

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di masa kemajuan teknologi dan perkembangan zaman sekarang ini, dunia tengah menghadapi wabah virus Covid-19. Keberadaan virus ini dapat membahayakan kesehatan dan tidak sedikit merenggut nyawa seseorang dengan gejala terganggunya sistem pernapasan pada dirinya. Kejadian wabah virus Covid-19 ini juga terjadi di negara Indonesia dengan jumlah kasus yang telah tercatat pada 17 April 2021 sebanyak 1.534.255 jiwa pasien yang dinyatakan positif terkena virus Covid-19, yang meninggal dunia diakibatkan virus Covid-19 sebanyak 41.699 jiwa, dan 1.375.877 jiwa pasien yang dinyatakan sembuh dari virus Covid-19.¹

Kemudian untuk wilayah provinsi Kalimantan Selatan memiliki jumlah kasis yang telah tercatat pada tanggal 17 April 2021 sebanyak 31.098 jiwa pasein uang dinyatakan positif memiliki virus Covid-19 di dalam dirinya, sebanyak 27.347 jiwa pasein yang dinyatakn sembuh dari virus Covid-19, dan 889 jiwa yang dinyatakan telah meninggal. Sedangkan untuk kota Banjarmasin kasus wabah virus Covid-19 ini sudah tercatat sebanyak

¹Kemenkes RI, *Situasi Covid-19 pada Bulan April*, dalam <https://Kemenkes.Go.Id>. Diakses Pada 1 November 2020.

8.102 jiwa yang dinyatakan positif, 7.051 jiwa yang dinyatakan sembuh, dan 184 jiwa yang dinyatakan meninggal dunia².

Sehingga di dalam rangka mengatasi dampak pandemi yang mempunyai kecenderungan meningkat ini pemerintah Indonesia telah mengeluarkan sebuah peraturan dan kebijakan untuk physical distancing atau saling menjaga jarak 1 meter dan mengurangi kerumunan untuk memperlambat lajunya penyebaran virus Covid-19.³ Di dalam penetapan kebijakan *physical distancing* ini, tentu sangat dirasakan dampaknya pada sistem pendidikan, seperti adanya perubahan sistem pembelajaran menjadi *daring/online* yang mengharuskan siswa/murid harus tidak lagi belajar di lingkungan sekolah melainkan hanya di rumah saja. Kebijakan tersebut juga ditetapkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada tanggal 24 maret 2020.⁴

Adapun dalam menyikapi terbitnya surat edaran dari Rektor UIN Antasari Prof Dr Mujiburrahman dengan suratnya bernomor 367/Un.14/HM.01/03/2020, berkenaan dengan kebijakan mengganti pembelajaran tatap muka baik di fakultas maupun pasca sarjana dengan sistem online, terhitung 17 sejak Maret 2020.

²Dinkes Provinsi Kalsel, *Update Data Covid-19*, dalam <https://Regional.Komps.Com/Read/2021/04/15/162143978/Update-Covid-19-Di-Jatim-Diy-Bali-Ntt-Ntb-Kalbar-Kalsel-15-April-2021?Page=2>. Diakses Pada 18 April 2021 .

³UNESCO, *Dampak Covid-19 Terhadap Anak*, dalam <https://surveymeter.org/id/node/568>. Diakses 1 November 2020. Ed19. Diakses 1 November 2020.

⁴Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Kebijakan Pendidikan* dalam <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>. Diakses 1 November 2020.

