

	Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling	Vol 11, No 2, 2024
	Tersedia di https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK e-ISSN 2828-2965 p-ISSN 2548-4311	hlm. 117—125

Student Anxiety In Online Learning During The Covid-19 Pandemic

Fiona Adipa Putri^{1*}, Linda Yarni², Alfi Rahmi³, Budi Santosa⁴

¹²³⁴Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia

*Penulis koresponden, e-mail: fiona.adifaputri.00@gmail.com

Abstract: This research is motivated by the things that students feel in online learning during the pandemic (Covid-19) such as nervousness, excessive sweating, sweaty palms, dry mouth, frequent nightmares, palpitations, difficulty concentrating, feeling anxious, feeling inadequate, restless, having trouble sleeping at night, irritability, which are some of the things that happen when someone experiences anxiety. The purpose of this study was to determine the anxiety felt by third semester students of the Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi while doing online learning during the pandemic (Covid-19). This study used field research in a qualitative descriptive form, the key informants were third semester counseling guidance students and the supporting informants were the students' parents. The data collection technique used was interview using snowball sampling. Data processing using the method of data reduction, data presentation, and data verification. Based on the results of the study, it can be concluded that the student anxiety in online learning during the pandemic (Covid-19) at UIN Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi are from the family environment, from the social environment, difficult internet networks, studying while working, limited learning media, inability to complete assignments and limited access and resources.

Keywords: Anxiety, Online Learning, Covid-19

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya hal-hal yang dirasakan mahasiswa dalam pembelajaran daring dimasa pandemi (Covid-19) seperti gugup, keluar keringat berlelehan, telapak tangan berkeringat, mulut terasa kering, sering mimpi buruk, jantung berdebar-debar, sulit berkonsentrasi, merasa was-was, merasa tidak mampu, gelisah tidak menentu, sulit tidur di malam hari, mudah tersinggung, yang merupakan beberapa hal yang terjadi ketika seseorang mengalami kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa semester tiga Program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas tarbiyah dan Ilmu keguruan UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi saat melakukan pembelajaran daring selama pandemi (Covid-19). Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (field research) dalam bentuk deskriptif kualitatif, informan kunci adalah mahasiswa bimbingan konseling semester tiga dan yang menjadi informan pendukung adalah orangtua mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara menggunakan snowball sampling. Pengolahan data dengan metode reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring dimasa pandemi (Covid-19) di UIN Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi adalah dari lingkungan keluarga, dari lingkungan sosial, susah nya jaringan internet, kuliah sambil bekerja, keterbatasan media belajar, tidak mampu menyelesaikan tugas, dan keterbatasan akses dan sumber.

Kata kunci: Kecemasan, Pembelajaran Daring, Covid-19

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 telah membawa perubahan besar dalam kehidupan mahasiswa, termasuk transisi ke pembelajaran daring. Hal ini dapat memicu berbagai macam kecemasan, seperti: Kecemasan akademik, ketakutan akan kesulitan belajar, nilai buruk, dan ketidakmampuan mengikuti pelajaran. Kecemasan sosial, rasa tidak nyaman dalam berinteraksi dengan teman dan guru secara virtual. Kecemasan teknologi, kesulitan mengakses dan menggunakan platform pembelajaran daring. Kecemasan terkait kesehatan, kekhawatiran tentang kesehatan diri sendiri dan keluarga. Kecemasan yang tinggi dapat mengganggu konsentrasi, motivasi, dan kemampuan belajar mahasiswa. Hal ini dapat berdampak negatif pada prestasi akademik mereka. Kecemasan yang tidak tertangani dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa.

Saat ini dunia sedang menghadapi wabah pandemi Covid-19. Virus Corona atau sindrom pernafasan akut parah Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus baru. COVID-19 yang dapat menular dengan mudah hal ini dikarenakan penyebaran virus ini dapat ditularkan melalui air liur atau ingus yang keluar dari seseorang yang positif Covid-19. Kasus pertama kali dilaporkan pada Desember 2019 di Wuhan, Provinsi Hubei, China. Pasien dengan COVID-19 dapat berkembang ke tahap yang parah, yang ditandai dengan gangguan pernapasan akut, syok septik, asidosis metabolik yang sulit disembuhkan, dan disfungsi perdarahan (Rosyad et al, 2021; Timah, 2021).

