

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 363-4582  
TRILOGI, 5(3), Juli-Sep 2024 (427-437)  
©2020 Lembaga Penerbitan, Penelitian,  
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)  
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo  
DOI: [10.33650/trilogi.v5i3.8975](https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i3.8975)

**TRILOGI**  
Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

## **Hubungan Tingkat *Stres* dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kesehatan dalam Pembelajaran *Online* pada Pandemi Covid-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton**

### **Choirun Nisak**

Universitas Nurul Jadid, Indonesia  
[choirnisak708@gmail.com](mailto:choirnisak708@gmail.com)

### **Zainal Munir**

Universitas Nurul Jadid, Indonesia  
[zainalmunir@unuja.ac.id](mailto:zainalmunir@unuja.ac.id)

### **Vivin Nur Hafifah**

Universitas Nurul Jadid, Indonesia  
[vivinhafifah@unuja.ac.id](mailto:vivinhafifah@unuja.ac.id)

### **Abstract**

Stress is an emotional state characterized by physical tension such as fear, anxiety, nervousness, and embarrassment when facing problems or pressure. Stress in students can arise due to remote learning during the COVID-19 pandemic. Adolescence, as a transitional period from childhood to adulthood, happens so quickly that many adolescents are often unprepared to face the challenges, including academic demands. Students experiencing academic stress tend to have maladaptive perceptions of academic demands, which may stem from the learning environment, learning materials, peer interactions, and learning abilities. This study aims to examine the relationship between stress levels and learning motivation among students during online learning in the COVID-19 pandemic at Nurul Jadid University, Paiton, Probolinggo Regency. This study used a cross-sectional method, with a total sampling technique involving 100 respondents. Data analysis using the chi-square test showed a significant relationship between stress levels and learning motivation, with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Of the 100 respondents, 52% experienced mild stress, 28% moderate stress, and 30% severe stress. This study concludes that there is a significant relationship between stress levels and learning motivation among health faculty students during online learning in the COVID-19 pandemic at Nurul Jadid University, Paiton, Probolinggo Regency.

**Keywords:** Academic stress; learning motivation; online learning; COVID-19 pandemic.

**Abstrak**

Stres adalah keadaan emosional yang ditandai dengan ketegangan fisik seperti ketakutan, kegelisahan, gugup, dan rasa malu ketika menghadapi masalah atau tekanan. Stres pada mahasiswa dapat muncul akibat pembelajaran jarak jauh selama pandemi COVID-19. Masa remaja, sebagai periode transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa, terjadi begitu cepat sehingga remaja seringkali belum siap menghadapi berbagai tantangan yang muncul, termasuk tuntutan akademik. Mahasiswa yang mengalami stres akademik memiliki persepsi yang kurang adaptif terhadap tuntutan akademik, yang bisa berasal dari lingkungan belajar, materi pembelajaran, interaksi dengan teman sebaya, serta kemampuan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan motivasi belajar mahasiswa selama pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton, Kabupaten Probolinggo. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional, dengan teknik total sampling melibatkan 100 responden. Hasil analisis data menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dengan motivasi belajar, dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Dari 100 responden, 52% mengalami stres ringan, 28% mengalami stres sedang, dan 30% mengalami stres berat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan motivasi belajar mahasiswa Fakultas Kesehatan dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton, Kabupaten Probolinggo.

**Katakunci:** Stres akademik; motivasi belajar; pembelajaran daring; pandemi COVID-19.

## 1 Pendahuluan

Wabah pandemi Covid-19 merupakan penyakit baru dan sangat mudah menular. Virus baru ini sebelumnya tidak dikenal sebelum menjangkit banyak penduduk. ( M. Sari 2021 ) Virus masa pandemi Covid-19 pertama kali muncul di Wuhan, China pada akhir tahun 2019 yang membuat masyarakat dunia khawatir karena penyebaran pandemi Covid-19 ke negara lain sangat cepat dan semakin meluas. Hal ini membuat pemerintahan dari berbagai negara melakukan lockdown. Lock down adalah kondisi dimana seluruh aktifitas yang ada dihentikan untuk sementara agar penyebaran virus corona dapat diminimalisir. Salah satu dampak dari masa pandemi Covid-19 adalah Pembelajaran daring, jika rutin terus - menerus menggunakan metode pembelajaran jarak jauh daring atau online , maka ada keberatan dari sebagian mahasiswa, karena sebagian mahasiswa memiliki keterbatasan dalam biaya pulsa online. ( Wahab 2020 ) presiden Indonesia mengeluarkan Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 12 Tahun 2020 Tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) sebagai bencana nasional, banyak cara yang di lakukan pemerintah Indonesia untuk mencegah penyebarannya melalui physical distancing. ( Harri Santoso 2021 ).

Pandemi Covid-19 melanda banyak Negara di dunia termasuk Indonesia. Wabah pandemi Covid-19 tidak hanya merupakan masalah nasional dalam suatu Negara, tapi sudah merupakan

masalah global. Masa pandemi Covid-19 berawal muncul dari daerah Wuhan Cina. Penyebaran pandemi Covid -19 yang begitu cepat dan mematikan, penularannya melalui kontak fisik di tularkan melalui mulut, mata dan hidung. Covid-19 berdampak kepada kehidupan sosial dan melemahnya ekonomi masyarakat. Permasalahan bagaimana dampak wabah pandemi Covid-19 terhadap pelayanan publik dan upaya penanggulangan wabah pandemi Covid-19.

