

SKRIPSI

**HUBUNGAN METODE PEMBELAJARAN *BLENDED*
LEARNING DENGAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA BARU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
DI MASA PANDEMI**



DEVIANTI

B0218329

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
2023**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (2020) telah menyatakan bahwa *COVID-19* merupakan pandemi global terhitung sejak Maret 2020, Pandemi *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* pertama kali terjadi di wilayah Wuhan, China. Kasus positif *COVID-19* di Indonesia pertama kali dideteksi pada tanggal 2 Maret 2020, ketika dua orang terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang. Pada tanggal 9 April 2020, pandemi sudah menyebar ke 34 provinsi (Kemenkes RI, 2021).

Menurut *WHO* (2022) , hingga saat ini kasus global per 20 September 2022 sebanyak 609.848.852 kasus terkonfirmasi dan 6.507.002 kasus meninggal, dan di Indonesia sendiri kasus per 20 September 2022 terdapat 6.412.944 terkonfirmasi dengan kasus meninggal sebanyak 157.930 orang, menurut Pantau *COVID-19* Sulawesi Barat per 21 September 2020 sebanyak 15.600 kasus terkonfirmasi, 15.201 sembuh dan 394 kasus meninggal. Sedangkan di kabupaten Majene 1.409 kasus terkonfirmasi, 1.359 sembuh dan 48 kasus meninggal.

Saat ini Indonesia masih dalam kondisi pandemi *COVID-19*, dengan banyaknya tren indikator pengendalian pandemic yang terus menunjukkan ke hal yang positif, Indonesia sudah mulai bersiap-siap membuat langkah menuju ke arah endemi (SehatNegeriku.kemendes.go.id)

Dengan melihat data kasus *COVID-19* yang sudah mulai menurun dinas pendidikan dan kebudayaan mengeluarkan kebijakan baru tentang kebijakan melaksanakan proses pendidikan dengan syarat harus dipenuhi (Nabila, 2022), seperti dalam Surat himbauan Kepala Puskesmas Lembang Kabupaten Majene Nomor 430.4/PKM.LB/1591/X/2022 Tanggal 7 Oktober 2022 tentang pelaksanaan system perkuliahan yaitu : Terapkan protokol kesehatan saat ke kampus dengan menggunakan masker, Menjaga jarak aman sekitar 1 meter adalah protokol kesehatan yang dapat diterapkan saat ke kampus, Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir termasuk dalam protokol kesehatan yang harus dilaksanakan, *Hand sanitizer* dengan

kandungan alkohol minimal 60% bisa digunakan untuk mengganti sabun cuci tangan, Hindari Penggunaan alat pribadi secara bersamaan, Setiap orang dapat menjadi *carrier* virus corona. Oleh karena itu, menghindari kerumunan adalah salah satu strategi mencegah penyebaran virus. Dan bila memungkinkan menggunakan metode daring dulu untuk mata kuliah yang bermuatan Teori dan Luring Terbatas untuk mata kuliah Lab skill .

Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan bahwa dalam pencegahan terhadap perkembangan & penyebaran *COVID-19*, Kementerian memberlakukan pembelajaran secara jarak jauh atau Daring namun seiring berjalannya waktu metode pembelajaran Daring dinilai tidak efektif karena memiliki beberapa hambatan yaitu koneksi internet mahasiswa yang kurang stabil sehingga mahasiswa sulit menangkap materi yang disampaikan, mahasiswa kurang mampu memahami materi melalui penyampaian secara zoom, google meet dan sebagainya. Dengan melihat permasalahan maka pemerintah Indonesia kemabali mengeluarkan kebijakan pendidikan tentang metode pembelajaran *blended learning* (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Menurut Husamah (2014) dalam Syarhil dkk (2019), *blended learning* merupakan pembelajaran yang menggabungkan berbagai cara penyampaian, model pengajaran, serta berbagai media teknologi yang beragam. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan menjadi pembelajar yang aktif dan dapat memahami materi. *blended learning* adalah proses pembelajaran yang mengombinasikan dua model pembelajaran yaitu daring dan luring Misalnya untuk satu pekan mahasiswa diberikan materi secara *online* yang mengharuskan mahasiswa untuk memahami dan mencari tahu materi yang telah disampaikan oleh mentor dan kemudian memaparkan materi yang telah didapat baik melalui keterampilan (lab skil), persentasi, diskusi kelompok dan sebagainya

Namun seperti metode pembelajaran yang lain, metode pembelajaran *Blended Learning* juga memiliki beberapa kendala. Kendala pertama adalah media yang digunakan sangat beragam, sehingga sulit diterapkan pada kampus atau sekolah yang memiliki sarana dan prasarana terbatas

(Rachmah, 2019). Kedua adalah minimnya pengetahuan tentang penggunaan teknologi oleh pengajar dan peserta pembelajaran. Ketiga adalah fasilitas yang dimiliki oleh peserta pembelajaran yang tidak merata, karena pembelajaran ini membutuhkan koneksi jaringan yang memadai. Kendala pembelajaran yang dialami oleh individu secara terus menerus dapat menyebabkan adanya stres (Fernández-Castillo, 2021). Stres lebih beresiko dialami oleh mahasiswa perguruan tinggi. Hal ini disebabkan karena mahasiswa perguruan tinggi memiliki banyaknya tuntutan yang dikerjakan, sehingga dapat membuat mahasiswa merasa tertekan dan merasa stres (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Penelitian terdahulu dari Resubun (2021) memperoleh hasil bahwa mahasiswa yang menjalani perkuliahan *blended learning* mengalami tingkat stres kategori ringan sebanyak 4 mahasiswa (8%), stres sedang sebanyak 13 mahasiswa (26%) dan stres berat sebanyak 33 mahasiswa (66%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Hendrayati dan Pamungkas (2016) menyebutkan bahwa metode *blended learning* kurang cocok diterapkan pada mata kuliah yang bersifat kuantitatif.

Survei yang dilakukan oleh Noviana (2022) peneliti pada 25 mahasiswa psikologi yang menjalani perkuliahan *blended learning* menunjukkan hasil bahwa 2 mahasiswa atau sebesar 8% mengalami stres akademik rendah, 20 mahasiswa atau sebesar 80% mengalami stres akademik sedang dan 3 mahasiswa atau sebesar 12% mengalami stres akademik tinggi. Dari hasil survei ini dapat terlihat bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan untuk mengalami stres akademik sedang pada saat menjalankan perkuliahan *blended learning*. Faktor yang memengaruhi peningkatan stres pada mahasiswa yang menjalankan perkuliahan *blended learning* meliputi beberapa hal seperti kurangnya kesiapan pengalihan dari daring keluring ataupun sebaliknya, kurangnya sumber daya yang dimiliki, lingkungan, minimnya sarana dan prasarana, ketidakpahaman terkait dengan materi

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 20 Mahasiswa terkait tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran *blended learning* di masa *new normal* menggunakan kuesioner ESSA dengan 16 pertanyaan yan

diadopsi dari Andiarna & Kusumawati, (2020) menunjukkan bahwa seluruh mahasiswa tersebut mengalami stres sedang selama perkuliahan *blended learning* dikarenakan kekhawatiran terhadap tuntutan akademik salah satunya adalah mahasiswa sulit konsentrasi dalam pembelajaran, merasa tertekan ketika tidak dapat memenuhi standar yang dibuat dan gangguan pola tidur disebabkan karena banyaknya tugas, kuis ataupun ujian yang banyak dalam pembelajaran *blended learning*.