Kebudayaan virus Corona yang mewabah hampir merata di seluruh dunia tercatat di kurang lebih 215 negara termasuk di Indonesia (Gusty, 2020; Subakti & Prasetya, 2021). Virus Corona sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Isolasi, pembatasan sosial dan memaksakan perubahan total pada lingkungan psikososial di negara-negara yang terkena dampak. Menurut WHO, virus Covid-19 ditularkan selama kontak dekat melalui pernafasan (seperti batuk) dan muntah. Oleh karena itu, untuk membatasi penularan virus, WHO terus menganjurkan untuk sering mencuci tangan menggunakan pelindung pernapasan, membersihkan dan mendisinfeksi permukaan secara rutin, menjaga jarak fisik, dan menghindari orang yang demam atau memiliki gejala pernapasan.

Pencegahan penyebaran virus Covid-19 menjadi tantangan bagi siapa saja, hal ini disebabkan tingginya kemampuan penularan virus dan belum adanya vaksin serta pengobatan yang jelas untuk penyembuhannya. Sehingga penyakit Covid-19 bisa dianggap sebagai “badai sempurna” untuk meningkatkan tekanan emosional seseorang. Dalam waktu sesingkat itu, semuanya berubah dimana hampir seluruh wilayah di Indonesia terkena dampak wabah Covid-19, pemerintah kemudian mengambil tindakan tegas dan membatasi ruang gerak masyarakat terutama dalam dunia pendidikan (Hardiyati, 2020; Noer et al., 2021).

Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan bahwa seluruh kegiatan belajar mengajar di sekolah dan kampus universitas menggunakan metode daring sebagai upaya pencegahan perkembangan dan penyebaran penyakit Covid-19. Pembelajaran daring diterapkan dengan berbagai cara oleh para pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi virus Corona (Mendikbud, 2020).

Kebijakan belajar dari rumah merupakan bentuk pemerintah untuk tetap mencerdaskan kehidupan generasi bangsa di tengah pandemi Covid-19. Pembelajaran di rumah membuat pendidik dan peserta didik berinteraksi secara sinkron maupun asinkron. Interaksi sinkron memungkinkan pendidik dan peserta didik berinteraksi pada waktu dan tempat yang sama meskipun berada di tempat yang berbeda, sedangkan asinkron memungkinkan pendidik dan peserta didik berinteraksi pada waktu dan tempat yang berbeda (Nana, 2019; Priyono et al., 2021).

Pembelajaran online memiliki beberapa kelebihan dan kekurangan dalam penerapannya. Pembelajaran daring membuat kegiatan belajar mengajar dapat diakses dari berbagai waktu dan tempat. Penggunaan media online juga memungkinkan untuk memperoleh informasi yang lebih luas melalui internet. Pemanfaatan teknologi ini dinilai sangat membantu pelaksanaan pembelajaran di masa pembatasan sosial di masa pandemi Covid-19 (Oktawirawan, 2020; Baety & Munandar, 2021).

Namun tidak dipungkiri ada kendala yang terjadi selama proses pembelajaran dilakukan secara daring. Kelemahan pembelajaran daring terkait dengan penguasaan terhadap mahasiswa dan cara penyampaian serta penyajian materi pembelajaran.

Kegagapan para pendidik, stresnya orang tua dalam mendampingi anaknya belajar di rumah dan kebingungan para mahasiswa dalam menghadapi metode pembelajaran daring disertai dengan tumpukan tugas yang menimbulkan keresahan (Harefa et al, 2020). Tugas belajar menjadi faktor utama penyebab kecemasan mahasiswa selama pandemi Covid-19 (Sahrani, 2021).

Kecemasan mempengaruhi hasil belajar, karena kecemasan dapat menurunkan kemampuan berkonsentrasi, menurunkan daya ingat dan berbagai macam gangguan sistem saraf. Kecemasan merupakan gangguan psikologis yang dialami banyak orang. Dalam bahasa Arab dikatakan bahwa jika ada sesuatu yang gelisah maka ia akan berpindah tempat.