Dampak pandemi wabah Covid - 19 terlihat hampir di seluruh sektor kehidupan masyarakat. Aktivitas sosial di larang dan di tunda sementara waktu, melemahnya ekonomi, pelayanan transportasi di kurangi dan diatur dengan ketat, pariwisata di tutup, sekolah, pusat perbelanjaan sepi pengunjung dan di tutup sektor informal seperti; Ojek Online, Sopir angkot, pedagang kaki lima, Pedagang keliling, UMKM dan kuli kasar penurunan pendapatan. Pusat-pusat perdagangan, seperti mal, pasar tanah abang yang biasanya ramai di kunjung oleh masyarakat mendadak sepi dan saat ini ditutup sementara. Sektor pariwisata mengalami penurunan, pemerintah menutup tempat wisata, tempat hiburan. Bekerja dan belajar pun di lakukan di rumah secara online atau daring.

Salah satu dampak dari masa pandemi Covid-19 adalah Pembelajaran daring atau online, jika rutin terus - menerus menggunakan metode pembelajaran jarak jauh ( online ) atau daring, maka ada keberatan dari sebagian mahasiswa, karena sebagian mahasiswa memiliki keterbatasan dalam biaya pulsa online ataupun

media yang di gunakan mahasiswa seperti hp dan laptop yang kurang memadai atau pun maksimal yang di gunakan oleh kalangan pendidik. Pembelajaran secara daring di laksanakan dengan beragam cara oleh kampus di tengah pandemi. Namun implementasi tersebut di nilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital.

Setelah presiden Indonesia mengeluarkan Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 12 Tahun 2020 Tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran Pandemi Corona Virus Disease 2019 ( Covid-19 ) sebagai bencana nasional, banyak cara yang dilakukan pemerintah Indonesia untuk mencegah penyebarannya melalui physical distancing. Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menjelaskan supaya setiap proses belajar mengajar di sekolah maupun kampus di setiap perguruan tinggi menggunakan metode daring atau online sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran pandemi Corona virus disease ( Covid-19 ).

Terhitung sejak bulan Maret tahun 2020 dampak dari masa pandemi Covid-19 pada kegiatan belajar mengajar cukup terasa. Data dari pemerintah juga menerapkan kebijakan kampus daring Salah satunya di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo. Beberapa mahasiswa berpendapat bahwa perkuliahan daring atau online sangat membuat mereka terbebani, alasannya karena mereka tidak bisa berinteraksi langsung dengan dosen, mereka juga memikirkan praktek yang seharusnya mereka dapatkan dikampus karena memang perkuliahan mewajibkan di lakukan secara langsung daring atau online. namun dengan adanya perkuliahan *daring* mereka tidak dapat melakukan praktek yang biasa di lakukan mahasiswa pada saat perkuliahan secara luring atau langsung. Perbelajaran daring atau online ini sangat tidak efektif bagi mahasiswa kesehatan yang notabennya melakukan prakter secara langsung.

Sejalan dengan hasil wawancara kepada mahasiswa yang di mintai keterangan mengenai masalah ini menyatakan jika mereka mulai bosan dan stress terhadap pembelajaran yang di lakukan secara *online atau daring* karena hanya diberikan berbagai tugas yang banyak dan kurangnya penjelasan yang ada karena dosen tidak masuk *google classroom* namun secara tiba - tiba memberikan tugas yang banyak tanpa penjelasan terlebih dahulu kepada mahasiswa mengenai tugas yang di berikan tersebut.

keterhambatan untuk melakukan praktek langsung yang biasanya dilakukan di kampus dan semenjak adanya pembelajaran online atau daring mahasiswa tidak melakukan praktek sama sekali Selain itu mereka juga mengalami berbagai masalah yang lain dalam melakukan pembelajaran seperti pada masa pandemi ini karena kebutuhan akan kuota internet yang semakin banyak, terkadang laptop atau handphone yang di gunakan mengalami eror atau pun kendala dari jaringan internet yang mengalami gangguan sehingga hal tersebut membuat mereka pusing, jenuh dan stres, mengerjakan deadline tugas sehingga menambah beban stres yang di alami oleh mahasiswa.

Dengan demikian dapat di katakan jika perubahan pembelajaran dari tatap muka langsung dan secara mendadak tiba-tiba menjadi pembelajaran secara daring atau online menyebabkan mahasiswa mengalami stres dalam mengikuti pembelajaran secara daring atau online tersebut. menunjukkan bahwa para mahasiswa yang di evaluasi selama periode pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi, di bandingkan dengan para mahasiswa pada masa - masa normal. Kemudian , pada hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek psikologis negatif pada mahasiswa. ( Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo).

Stres adalah bagian yang tidak bisa di hindarkan dalam kehidupan sehari - hari. Stres muncul dari berbagai sumber yang tidak terhitung disetiap situasi kehidupan manusia. Tekanan sehari - hari yang menumpuk juga bisa menimbulkan stress. Masalah yang di alami mahasiswa pada masa pandemi Covid-19 ini seperti tuntutan -tuntutan yang di bebaskan dengan model belajar mengajar secara daring atau online membuat mereka tertekan dan akhirnya menimbulkan gejala stres. Gejala dari stres yang di alami mahasiswa tersebut dapat berdampak kepada gangguan pola tidur atau sulit untuk tidur, sakit kepala, jenuh, gelisah, bosan, mudah marah dan kelelahan fisik. Untuk itu, melalui penelitian ini akan di pelajari lebih jauh apa saja faktor penyebab munculnya gejala stres pada mahasiswa yang timbul akibat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19. Suatu keadaan saat mahasiswa merasa kesulitan dalam menyelesaikan tuntutan akademik dan menganggap bahwa tuntutan itu sebagai gangguan merupakan definisi stres akademik.