Dilihat dari studi pendahuluan, serta hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, maka penulis tertarik dalam meneliti tentang “Hubungan Metode Pembelajaran *Blended Learning* Terhadap Tingkat Stress Pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat di Masa Pandemi

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pemikiran diatas maka, disusunlah rumusan masalah yang diangkat penulis yaitu “Apakah Ada Hubungan Metode Pembelajaran *Blended Learning* Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat di Masa Pandemi?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diketahuinya Hubungan Metode Pembelajaran *Blended Learning* Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat di Masa Pandemi

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Teridentifikasinya efektifitas metode pembelajaran *blended learning* pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat di Masa Pandemi
- b. Teridentifikasinya tingkat stress pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat selama masa Pandemi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat stres pada mahasiswa yang mengikuti perkuliahan *Blended Learning* sehingga dapat digunakan sebagai referensi oleh dosen untuk mengurangi tingkat stress mahasiswa dengan memberikan metode pembelajaran yang praktis dan nyaman dilakukan oleh mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan masukan bagi institusi untuk memberi perhatian dan penanganan terhadap masalah stres pada mahasiswa selama perkuliahan *Blended Learning* dimasa Pandemi *COVID-19*, khususnya pada mahasiswa Keperawatan

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi yang dapat menambah pengetahuan mahasiswa mengenai stres. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan kepustakaan bagi penelitian selanjutnya mengenai stres pada mahasiswa khususnya pada mahasiswa keperawatan.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai stres pada mahasiswa serta dapat mengembangkan pengetahuan dan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Umum Tentang Pembelajaran *Blended Learning*

2.1.1 Pengertian *Blended Learning*

Blended learning berasal dari kata *blended* dan *learning*. *blend* artinya campuran dan *learning* artinya belajar. *Blended learning* menggabungkan model pembelajaran tatap muka (*face to face*) di kelas dan pembelajaran daring (*online*) untuk meningkatkan pembelajaran mandiri secara aktif oleh mahasiswa dan mengurangi jumlah waktu tatap muka (*face to face*) di kelas (Syahril dkk, 2019). *blended learning* adalah proses pembelajaran yang mengombinasikan dua model pembelajaran yaitu daring dan luring Misalnya untuk satu pekan mahasiswa diberikan materi secara *online* yang mengharuskan mahasiswa untuk memahami dan mencari tahu materi yang telah disampaikan oleh mentor dan kemudian memaparkan materi yang telah didapat baik melalui keterampilan (lab skilil), persentasi, diskusi kelompok dan sebagainya. Bila targetnya adalah memastikan para peserta mengaplikasikan apa yang telah dipelajari ke dalam pekerjaan mereka maka *blended learning* merupakan metode yang paling tepat dilakukan dalam proses pembelajaran tersebut. Menurut Husamah (2014), *blended learning* merupakan pembelajaran yang menggabungkan berbagai cara penyampaian, model pengajaran, serta berbagai media teknologi yang beragam. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan menjadi pembelajar yang aktif dan dapat memahami materi.

Model *blended learning* adalah kegiatan pembelajaran yang menggabungkan kegiatan belajar tatap muka dengan kegiatan belajar *online* dari aspek teori belajar, pendekatan, serta model pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Bersin, (2004)

Menurut Deklara dkk (2018) *blended learning* merupakan metode pembelajaran yang dapat membantu pengajar dalam memberikan

lingkungan yang sesuai dengan gaya pelajar dan dapat membantu pelajar dalam menghadapi tantangan masa depan.

Blended Learning adalah kegiatan menggabungkan, memadukan, dan mengkombinasikan berbagai unsur pembelajaran bisa jadi sistem, strategi, model, metode, atau teknik pembelajaran (Zainul, 2022).

2.1.2 Karakteristik Blended Learning

- a. Proses belajar mengajar pada pendidikan jarak jauh masih dimungkinkan dengan melakukan pertemuan tatap muka (*face to face*), walaupun itu bukan suatu keharusan.
- b. Komunikasi antar mahasiswa dan dosen dapat dilakukan baik melalui cara komunikasi satu arah maupun dua arah (*two ways communication*), contoh komunikasi dua arah ini ialah: *teleconfrensing, video confrensing*, dsb).
- c. Kegiatan belajar terpisah dengan kegiatan pembelajaran.
- d. Selama proses belajar mahasiswa selaku peserta didik dan dosen selaku pendidik terpisahkan oleh tempat, jarak geografis, dan waktu atau kombinasi dari ketiganya.
- e. Karena mahasiswa dan dosen terpisah selama pembelajaran, maka komunikasi diantara keduanya dibantu dengan media pembelajaran, baik media cetak (bahan ajar berupa modul) maupun media elektronika (*CD-ROM, VCD*), telepon, radio, video, televisi, dan komputer.
- f. Jasa pelayanan disediakan baik untuk mahasiswa maupun untuk dosen, misalnya *resource learning center* atau pusat sumber belajar, bahan ajar, infrastruktur pembelajaran. Maka baik mahasiswa maupun dosen tidak harus mengusahakan sendiri keperluan dalam proses belajar mengajar.
- g. Selama kegiatan belajar, mahasiswa lebih cenderung membentuk kelompok belajar, walapun sifatnya tidak tepat dan tidak wajib.
- h. Karena hal-hal yang disebutkan di atas maka peran dosen lebih bersifat sebagai fasilitator dan mahasiswa bertindak sebagai *participant*.

***Blended learning* dibutuhkan pada saat:**

- a. Proses belajar mengajar tidak hanya tatap muka, namun menambah waktu pembelajaran dengan memanfaatkan teknologi dunia maya.
- b. Mempermudah dan mempercepat proses komunikasi non-stop antara dosen dan mahasiswa.
- c. Mahasiswa dan dosen dapat diposisikan sebagai pihak yang belajar.
- d. Membantu proses percepatan pengajaran.

2.1.3 Model *Blended Learning*

Proses penyelenggaraan *blended learning* harus memperhatikan sarana prasarana, karakteristik mahasiswa, alokasi waktu, sumber belajar dan kendala. Sedangkan menurut (Dwiyoogo, 2013 dalam Sharhil dkk, 2019) komposisi *blended learning* yaitu :

- a. 50/50% artinya dari alokasi waktu yang disediakan 50% untuk kegiatan tatap muka (*face to face*) dan 50% untuk kegiatan pembelajaran daring (*online*).
- b. 75/25% artinya alokasi waktu yang disediakan 75% untuk kegiatan tatap muka (*face to face*) dan 25% untuk kegiatan pembelajaran daring (*online*).
- c. 25/75% artinya alokasi waktu yang disediakan 25% untuk kegiatan tatap muka (*face to face*) dan 75% untuk kegiatan pembelajaran daring (*online*).

2.1.4 Komponen Pembelajaran *Blended Learning*

Menurut Zainul (2022) terdapat beberapa komponen-komponen Pembelajaran *Blended Learning* yaitu :

- a. Daring (Dalam Jaringan)

Metode pembelajaran secara Daring merupakan kegiatan belajar yang terstruktur dan terbuka yang menggunakan internet dan teknologi berbasis *web* dalam hal memfasilitasi pembelajaran. . Jadi, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Daring merupakan penyampaian teori secara terus menerus sehingga menjadikan metode pembelajaran tidak efektif ,

b. Luring (Luar Jaringan)

Pembelajaran metode luring adalah metode pembelajaran yang terus dipakai sampai sekarang. Metode belajar tersebut dilakukan dengan cara *face to face* antara guru/dosen dengan siswa/mahasiswa yang biasanya dilakukan di kelas dan terdapat interaksi timbal balik antara keduanya. Pembelajaran secara luring memiliki beberapa metode, seperti metode ceramah, metode tanya-jawab, metode demonstrasi dan metode penugasan.

c. Pembelajaran Individual

Pembelajaran individual merupakan program pembelajaran yang menjadikan siswa/mahasiswa mampu mencari tahu dan mengetahui sendiri materi yang diberikan oleh guru, sehingga pembelajaran individual disusun menjadi suatu program yang dapat menilai kemampuan individu pelajar

2.1.5 Prosedur Blended Learning dalam Pembelajaran

Blended learning dapat digunakan untuk pembelajaran tatap muka (*face to face*) maupun daring (*online*). Model yang bisa digunakan untuk pembelajaran jarak jauh adalah model *blended learning*. Model *blended learning* merupakan kombinasi dari beberapa pendekatan pembelajaran yaitu pembelajaran *conventional* berupa tatap muka dan *Learning* yang berbasis internet. Proses pembelajarannya berupa keterpisahan, belajar mandiri, dan layanan belajar atau tutorial.

