

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Munculnya pandemi *covid-19* mengakibatkan kekhawatiran masyarakat. Penyebaran wabah virus corona menyebabkan sebagian besar negara memberlakukan sistem *lockdown*. Sistem pendidikan yang sedang berlangsung juga sangat terganggu dan menyebabkan penutupan sementara sebagian besar universitas dan lembaga pendidikan di seluruh dunia, pendidikan kedokteran gigi tidak terkecuali dalam hal ini (Noor, dkk., 2022). Wabah penyakit yang disebabkan oleh virus corona (*covid-19*) menyebabkan terjadinya perubahan drastis dalam sistem pendidikan yang telah diamati oleh para ahli, terutama di bidang kesehatan serta kedokteran gigi (Tripathi, dkk., 2022).

Sebagian besar perguruan tinggi beralih ke pembelajaran dalam bentuk *online* dan menanggukkan pembelajaran dalam bentuk *offline* dalam rentang waktu yang tidak dapat ditentukan (Awan, dkk., 2020). Dengan mengurangi kegiatan yang meningkatkan risiko infeksi, selama pandemi *covid-19* akan mengubah kondisi pendidikan kedokteran gigi dalam beberapa tahun ke depan. Banyak tantangan yang dihadapi oleh setiap institusi, sehingga perlu perancangan tentang kebijakan yang mengatur pelaksanaan pembelajaran pada era pandemi di setiap institusi. Tantangan terbesar yang akan dihadapi adalah langkah dan kebijakan yang harus diambil untuk memastikan kelanjutan kegiatan pendidikan kedokteran gigi selama pembatasan sosial di era pandemi *covid-19* (Prastyo, dkk., 2022). Sudah banyak cara yang

dilakukan setiap universitas untuk mencegah penyebaran virus corona dengan mengikuti arahan dari pemerintah melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No 1 tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran *corona virus disease (covid-19)* di perguruan tinggi. Melalui surat edaran tersebut pihak Kemendikbud memberikan instruksi kepada setiap perguruan tinggi untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan mahasiswa untuk belajar dari rumah masing-masing secara daring. Pembelajaran dengan metode *online learning* yaitu pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk menghasilkan berbagai jenis hubungan selama proses pembelajaran (Firman & Rahman, 2020).

Selama dilakukannya pembelajaran secara *online*, mahasiswa merasa puas mengenai fleksibilitas pelaksanaan perkuliahan. Mahasiswa merasa tidak terdapat tekanan berlebih oleh manajemen waktu karena dapat secara mudah mengatur jadwal dan tempat agar dapat mengikuti proses pembelajaran. Melalui pembelajaran secara *online*, dosen akan memberikan materi kuliah secara virtual yang dapat diakses dimanapun. Mahasiswa dapat melakukan pembelajaran secara *online* dengan rasa nyaman untuk bertanya dan mengemukakan pendapat kepada dosen maupun sesama mahasiswa dalam forum pembelajaran *online*. Belajar dari rumah membuat mahasiswa dapat terlatih belajar secara mandiri dan tidak merasakan beberapa tekanan yang biasa dirasakan ketika melakukan proses pembelajaran di kampus secara tatap muka seperti perasaan canggung, kebebasan mahasiswa dalam berpendapat, dan mengekspresikan pikirannya (Firman &

Rahman, 2020). Mahasiswa akan melakukan kegiatan positif jika mahasiswa merasa puas setelah melakukan pembelajaran dengan berinteraksi secara *online* tersebut. Perasaan puas juga dipengaruhi oleh motivasi, interaksi selama proses belajar, konten pembelajaran, dan literasi digital. Kepuasan pada mahasiswa tersebut akan menunjang kesuksesan proses belajar (Asiah, 2020). Firman Allah SWT untuk menuntut ilmu yang mendorong manusia selalu berkembang dalam menggali pengetahuan di setiap zaman tercantum di dalam Al-Qur'an. Berimanlah kepada Allah SWT dan percaya bahwa seseorang yang berilmu akan diangkat derajatnya, sesuai dengan firman Allah dalam Qur'an surah Al-Mujadilah ayat 11.

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

“Allah akan mengangkat kedudukan orang-orang yang beriman dan diberi ilmu di antara kalian beberapa derajat.” (QS Al Mujadilah ayat 11).