Pembelajaran secara *daring/online* yang serentak dilakukan di seluruh lembaga pendidikan Indonesia. Dimasing-masing lembaga pendidikan memberlakukan peraturan maupun mekanisme yang berbeda-beda dalam implementasi pembelajaran *daringnya*. Kondisi pembelajaran *daring* ini merupakan hal baru bagi para siswa/mahasiswa. Bagi siswa pada lembaga pendidikan sekolah, mekanisme pembelajaran *daring* ini dapat berjalan lebih mudah mengingat proses pembelajaran disertai bimbingan dan bantuan dari orang tua, namun pada faktanya pandemi Covid-19 yang terjadi tidak hanya berdampak pada sistem perkuliahan namun kepada psikologis mahasiswa, berdasarkan survey yang dilakukan Nurcahyo dkk menjelaskan, bahwa adanya gambaran kesehatan mental mahasiswa selama pandemi di dalam masa pendidikannya dengan data yang diperoleh adanya 91% mahasiswa mengalami stress atau kecemasan, sebanyak 81% mahasiswa yang merasa kecewa dan kesedihan, 80% mahasiswa merasa kesepian ketika harus dimita berdiam dalam di rumah saja, 48% mahasiswa mengalami persoalan keuangan katia terjadinya pandemi dikarenakan pendapatan perekonomian menurun, dan 56% mahasiswa mengalami relokasi pada dirinya.⁵ Hasil ini menunjukkan bahwa persentase mahasiswa yang mengalami stress atau kecemasan selama pandemi menginjak angka yang serius yakni 91%. Oleh karena itu, hal ini merupakan fenomena yang serius dan patut mendapat perhatian. Sehingga dengan adanya kebijakan dari pemerintahan untuk belajar *daring/online* sangat berdampak pada lembaga pendidikan terutama di sebuah

⁵Firmanto Adi Nurcahyo, *Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Studi Kualitatif Kesejahteraan Psikologi Mahasiswa* (Malang: Juni, 2020), 136.

universitas. Hal tersebut banyak dikeluhkan oleh para mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.⁶

Dampak pandemi tidak hanya pada mahasiswa yang sedang kuliah saja namun juga berdampak pada mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi. Sebagaimana dibuktikan pada hasil penelitian mengenai kepuasan mahasiswa dalam mempersiapkan proposal skripsi di tengah suasana pandemi Covid-19 yang menunjukkan bahwa mahasiswa bimbingan penyuluhan Islam semester 6 mendapatkan kesulitan dalam menyusun proposal skripsi yakni dalam mendapatkan data, literature, wawancara observasi lapangan, metode penelitian, diskusi bersama dosen pembimbing, menyusun pembahasan, mengatur waktu dan menyelesaikan proposal dan akses internet. Mahasiswa merasa sulit untuk menyelesaikan proposal skripsi yang mana diharuskan hanya melalui rumah dan mengandalkan akses internet dan media sosial.⁷

Di dalam proses penyusunan skripsi yang dirasakan mahasiswa tidak berjalan baik dengan adanya pemberlakuan penetapan *daring/online*, hal tersebut berdampak pada sulitnya mencari literature dan melakukan program bimbingan skripsi. Hal tersebut juga dikuatkan pada sebuah artikel yang ditulis oleh Nico menjelaskan masalah dampak permasalahan Covid-19 kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsinya sebut saja namanya X. Ia adalah seorang mahasiswi semester akhir di Universitas Jakarta, selama

⁶Anisa Eka Oktavia, *Kepuasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Semester 6 IAIN Sorong Dalam Mempersiapkan Proposal Skripsi Di Tengah Suasana Pandemic Covid-19* (Skripsi: Juli, 2020), 65.

⁷Anisa Eka Oktavia, *Kepuasan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Semester 6 IAIN Sorong Dalam Mempersiapkan Proposal Skripsi Di Tengah Suasana Pandemic Covid-19*, 70.

pandemi virus corona (Covid-19), ia mengalami rasa mual ketika berhadapan dengan layar laptop dan memikirkan skripsi.