Menjelaskan bahwa dalam menjalani masa pandemik, anak atau remaja mengalami beberapa kesulitan, diantaranya yaitu selama proses pembelajaran. Hal ini tentunya di rasakan anak - anak saat menempuh pendidikan secara online atau ( daring ). Selain itu, di masa pandemik anak atau remaja memiliki jangka waktu libur yang belum dapat di tentukan kapan berakhir, sehingga hal tersebut juga memberikan kejenuhan. Hal-hal ini tentunya menimbulkan stres tersendiri bagi remaja atau anak - anak. Begitupun pada remaja tentunya mereka juga mengalami stres, salah satunya stres di bidang akademik. Stres akademik merupakan respon pelajar terhadap berbagai tuntutan atau tekanan yang bersumber dari proses belajar mengajar.

Motivasi belajar adalah faktor pendorong individu untuk melakukan kegiatan belajar serta bersemangat untuk belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang berpengaruh dalam penumbuhan perasaan senang dan semangat dalam belajar sehingga memiliki banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar. Untuk menghindari penurunan motivasi belajar pada mahasiswa, perlu adanya salah satu metode yang dapat di lakukan oleh individu dalam penyelesaian suatu masalah, adaptasi diri terhadap perubahan yang terjadi, respon terhadap keadaan yang mengancam. Upaya individu dapat berupa kognitif, perubahan perilaku, dan perubahan lingkungan yang bertujuan menyelesaikan stress.

Berdasarkan masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo. tentang "Hubungan Tingkat stres dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran *online* pada masa pandemi covid-19".

## 2 Metode

Desain penelitian adalah rancangan penelitian yang terdiri atas beberapa komponen yang menyatu satu sama lain untuk memperoleh data atau fakta dalam rangka menjawab pertanyaan atau masalah penelitian. Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis penelitain kuantitatif yang berbentuk penelitian korelasional yang pada hakikatnya mengkaji hubungan antara variabel. pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah jenis yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data *variable independent* dan *dependen* hanya satu kali pada satu saat. Pada jenis ini, *variable independent* dan

*dependen* dinilai secara simultan pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut.

Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara kepada mahasiswa Universitas Nurul Jadid Kabupaten Probolinggo dan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah jenis yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data *variable independent* dan *dependen* hanya satu kali pada satu saat dan Teknik *sampling* yang digunakan dalam penilitian ini adalah *total sampling* sebanyak 100 responden. (Nursalam 2017)

Tentunya tidak semua subjek penelitian harus diobsevasi pada hari atau waktu yang sama, akan tetapi baik *variable independen* maupun *variabel dependen* dinilai hanya satu kali saja. Dengan study ini, akan diperoleh pravelensi atau efek suatu fenomena (*variabel dependen* ) dihubungkan dengan penyebab (*variabel independent*).

Kriteria Penelitian (Kriteria Inklusi) Kriteria Inklusi adalah kritria atau ciri-ciri yang perlu di penuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat di ambil sebagai sampel. Kriteria Inklusi sebagai berikut: Mahasiswa Fakultas kesehatan Universitas Nurul Jadid Kabupaten Probolinggo. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden ( Kriteria eksklusi ) Kriteria Eksklusi adalah ciri-ciri anggota yang tidak dapat di ambil sebagai sampel. Mahasiswa yang mempunyai kelainan fisik dan kejiwaan, Mahasiswa yang sedang sakit pada saat penelitian, Mahasiswa yang tidak masuk kuliah.

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sempel, agar memperoleh sempel yang benar - benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian. Teknik sampling yang di gunakan dalam penelitian ini adalah teknik Total Sampling yaitu pengambilan sampel bila semua anggota populasi di gunakan sebagai sampel.

Pada saat wawancara peneliti melalukan tanya jawab kepada beberapa mahasiswa, dan jawaban tersebut akan di simpulkan oleh peneliti. Dan tahap selanjutnya peneliti membagikan kusioner melalui media online kepada mahasiswa untuk diisi agar peneliti mengetahui apakah ada hubungan stres dengan motivasi belajar mahasiswa pada saat pembelajaran online di lakukan di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabutapen Probolinggo.

Setelah melakukan penelitian tersebut peneliti mendata jawaban kusioner melalui SPSS yang diperoleh dari jawaban mahasiswa tersebut.

Agar peneliti nantinya bisa membuat jawaban apakah ada hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar mahasiswa di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo. Peneliti melakukan penelitian selama kurang lebih 1 bulan.

Instrumen penelitian adalah alat ukur yang akan di gunakan untuk mengumpulkan data. Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrument berupa kuesioner. Kuesioner yang di gunakan memuat pertanyaan mengenai karakteristik responden dan memuat pertanyaan tertulis yang di gunakan untuk memperoleh informasi perilaku dari responden yang di sediakan dengan pilihan jawaban benar dan salah, siap, dan tidak siap. Kuesioner adalah suatu cara pengumpulan data atau suatu penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum ( orang banyak ).