Kecemasan pada dasarnya selalu ada dalam setiap kehidupan manusia, terutama ketika menghadapi hal-hal baru atau adanya suatu konflik. Kecemasan akan datang pada siapa saja, kapan saja dan dimana saja. Akan tetapi, tingkat kecemasan setiap orang berbeda-beda, meskipun dihadapkan pada masalah atau kondisi yang sama tetapi akan dimaknai berbeda, hal ini disebabkan sifat kecemasan yang subjektif. Kecemasan pada tingkat dan kualitas tertentu memiliki fungsi adaptif dan konstruktif untuk kelangsungan hidup individu dalam lingkungan yang berubah (Hadi, 2008).

Kecemasan adalah perasaan ketidakpastian, kecemasan, ketakutan, atau ketegangan yang dialami seseorang sebagai respons terhadap objek atau situasi yang tidak diketahui. Keputusan "melawan atau lari" dibuat oleh seseorang dalam upaya untuk mengatasi konflik, stres, trauma, atau frustrasi (Ekawarna, 2018).

Menurut Nevid, Rathus & Greene, kecemasan berkaitan erat dengan masa depan karena kecemasan merupakan kondisi emosional dari kekhawatiran dan ketakutan individu terhadap situasi yang akan datang. Jika kecemasan tentang masa depan telah muncul pada individu yang dapat mempengaruhi kognisi, sikap dan perilaku mereka. Kecemasan tentang masa depan pada tingkat kognitif, kecemasan tentang masa depan dapat menyebabkan penurunan harapan individu terhadap hasil positif dari tindakan mereka, sehingga mengurangi keberhasilan. Seseorang yang mengalami kecemasan biasanya hanya bergantung pada hubungan sosial untuk membantu menjamin masa depannya (Swarjana et al, 2022).

Kecemasan berkepanjangan yang terjadi terus menerus dapat menimbulkan stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian dari stres yang dialami mahasiswa. Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia ketika dihadapkan pada hal-hal yang dirasa sudah melewati batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Setiap manusia memiliki pengalaman stres bahkan sebelum manusia dilahirkan. Stres akademik adalah tekanan atau ketegangan mental dan emosional yang terjadi sebagai akibat dari tuntutan kehidupan kampus (Oktariani et al., 2021; Tasalim & Cahyani, 2021).

Sumber stres akademik meliputi: situasi monoton, kebisingan, tugas terlalu banyak, harapan berlebihan, ambiguitas, kurangnya kontrol, situasi berbahaya dan kritis, tidak dihargai, diabaikan, kesempatan hilang, peraturan membingungkan, tuntutan bertentangan, dan tenggat waktu kursus (Dwidiyanti, 2018). Pada tingkat stres sedang hingga berat dapat menghambat pembelajaran. Meningkatnya jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berdampak pada indeks prestasi mahasiswa. Masalah yang dialami mahasiswa jika tidak segera diatasi dapat menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius seperti depresi (Wibowo, 2021). Depresi dapat menimbulkan manifestasi psikomotorik berupa keadaan gairah, semangat, aktivitas dan produktivitas kerja yang cenderung menurun, konsentrasi dan daya pikir melambat (Anissa, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada hari Sabtu tanggal 16 Oktober 2021 dimana wawancara dilakukan kepada beberapa mahasiswa semester tiga jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi yang memiliki pengalaman dalam pembelajaran daring, mahasiswa mengatakan bahwa ada beberapa hal yang dirasakan mahasiswa selama melakukan pembelajaran daring antara lain gugup, keringat berlebih, telapak tangan berkeringat, mulut kering, jantung berdebar, gelisah saat ada

yang tidak beres, sulit tidur di malam hari, mimpi buruk, mengalami sulit berkonsentrasi, selalu gelisah, mudah tersinggung, merasa tidak mampu, itulah beberapa hal yang terjadi saat mengalami kecemasan.