Dalam proses pengerjaannya X mengalami beberapa kendala, salah satunya adalah sistem bimbingan skripsi, yang mana ia tidak bisa bertemu langsung dengan dosen pembimbing, melainkan harus melalui video call atau pesan pribadi dalam jaringan (daring). Belum lagi dalam hal mengatur jadwal bimbingan sementara itu, target waktu penyelesaian skripsi sudah tak bisa diubah, masalah lain yaitu terkait dengan komunikasi yang terhambat.⁸

Untuk mendalami fakta yang ada, peneliti mengambil studi penelitian awal yang di lakukan kepada salah satu mahasiswa UIN Antasari yang berinisial (M) yang sedang menyelesaikan skripsin, dengan hasil mahasiswa M mengungkapkan bahwa ia mengalami sakit kepala jika mulai membayangkan skripsi, berikut kutipannya:

Mama, dan Abah terus-terusan menakuni kaya apa skripsi ikam nak , kawa ajakah menggawinya sampai tuntung, maka pandemi ini kada boleh ada perkuliahan tatap muka, balum lagi kawan batakun ikam kayapa skripsi ikam? sudah lah sidang? pabila lulus?, nah bila mandangar kawan batakun kayatu langsung rasa kayapa hati neh mandangar, makanya aku jadi stress banar maka masa pandemi kayani sarabanya sulit, kada kawa baapa apa, diharuskan bagana dirumah ja, Ya Allah kaya apajuakah solusinya nih.

Selain itu, ia juga mendapat sedikit tekanan dan terbebani karena orang tua maupun keluarga selalu meminta agar cepat lulus di samping itu gejala gejala seperti susah makan, jarang tidur dan lebih banyak merenung memikirkan skripsi ini merupakan suatu gejala dari stres, M juga

⁸Nico Wijaya, *Skripsi Pun Mandek Saat Pandemi Corona*, dalam <https://www.cnnindonesia.com/nasional/202002150918-20-493654/skripsi-pun-mandek-saat-pandemi-corona>. Diakses pada tanggal 26 Oktober 2020.

menjelaskan tentang kendala atau hambatan yang dialami dalam penyusunan skripsi, salah satunya adalah sulitnya mencari bahan referensi dan komunikasi dengan dosen dilakukan secara daring. Berikut kutipan wawancaranya:

Aku merasa ngalih dalam menyusun skripsi karena sulitnya berkonsultasi dengan dosen pembimbing. Kadang apa yang dituliskan oleh dosen pembimbing dicatat tertulis yang dikirim lewat WhatsApp masih banyak bingungnya karena kada paham, padahal jika kawa tu nyamannya tatap muka pang sakira jelas dan lebih paham.

Hal tersebut yang menyebabkan M sampai sekarang belum bisa menyelesaikan skripsi sesuai dengan arahan dosen, selain itu, hal yang semakin membuat semangatnya menurun dalam menyelesaikan skripsi adalah ketika ia harus menunggu lama balasan pesan dari dosen dalam waktu yang tidak menentu. Dia juga mengalami penurunan berat badan selama proses penggarapan skripsi dengan kebijakan pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19 ini, dia hanya bisa bedoa agar pandemi Covid-19 ini cepat berakhir.

Selain itu, salahsatu mahasiwa yang juga merasakan stress dalam menyusun skripsi adalah saudara YZ yang melakukan penelitian lapangan di lembaga pendidkan. Tentu hal ini mengalami hambatan untuk melihat secara langsung kegiatan yang terjadi dilapangan. Seperti yang disampaikan olehnya bahwa:

Aku bingung banar kayapakah solusi manggawe skripsi ini, rasa sulit banar mandapatkan data-data di lapangan gara-gara kada bisa wawancara sama observasi secara langsung. Sedangkan aku penelitiannya mengharuskan tatap muka di dalam kelas melakukan observasi secara langsung, nah itu pang kendalanya saat ini.