Kuesioner demografik adalah Kuesioner yang berisikan pertanyaan terbuka mengenai data demografi responden yang merupakan bagian dari variabel independen. Adapun pertanyaan yang perlu di lengkapi oleh responden dalam kuesioner demografik antara lain nama, usia dan jenis kelamin dari mahasiswa Universitas Nurul Jadid Kabupaten Probolinggo.

### Validitas

Uji Validitas di lakukan kepada responden, di lakukan uji validitas dan Reliabilitas terhadap kuesioner terlebih dahulu agar instrument yang di gunakan benar - benar telah memenuhi syarat sebagai alat pengukur data. Rencana uji coba instrument di lakukan di Fakultas Kesehatan Universitas Nurul Jadid, Paiton, Kabupaten Probolinggo yang mempunyai karakteristik hampir sama sebanyak 21 kuesioner tentang stres yang valid ada 19 item yang tidak valid ada 5 item dan kuesioner motivasi belajar ada 25 kuesioner yang valid ada 23 item sedangkan yang tidak valid ada 3 item. Hasil penelitian di katakan valid jika terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang di teliti.

Hasil dari validitas alat ukur tersebut adalah sebagai berikut: Pengujian kuesioner di gunakan berjumlah 20 responden kemudian dianalisis menggunakan product moment person. Hasil uji menunjukkan bahwa 25 item pertanyaan mengenai motivasi belajar dan 21 item pertanyaan mengenai tentang stres dinyatakan valid karena masing - masing item lebih besar dari r-tabel (0,444), Jadi semua item soal yang di gunakan sebagai alat uji adalah valid di gunakan sebagai alat uji untuk mengetahui tentang stress dan motivasi belajar.

### Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat dapat di andalkan, instrument yang reabilitas dapat menghasilkan data yang di percaya jika datanya benar sesuai dengan kenyataan, angka berapapun diambil, hasilnya tetap sama. Uji Reliabilitas dapat di lakukan secara Bersama - sama terhadap seluruh butir pertanyaan. Untuk mengetahui Reliabilitas dapat di lakukan dengan cara melakukan uji Cronbachs Alpha, dengan keputusan uji:

Bila Cronbachs Alpha  $\geq 0,60$  artinya variable reliabel. Bila Cronbachs Alpha  $\leq 0,60$  artinya variable tidak reliabel.

Uji validitas dan Reliabilitas ini di lakukan di Fakultas Kesehatan Universitas Nurul Jadid, Paiton, Kabupaten Probolinggo. Hasil pengujian kuesioner dengan nilai Reliabilitas sebesar  $0,856 \geq 0,60$  untuk tingkat pengetahuan dan  $0,811 \geq 0,06$  untuk kesiapan menghadapi stres sehingga alat memenuhi asumsi yang baik di gunakan sebagai alat.

Etika penelitian Informed Consent (Surat persetujuan menjadi responden), Lembar persetujuan sebagai peserta di berikan pada saat pengumpulan data. Tujuannya adalah agar responden mengetahui tujuan, manfaat, prosedur, dan kemungkinan dampak yang terjadi selama penelitian. Saat pengumpulan data semua responden telah di jelaskan oleh peneliti tentang prosedur penelitian, telah membaca dan mengisi informed consent bahwa mereka bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Anonimity (Tanpa nama ), Responden tidak perlu mencantumkan nama pada lembar persetujuan dan kuisisioner. Untuk mengetahui keikutsertaan responden, peneliti telah memberikan kode pada kuisisioner yang di kumpulkan dan lembar observasi sesuai dengan nomor urut kode kuisisioner. Confidentiality (Kerahasiaan) , Kerahasiaan informasi yang telah di kumpulkan dari responden di jaga kerahasiaannya oleh peneliti. Dalam menjaga kerahasiaan responden peneliti menggunakan coding dan juga tidak memberkaskan data - data yang telah diolah.

## 3 Hasil dan Diskusi

Pembahasan dalam penelitian ini meliputi Hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar mahasiswa fakultas Kesehatan dalam pembelajaran online atau daring pada masa pandemic covid-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton kabupaten Probolinggo. Karakteristik

responden yang dianalisis adalah usia dan agama mahasiswa, karakteristik ini akan dibahas sebagai berikut:

Usia responden rata - rata masih dalam kategori usia produktif memungkinkan mereka mampu untuk menangkap informasi yang diberikan dan bias mengingatnya kembali. Pengaruh kematangan fungsi organ akan mempengaruhi pola pikir dalam bertindak.

Analisis dari agama mahasiswa didapatkan rata-rata beragama islam. Agama Islam sangat memperhatikan kondisi hati seseorang, dengan mengingat Allah dan mendekatkan diri pada-Nya sehingga hati akan menjadi tenang.

Salah satu ibadah tersebut merupakan hal yang dapat meningkatkan tingkat spiritualitas seorang muslim. Sejalan dengan Campbell (2018) mengatakan bahwa agama yang di pahami dengan hal yang tersusun atau acuan kepercayaan dan praktik ibadah merupakan karakteristik dari spiritualitas.