Model *blended learning*, bisa menggunakan tutorial. Tutorial adalah suatu proses pemberian bantuan dari seseorang kepada orang lain, baik secara perorangan maupun secara kelompok. Dalam konsep ini, tutorial merupakan layanan belajar yang memungkinkan terjadinya proses pembelajaran dengan karakteristik yang berbeda seperti dosen yang berfungsi sebagai seorang fasilitator.

Model *blended learning* muncul sebagai jawaban terhadap kelemahan pembelajaran tatap muka (*face to face*) dan pembelajaran daring (*online*). Namun masing-masing pembelajaran juga memiliki kelebihan-kelebihan. Kelebihan perkuliahan tatap muka (*face to face*)

yang utama adalah terjadinya interaksi langsung antara dosen dengan mahasiswa dan mahasiswa dengan mahasiswa lainnya. Interaksi ini membuat terjadinya perasaan lebih kuat terhubung ke instruktur atau dosen. Kelemahan pembelajaran tatap muka (*face to face*) adalah proses pembelajaran yang terjadi dibatasi oleh ruang dan waktu sehingga pembelajaran dirasakan kurang maksimal oleh dosen.

Model *blended learning* merupakan pembelajaran yang memadukan kelebihan perkuliahan tatap muka (*face to face*) dan kelebihan pembelajaran daring (*online*). Model *blended learning* dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif untuk terjadinya interaksi antara sesama mahasiswa, dan mahasiswa dengan dosennya tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Comey (2009), mengemukakan bahwa interaksi antar mahasiswa dan interaksi antara mahasiswa dengan dosen merupakan faktor kunci dalam proses belajar mahasiswa.

2.1.6 Manfaat Pembelajaran *Blended Learning*

Menurut Swan (2020), Penerapan model pembelajaran *blended learning* memiliki beberapa manfaat yang menguntungkan dalam pembelajaran itu sendiri, diantaranya adalah :

a. Efisiensi waktu dan tempat

Dengan pembelajaran *blended learning* yang mana pembelajaran dilakukan dengan menggabungkan pembelajaran secara tatap muka dan pembelajaran *online*. Pembelajaran *online* memungkinkan siswa dapat mengakses pembelajaran dimanapun dan kapanpun. dengan efisiensi waktu dan tempat belajar, peserta didik dapat secara fleksibel mengakses materi maupun mengikuti pembelajaran tanpa harus hadir di ruang kelas sekolah atau pada jam sekolah berlangsung.

b. Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis siswa

Pembelajaran *blended learning* menuntut pelajar untuk lebih mandiri dan percaya diri dalam belajar. Hal tersebut berdasarkan karena sumber belajar dari pembelajaran *blended learning* tidak hanya bersumber dari guru semata. Kemudahan

akses pembelajaran *blended learning* memungkinkan siswa menemukan informasi yang beragam. Dengan begitu, siswa dituntut untuk bijak memilih dan memilah sumber belajar yang relevan yang mana sumber belajar tersebut sangat beragam terutama yang diakses dari media elektronik. Dari proses tersebut kemampuan berpikir kritis siswa dapat tumbuh dan berkembang.

c. Meningkatkan motivasi belajar

Perangkat belajar yang digunakan saat pembelajaran *blended learning* sangat beragam dan variatif. Dengan *blended learning* guru akan mengkombinasikan media pembelajaran, metode pembelajaran, sumber belajar, maupun bentuk evaluasi pembelajaran baik berbasis cetak maupun elektronik. Keragaman perangkat belajar yang digunakan membuat siswa tidak merasa jenuh dan bosan ketika pembelajaran berlangsung sehingga siswa menjadi lebih termotivasi untuk belajar yang dibuktikan dengan semangat belajar yang meningkat ketika pembelajaran *blended learning* diterapkan.

d. Meningkatkan partisipasi siswa dalam proses belajar

Ketika model pembelajaran konvensional diterapkan biasanya siswa cenderung pasif karena model pembelajaran konvensional lebih banyak diterapkan dengan pendekatan *teacher centered*. Sementara dengan penerapan *blended learning*, pendekatan yang dipilih adalah *student centered* yang mana implementasi pembelajaran *blended learning* lebih banyak melibatkan siswa dan partisipasi siswa dalam belajar cenderung meningkat. Hal ini disebabkan karena siswa dituntut untuk aktif dalam mengakses materi belajar atau mencari informasi terkait materi belajar dan mendiskusikannya bersama teman – teman tentang informasi tersebut. Dengan demikian tampak jelas bahwa pembelajaran *blended learning* berperan aktif dalam meningkatkan partisipasi siswa dalam proses pembelajarannya.

2.1.7 Kekurangan dan Kelebihan Pembelajaran Blended Learning

Pembelajaran *blended learning* memiliki banyak keunggulan apabila dikomparasikan dengan pembelajaran tatap muka saja atau pembelajaran *online* saja. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa pembelajaran *blended learning* lebih efektif daripada dengan pembelajaran tatap muka maupun pembelajaran secara *online*. (Husamah, 2016 dalam Zainul, 2022) menyatakan beberapa keunggulan atau kelebihan dari *blended learning* diantaranya :

- a. Siswa lebih leluasa mempelajari materi pelajaran yang digali secara mandiri dari internet
- b. Komunikasi untuk diskusi dengan guru maupun siswa lain dapat dilakukan di luar jam sekolah
- c. Guru dapat memberikan penambahan materi melalui internet tanpa batas waktu
- d. Guru dapat melakukan kuis dan memberikan umpan balik dengan efektif
- e. Siswa dapat saling *sharing* file atau materi dengan siswa lain
- f. Hemat biaya
- g. Penerapan model pembelajaran yang mudah dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan pembelajar.
- h. Meningkatkan daya tarik pembelajaran

Sementara untuk kelemahan atau kekurangan model pembelajaran *blended learning* adalah:

- a. Media yang diperlukan bermacam-macam jadi susah untuk diterapkan jika sarana dan prasarana tidak *support*
- b. Fasilitas siswa yang kurang memadai seperti gawai dan jaringan internet. Siswa akan kesulitan mengikuti pembelajaran *online* secara mandiri jika tidak didukung oleh fasilitas yang memadai
- c. Kecakapan pengetahuan terhadap penggunaan teknologi yang baik guru, siswa, maupun orang tua

2.2 Tinjauan Umum Tentang Stres

2.2.1 Pengertian stres

Stres berasal dari bahasa latin yang artinya tegang atau genting, secara harfiah stres dapat didefinisikan sebagai suatu stimulus atau situasi yang menimbulkan emosi negatif yang mengakibatkan adanya tuntutan fisik dan psikis individu dalam menghadapi ancaman (Khayat, 2007 dalam Dababan, 2021). (Menurut Rahmawati, 2016 dalam Dababan, 2021), stres akademik adalah suatu keadaan dimana siswa tidak mampu memenuhi kebutuhan belajar dan berpikir jika kebutuhan belajar mengganggu kehidupannya. Selain itu, (Purwati & Rahmandani, 2018) menyatakan bahwa stres akademik adalah stres yang timbul dari tekanan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat untuk mewujudkan prestasi dan keunggulan pribadi yang membuat mereka merasa terbebani oleh tuntutan dan tekanan tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu kondisi individu yang disebabkan oleh ketidaksesuaian antara kondisi biologis dan psikologis dalam menghadapi tuntutan lingkungan sehingga menimbulkan tekanan dan ketidaknyamanan dalam kehidupan setiap orang.