Dari hasil studi awal penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Yustie dengan hasil penelitiannya menyatakan, bahwa sumber stres yang terjadi pada mahasiswa ketika melakukan penyusunan skripsi yang paling sering dialaminya adalah kurangnya pengelolaan sumber internal diri dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada dirinya, seperti motivasi di dalam mengerjakan tugas skripsi dan kurang percaya diri di dalam melakukan penulisan skripsi dan tidak tercapainya target penyelesaian skripsi yang mereka rencanakan secara efektif. Selain dari sumber internal, tentu sumber eksternal berakibat juga terhadap keadaan mahasiswa karena adanya desakan dan tuntutan orang tua, keluarga dan teman sebaya yang menginginkan mereka untuk segera cepat lulus, kemudian masyarakat sekitar yang sering menanyakan kelulusannya, serta sulitnya melakukan bimbingan skripsi dan literatur yang sesuai dengan penelitian sulit untuk ditemukan. Hal ini membuat mahasiswa dalam melakukan penyusunan skripsi yang melibatkan orang lain atau orang sekitarnya dalam membantu dirinya secara fisik atau mentalnya.⁹

Muchlas menjelaskan, bahwa stres merupakan tekanan yang dirasakan oleh seseorang baik itu secara fisik dan mental. Bentuk tekanan yang dirasakan jika tidak diatasi akan mempengaruhi kinerja dan aktivitas sehari-hari. Keadaan stres ini sering dianggap sebagai sesuatu yang negatif dan

⁹Ida Rahmawati Yustie, *Sumber, Reaksi dan Strategi Menghadapi Stres Saat Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, Skripsi* (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2021). 55.

sering menghambat atau memunculkan kerusakan pada keadaan fisik dan mental seseorang.¹⁰

Di dalam ajaran Islam juga menjelaskan tentang firman Allah SWT pada Q.S.Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya... (Q.S. al-Baqarah/2: 286)¹¹

Pada Q.S.Al-Baqarah ayat 286 ini menjelaskan bahwa pada dasarnya Allah menguji hambanya dengan suatu masalah atau ujian kepada manusia dan besarnya masalah tersebut tidak melebihi batas kemampuan manusia itu sendiri. Allah memberi masalah yang sesuai dengan kesanggupan hamba-Nya serta memberikan kemudahan pada masalah itu sendiri. Apabila merasa lemah, lelah, ataupun merasa beban tersebut berat, maka hendaknya seseorang menyadari bahwa itu adalah kelemahan dirinya, bukan bebannya yang terlalu berat.¹²

Berdasarkan latar belakang di sebelumnya melihat banyak kondisi yang telah terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dapat ditarik sebuah kesimpulan, bahwa di masa pandemi Covid-19 keadaan fisik maupun psikis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi jadi berlipat ganda, sehingga apabila beban atau masalah ini tidak diteliti secara seksama dan mendalam dikhawatirkan akan banyak mahasiswa yang sedang menyusun

¹⁰Muchlas Makmuri, *Perilaku Organisasi* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2005), 56.

¹¹Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid* (Surakarta: Ziyad Quran, 2014), 49.

¹²Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil-Qur'an* (Jakarta: Gema Insani, 2000), 403.

skripsi akan jatuh sakit atau mengambil jalan pintas yang tentu saja sangat merugikan bagi mahasiswa itu sendiri, juga agar dapat ditemukan solusi dalam mengatasinya. Untuk itulah maka peneliti sangat tertarik dan mengambil judul penelitian **“Stres Mahasiswa Semester Akhir yang sedang Menyusun Skripsi pada Masa Pandemi Covid-19 di UIN Antasari Banjarmasin”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka peneliti merangkai sebuah rumusan masalah yang memang sangat penting untuk dikaji pada penelitian ini, dengan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat stres mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi pada masa pandemi Covid-19?
2. Apakah faktor penyebab stres mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi pada masa pandemi Covid-19?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini, yang nanti akan menggambarkan sebuah kajian penelitian yang telah dirumuskan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa di dalam melakukan penyusunan skripsi pada masa pandemi Covid-19.

2. Untuk mengetahui faktor apa saja yang menjadi penyebab munculnya stres pada mahasiswa yang sedang melakukan menyusun skripsi pada masa pandemi Covid 19.