Di saat pandemi ini yang menjadi sumber stres (stressor) adalah berita mengenai pandemi Covid-19 dan pembatasan sosial yang di lakukan oleh pemerintah. Oleh sebab itu masyarakat dituntut untuk bijak dalam membaca berita. Harus dari sumber yang valid karena sering kali berita hoax atau infotrmasi yang tidak benar yang ada. Informasi yang ada harus di pilih dan di pilah. Mencari informasi dari sumber yang terpercaya, adalah salah satu solusi, tidak gampang percaya berita-berita yang mengakibatkan semakin cemas, khawatir dan gelisah. Karena mempercayai berita yang membuat kecemasan, kekhawatiran dan kegelisahan menjadi salah satu pemicu stres.

Dalam mengelola stress perlu di ketahui faktor penyebab stress. Menurut Daradjat, disebutkan ada 3 hal yang menyebabkan kondisi tidak stres seseorang, yaitu: Frustrasi, hampir seluruh proses belajar mengajar dilakukan secara daring atau (online). Bagi mahasiswa yang mempunyai fasilitas untuk dapat mengakses pembelajaran media daring atau (online) tidak ada masalah. Akan tetapi faktanya tidak seluruh wilayah di bumi Nusantara ini dapat mengakses fasilitas berbasis IT tersebut. Anak akan stress, karena apa yang terjadi tidak sesuai dengan harapan. Tidak ada alat komunikasi (HP) atau pun laptop untuk melakukan pembelajaran daring atau (online) dan paket data atau jaringan internet yang tidak bagus yang dapat menjadi penyebab tidak lancarnya proses belajar mengajar, sehingga harapan mahasiswa tidak sesuai dengan kenyataan; kemudian konflik, adanya pertentangan antara dua kepentingan atau lebih dapat membuat orang mengalami kecemasan.

Sebagai contoh bagi pekerja, apakah dia harus WFH atau WFO, keduanya bisa memunculkan konflik; dan terakhir kecemasan, perpaduan antara konflik dan frustrasi dapat mengakibatkan kecemasan. Kondisi inilah yang ditemukan pada beberapa kasus pemicu stres. Sebagai contoh adanya deadline tugas yang banyak, yang mengakibatkan mahasiswa harus menyelesaikan tugas tersebut membuat mahasiswa merasa tertekan dalam menghadapi kesehariannya yang akan berakibat timbulnya stres.

Menurut Matheny terdapat dua penyebab stres pada mahasiswa di lingkungan kampus, yaitu; academic Stressor, merupakan stress yang berkaitan dengan berbagai tugas akademik sekolah seperti penguasaan materi dan evaluasi belajar materi, dan social stressor, merupakan stress yang berkaitan dengan interaksi atau hubungan interpersonal di kampus seperti, berinteraksi dengan dosen, teman sebaya maupun segala macam bentuk partisipasi mahasiswa di dalam kelas.

Tingkat stres ringan yang terdapat 52 responden (52%), yang mengalami tingkat stress sedang ada 28 responden (28%), pada tingkat stress berat yang terdapat 30 responden (30%). Berdasarkan hasil Analisa data dengan uji chi square di dapatkan hasil  $n=100$  dan  $p$  value  $0,000$  atau  $p$  value  $= < 0,05$  maka dapat di artikan bahwa terdapat hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo.

Stres adalah perasaan terbebani ketika suatu masalah tidak bisa di tanggung oleh seseorang. Setiap orang mengalami sesuatu yang disebut stres dalam kehidupannya. Masalah stres sering dihubungkan dengan kehidupan modern dan sepertinya kehidupan modern merupakan sumber bermacam gangguan stres.

Menunjukkan bahwa mahasiswa Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten probolinggo mengalami kejenuhan belajar di karenakan berbagai faktor. Faktor - faktor tersebut antara lain media atau materi yang kurang menarik sehingga penyajian materi selama proses pembelajaran daring atau pun online di lakukan secara monoton sehingga menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami stress. Banyaknya tugas yang diberikan dengan disertai pemberian materi tanpa penjelasan mendalam atau kurang detail. Hal tersebut menimbulkan ketidakpahaman materi pada mahasiswa. Akibatnya, timbul rasa malas, kehilangan semangat, stress, susah tidur, jenuh, lelah dan bosan terhadap materi kuliah selama pembelajaran daring atau online .

Hasil uji chi-square hubungan tingkat stres mahasiswa tingkat 2 dengan hasil kelulusan ujian lisan secara online menunjukkan nilai  $p = 0,684$  ( $p > 0,05$ ). Hasil uji chi-square hubungan tingkat stres mahasiswa tingkat 3 dengan hasil kelulusan ujian lisan secara online menunjukkan nilai  $p = 0,156$  ( $p > 0,05$ ). Hasil menunjukkan tidak ada hubungan tingkat stres mahasiswa tingkat 2 dan 3 dengan hasil kelulusan ujian lisan secara online.

Motivasi belajar kurang baik yang terdapat 56 responden (52%), yang mengalami motivasi belajar kurang baik sedang ada 29 responden (29%). Berdasarkan hasil Analisa data dengan uji chi square di dapatkan hasil  $n=100$  dan  $p$  value 0,000 atau  $p$  value  $= < 0,05$  maka dapat di artikan bahwa terdapat hubungan motivasi belajar dengan tingkat stress di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo.