2.2.2 Etiologi stress

(Heiman & Kariv, 2005 dalam Pratiwi, 2021) mengatakan bahwa penyebab dari stress bisa diakibatkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal yang berasal pada diri individu mahasiswa sendiri contohnya kondisi fisik, motivasi, dan tipe kepribadian berdasarkan mahasiswa itu sendiri. Faktor eksternal umumnya dari luar individu misalnya keluarga, pekerjaan, fasilitas, lingkungan, dosen dan lain-lain.

Faktor yang mengakibatkan stres disebut stressor, Stressor bisa bersifat fisiologik (dingin, panas, infeksi, rasa nyeri dan pukulan), psikologis (takut, khawatir, cemas, marah, kecewa, kesepian, dan jatuh cinta) dan stressor sosial budaya (menganggur, perceraian dan

perselisihan). Stres bisa menyebabkan perubahan pada tubuh yang bisa bersifat positif dianggap stres positif (eustres) dan bisa juga bersifat negatif dianggap stres negatif (distres). Stres dikatakan positif kondisi dan situasi yang terjadi bisa memotivasi, memberi motivasi dan tidak mengancam kesehatan. Sebaliknya distres mengacu dalam penderitaan fisik atau mental yg bisa menciptakan individu menjadi marah, tegang, bingung, cemas dan merasa bersalah

(Septiani 2013 dalam Pratiwi, 2021) mengatakan bahwa terdapat tiga penyebab stress yaitu :

a. *Life Event* (Peristiwa dalam hidup)

peristiwa penting secara psikologis yang terjadi pada kehidupan seseorang, misalnya perubahan dalam posisi/ jabatan, perceraian, kehilangan anggota keluarga atau permasalahan sehari-hari. Kematian orang yang dicintai, pindah rumah merupakan contoh perubahan besar yang bisa membuat stres. Bahkan perubahan positif seperti pensiun dan menikah dapat menyebabkan stres yang signifikan

b. *Frustration* (frustasi)

Suatu keadaan yang timbul akibat tidak terpuaskannya suatu tujuan atau motif seseorang. Seiring bertambahnya usia , umumnya kemampuan untuk menoleransi dan menyiasati kegagalan yang terjadi dalam kehidupan akan meningkat, namun tidak semua orang memiliki kemampuan yang sama untuk mengelola rasa frustasi akibat kegagalan.

c. *Conflict* (konflik)

Suatu keadaan dimana masih ada dua atau lebih motif yang tidak terpuaskan lantaran motif-motif itu saling berkaitan satu sama lain. Konflik biasanya dilatarbelakangi oleh individu maupun kelompok karena ketidakcocokan atau perbedaan pendapat meruakan suatu hal yang sering terjadi didalam suatu organisasi. Bukan hanya dalam hal berorganisasi tetapi hal ini juga sering terjadi dalam kehidupn bermasyarakat dalm proses interaksi antara

suatu hal dengan hal lainnya tidak ada jaminan akan selalu terjadi kesesuaian antara individu atau kelompok.

d. *Pressure* (tekanan)

Suatu situasi dimana individu merasa terpaksa atau dipaksa untuk tidak melakukan hal-hal yang diinginkannya. Tekanan yang kecil, namun jika bertumpuk-tumpuk bisa berakibat stres yang hebat. Munculnya stres bisa ditimbulkan oleh faktor internal dan eksternal individu. Adapun beberapa hal yang bisa mengakibatkan stres dalam suatu individu, ialah : perasaan cemas tentang hasil yang ingin dicapai, kegiatan yang tidak seimbang, cemas, jiwa yang terlalu emosional, perasaan bersalah dan kondisi sosial ekonomi.

2.2.3 Tingkat stress

Menurut Priyoto, (2014) tingkat stres dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Stres Ringan

Stres ringan merupakan stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, misalnya pola tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan oleh atasan. Situasi stres ringan terjadi beberapa menit atau jam saja. karakteristik stres ringan yaitu semangat semakin tinggi, penglihatan tajam, energi semakin tinggi tetapi cadangan energinya menurun, kemampuan merampungkan pelajaran semakin tinggi, tak jarang merasa letih tanpa sebab, kadang-kadang terdapat gangguan sistem misalnya pencernaan, otak, perasaan tidak santai. Stres ringan bermanfaat lantaran bisa memacu seorang buat berpikir dan berusaha lebih handal menghadapi tantangan hidup.

b. Stres Sedang

Stres sedang berlangsung lebih lama daripada stres ringan. Penyebab stres sedang yaitu situasi dimana permasalahan tidak terselesaikan, anak yang sakit, kurang berkumpul dengan keluarga. karakteristik stres sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan

c. Stres Berat

Stres berat merupakan situasi yang lama dirasakan seseorang yang bisa berlangsung beberapa minggu hingga beberapa bulan, misalnya perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan financial yang berlangsung lama, berpisah dengan keluarga, pindah tempat tinggal, memiliki penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis sosial dalam usia lanjut. karakteristik stres berat yaitu sulit beraktivitas, gangguan interaksi sosial, sulit tidur, negativistic, penurunan konsentrasi, kelelahan semakin tinggi, tidak bisa melakukan pekerjaan sederhana, perasaan takut semakin tinggi.

2.2.4 Aspek-Aspek Stres

Sarafino & Smith, (2011) dalam Jannah, (2021) mengatakan bahwa mahasiswa yang sedang mengalami stres dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu:

a. Aspek Fisiologis

Reaksi fisik yang bisa muncul akibat stress yaitu sesak napas, sering buang air kecil, merasa lemah, tenggorokan kering, mual, tremor, keringat dingin, pusing, dan jantung berdebar cepat.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis terdiri menjadi beberapa bagian, yaitu:

1) Psikologi Emosi

Secara spesifik, gejala psikologis akan dirasakan ketika individu mengalami stres. Gejalanya meliputi depresi, kecemasan, kesedihan, rasa bersalah yang berlebihan, mudah marah dan gelisah.

2) Psikologis Kognitif

Psikologi kognitif Adalah disfungsi berpikir, seperti mengkhawatirkan sesuatu yang tidak pasti di masa depan, berupa perasaan terancam, membayangkan sesuatu yang menakutkan, mengalami kesulitan berkomunikasi, mengkhawatirkan hal-hal yang kemungkinan tidak berhasil,

takut akan penilaian yang buruk, sulit berkonsentrasi, pelupa , ketidakmampuan untuk membuat keputusan

3) Psikologi Perilaku

Gangguan perilaku akibat stres, seperti bolos, mengunci diri di kamar, menunda-nunda pekerjaan rumah, takut bertemu dosen, tidak mampu bersosialisasi, gangguan hubungan interpersonal dan peran sosial.

2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Pada Mahasiswa

Menurut berbagai artikel penelitian, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa, antara lain sebagai berikut:

a. Usia

Menurut Aris et al. (2018) usia adalah salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa, di mana rentang usia antara 17- 20 tahun yang merupakan fase remaja akhir cenderung memiliki stres yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah & Hamzah (2020) terhadap 204 mahasiswa di STIKES Graha Medika yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia dengan tingkat stres pada mahasiswa ($p=0,001$), di mana mahasiswa yang berada pada rentang usia 15-20 tahun adalah kelompok yang paling banyak mengalami stres sedang, dan tingkat stres semakin menurun pada tingkatan usia yang semakin tinggi. Lebih lanjut Hamzah & Hamzah (2020) menjelaskan bahwa usia sangat berkaitan erat dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi stres, sehingga semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik pula kemampuannya dalam hal pengelolaan stres, sehingga tingkat stres semakin rendah pada usia yang semakin meningkat dengan karakteristik stressor yang sama.