D. Signifikansi Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam memperkaya khazanah ilmu bidang psikologi klinis khususnya pengetahuan tentang stres di dalam melakukan penyusunan menyusun pada masa pandemi Covid-19.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian diharapkan bisa berguna bagi para pembaca di dalam menambah informasi tentang adanya stres mahasiswa di dalam melakukan penyusunan skripsi. Selain dari itu juga, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya di dalam pengembangan ilmu psikologi klinis.
- b. Penelitian ini sangat diharapkan bisa bermanfaat di dalam menentukan langkah solusi bagi para mahasiswa di dalam mengetahui stres yang ada beban stres khususnya salam melakukan penyusunan skripsi.

E. Definisi Istilah

Definisi Istilah pada penelitian ini membahas tentang:

1. Stres

Stres menurut Sarafino merupakan kondisi individu yang ditimbulkan dari interaksi antar individu dan lingkungan yang dapat menimbulkan tuntutan yang bersumber dari psikis, biologi dan sosial. Stres terjadi karena tuntutan yang melebihi kemampuan individu, apabila seseorang tidak dapat menyelesaikan tuntutan maka akan merasakan ketegangan yang akan menimbulkan stres.¹³ Adapun menurut Sarafino stres terbagi ke dalam beberapa aspek antara lain:

a. Aspek Biologis

Individu yang mengalami stres pada aspek biologis ini akan menimbulkan gejala fisik yakni dapat mengalami gangguan tidur, gangguan makan, gangguan sakit kepala, gangguan kulit, gangguan pencernaan serta keringat yang berlebihan dari biasanya dan lain-lain sebagainya.

b. Aspek Psikologis

Individu yang mengalami stres pada aspek psikologis ini akan mengalami gejala sebagai berikut:

1) Gejala Kognisi

Individu yang mengalami stres pada aspek psikologis ini akan mengalami gejala kognisi. Pada gejala kognisi individu yang

¹³Edward P. Sarafino. *Health Psychologi-Bio Psychosocial Interactions*. (New York: John Wiley & Sons, INC 2011), 56.

mengalami stres akan mengalami ketergangguan dalam proses berpikir. Individu yang stres akan mengalami gangguan dalam berkonsentrasi, gangguan ingatan atau daya ingat, sulit berkonsentrasi serta gangguan perhatian atau tidak fokus.

2) Gejala Emosi

Individu yang mengalami stres pada aspek psikologis ini akan mengalami gejala emosi. Pada gejala emosi ini individu yang mengalami stres akan mengalami ketergangguan dalam kestabilan emosional, individu akan mengalami mudah marah, mudah tersinggung, mudah merasakan kecemasan kepada setiap hal, merasa sedih, dan lain-lain.

3) Gejala Tingkah Laku

Individu yang mengalami stres pada aspek psikologis ini akan mengalami gejala tingkah laku. Pada gejala tingkah laku ini cenderung kepada suatu perbuatan negative.¹⁴

Jadi, maksud dari stres pada penelitian ini akan mengarah kepada keadaan mahasiswa di Universitas Negeri Antasari Banjarmasin untuk mengetahui tingkat stres dan mengetahui faktor penyebab stres dalam melakukan penyusunan tugas akhir skripsi di masa pandemi Covid-19.

2. Mahasiswa Semester Akhir

Mahasiswa semester akhir yaitu mahasiswa yang berada pada masa studi. Mahasiswa yang memasuki perkuliahan selama 4 tahun dan telah

¹⁴Edward P. Sarafino. *Health Psychologi-Bio Psychosocial Interactions*, 63-64.

mengambil tugas akhir. Masa akhir tersebut mahasiswa diharuskan untuk membuat tugas akhir atau skripsi untuk syarat kelulusan dan harus diselesaikan dalam waktu yang telah ditentukan.¹⁵

Jadi, maksud dari mahasiswa yang dibahas pada penelitian ini adalah mahasiswa yang ada di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Adapun untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Kriteria nya sebagai berikut:

- a. Mahasiswa/i UIN antasari Banjarmasin yang bersedia.
- b. Mahasiswa/i UIN antasari Banjarmasin yang aktif.
- c. Yang sedang melakukan penyusunan tugas akhir atau skripsi.
- d. Angkatan 2015-2018.