Hasil kelulusan mahasiswa dalam penelitian menunjukkan persentase yang tinggi untuk jumlah yang meraih hasil lulus dan hanya sedikit yang mendapatkan hasil tidak lulus. Hasil sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Calaguas bahwa keadaan stres dapat disebabkan karena persiapan ujian secara lisan maupun tulisan. Mahasiswa yang mengalami stres ringan hingga berat masih bisa mendapatkan hasil lulus walaupun sedang di fase stres. Keadaan ini bisa di capai apabila mahasiswa dapat mengurangi, meminimalkan, mentolerir, atau menguasai efek stres. Kemampuan ini disebut dengan coping stress. Dalam teori coping stress menurut (Richard Lazarus) terdapat dua cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa, yaitu problem focused coping dan emotion focused coping.

Mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar mahasiswa tingkat pertama yang membuktikan peningkatan stres akademik dapat menurunkan motivasi belajar. Goff (2011) menyampaikan bahwa peningkatan stres akademik dapat berpengaruh terhadap motivasi belajar. Dari uraian diatas, faktor utama stres akademik yang di alami mahasiswa keperawatan semester VI selama pandemi covid-19 di karenakan banyaknya tugas perkuliahan, nilai akademis yang diperoleh mahasiswa, bosan mendapat kan materi yang tidak dijelaskan secara rinci atau mendalam oleh dosen, dan mahasiswa sulit berkonsentrasi selama pembelajaran membuat mahasiswa mengalami stres akademik.

Tingkat motivasi belajar mahasiswa keperawatan semester VI juga mayoritas menurun atau dalam kategori rendah sehingga stres akademik jika semakin meningkat maka motivasi semakin menurun. Munculnya kondisi

stres akademik dapat di picu oleh karena adanya tuntutan untuk menguasai keterampilan dan pengetahuan dalam waktu yang relatif singkat, selain itu kondisi pembelajaran daring maupun online oleh mahasiswa yang cenderung membosankan. Situasi Pandemi menuntut mahasiswa untuk belajar di rumah, Hal ini mengakibatkan menurunnya interaksi dan komunikasi dengan teman sebaya, dosen serta orang-orang disekitarnya. Thawabieh & Qaisy (2012) menyampaikan bahwa mahasiswa yang mengalami pembatasan dalam komunikasi sosialnya dapat terjadi stres akademik yang tinggi. Kondisi tersebut di sebabkan oleh karena perasaan perasaan negatif yang meningkatkan stres pada mahasiswa, seperti tidak di perhatikan, perasaan tidak bahagia dan kurangnya penghargaan. Kondisi ini sependapat dengan penelitian Kountul et al (2018), yang menyimpulkan bahwa stress pada mahasiswa dipengaruhi oleh dukungan teman sebaya. Mahasiswa akan lebih percaya diri dan yakin dengan kemampuannya ketika mereka mendapatkan dukungan dari teman sebayanya, sehingga mahasiswa mendapatkan strategi koping dalam mengatasi stress akademiknya.

Menjelaskan korelasi antara stres akademik dan motivasi belajar mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan secara online selama masa pandemi COVID-19. Hasil analisa menunjukan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dan motivasi belajar mahasiswa ( $r = -0,520$ ,  $P < 0,000$ ). Dengan demikian maka dapat di katakan bahwa semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah motivasi belajar, sebaliknya semakin rendah tingkat stres akademik mahasiswa maka semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan online selama masa pandemi COVID-19.

### Implikasi Keperawatan

Implikasi dalam penelitian ini terarah pada peran perawat sebagai perawat edukator, perawat advocator, perawat komunikator, dan pemasaran kesehatan. Peran perawat sebagai edukator yaitu peran perawat yang memberikan informasi atau pendidikan kesehatan tentang Stres dan motivasi belajar kepada mahasiswa agar tercapainya perilaku kesehatan yang akan mendatang.

Peran perawat sebagai advocator yang dimaksud adalah tindakan perawat dalam mencapai sesuatu untuk kepentingan masyarakat atau bertindak untuk mencegah kesalahan yang tidak diinginkan. Perawat harus melindungi hak mahasiswa selaku responden dalam kerahasiaan

mengenai identitas dan hasil penelitian. Masalah keperawatan yang muncul pada stres yaitu kesiapan peningkatan konsep diri pada saat menghadapi stres.

Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah keperawatan kesiapan peningkatan konsep diri pada saat menghadapi stres dengan dukungan keyakinan. Tindakan yang bisa dilakukan yaitu melakukan observasi, terapeutik, dan memberikan edukasi. Observasi yang dilakukan yaitu identifikasi keyakinan, masalah, dan tujuan perawatan, monitor kesehatan fisik dan mental. Pemberian terapeutik yang dapat dilakukan yaitu mengintegrasikan keyakinan dalam rencana perawatan sepanjang tidak membahayakan atau beresiko keselamatan, sesuai kebutuhan, fasilitasi memberikan makna terhadap kondisi kesehatan. Dalam memberikan edukasi, tindakan yang dapat dilakukan yaitu jelaskan bahaya atau resiko yang terjadi akibat keyakinan negatif, jelaskan alternatif yang berdampak positif untuk memenuhi keyakinan keperawatan, berikan penjelasan yang relevan dan mudah dipahami.

Selain kesiapan peningkatan konsep diri, masalah keperawatan yang muncul yaitu koping defensif. Koping defensif merupakan keadaan di mana seorang individu secara berulang menampilkan evaluasi diri positif dan harga diri yang positif.

Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah keperawatan koping defensif adalah memberikan promosi harga diri. Yaitu peningkatan penilaian perasaan atau persepsi terhadap diri sendiri atau kemampuan diri. Tindakan yang bisa dilakukan yaitu melakukan observasi, terapeutik, dan memberikan edukasi. Observasi yang dilakukan yaitu mengidentifikasi budaya, agama, ras, jenis kelamin, dan usia terhadap harga diri. Pemberian terapeutik yang dapat dilakukan yaitu memotivasi terlibat dalam verbalisasi positif diri sendiri, mendiskusikan kepercayaan terhadap penilaian diri, memotivasi menerima tantangan atau hal baru, mendiskusikan persepsi negatif diri, mendiskusikan penetapan tujuan realistis untuk mencapai harga diri yang lebih tinggi, berikan umpan balik positif atas peningkatan mencapai tujuan. Dalam memberikan edukasi, tindakan yang dilakukan yaitu anjurkan membuka diri terhadap kritik negatif, latih pernyataan atau kemampuan positif diri, latih cara berfikir dan berperilaku positif, latih meningkatkan kepercayaan pada kemampuan dalam menangani situasi.

## 4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Universitas Nurul Jadid paiton kabupaten probolinggo mengenai Hubungan Tingkat stres dengan motivasi belajar. maka dapat disimpulkan yaitu :

Di ketahui bahwa tingkat stres di Universitas Nurul Jadid Paiton kabupaten probolinggo yaitu di peroleh sebanyak menunjukkan bahwa hasil penelitian dari 100 responden di ketahui bahwa tingkat stres yang ringan terdapat 52 responden (52%), dan tingkat stres yang sedang terdapat 28 responden (28%), dan tingkat stress yang berat terdapat 30 responden (30%).

Diketahui bahwa motivasi belajar di Universitas Nurul Jadid Paiton kabupaten probolinggo menunjukkan hasil penelitian dari 100 responden diketahui yang mengalami peningkatan motivasi belajar terdapat 37 responden (41,5%), dan yang tidak mengalami peningkatan motivasi belajar terdapat 63 responden (58,5%).

Didapatkan hasil uji analisa yaitu p value 0,000 atau  $= < p$  value 0,05 yang berarti terdapat hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar di Universitas Nurul Jadid Paiton Kabupaten Probolinggo.

Menurut penelitian, Jika stres semakin meningkat maka strategi motivasi belajar pada mahasiswa akan semakin menurun, selain itu pengaruh dari motivasi belajar sangat penting bagi mahasiswa untuk menurunkan stres.

Menurut penelitian, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan motivasi belajar kepedulian akan kepentingan ternik management stres yang baik agar dapat beradaptasi dalam segala kondisi sehingga memiliki motivasi belajar yang tinggi.

## 5 Saran

### Bagi peneliti selanjutnya

Dalam penelitian selanjutnya dapat diteliti tentang faktor lain yang menyebabkan stres dan menambah luas wilayah penelitian sehingga populasi semakin besar dan meningkatkan kemampuan generasilisasi hasil penelitian.

### Bagi Responden

Di harapkan dengan adanya penelitian tentang " Hubungan tingkat stress dengan motivasi belajar mahasiswa fakultas Kesehatan dengan pembelajaran online pada masa pandemic covid-19 di Universitas Nurul Jadid Paiton kabupaten probolinggo ", maka mahasiswa bisa

memahami hal tersebut, terutama stress yang dalam hal ini di harapkan mahasiswa bisa meminimalisir stresnya sehingga tidak berakibat buruk bagi dirinya atau pun kekuatan mental mahasiswa ,karena jika stress tidak ditangani dengan tepat, maka akan berakibat buruk bagi kesehatannya secara fisik ataupun mental mahasiswa tersebut .

Sebagai tenaga Kesehatan di harapkan dapat memberikan penyuluhan dan edukasi menjelaskan apa penyebab stres, bagaimana cara mengatasi atau menangani stress , faktor apa saja yang menyebabkan stress pada seseorang, dan kapan seseorang tersebut mengalami stres serta tanda - tanda seseorang mengalami stres ringan atau pun berat . kepada mahasiswa ataupun orang lain terkait stress, motivasi belajar sehingga bisa meminimalisir tingkat stresnya.