Sementara itu, dari hasil wawancara dengan orang tua mahasiswa berinisial Ibu M, 41 tahun yang anaknya mengikuti pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 pada Minggu, 17 Oktober 2021 mengatakan secara daring. pembelajaran, orang tua melihat anaknya selalu tegang saat akan memulai belajar daring, sering gelisah, anak bercerita tentang gugup saat akan memulai belajar daring, gelisah dan gelisah, sulit berkonsentrasi, dan bahkan mengatakan bahwa anak-anak mereka kebanyakan di kamar dan jarang keluar.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada beberapa mahasiswa yang menjalani proses pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami rasa gugup, keringat berlebih, telapak tangan berkeringat, mulut kering, ketakutan, tegang, mudah tersinggung, jantung berdebar, dan sulit berkonsentrasi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan ini, maka perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 melalui penelitian deskriptif kualitatif.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (field research) dalam bentuk deskriptif kualitatif, yaitu menggambarkan peristiwa atau fakta, keadaan, fenomena yang terjadi di lapangan menurut apa adanya (Anggito & Setiawan, 2018). Tempat penelitian UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Program Studi Bimbingan dan Konseling. Informan penelitian dalam penelitian ini berkaitan dengan langkah-langkah yang dilakukan peneliti sehingga memperoleh data dan informasi. Key Informan Mahamahasiswa semester III Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi terkait proses pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19). Informan Pendukung Orang tua mahamahasiswa semester III Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. yang mengikuti proses pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19). Teknik pengumpulan data dengan observasi dan wawancara (Lubis, 2018). Teknik analisis data yaitu melalui reduksi data, penyajian data, verifikasi data (Gunawan, 2015). Untuk menguji keabsahan data, peneliti menggunakan teknik triangulasi dengan sumber data (Sugiyono, 2010). Triangulasi data adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain, dan juga untuk keperluan pemeriksaan atau sebagai pembandingan data. Tingualisasi dengan sumber data berarti membandingkan dan memeriksa kembali tingkat kepercayaan terhadap informasi yang diperoleh melalui waktu dan metode yang berbeda dalam metode kualitatif yang dilakukan dengan cara (Sodik, 2015).

HASIL

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Faktor Lingkungan Keluarga

a. Ketidak pedulian orang tua terhadap anak

Hasil penelitian: berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diketahui bahwa orangtua yang jarang berkomunikasi dengan anaknya, acuh tak acuh selama anaknya belajar daring, dan tidak mau tau dengan kondisi anaknya membuat mahamahasiswa merasa cemas selama melakukan pembelajaran daring.

b. Suasana rumah yang tidak damai

Hasil penelitian: berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diketahui bahwa suasana rumah yang selalu ribut seperti diganggu suara bising, tangisan adik yang masih kecil, orang orang rumah yg selalu bertengkar dan tak pernah tenang selama melakukan pembelajaran

daring membuat mahasiswa menjadi cemas selama melakukan pembelajaran daring dimasa pandemi (Covid-19).

Faktor Lingkungan Sosial yang Buruk

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dapat diketahui bahwa tetangga dan orang-orang sekitar rumah yang tidak mau tau saat mahasiswa belajar seperti menghidupkan musik yang kuat dari pagi sampai larut malam membuat mahasiswa merasa cemas dikarenakan mahasiswa sulit berkonsentrasi dan mendengarkan apa yang disampaikan dosen maupun materi tentang materi pembelajaran yang dibahas, dan lingkungan sosialnya tidak mau tau dan tidak peduli dengan itu.

Faktor Susahnya Jaringan Internet

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan mahasiswa banyak merasakan kecemasan selama belajar daring dikarenakan jaringan internet yang sangat sulit ditemukan dikampung saat belajar sehingga ada beberapa mahasiswa harus pergi ketempat-tempat khusus yang jaraknya jauh dari kampung untuk mendapatkan jaringan dan bisa melanjutkan pembelajaran sebagaimana mestinya. Dan adapun beberapa mahasiswa yang menggunakan wifipun masih kesulitan dikarenakan banyak orang yang memakai sehingga jaringan lelet dan mahasiswa tidak dapat menerima penjelasan secara maksimal dan jelas. Kendala lain yang dirasakan mahasiswa adalah sulit mengirimkan tugas bahkan tidak berhasil mengirim tugasnya, terlambat mengikuti kelas belajar atau bahkan terlambat untuk ujian, kesulitan mendengarkan penjelasan materi yang dipaparkan dosen saat perkuliahan berlangsung karena tidak jelas dan bahkan tidak bisa dilihat.