3. Menyusun Skripsi

Menyusun skripsi adalah laporan tertulis dari hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan Dosen Pembimbing sebagai syarat untuk memperoleh sarjana.¹⁶

Skripsi merupakan suatu penulisan karya ilmiah yang ditulis oleh setiap mahasiswa program S1 sebagai salah satu syarat kelulusannya. Skripsi sendiri memiliki pembahasan yang sangat rumit dalam penulisan ilmiahnya seperti adanta kajian tentang kepustakaan, penelitian lapangan dan hasil pengembangan (eksperimen).¹⁷ Di dalam proses penulisan skripsi

¹⁵Apriliani Waulandari Sinaga. *Skripsi Kepuasan Hidup pada Mahasiswa Semester Akhir* (Skripsi: Uineversitas Muhammadiyah Malang Fakultas Psikologi, 2017), 11.

¹⁶Rifka Damayanti. *Analisis Kesulitan Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi pada Situasi Pandemic Covid-19* (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan Fakultas Keguruan dan Pendidikan, 2020), 29.

¹⁷Miftahul Huda, "Perkembangan Keilmuan Di STAIN Ponorogo" 9, no. 2 (2011): 111.

akan dibantu minimal dua orang dosen pembimbing yang membantu mahasiswa di dalam penulisan ilmiah yang sesuai dengan kaidah penulisan yang berlaku di setiap perguruan tinggi baik itu dari segi penulisan atau oleh teknik penyampaian pembahasan yang terkandung di dalam penulisan skripsinya.

Jadi, maksud dari menyusun skripsi yang dibahas pada penelitian ini adalah penelitian skripsi ini menjadi kewajiban atau syarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana (S1). Di mana pada penelitian skripsi ini bertujuan untuk membentuk pandangan dan karakter mahasiswa dalam melihat keadaan sosialnya, memandang dan menyelesaikan masalah yang terjadi dan bisa berpikir kritis tentang permasalahan yang telah dikajinya baik itu secara pengalaman organisasinya maupun hasil dari pembelajarannya di akademik.

4. Masa Pandemi Covid-19

Pada awal tahun 2020 di Indonesia terjadi pandemi disebabkan oleh virus corona atau Covid-19 (*corona virus diseases-19*). Pandemi ini terjadi hampir di seluruh belahan dunia dan menjadi pandemi global sejak diumumkan *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 11 Maret 2020. Covid-19 merupakan virus yang gejalanya mulai dari ringan sampai berat. Gejala berat berupa *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrom* (SARS).¹⁸ Virus ini menyebar cukup cepat melalui udara lewat tetesan atau *droplet* saat seseorang sedang batuk

¹⁸Nurul Laili, "Aspek Psikologi Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Dengan Capaian Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Vokasi," *Jurnal Ilmiah Pamenang* 2, no. 2 (2020): 8-9.

maupun bersin. Pemerintah menerapkan beberapa kebijakan agar penyebaran virus tidak semakin meluas, seperti Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), *social distancing*, serta masyarakat juga diwajibkan untuk menggunakan masker dan selalu mencuci tangan.¹⁹

Sehingga di dalam rangka mengatasi dampak pandemi yang mempunyai kecenderungan meningkat ini pemerintah Indonesia telah mengeluarkan sebuah peraturan dan kebijakan untuk *physical distancing* atau saling menjaga jarak 1 meter dan mengurangi kerumunan untuk memperlambat lajunya penyebaran virus Covid-19.²⁰ Di dalam penetapan kebijakan *physical distancing* ini, tentu sangat dirasakan dampaknya pada sistem pendidikan, seperti adanya perubahan sistem pembelajaran menjadi *daring/online* yang mengharuskan siswa/murid harus tidak lagi belajar di lingkungan sekolah melainkan hanya di rumah saja. Kebijakan tersebut juga ditetapkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada tanggal 24 maret 2020.²¹

Coronavirus atau **virus corona** merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas ringan hingga sedang, seperti penyakit flu. Banyak orang terinfeksi virus ini, setidaknya satu kali dalam hidupnya. Oleh sebab itu virus ini menyebabkan orang-orang takut untuk

¹⁹Yelvi Levani, Muhamad Thoriq Hakam, Dan Muhamad Reza Utama, "Potensi Adiksi Penggunaan Internet Pada Remaja Indonesia Di Periode Awal Pandemi Covid 19," *Hang Tuah Medical Journal* 17, No. 2 (2020),104.