Menteri Pendidikan beserta tiga menteri lainnya telah memperbolehkan pembelajaran secara tatap muka pada awal tahun 2021 dengan syarat untuk tetap mematuhi protokol Kesehatan (Wibawa, dkk., 2021). Adaptasi merupakan proses seorang individu khususnya pada mahasiswa untuk menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan yang dihadapinya. Dalam bidang psikologi, adaptasi yaitu bergesernya kuantitatif dalam memberikan reaksi dan respon afeksi selama stimulus yang diterima oleh individu secara terus-menerus (Radesty, 2020). Tidak mudah dalam menanggapi perubahan pembelajaran daring menjadi pembelajaran luring terutama pada masa *new normal* yaitu transisi dan adaptasi kebiasaan hidup dari pandemi menuju kembali ke masa kehidupan normal dengan tetap mematuhi protokol

kesehatan yang berlaku. Masa transisi daring menuju luring pada saat ini membutuhkan solusi metode pembelajaran yang cepat dan tepat agar dapat kembali menjalankan aktivitas serta kegiatan pembelajaran secara *offline* atau tatap muka dengan suasana yang nyaman. Tidak semua orang dengan mudah dapat beradaptasi terhadap adanya perubahan sistem pembelajaran daring menjadi luring (Putri Wibawa, dkk., 2021).

Sudut pandang mengenai stres disebabkan oleh kecenderungan mahasiswa kedokteran gigi merasa harus perfeksionisme dikarenakan pengalaman prestasi yang tinggi dan terdapat fakta bahwa menjadi unggul adalah suatu hal yang diterapkan di kedokteran gigi (da Silva, dkk., 2022). Stres dapat mengakibatkan efektivitas profesional seorang tenaga medis terganggu sejak pendidikan pre-klinik dengan mengurangi fokus, kurang konsentrasi, mengganggu keterampilan, dan menurunkan kemampuan menjalin hubungan antara dokter dengan pasien yang baik (Aziz & Khan, 2022).

Basudan, dkk. (2017) melaporkan bahwa mahasiswa kedokteran gigi dinilai paling rentan mengalami stres dari beberapa profesi di bidang kesehatan. Bidang kedokteran gigi melibatkan pekerjaan yang menuntut secara teknis, membutuhkan ilmu biologi yang terlibat didalamnya, dan mahasiswa kedokteran gigi perlu memperoleh peningkatan hingga masa yang akan datang. Dalam menjalani pembelajaran dalam hal tersebut perlu kerja keras yang lebih besar, kekuatan mental, daya tahan emosional, faktor lingkungan yang mendukung, dan bimbingan (Sikka, dkk., 2021). Wawasan mengenai stres, tidak hanya tergantung pada penyebab stres lingkungan tersebut, tetapi dapat terjadi juga pada beberapa faktor

seperti faktor sosiodemografi, kepribadian pada masing-masing individu, aspek psikologis, tingkat emosional, dan pekerjaan (Vallejo, dkk., 2018). Pada gender wanita dapat beresiko dua kali lebih besar mengalami stres dibandingkan dengan laki-laki, hal tersebut dikarenakan terdapat perbedaan hormonal dan perbedaan stresor psikososial bagi wanita dan laki-laki (Ambarwati, dkk., 2017). Menurut beberapa persepsi mahasiswa terhadap pelaksanaan proses perkuliahan yang sudah mulai dilakukan secara tatap muka akan menjadi masalah baru yang akan dihadapi karena hal tersebut dinilai kurang siap dan butuh penyesuaian sebelum terlaksananya pembelajaran tatap muka atau luring (Fitriansyah, 2022).

Kurniasih & M. Liza (2018) melaporkan pada penelitiannya bahwa mahasiswa tahun pertama di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta paling banyak mengalami tingkat stres dalam kategori sedang. Pada penelitian tersebut dilakukan metode manajemen stres *cognitive-behavior* untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa dan kelompok intervensi berhasil mengalami penurunan tingkat stres dengan hasil rata-rata nilai penurunan skor sebesar 9,60 atau tingkat stres dalam kategori normal. Terdapat kekurangan dalam penelitian manajemen stres *cognitive-behaviour*, yaitu beberapa responden tidak mengalami penurunan tingkat stres yang signifikan karena durasi dan frekuensi pemberian pelatihan manajemen stres yang singkat, metode tersebut membutuhkan durasi dan frekuensi yang lebih lama. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sikka, dkk. (2021) menekankan pentingnya menangani masalah kesehatan mental mahasiswa di sekolah kedokteran gigi, upaya harus difokuskan pada penyelesaian masalah, kecemasan tesis, dan masalah kurikulum