Kuliah Sambil Bekerja

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa keadaan mahasiswa yang sedang berada dirumah harus bisa membagi waktu antara belajar, membantu orang tua dan bekerja saat melakukan pembelajaran daring. Yang membuat mahasiswa merasakan kecemasan adalah membagi waktu antara mengerjakan tugas dan terus bekerja dalam waktu yang bersamaan dan mahasiswa sering merasa kewalahan karena harus tetap mengerjakan tugas kuliah bekerja seperti menjaga toko, melayani pembeli, memasak, menjaga adik, bekerja dengan orang lain, melakukan pekerjaan rumah .

Keterbatasan Media Belajar

Wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana yang kurang memadai juga menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring dimasa pandemi (Covid-19) dimana masih ada mahasiswa yang belum memiliki laptop maupun handphone yang memadai untuk belajar dan masih ada mahasiswa yang belajar tidak memiliki gedung maupun ruangan khusus bahkan belajar diatas tanah karena masih ada beberapa mahasiswa yang harus pergi ke perbukitan untuk mendapatkan jaringan dan terus bisa melanjutkan perkuliahannya.

Ketidak Mampuan Mengerjakan Tugas

Wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merasa cemas dikarenakan tugas kuliah yang banyak seperti membuat resume, membuat laporan, pergi kelapangan, dan tugas lain sebagainya yang sebelumnya tidak pernah mengerjakan tugas sebanyak itu sehingga mahasiswa kewalahan dan tidak mampu menyelesaikan tugasnya tepat waktu.

Keterbatasan Akses dan Sumber

Wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merasa cemas dikarenakan kurangnya akses dan sumber, dimana dikampung sebagian mahasiswa belum ada perpustakaan terdekat, dicari diinternet jaringanpun tidak memadai dan mahasiswa merasa takut apabila bertanya kembali kepada dosen. Sehingga mereka merasa cemas apabila

tugas yang dikerjakan salah atau tidak sesuai dengan apa yang diminta. Selain itu mahasiswa merasa selama penyampaian materi secara daring membuat mereka kurang paham dan kurang mengerti apa yang dimaksudkan sehingga pembelajaran tidak maksimal.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di UIN Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi, terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa saat melakukan pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19). Seperti: faktor dari lingkungan keluarga dengan indikator ketidakpedulian orang tua terhadap anaknya dan suasana rumah yang tidak damai, faktor dari lingkungan sosial dengan indikator lingkungan sosial yang kurang baik, faktor lain seperti sulitnya koneksi internet, bekerja sambil belajar, infrastruktur yang kurang memadai, tugas yang menumpuk dan mahasiswa yang tidak memahami materi pembelajaran selama pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19).

Menurut teori Musfir Az-Zahrani, faktor yang mempengaruhi kecemasan dari lingkungan keluarga adalah kondisi yang kurang damai atau penuh pertengkaran dan kurangnya perhatian orang tua terhadap anaknya dapat menimbulkan kecemasan pada anak ketika berada di rumah (Wihartati, 2022; Ritonga, 2018).

Hasil penelitian lapangan untuk memperkuat teori peneliti ditemukan orang tua yang jarang berkomunikasi dengan anaknya, cuek saat anaknya belajar daring, dan tidak mau tahu kondisi anaknya, suasana rumah yang tidak pernah damai atau selalu heboh membuat mahasiswa merasa cemas saat melakukan pembelajaran daring.

Hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa selama pembelajaran daring dari lingkungan keluarga dipengaruhi oleh sikap orang tua terhadap anaknya karena orang tua yang tidak peduli, acuh tak acuh, dan suasana rumah yang selalu ribut membuat anak merasa cemas saat melakukan pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19). Dari teori Musfir Az-Zahrani disebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam lingkungan sosial adalah jika individu berada pada lingkungan yang buruk maka individu tersebut menimbulkan perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan berbagai pandangan buruk di mata masyarakat, sehingga itu dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan muncul karena adanya penolakan dari masyarakat menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru untuk dihadapi.