## 6 Referensi

- Archiandita, 'Efektivitas Tingkat Stres Terhadap Motivasi Belajar', 2018.
- Atziza, 'Hubungan Pembelajaran Daring Saat masa Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Akademik Pada Siswa', 2015
- Atziza, R, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stres Dalam Pendidikan Kedokteran Factors Influence Stress Incidence in Medical School', 2015
- B. Lampau, 'Metode Penelitian Kesehatan : Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis, Dan Disertai ( 1 St Ed ). Iksaka Banu', 2012.
- Barseli & Ifdil, 'Hubungan Pembelajaran Daring Saat masa Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Akademik Pada Siswa', 2017. 'Konsep Stres Akademik Siswa', 2017
- Dilla amelia, 'Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada pembelajaran Bahasa Indonesia Berbasis Online', 2020
- Charismiadi, 'Hubungan Regulasi Emosi Dengan Strss Akademik Pada Mahasiswa Baru [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.', 2020.
- Citrawanti oktavia Matusturi syifa, 'Efektivitas Psikoedukasi Strategi Belajar Dan Management Stress Pada Siswa SMA Negri 1 Cerme, Gresik', 2020.
- Dwi Sinta Rizki Ariani , Miftakhul Ulfa, Waifti Amalia HUBUNGAN PERSEPSI MAHASISWA DENGAN STRESS AKADEMIK DALAM PEMBELAJARAN ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19.2022.
- Harri Santoso Riazul Jannah, 'Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat Vol. 1, No. 1, 130-146', 2021.
- Harahap et al, 'Analisa Tingkat Stres Akademika Pada Mahasiswa Selama masa Pandemi Pembelajaran Jarak Jauh Di masa Pandemi Covid-19.', *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*,3(1), 10- 14, 2020.
- Hidayat, Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1, Jakarta: Salemba Medika., 2017.
- Ir. Syofian Siregar, M.M., 'Metode Penelitian Kuantitatif.', 2014, 25-29.
- Konsep Stres Akademik Siswa', *Barseli,M., & Ifdil, I.*, 2017.
- Kramer et al, 'Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Siswa Disaat masa Pandemi Covid-19', 2014.
- Laras ayu safira, octa reni setiawan, ismalia husna, woro ramesti, 'Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Siswa Pada di Masa pandemi covid-19', 2021.
- Musradinur, 'Hubungan Pembelajaran Daring Saat masa Pademi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Akademi Pada Siswa', 2016
- M. sari, 'Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat 19 and Online Lecturer At Karya Husada Health Institute.', 2021.

- Musradinur, 'Analisa Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di masa Pandemi Covid 19', 2016.
- Muhammad Taufik Daniel Hasibuan, Hendry Kiswanto Mendrofa, Harsudianto Silaen, Yusrial Tarihoran HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN DARING SELAMA MASA PANDEMI COVID-19, 2020
- Muslim, 'Analisi faktor munculnya gejala stres pada siswa akibat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19', 2020.
- Muhammad Rian Alvagus, M. Nurhalim Shahib, Rizki Perdana Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat 2 dan 3 Fakultas Kedokteran Unisba dengan Hasil Kelulusan Ujian Lisan secara Online, 2022.
- Matusturi syifa, citrawanti oktavia, 'Efektivitas Psikoedukasi Strategi Belajar Dan Management Stress Pada Siswa SMA Negeri 1 Cerme, Gresik', 2020
- Nursalam., 'Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Mediaka.', 2017.
- Nursalam, 2017. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Mediaka.*
- Nursalam, 2017. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Mediaka.*
- Norholisa, 'Tingkat Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pembelajaran SKI Di MA Raudatul Jannah Palangkaraya', 2020
- Nursalam, 2017. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Mediaka.*
- Purwanto, 'Stres dan resiliensi remaja di masa pandemi covid-19", 2020.
- Palupi, T. N., 'Tingkat Stres Pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar Dalam Menjalankan Proses Belajar Dirumah Selama masa Pandemi Covid-19.', 2020
- P. A. R. Putri, A. P., Rahayu, R. S., Meidawati, S., & Ningsih, 'Strategi Pembelajaran Melalui Daring Dan Luring Selama. Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan, 2(1), 1-8', 2021
- PPNI, 2018. 'Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, Defini Dan Indikator Diagnostik. Edisi 1 Jakarta: DPP PPNI'.
- PPNI, 2018. 'Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, Defini Dan Indikator Diagnostik. Edisi 1 Jakarta: DPP PPNI'.
- PPNI, 2018. 'Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, Defini Dan Indikator Diagnostik. Edisi 1 Jakarta: DPP PPNI'.
- PPNI, 2018. 'Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, Defini Dan Indikator Diagnostik. Edisi 1 Jakarta: DPP PPNI'.
- Prof. Dr. Sugiyono, 'Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D, Bandung: Alfabeta', 2016
- Rahmawati, W. K. dalam Barseli & Irdil, 'Pengaruh Pembelajaran Daring Stres Akademik Siswa Selama masa Pandemi Covid 19', 2017.
- Rakimin Humairoh Ummu Syarifah, Irma Safitri, 'Hubungan Strategi Coping Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi', 2021.
- Ralang Hartanti Syafrida, 'Bersama Melawan Virus pandemi Covid-19 Di Indonesia', 2020.
- Rumhadi Tri, 'Urgensi Motivasi Dalam Proses Pembelajaran', 2017
- S. Notoadmodjo, 'Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.', 2012
- Samsugito & Putri, 'Hubungan Pembelajaran Daring Saat masa Pandemi Covid-19

Terhadap Tingkat Stres Akademik Pada Siswa', 2019

Surawan, 'Di namika Dalam Belajar (Sebuah Kajian Psikologi Pendidikan). Yogyakarta: K-Media', 2020 ---, 'Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Pai Pada Masa Pandemi Covid 19', 2020

Syafrida, Ralang hartanti, 'Bersama Melawan Virus pandemi Covid-19 Di Indonesia', 2020

Syamsu yusuf, 'Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Siswa SMA', 2016

T. N. palupi, 'Tingkat Stres Pada Siswa - Siswi Sekolah Dasar Dalam Menjalankan Proses Belajar Dirumah Selama masa Pandemi Covid-19.', 2020.

Unicef, 'Data Survei Hubungan Tingkat Stres Pada Siswa', 2020

Woro ramesti Laras ayu safira, octa reni setiawan, ismalia husna, 'Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19', 2021.

WAHAB, 'Tantangan Dan Peluang Pendidikan Tinggi Dalam Masa Dan Pasca masa Pandemi Covid-19', 2020.

WHO., 'Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Belajar', 2020