b. Jenis Kelamin

Kaplan & Sadock, 2005 (dikutip dalam Ambarwati et al., 2017) menjelaskan bahwa perempuan beresiko dua kali lebih besar mengalami stres dibandingkan laki-laki karena terdapat perbedaan hormonal dan perbedaan stresor psikososial bagi perempuan dan laki laki. Teori ini sesuai dengan hasil penelitian Adryana et al. (2020) terhadap mahasiswa

kedokteran Universitas Lampung yang menunjukkan bahwa prevalensi mahasiswa perempuan yang mengalami stres lebih banyak (72%) dibandingkan mahasiswa laki-laki (28%). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ambarwati et al., (2017) terhadap mahasiswa tingkat akhir di Universitas Magelang menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan lebih dominan mengalami stres sedang dan berat, dan untuk tingkat stres ringan paling banyak pada mahasiswa laki-laki.

c. **IPK (Indeks Prestasi Kumulatif)**

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) adalah angka yang menunjukkan prestasi atau keberhasilan studi mahasiswa secara kumulatif selama semester yang telah ditempuh (Mentari, Yoesoef, & Nurasih, 2017). IPK dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Mentari (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan IPK mahasiswa (*p value* 0,023), di mana mahasiswa dengan stres yang tinggi cenderung memiliki IPK yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena tingkat stres mempengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa, sebagaimana teori yang dikemukakan oleh Musabiq dan Karimah (2018) bahwa stres dapat menyebabkan mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi, pikiran tidak tenang, mudah lupa, dan kurang teliti sehingga hal ini dapat mempengaruhi prestasi akademiknya. Bertolak belakang dengan penelitian Mentari (2018), penelitian Legiran et al. (2015) mengemukakan bahwa mahasiswa dengan prestasi akademik yang baik cenderung mengalami stres dibandingkan dengan mahasiswa dengan prestasi akademik kurang baik. Hal ini dikarenakan semakin baik prestasi akademik mahasiswa, maka mereka akan merasa terbebani dan dituntut untuk terus menerus belajar, lulus dalam setiap ujian dan mengejar nilai sehingga mereka dapat mempertahankan atau meraih prestasi akademik yang lebih baik.

d. **Status Sosial Ekonomi**

Saputri (2020) mengemukakan bahwa seseorang dengan status sosial ekonomi lebih rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi karena rendahnya pendapatan sehingga ada kesulitan ekonomi yang

menyebabkan tekanan dalam hidup. Penelitian yang dilakukan oleh (Jain et al., 2017) menunjukkan bahwa tingkat stres lebih tinggi ditemukan pada mahasiswa dengan status sosial ekonomi menengah dan rendah, masing-masing 44% dan 49%. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Mohammad et al. (2020) menunjukkan bahwa tingkat stres sangat tinggi ditemukan pada mahasiswa yang termasuk dalam strata ekonomi rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Jain et al. (2017) juga menjelaskan bahwa mahasiswa dari keluarga dengan status sosial ekonomi yang tinggi tidak begitu khawatir tentang hasil yang baik, prestasi akademik yang lebih baik dan karir yang cerah, sedangkan di kalangan keluarga dengan status sosial ekonomi menengah ke bawah, mahasiswa adalah pusat harapan untuk masa depan keluarga yang lebih baik sehingga mereka banyak tertekan.

e. Status Tempat Tinggal

Tinggal jauh dari keluarga adalah faktor yang turut mempengaruhi stres pada mahasiswa. Ali & Asrori, 2010 (dikutip dalam Aris et al., 2018) menjelaskan bahwa banyak hal dari dalam keluarga yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam proses perkembangan sosialnya, antara lain: kebutuhan akan rasa aman, dihargai, disayangi, diterima, dan kebebasan untuk menyatakan diri. Rasa aman dalam hal ini meliputi perasaan aman secara material dan mental. Kondisi yang aman secara material seperti pemenuhan kebutuhan terhadap pakaian, makanan, dan lain-lain yang diperlukan sejauh tidak berlebihan dan sesuai dengan kemampuan orang tua. Perasaan aman secara mental meliputi pemenuhan kebutuhan dalam bentuk perlindungan emosional, membantu dalam mengatasi ketegangan dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, serta memberikan bantuan dalam menstabilkan emosi. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Legiran et al. (2015) terhadap 240 mahasiswa kedokteran di Universitas Muhammadiyah Palembang menunjukkan bahwa secara statistik tingkat stres pada mahasiswa yang tinggal bersama orang tua lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak tinggal bersama orang tua. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh

Amiruddin (2017) terhadap 75 mahasiswa kedokteran di Universitas Hasanuddin menyatakan bahwa tempat tinggal secara signifikan mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa, di mana mahasiswa yang tinggal sendiri (kos) memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama orang tua. Dengan demikian status tempat tinggal adalah salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa.

f. Metode Pembelajaran

Pembelajaran yang dilakukan secara blended learning saat ini menjadi stressor baru bagi mahasiswa dalam menjalani perkuliahan. Hal ini dikarenakan terdapat berbagai kendala yang dihadapi mahasiswa dalam menjalani perkuliahan secara blended learning, seperti penyampaian materi yang sulit dipahami melalui media daring, kurangnya motivasi belajar serta banyaknya tugas yang diberikan dengan waktu pengerjaan yang singkat (Santoso et al., 2020).

2.4 Tinjauan Umum Tentang Mahasiswa

2.4.1 Pengertian

Menurut Siswoyo, (2007) dalam Jannah, (2021), mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang menempuh pendidikan di tingkat universitas, baik di lembaga negeri maupun swasta atau lembaga lain di tingkat universitas. Siswa dinilai memiliki kecerdasan yang tinggi, cerdas dalam berpikir dan berencana dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada setiap siswa, prinsip yang saling melengkapi. Siswa ditempatkan dalam tahap perkembangan antara usia 18 dan 25 tahun. Masa ini dapat digolongkan sebagai masa remaja akhir sampai masa dewasa awal, dan dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia sekolah ini adalah penguatan kehidupan

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah mahasiswa yang berusia antara 18 sampai dengan 25 tahun yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi milik universitas, politeknik, sekolah menengah, akademi, dll.

2.4.2 Peran dan Fungsi Seorang Mahasiswa

Faruq, (2011) dalam Sarah, (2018) menjelaskan jika mahasiswa memiliki 3 peran atau fungsi, yaitu:

a. Mahasiswa Menjadi *Iron Stock*

Mahasiswa menjadi *Iron Stock*, artinya mahasiswa adalah aset, cadangan, dan harapan masa depan yang cerah bagi bangsa dan negara.

b. Mahasiswa Menjadi *Guardian of Value*

Mahasiswa menjadi *Guardan Of Value*, yaitu siswa berperan sebagai orang yang berlatar belakang akademis yang baik sehingga selalu memiliki pemikiran ilmiah untuk menemukan solusi dari setiap permasalahan yang ada.

c. Mahasiswa Menjadi *Agent of Change*

Mahasiswa menjadi *agen of change* berarti mahasiswa yang dapat membawa perubahan positif dalam kehidupan karena mahasiswa tersebut telah memiliki jenjang pendidikan yang lebih tinggi dan diharapkan mampu menerapkan ilmu yang diperoleh atau dikembangkannya.

2.5 Tinjauan Umum Tentang Pandemi

Istilah pandemic biasanya merujuk pada penyakit yang meluas secara geografis, misalnya wabah abad ke-14 (*The Black Death*), Kolera, Influenza dan *Human Immunodeficiency Virus* (HIV/AIDS). Selain perluasan geografis, sebagian besar penggunaan istilah pandemi menyiratkan hal yang tidak terduga, misalnya pada pergerakan atau penyebaran penyakit melalui transmisi dari satu tempat ketempat lain dapat ditemukan.