Berdasarkan hasil penelitian untuk memperkuat teori, ditemukan bahwa lingkungan sosial yang buruk memang menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan, seperti tetangga yang tidak mau tahu ketika mahasiswa yang berada di dekat rumahnya sedang belajar, sering berpaling. pada musik yang keras dari pagi hingga larut malam, sehingga mahasiswa sulit berkonsentrasi dan mendengarkan apa yang disampaikan dosen tentang materi pembelajarannya.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian lapangan dapat dianalisis bahwa lingkungan sosial juga menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19), misalnya mahasiswa yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, mahasiswa yang jarang diajak bicara oleh tetangga mereka dan kesulitan berkomunikasi dengan teman mereka saat belajar online.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah sulitnya jaringan internet (Citraningsih & Wiranata, 2022; Syarif, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pandu Aseta dan Mahasiswanto dalam jurnal Ilmiah Keperawatan, mahasiswa yang rumahnya berada di pelosok desa lebih merasa cemas karena tidak mendapatkan jaringan internet atau sinyal yang stabil, terutama saat dosen meminta pelajaran disampaikan melalui liputan video (Aseta, 2021). Hal senada juga diungkapkan oleh Yuliana Tola'ba, Marlin dan Medelin Sumarni yang menyatakan bahwa kecemasan dipengaruhi karena tidak semua mahasiswa memiliki akses internet yang baik. Sebagian besar mahasiswa tersebut kembali ke kampung halamannya masing-masing dan sebagian rumahnya berada di daerah terpencil sehingga mengalami gangguan sinyal, jika ada sinyal yang diterima sangat lemah. Keterbatasan layanan jaringan internet membuat mahasiswa resah jika ada masalah selama proses

pembelajaran. Kendala yang dimaksud adalah tugas yang sulit terkirim atau bahkan gagal terkirim, terlambat masuk kelas atau ujian, dan kesulitan mendengarkan materi yang dijelaskan dosen dengan jelas selama proses perkuliahan (Tola'ba et al, 2022; Ishak et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian untuk memperkuat teori peneliti menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi (Covid-19) karena jaringan internet sangat sulit ditemukan di desa saat belajar daring sehingga mahasiswa harus pergi ke khusus lokasi yang cukup jauh dari rumah hanya untuk mendapatkan jaringan internet agar bisa terus belajar sebagaimana mestinya. Sedangkan untuk mahamahasiswa yang menggunakan wifi di desa masih kesulitan karena jaringannya kurang bagus dan masih dikatakan lambat karena banyak yang menggunakannya. Dari teori dan hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa jaringan internet sangat dibutuhkan saat mahamahasiswa melakukan pembelajaran daring. Banyak mahamahasiswa yang merasa cemas karena datang terlambat, sulit mengirim tugas bahkan tidak bisa melanjutkan kuliah.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan mahamahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah belajar sambil bekerja. Hasil penelitian Yuliana Tola'ba, Marlin dan Medelin Sumarni menyatakan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh kondisi responden saat berada di rumah, dimana responden harus tetap membagi waktunya antara belajar dan membantu pekerjaan orang tua di rumah (Tola'ba et al, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan yang memperkuat teori, ditemukan bahwa belajar sambil bekerja merupakan faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19), dimana mahasiswa dituntut untuk bekerja dan melaksanakan kuliah sekaligus, seperti harus tetap mengerjakan tugas kuliah dan tetap bekerja, seperti menjaga toko, menjaga adik, mengerjakan pekerjaan rumah sehingga mahamahasiswa merasa kewalahan. Dari teori dan hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan mahamahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah mahamahasiswa kesulitan membagi waktunya antara mengerjakan tugas kuliah dan tetap bekerja pada waktu yang bersamaan. Dari hasil penelitian Pandu Aseta dan Mahasiswanto dalam Jurnal Ilmiah Keperawatan menyebutkan bahwa pembelajaran daring juga membutuhkan media yang memadai seperti (laptop/handpone) agar pembelajaran daring berjalan lancar (Aseta, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan untuk memperkuat teori bahwa sarana dan prasarana yang kurang memadai juga menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) dimana masih ada mahasiswa yang tidak memiliki laptop atau handphone yang memadai dan masih ada mahasiswa yang belajar tanpa gedung atau ruangan khusus karena masih ada mahasiswa yang harus pergi ke bukit untuk melanjutkan studinya. Dari teori dan hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan mahamahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah kurangnya fasilitas yang memadai selama perkuliahan seperti tidak adanya tempat untuk melanjutkan perkuliahan, dan adanya masih mahamahasiswa yang belum memiliki laptop dan handphone yang memadai.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam pembelajaran daring pada masa pandemi selanjutnya (Covid-19) adalah tugas yang menumpuk, hasil penelitian (Fitriani et al., 2022). Menyatakan bahwa tuntutan untuk menguasai materi membuat mahamahasiswa semakin stress, tugas mata kuliah yang banyak dan deadline pengumpulan yang dekat menjadi salah satu faktor yang meningkatkan kecemasan (Fitriani et al, 2022; Pertiwi, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian lapangan untuk memperkuat teori, peneliti menemukan bahwa mahamahasiswa merasa cemas karena banyaknya tugas mata kuliah seperti membuat resume, membuat laporan dan lain sebagainya dimana mahamahasiswa belum pernah melakukan pekerjaan sebanyak itu sebelumnya. Dari teori dan hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah tugas yang menurut mahasiswa terlalu banyak sehingga membuat mahasiswa menjadi kewalahan dan kewalahan.

