlalu sering mengikuti konferensi video. Istilah *Zoom fatigue* tidak hanya berlaku untuk aplikasi *Zoom* saja, tetapi juga bisa dirasakan saat memakai aplikasi video call *WhatsApp*, *Skype*, *Google Meets*, *Facetime*, serta platform pembelajaran online lainnya. Walaupun beberapa mahasiswa sudah biasa memakai sistem pembelajaran daring, tetapi penggunaan *Zoom* dalam perkuliahan daring yang berlebihan akan mengakibatkan kelelahan. (Setiawati et al., 2022).

Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat prevalensi yang tinggi untuk memunculkan gejala *Zoom fatigue*. Pembelajaran daring dalam durasi yang

berkepanjangan terbukti menimbulkan banyak permasalahan bagi mahasiswa. Sekitar 18% mahasiswa kedokteran di University of California melaporkan adanya kelelahan digital sebagai akibat dari dampak negatif pembelajaran daring. Responden menyatakan bahwa kelelahan terberat saat dilakukannya sesi diskusi kecil yang seharusnya dirancang menjadi menarik namun malah menyebabkan hilangnya koneksi satu sama lain. Studi mengenai mahasiswa kedokteran di Thailand menjelaskan bahwa terdapat keterkaitan antara *Zoom fatigue* dengan munculnya depresi. Hubungan antara *Zoom fatigue* dengan depresi merupakan dampak dari kesepian dan isolasi sosial. Penggunaan *video conference* yang berkepanjangan akan meningkatkan isolasi sosial dan kesepian. Selain itu *Zoom fatigue* tidak hanya memunculkan depresi, namun juga bisa mengarah pada distress psikologis dan kualitas hidup yang rendah.(Charoenporn et al., 2024).

Berdasarkan penelitian terdahulu, pembelajaran daring yang dilakukan pada masa pandemi sangat tinggi sehingga memunculkan *Zoom fatigue*. Walaupun pandemi sudah selesai namun pembelajaran daring masih tetap dilakukan khususnya di Universitas Pendidikan Ganesha. Pembelajaran daring pada terkhususnya mahasiswa kedokteran juga masih dilakukan karena di Universitas Pendidikan Ganesha masih memberlakukan proses pembelajaran secara blended (campuran). Selain itu durasi pembelajaran mata kuliah kedokteran terbilang cukup padat dan memiliki durasi yang lama dengan menggunakan metode daring akan berpotensi menyebabkan *Zoom fatigue*. Sehingga penulis tertarik menjalankan studi berikut pada mahasiswa kedokteran UNDIKSHA

1.2 Rumusan Masalah

Bersumber pemaparan latar belakang, maka masalah yang hendak dikaji ialah apakah ada korelasi antara durasi pembelajaran daring dengan fenomena *Zoom fatigue* pada Mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dijalankannya studi berikut mencakup tujuan khusus dan umum yang meliputi:

a. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara durasi pembelajaran daring dengan fenomena *Zoom fatigue* pada Mahasiswa Prodi Kedokteran

b. Tujuan Khusus

Menganalisis hubungan antara durasi pembelajaran daring dengan fenomena *Zoom fatigue* pada Mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

1.4 Manfaat Penelitian

a. Bagi peneliti

Manfaat yang didapatkan pada studi berikut bagi peneliti ialah sebagai media untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan mengenai pemahaman tentang efek durasi pembelajaran daring, khususnya bagi mahasiswa kedokteran, dan memberikan kontribusi pada literatur mengenai *Zoom Fatigue*

b. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat yang didapatkan dalam penelitian tersebut bagi institusi pendidikan adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan memberikan rekomendasi kepada penyelenggara pendidikan mengenai pengelolaan pembelajaran daring atau *blended* sehingga mengurangi munculnya tanda dan gejala *Zoom fatigue*, meningkatkan kesadaran akan kesehatan fisik dan mental kepada mahasiswa, serta sebagai saran dalam perumusan kebijakan terkait metode dan waktu pengajaran yang efisien.

c. Bagi Masyarakat

Manfaat yang didapatkan dalam penelitian tersebut bagi masyarakat adalah dapat menambah wawasan masyarakat mengenai dampak dari pembelajaran atau kegiatan dalam jaringan terhadap kelelahan atau stress yang dapat dialami oleh individu, sehingga masyarakat dapat membuat tindakan-tindakan pencegahan ataupun promosi mengenai durasi kegiatan dalam jaringan yang sesuai agar tidak muncul dampak negatif yang tidak diharapkan.