²⁰UNESCO. *Dampak Covid-19 Terhadap Pendidikan Anak*. Diakses 1 November 2020.

²¹Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *kebijakan pendidikan*, dalam <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>. diakses 1 November 2020.

beraktivitas dirumah dan berkumpul-kumpul banyak orang terutama di sekolah yang paling dikhawatir pemerintah untuk melakukan aktivitas.

F. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian dari peneliti ada beberapa literatur yang terkait melakukan kajian terhadap stres diantara lain:

1. Henricus Dimas Frandi Cahyo Broto (2016) dalam skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma.yang berjudul "Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada Salah Satu Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma)". Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus. Kemudian untuk hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa stres terjadi pada mahasiswa karena penulis skripsi tidak mampu dalam mengatasi problem atau kesulitan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi. Stres yang dialami mahasiswa tersendiri termasuk pada stres negatif yang memberi dampak buruk pada diri. Sedangkan di dalam faktor penyebab stres pada mahasiswa yang sedang melakukan penulis skripsi terdiri atas adanya dua faktor, yaitu faktor internal yang meliputi, kemampuan atau kecerdasan seseorang dan faktor eksternal meliputi tuntutan pihak kampus, keluarga, dan keadaan keuangan mahasiswa. Sehingga dari penelitian ini memiliki sebuah persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang terdiri pembahasab kajian stres mahasiswa

di dalam menyusun skripsi. Adapun juga di dalam perbedaannya terdiri dari pada lokasi, waktu penelitian dan kajian teori yang digunakan.

2. Zakaria (2017) dalam skripsi Universitas Muhammadiyah Malang dengan judul “Tingkat Stres Mahasiswa Ketika Menempuh Skripsi”. Pada tujuan penelitian yang dilakukan pada penelitian ini untuk seberapa besar tingkatan stres yang dirasakan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas skripsi, untuk jumlah subjek atau responden pada penelitian ini sebanyak 200 mahasiswa yang dijadikan sampel penelitian. Sehingga pada hasil penelitian menunjukkan, bahwa mahasiswa yang mengalami stres pada kategori ringan sebesar 8,5% di dalam melakukan penyusunan skripsi, untuk kategori sedang sebesar 86,5%, dan kategori berat sebesar 5%. Sehingga dari penelitian ini memiliki sebuah persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang terdiri pembahasan kajian stres mahasiswa di dalam menyusun skripsi. Adapun juga di dalam perbedaannya terdiri dari pada lokasi, waktu penelitian dan kajian teori yang digunakan.
3. Chatherina Friscilia Eka Putri (2018) dalam skripsi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta dengan judul ”Tingkat stres Mahasiswa Peneliti Skripsi (Studi Deskriptif Kuantitatif pada Mahasiswa) dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta”. Tujuan penelitian pada penelitian ini untuk melihat tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa ketika melakukan penelitian skripsi, dan jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Di dalam hasil

penelitian yang didapat menunjukkan adanya tingkat distress mahasiswa di dalam melakukan peneliti skripsi dengan dikategori tingkat distress tinggi sebanyak 17 orang atau 43,5%, pada kategori distress sedang sebanyak 8 orang atau 20,5%, dan pada kategori distress rendah sebanyak 10 orang atau 25,6%. Sehingga dari penelitian terdahulu ini memiliki sebuah persamaan penelitian yang terdiri pada fokusnya permasalahan penelitian seperti membahas kajian stres mahasiswa. Kemudian di dalam perbedaannya dilihat dari lokasi penelitian dan juga waktu penelitian yang membahas pada problem terjadinya pandemi Covid-19.