Corona virus disease 2019 adalah virus yang menyerang pada system pernapasan manusia yang menyebabkan gangguan ringan hingga gangguan berat. Gangguan berat akibat terinfeksi oleh virus ini dapat menyebabkan inveksi pada paru-paru dan dapat menyebabkan orang tersebut meninggal dunia, dan virus ini dapat menyerang siapa saja baik itu bayi hingga lansia (Kemenkes RI, 2021)

Zendrato (2020) menyatakan jika *COVID-19* dapat menular ke orang lain

melalui kontak langsung atau kontak erat dengan seseorang yang telah terinfeksi virus ini, selain itu bersin dan menyentuh benda yang telah terkonfirmasi oleh virus juga dapat menyebabkan seseorang terinfeksi dan bisa masuk ke dalam tubuh melalui saluran pernafasan.

Pandemi *COVID-19* ini telah melahirkan berbagai masalah problematika baru bagi setiap Negara di muka bumi ini, khususnya mengenai berbagai upaya yang dilakukan oleh masing-masing Negara untuk mencegah dan menghentikan virus ini agar tidak semakin meluas dan memakan korban jiwa yang semakin banyak. Kebijakan pembatasan social seperti penutupan aktivitas belajar mengajar secara tatap muka bagi persekolahan hingga perguruan tinggi hingga kebijakan pembatasan social berskala besar oleh setiap Negara (Valerisha dan Putra, 2020).

Gao dkk (2020) menyatakan jika saat ini focus penanganan pandemic *COVID-19* di seluruh dunia hanya terfokus kepada kesehatan fisik dan focus kepada factor psikologis cukup teralihkan karena pandemic ini. Dalam menghadapi permasalahan *COVID-19* di Indonesia, berbagai kebijakan dibuat oleh pemerintah. Masyarakat senantiasa dihimbau untuk melakukan *physical distancing*. Sejumlah wilayah pun memberlakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Dalam pelaksanaan PSBB, pembatasan yang dilakukan meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, serta pembatasan kegiatan di tempat umum (Menteri Kesehatan RI, 2020).

Dalam Surat himbauan Kepala Puskesmas Lembang Kabupaten Majene Nomor 430.4/PKM.LB/1591/X/2022 Tanggal 7 Oktober 2022 tentang pelaksanaan system perkuliahan yaitu : Terapkan protokol kesehatan saat ke kampus dengan menggunakan masker, Menjaga jarak aman sekitar 1 meter adalah protokol kesehatan yang dapat diterapkan saat ke kampus, Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir termasuk dalam protokol kesehatan yang harus dilaksanakan, *Hand sanitizer* dengan kandungan alkohol minimal 60% bisa digunakan untuk mengganti sabun cuci tangan, Hindari Penggunaan alat pribadi secara bersamaan, Setiap orang dapat menjadi *carrier* virus corona

2.6 Teori Keperawatan Afaf Ibrahim Meleis

2.6.1 Definisi *Transition Theory*

Transition theory adalah salah satu *nursing theory* yang dicetuskan oleh Afaf Ibrahim Meleis, teori ini mulai dikembangkan pada tahun 1960. Transisi adalah konsep yang sering digunakan di dalam teori perkembangan dan teori stress-adaptasi. Transisi mengakomodasi kelangsungan dan ketidakberlangsungan dalam proses kehidupan manusia. Transisi berasal dari bahasa latin "*transpire*" yang berarti "pergi menyebrang", dalam kamus *Webster*, transisi berarti pergerakan dari satu keadaan, kondisi, atau tempat ke kondisi lainnya. (Meleis, 2007 dalam Alligood, 2014).

Meleis awalnya mendefinisikan *transition* sebagai transisi yang sehat atau transisi yang tidak efektif dalam kaitannya dengan peran yang tidak efektif. Meleis mendefinisikan peran yang tidak efektif sebagai kesulitan di dalam mengenal atau kinerja dari peran atau perasaan dan tujuan yang terkait dengan peran perilaku seperti yang dirasakan oleh diri sendiri atau oleh orang lain (Meleis, 2007 dalam Alligood, 2014).

Perkembangan Teori Transisi dimulai pada pertengahan 1960-an. Transisi bersumber dari bahasa latin "*transpire*" mempunyai arti "pergi menyebrang". Pada kamus *Webster*, kata transisi bermakna pergerakan dari suatu keadaan, kondisi, atau tempat kepada kondisi yang lainnya. (Irwan & Rasnah, 2021).

Karya Meleis yang paling awal mendefinisikan transisi dengan transisi yang ditentukan, transisi yang tidak sehat atau tidak efektifnya transisi terkait dengan ketidakcukupan peran. Dia mendefinisikan ketidakcukupan peran karena ada kesulitan dalam kesadaran dan atau kinerja peran atau sentimen dan tujuan yang berkaitan secara signifikan terhadap perilaku peran yang dirasakan baik oleh diri sendiri maupun oleh orang lain (Irwan & Rasnah 2021).

2.6.2 Konsep Transition Theory Afaf Ibrahim Meleis

Konsep umum dari Transition Theory terdiri dari:

a. Tipe dan Pola dari Transisi

Tipe transisi terdiri dari *developmental, health and illness, situational, and organizational*. Transisi Perkembangan (*developmental*) termasuk kelahiran, remaja *adolescence, menopause*, penuaan, dan kematian. transisi *health and illness* termasuk proses pemulihan, telah keluar dari rumah sakit, dan terdiagnosis penyakit yang kronis. *Organizational transisi* adalah untuk mengubah kondisi lingkungan yang mempengaruhi kehidupan pasien, serta pekerja di dalamnya.

Pola transisi termasuk multiplisitas dan kompleksitas. Banyak orang mengalami banyak transisi secara bersamaan daripada mengalami satu transisi, yang tidak dapat dengan mudah dibedakan dari konteksnya kehidupan sehari-hari mereka. Memang, Meleis mencatat bahwa masing-masing penelitian itulah dasar untuk pengembangan teoritis melibatkan orang yang secara simultan mengalami minimal dua jenis transisi, yang bisa tidak terputus atau saling eksklusif. Jadi, mereka menyarankan mempertimbangkan jika transisi terjadi secara berurutan atau bersamaan, tingkat tumpang tindih antara transisi, dan esensi dari asosiasi antara acara terpisah yang memulai transisi untuk seseorang.

b. *Properties of Transition Experiences* (Sifat dari pengalaman transisi)

1) Kesadaran (*Awareness*)

Kesadaran diartikan sebagai persepsi, pengetahuan, dan pengakuan akan pengalaman transisi, dan tingkat kesadaran yang sering tergambar dalam tingkat kesesuaian antara apa yang diketahui tentang proses dan tanggapan apa yang merupakan seperangkat tanggapan serta persepsi yang diharapkan dari individu yang menjalani transisi serupa. Sambil menegaskan

bahwa orang dalam masa transisi mungkin sadar dengan perubahan yang mereka alami. Meleis mengemukakan bahwa ketidaksadaran seseorang terhadap Perubahan bisa berarti bahwa orang tersebut mungkin belum memulai transisinya; kemudian mengusulkan bahwa kurangnya ini kesadaran tidak harus berarti transisi belum dimulai.

2) Ikatan (*Engagement*)

Keterlibatan adalah properti transisi lainnya disarankan oleh Meleis. Keterlibatan mengarah pada sejauh mana orang menunjukkan keterlibatan dalam proses melekat dalam transisi. Tingkat keterlibatan juga dipengaruhi oleh tingkat kesadaran tidak akan ada keterlibatan tanpa adanya kesadaran. Meleis mengemukakan bahwa perubahan tingkat keterlibatan seseorang yang memiliki kesadaran ini berbeda dari orang yang melakukannya yang tidak memiliki kesadaran

3) Berubah dan Perbedaan (*Changes and difference*)

Changes adalah seseorang mengalami identitasnya, perannya, seharusnya hubungan, kemampuan, dan perilaku untuk membawa rasa gerakan atau arah ke internal serta proses eksternal. *Difference*, Meleis percaya adanya perbedaan kesempatan maupun tantangan yang dapat diperlihatkan karena ketidakpuasan atau sebuah harapan yang tidak lazim, tidak samanya perasaan, atau cara berbeda dalam memandang sesuatu, dan mereka menyarankan agar perawat melakukannya perlu mengenali tingkat kenyamanan dan penguasaan pasien dalam menghadapi perubahan serta perbedaan

4) Rentang waktu (*Time Span*)

Semua proses transisi dapat dicirikan sebagai sesuatu yang mengalir dan bergerak seiring waktu di *middlerange teori transisi*, transisi didefinisikan sebagai "Rentang waktu dengan titik awal yang dapat diidentifikasi, mulai dari tanda-tanda pertama dari antisipasi, persepsi, atau demonstrasi perubahan;

bergerak melalui periode ketidakstabilan, kebingungan, dan kesulitan; ke sebuah "akhir" akhirnya dengan awal atau periode baru stabilitas." juga mencatat bahwa itu akan menjadi masalah atau hal yang tidak layak, dan bahkan kemungkinan berprasangka, untuk membingkai pada rentang waktu dengan beberapa pengalaman dalam transisi.