Faktor terakhir yang mempengaruhi kecemasan dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah ketidakpahaman terhadap materi pembelajaran hasil penelitian

(Fitriani et al., 2022). Menyatakan kuliah daring sangat dirasakan mahamahasiswa mulai dari ketidakmampuan mahamahasiswa bertanya kepada dosen tentang materi dan jarang ada penjelasan lebih lanjut dari dosen terkait materi kuliah daring.

Berdasarkan hasil penelitian lapangan untuk memperkuat teori peneliti menemukan mahamahasiswa merasa cemas karena tidak memahami materi pembelajaran dan karena tidak memahami apa yang disampaikan oleh dosen, merasa takut jika ingin bertanya lagi kepada dosen, dosen, dan khawatir tugas yang dikerjakan salah atau tidak sesuai. Dari teori dan hasil penelitian di lapangan dapat dianalisis bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah mahasiswa yang kurang memahami materi pembelajaran dan tidak dapat memahami sepenuhnya penyampaian materi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi (Covid-19) adalah: dari lingkungan keluarga, adanya ketidaktahuan orang tua terhadap anaknya dan suasana di rumah yang tidak tenteram, dari lingkungan pergaulan yaitu lingkungan pergaulan yang buruk seperti tetangga yang suka ribut, menyalakan musik terlalu keras, dan tetangga yang tidak mengajak berkomunikasi, sulitnya jaringan internet dimana masih banyak mahamahasiswa yang masih kesulitan mendapatkan akses jaringan internet khususnya mahamahasiswa yang tinggal di pedesaan, belajar sambil bekerja juga menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan dimana mahamahasiswa gelisah dan kewalahan karena harus tetap bekerja dan mengerjakan tugas kuliah, sarana dan prasarana yang kurang memadai seperti tidak memiliki tempat belajar dan tidak memiliki fasilitas seperti handphone dan laptop, tugas menumpuk seperti pengungkit resume, laporan tugas dan tugas lainnya serta tidak memahami materi pembelajaran.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Anissa, M. (2022). *Kualitas Hidup: Study Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK)*. Padang: Penerbit Adb.
- Aseta, P. (2021). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahamahasiswa Dalam Tugas Akhir Masa Pandemi Covid-19. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1), 31-40.
- Baety, D. N., & Munandar, D. R. (2021). Analisis efektifitas pembelajaran daring dalam menghadapi wabah pandemi covid-19. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 880-989.
- Citrarningsih, D., & Wiranata, R. R. S. (2022). Analisis SWOT pembelajaran daring era pandemi covid-19 pada sekolah dasar. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 22(1), 21-40.
- Dwidiyanti, M., & Wiguna, R. I. (2018). *Mindfulness untuk Self-Care*. UNDIP Press.
- Ekawarna, E. (2018). *Manajemen Konflik dan Stress*. Jakarta Timur: PT Bumi Askara.
- Fitriani, W., Asmita, W., Hardi, E., Silvianetri, S., & David, D. (2022). Kuliah Daring: Tingkat Stres Akademik pada Mahamahasiswa dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(01), 147-176.
- Gunawan, I. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Gusty, S., Nurmia, N., Muliana, M., Sulaiman, O. K., Ginantra, N. L. W. S. R., Manuhutu, M. A., ... & Warella, S. Y. (2020). *Belajar mandiri: Pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19*. Yayasan Kita Menulis.
- Hadi, K. (2008). *Doa-Doa Patah Hati*. Depok: Pt Lingkar Pena Kreativa.
- Hardiyati, H. (2020). *Kecemasaansaat pandemic Covid-19*. Gowa: Jariahpublsing Intermedia
- Harefa, D., Ndruru, M., Ndraha, L. D. M., & SS, M. P. (2020). *Teori Model Pembelajaran Bahasa Inggris Dalam Sains*. Insan Cendekia Mandiri.
- Ishak, P., Salam, K. N., Yadewani, D., Harefa, S., Handayani, R., Habibie, A., & Dania, R. (2020). *Kuliah Daring: kisah mengajar saat pandemi*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- Lubis, M. S. (2018). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish

- Mendikbud, M. (2020). *Pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah untuk mencegah penyebaran Covid-19*. Jakarta: Mendikbud
- Nana, N. (2019). *Efektifitas model Pembelajaran Poe2we dalam Menunjang Jarak Jauh di Era Revolusi Industri 4.0*. Klaten: Lakeisha.
- Noer, R. M., Syamsul, M., Ningrum, P. T., Syarifah, S., Yermi, Y., Perwiraningrum, D. A., ... & Mulianingsih, M. (2021). *Strategi dalam Menghadapi Tantangan Kesehatan Pasca Pandemi COVID-19*. Cirebon: Penerbit Insania.
- Oktariani, I. S., Sofah, R., & Putri, R. M. (2021). Tingkat stress akademik mahamahasiswa dalam pembelajaran daring pada periode pandemi Covid-19. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 1(1), 17-24.
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Mahasiswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541-544.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh stres akademik dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738-749.
- Priyono, H., Enshanty, Y., Yulianti, T., & Heriyanto, D. (2021). *Resonansi Pemikiran ke-12: Model Pembelajaran dan Profesionalitas Pengajar Geografi di Masa Pandemi (Kumpulan Artikel dan Opini di Media Massa Januari–Maret 2021)*. Jawa Tengah: Muhammadiyah University Press.
- Ritonga, A. I. S. (2018). *Dampak perceraian orangtua terhadap psikologis anak (studi kasus di Desa Pasar Sipiongot Kecamatan Dolok Kabupaten Padang Lawas Utara)* (Doctoral dissertation, IAIN Padangsidimpuan).
- Rosyad, Y. S., Wulandari, S. R., Veri, N., Sari, I. N., Susanti, S., & Yunita, P. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Psikologis Perempuan Hamil.
- Sahrani, R., Mawarpury, M., & Nisa, H. (Eds.). (2021). *Tinjauan Pandemi Covid-19 Dalam Psikologi Perkembangan*. Syiah Kuala University Press.
- Sodik, S. S. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publising.
- Subakti, H., & Prasetya, K. H. (2021). Analisis Pembelajaran Daring Bahasa Indonesia Melalui Pemberian Tugas Pada Mahasiswa Kelas Tinggi SDN 024 Samarinda Utara. *Jurnal Basataka (JBT)*, 4(1), 46-53.
- Sugiyono, S. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Swarjana, I. K., Persepsi, S., & Kecemasan, N. (2022). Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi COVID-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh Kuesioner. Yogyakarta: ANDI.
- Syarif, M. U. (2021). Pembelajaran Bahasa Arab Daring Berbasis Strategi Karrison Di Masa Pandemi Covid-19. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(2), 116-132.
- Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres akademik dan penanganannya*. Banjarmasin: Guepedia.
- Timah, S. (2021). Hubungan Penyuluhan kesehatan dengan Pencegahan covid 19 di Kelurahan kleak kecamatan Malalayang Kota Manado. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 3(1), 7-14.
- Tola'ba, Y., Merlin, M., & Sumari, M. (2022). Dampak metode pembelajaran daring terhadap kecemasan mahamahasiswa selama masa pandemi Covid 19. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), 24-30.
- Wibowo, T. (2021). *Pandemi Covid-19 ” Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia dan Lingkungan*. Semarang: Graf Literature
- Wihartati, W. (2022). *Psikologi Kesehatan Berbasis Unity of science*. Jawa Tengah: Lawwana.