4. Indrawati (2018) dalam skripsi Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar dengan judul “Gambaran Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Skripsi Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar ”. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Di dalam hasil penelitian diperoleh adanya gejala fisik, psikologis, dan perilaku terhadap gambaran stres mahasiswa yang sedang melakukan penyusunan tugas akhir (skripsi). Dalam hasil gejala fisik pada penelitian ini menunjukkan adanya tingkat ringan jumlah 88.9%, terdapat sebanyak 84.2% mahasiswa yang mengalami gejala psikologis dengan tingkat ringan ketika mengerjakan tugas akhir skripsi, dan terdapat sebanyak 95,6% mahasiswa yang mengalami gejala perilaku pada dirinya ketika mengerjakan tugas akhir (skripsi) seperti mereka

merasa sulit untuk bersantai, tidak mengontrol kesabaran mereka ketika mendapatkan permasalahan di dalam pengerjaan skripsi. Sehingga dari penelitian ini memiliki sebuah persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang terdiri pembahasab kajian stres mahasiswa di dalam menyusun skripsi. Adapun juga di dalam perbedaannya terdiri dari pada lokasi, waktu penelitian dan kajian teori yang digunakan.

5. Peni Ramanda (2020) dalam jurnal Kopasta Vol. 7 No.1 dengan judul penelitian "Stres akademik mahasiswa dalam menyusun skripsi dimasa pandemi Covid-19". Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling termasuk dalam kategori tinggi yaitu 46,9%, tingkat stres akademik dalam menyusun skripsi berdasarkan faktor frustasi, faktor konflik, faktor tekanan, faktor peluang, faktor pemaksaan diri, faktor psikologis, faktor emosional, faktor perilaku dan faktor kognitif. Dengan demikian pandemi Covid-19 berdampak signifikan terhadap proses belajar mengajar mahasiswa, khususnya dalam mengerjakan skripsi. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian ini terletak pada fokus permasalahan yakni stres mahasiswa pada masa pandemi Covid-19, sedangkan perbedaannya pada penelitian ini adalah pada lokasi penelitian.

G. Sistematika Penelitian

Di dalam sistematika penelitian pada penelitian ini memiliki acuan yang harus disesuaikan terutama dalam susunan dan urutan penulisan yang ilmiah. Sistematika yang digunakan pada penulisan penelitian ini yaitu:

1. Bab I memiliki pembahasan yang mengkaji tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian, tujuan penelitian penelitian yang menjadi acuan penelitian agar tidak keluar dari pembahasan kajian penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, dan sistematika penulisan.
2. Bab II Memiliki pembahasan kajian tentang landasan teori yang berisi mengenai (pengertian stres, faktor-faktor penyebab timbulnya stres, aspek-aspek stres, gejala yang muncul akibat stres, tahapan dan tingkatan stres, cara penanganan stres), kajian terori tentang stres di masa pandemi covid-19 berisi mengenai(ruang lingkup stres dimasa pandemi covid-19, pengelolaan stres dimasa pandemi covid-19), kajian terori tentang penyusunan skripsi sebagai Tugas Mahasiswa Tingkat Akhir berisi mengenai (kewajiban mahasiswa dalam penyusunan skripsi, hambatan mahasiswa dalam penyusunan skripsi, solusi penanganan stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi), dan kerangka berpikir yang membahas tentang konsep dan arah pembahasan penelitian.
3. Bab III terdiri dari metode penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, adanya variabel penelitian, subjek dan objek penelitian, penentuan lokasi penelitian, penetapan jumlah populasi dan sampel, data dan sumber data

yang diambil sebagai kajian penelitian, teknik pengumpulan data penelitian, instrumen penelitian, teknik analisis data, dan metode analisis data.

4. Bab IV membahas tentang pembahasan penelitian dari hasil analisis data yang sudah diperoleh dalam penelitian.
5. Bab V penutup yang berisi tentang simpulan dan rekomendasi pada penelitian.