5) Titik kritis dan peristiwa (*Critical Point and Event*)

Titik kritis dan peristiwa diartikan "Penanda seperti kelahiran, kematian, penghentian menstruasi, atau diagnosis suatu penyakit". Untuk beberapa transisi terjadi peristiwa spesifik sebagai penanda yang mungkin tidak jelas, walaupun transisi biasanya mempunyai titik kritis dan peristiwa diakui oleh Maleis. Titik kritis dan peristiwa biasanya terkait dengan mengintensifkan kesadaran akan perubahan atau ketidaksamaan atau untuk keterlibatan yang lebih aktif dalam proses transisi. Teori Transisi juga dikonseptualisasikan bahwa titik kritis dan peristiwa biasanya rasa menyeimbangkan jadwal baru, kompetensi, gaya hidup, dan perilaku perawatan diri, serta ketidakpastian durasi yang ditandai dengan variasi, perubahan berturut-turut, dan interupsi yang ada.

c. *Transition Condition (Facilitators and inhibitor)*

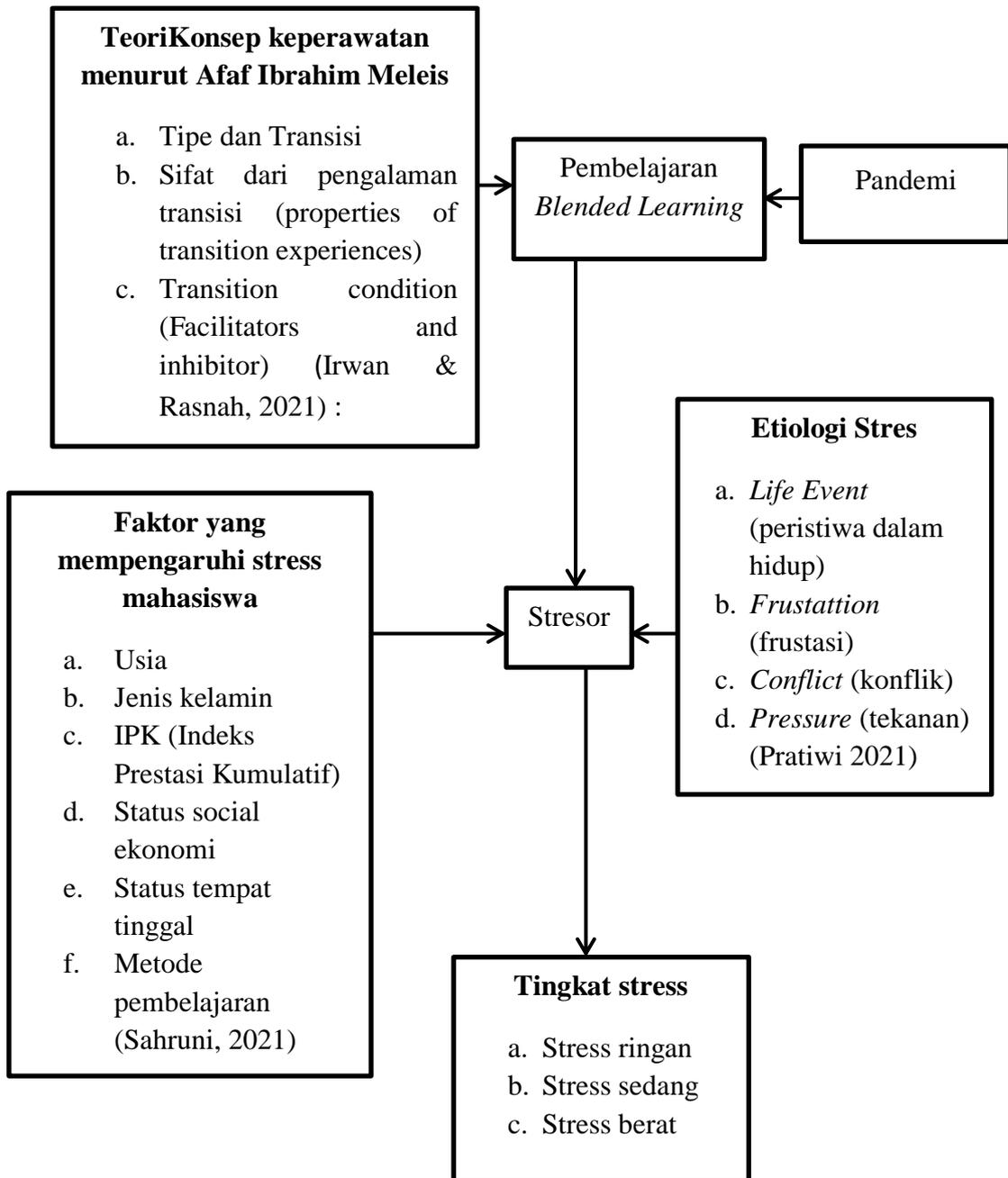
Kondisi transisi adalah "keadaan yang mempengaruhi cara seseorang bergerak menuju transisi, dan yang memfasilitasi atau menghambat dalam kemajuan menuju pencapaian transisi yang sehat, termasuk pada faktor pribadi, komunitas, atau sosial yang mungkin dapat mempercepat atau menghalangi proses dan hasil transisi yang sehat.

1. Kondisi personal, terdiri atas *meaning* (arti), diartikan sebagai beberapa kondisi atau pencetus yang dapat mempercepat atau memperlambat proses transisi. Dari sejumlah riset, setiap orang mempunyai arti tersendiri terhadap setiap peristiwa yang telah dialaminya. Dapat berarti positif, negatif, ataupun tidak

mempunyai arti sama sekali. Kepercayaan Kultural (*cultural believe*), merupakan sebuah stigma yang mempunyai hubungan dengan pengalaman transisi. Stigma yang akan memberikan pengaruh pengalaman transisi.

2. Upaya memfasilitasi pengalaman transisi berupa persiapan dan pengetahuan serta antisipasi dari persiapan. Jika terjadi gangguan di tahap persiapan maka hal itu akan menghambat terjadinya transisi. Proses persiapan berkaitan dengan pengetahuan. Orang seharusnya mempunyai pengetahuan tentang harapan selama proses transisi dan bagaimana teknik yang dipergunakan untuk mengatur dan mewujudkannya.
3. Status Sosial dan Ekonomi
4. Kondisi Komunitas atau kondisi sosial (Irwan & Rasnah, 2021)

2.7 Kerangka Teori

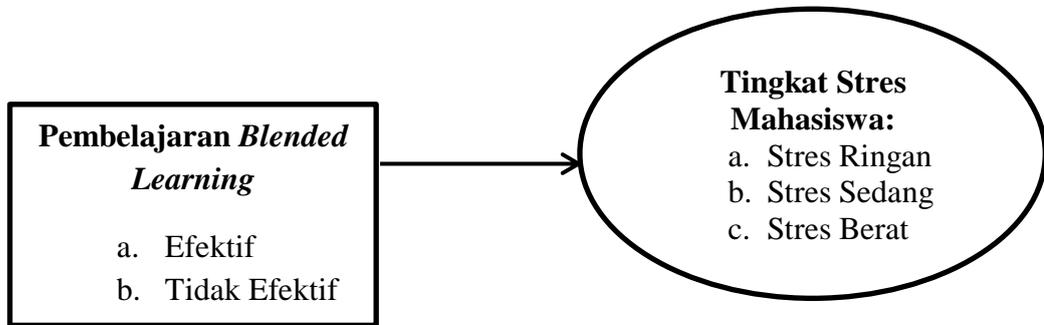


Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Pratiwi 2021; Jannah, 2021; sahruni, 2021; Irwan, 2021;)

BAB III
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Teori

Keterangan :

→ Arah Pengaruh

□ Independen

○ Dependen

3.1 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada Hubungan metode pembelajaran *Blended learning* dengan tingkat Stress Pada Mahasiswa Baru Keperawatan Universitas Sulawesi Barat Dimasa Pandemi”

DAFTAR PUSTAKA

- Aguilera, Hermida, A. P. (2020). "College Students Use And Acceptance Of Emergency Online Learning Due To COVID-19": *International Journal Of Educational Research Open*.
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). " pengaruh pembelajaran daring Terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi COVID-19" : *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139–149.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan* : 5(3), 143–148.
- Dinda Pratiwi Nababan. (2021). "Tingkat Stress Pada Mahasiswa Penulis Skripsi Di Masa Pandemic Covid-19":*Skripsi*. Tidak diterbitkan
- Fitriasari, A., dkk (2020). Stres pembelajaran online berhubungan dengan Strategi koping mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan*”,12(4), 985–992.
- Kartika, R. (2020). Analisis faktor munculnya gejala stres pada mahasiswa akibat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19. Vol 1(2), 107 115.
- Kemenkes RI. (2021) .Media Informasi Resmi Terkini Penyakit Infeksi Emerging
- Kurniawan, F. (2020). Implementasi Program Bimbingan Sosial Dalam Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. Program Studi Pendidikan Masyarakat.: Vol 9(2), 20–27.
- Livana., Mubin., & Basthomi, Y. (2020). Penyebab stres mahasiswa selama Pandemi COVID-19. :*Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi covid 19”. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31.
- Maulana, H. A. &, Iswari, R. D. (2020). Analisis tingkat stres mahasiswa terhadap pembelajaran daring pada mata kuliah statistik bisnis di pendidikan vokasi. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 14(1), 17–30
- Miftahul Jannah. (2021). Pengaruh pembelajaran via online selama pandemi covid-19 terhadap tingkat stress mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran universitas muhammadiyah Makassar. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Fakultas Kedokteran Universitas muhammadiyah Makassar: Makassar.

- Muthuprasad., Aditya., & Jha. (2021). "Students Perception And Preference For Online Education In India During COVID -19 Pandemic" DOI: [10.1016/J.Ssaho.2020.100101](https://doi.org/10.1016/J.Ssaho.2020.100101)
- Purwati, M.,& A. Rahmandani, A. (2018). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stress akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*,Vol 7(2), 456-466.
- Pustikasai, A., & Fitriayanti, L. (2021). Stres dan zoom fatigue pada mahasiswa selama pembelajaran daring. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1).
- Rohana, S. (2020). "Model Pembelajaran Daring Pasca Pandemi COVID-19. Atta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam". : Vol 12(2), 192–208.
- Theresia Situmorang. (2021). Hubungan pembelajaran daring dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat prodi diiii keperawatan di stikes santa elisabeth medan. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Stikes Santa Elisabeth: Medan.
- Riazul Jannah.,& Harri Santoso. (2021). Tingkat stres mahasiswa mengikuti pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 ". *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat* Vol. 1, No. 1, 2021
- Funsu Andiarna., & Estri Kusumawati. (2020). " Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 " *Jurnal Psikologi*, 16(2), <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9221>
- Sahrani Raja. (2021). "Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama Dalam Menjalani Perkuliahan Pada Masa Pandemi Covid- 19 Di Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin ". *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Universitas Hasanuddin: Makassar.
- Komang Artini Anggun Larasati. (2021). "upaya dan perilaku wanita usia subur melakukan pemeriksaan payudara sendiri pada era ane normal di dusun tegalsari puskesmas gerokgak II". *Karya Tulis Ilmiah*. Politeknik Kesehatan Denpasar.
- Riska Yanna Febriana. (2021). "Intisari Analisis Penerapan Prosedur Pelayanan New Normal COVID-19 Terhadap Penumpang Sebagai Pengguna Jasa Penerbangan Di Bandara Internasional Jendral Ahmad Yani Semarang Jawa Tengah". *Karya Tulis Ilmiah*. Sekolah Tinggi Teknologi Kedirgantaraan Yogyakarta: Yogyakarta.
- Deva Riska Noor Diana. (2022). "Implementasi Model Pembelajaran *Blended Learning* Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (Pai) Dan Budi Pekerti Dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 1

- Taman Sidoarjo”. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Muh.Ade Zainul. (2022). “Hubungan Antara Kecemasan Mahasiswa Dan Perkuliahan Metode blended learning Pada Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin”. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Universitas Hasanuddin: Makassar.
- Iosif, L., Țâncu, A. M. C., Didilescu, A. C., Imre, M., Gălbinașu, "B. M., & Ilinca, R. (2021). Self-Perceived Impact Of COVID-19 Pandemic By Dental Students In Bucharest. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(10), 5249.
- Nurliana Nasution., Nizwardi Jalinus., & Syahril. 2019. Buku Model Blended Learning Pekan Baru.Unilak Press.
- Nabila Syafi'atulkhoir.2022. “Narrative inquiry; perspective of lecturers and students in implementing hybrid learning process in the new normal era”. *Jurnal Studi Bahasa Inggris*. Jilid 4 Nomor 2.
- Bersin, Josh. 2004. *The Blended Learning Book: Best Practices, Proven Methodologies, And Lessons Learned*. USA: Reiffer Publishing.
- Alligod, M. R. 2014. *Nursing Theory & Their Work (8th Ed)*. The CV Mosby Company St. Louis. Toronto. Missouri: Mosby Elsevier.Inc
- Fernandez-Castillo, A. (2021). State-Anxiety And Academic Burnout Regarding University Access Selective Examinations In Spain Dring And After The Covid-19 Lockdown. *Frontier In Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.621863>
- Sri Herwanto Dwi Hatmo.2020. Dampak pandemi covid-19 terhadap efektivitas Pembelajaran jarak jauh secara daring. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, Vol. 11(2), 115-122.
- Widiyono, A. (2020). Efektifitas perkuliahan daring (online) pada mahasiswa PGSD di saat pandemi covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 169–177. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v8i2.458>
- Heri, D. (2020). Menyiapkan Pembelajaran dalam Memasuki “ *New Normal* ” dengan *Blended Learning*. 2019, 1–9.
- Nayla Amalia Sari. 2021.analisis model pembelajaran *blended learning* ditinjau dari hasil belajar siswa pada sekolah dasar di banjARBau.Vol 1, No 1 (2022). <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Pro/article/view/14936>
- Imtikhani et al. (2020). Peran pendampingan belajar blended learning di masa pandemi covid-19 untuk siswa sekolah dasar.

https://kkn.unnes.ac.id/lapkknunnes/32004_3308122004_6_DesaBumiayu_20200917_185238.pdf

Febrian, P. A. (2019). Blended Learning Syarah: Bagaimana Penerapan dan Persepsi Mahasiswa. *Jurnal Gantang*, 4(2), 111–119. <https://doi.org/10.31629/jg.v4i2.1560>

Bania Maulina, Dwi Retno Sari.2018. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik: Vol 4(1) .<https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>

Meilla D.N., Tubagus, U.S., Hadi W., Astri, R. 2020. Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19. Vol 5(2). <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/view/10108>