mahasiswa. Menurut penelitian tersebut, strategi koping reaktif yang digunakan oleh siswa untuk mengatasi efek peningkatan stres memiliki kemanjuran yang terbatas dalam mengurangi persepsi stres. Sangat penting untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi stres, hal tersebut dapat membantu mahasiswa dalam menjalani kegiatan profesional kedepannya sehingga diharapkan mahasiswa perlu menerapkan manajemen stres dan rangkaian pembelajaran tentang kesehatan (Pejčić, dkk., 2021).

Diperlukan metode alternatif manajemen stres yang tepat untuk mereduksi tingkat stres pada mahasiswa, pada hasil laporan penelitian berupa *literature review* oleh Mentari, dkk. (2020) menemukan 5 metode manajemen stres yaitu, *problem focused coping, group discussion therapy, konseling behavioral, emotional focused coping, dan guided imagery*. *Coping* adalah kumpulan respon kognitif, afektif, atau perilaku terhadap stres yang bertujuan untuk menghilangkan, memodifikasi, atau menghindari stresor untuk mengelola stres. *Problem focused coping* diarahkan pada manipulasi penyebab stres untuk mengelola stres pada seseorang. Manajemen stres dengan metode *problem focused coping* terbukti dapat mengurangi kelelahan mental, emosional, dan fisik pada mahasiswa kesehatan sedangkan *emotional focused coping* dilakukan dengan memanipulasi emosi yang terkait dengan stresor untuk mengendalikan stres tetapi dapat memperburuk situasi tersebut (Ogoma, 2020).

Penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa strategi *problem focused coping* dapat menurunkan tingkat stres, namun belum terdapat penelitian yang

dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta di masa transisi pembelajaran daring menuju luring.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas penerapan strategi *Problem-Focused Coping* sebagai metode manajemen stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada masa transisi pembelajaran *online* terhadap pembelajaran *offline post pandemic covid-19*?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Untuk mengidentifikasi stresor mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada masa transisi pembelajaran *online* menuju *offline*.

2. Tujuan Khusus :

Untuk mempelajari faktor penyebab stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan pengaruh penerapan strategi *coping* yang digunakan terhadap faktor stresor tersebut.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian adalah sebagai berikut :

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Memberi informasi tentang keefektivitasan manajemen stres strategi *Problem-Focused Coping* pada mahasiswa kedokteran gigi.

2. Bagi Praktisi Kedokteran Gigi

Memberikan informasi mengenai upaya dalam mengatasi tingkat stres pada mahasiswa kedokteran gigi agar dapat mengembangkan keterampilan serta pekerjaan secara profesional.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai informasi tentang stresor yang dialami mahasiswa kedokteran gigi dan dapat dialami oleh setiap orang dengan dampak buruk apabila tidak diterapkan manajemen stres yang baik.

4. Bagi Peneliti

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan serta menambah wawasan peneliti dari penelitian yang dijalani.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai manajemen stres *problem-focused coping* pada mahasiswa Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta belum pernah dilakukan sebelumnya. Beberapa penelitian terdahulu yang relevan sebagai berikut :

1. Penelitian berjudul “*Effect of Dental Environment Stressors and Coping Mechanisms on Perceived Stress in Postgraduate Dental Students*” yang dilakukan oleh Neha Sikka, Ruchi Juneja, Varun Kumar, dan Shashi Bala pada tahun 2021 merupakan penelitian yang bertujuan untuk mempelajari berbagai faktor penyebab stres, strategi koping yang digunakan, dan pengaruh interaksi faktor-faktor tersebut terhadap stres yang dirasakan di mahasiswa kedokteran gigi pascasarjana. Perbedaan

antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut subjek yang akan dilakukan adalah mahasiswa kedokteran gigi pascasarjana sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek mahasiswa S1 kedokteran gigi.

2. Penelitian berjudul “Efektivitas Manajemen Stres *Cognitive-Behavioral* dalam Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa Tahun Pertama Tahap Sarjana PSPDG UMY” yang dilakukan oleh Indri Kurniasih & Ika Dhita M. Liza pada tahun 2018 merupakan penelitian yang bertujuan untuk untuk menilai efektivitas manajemen stres metode *cognitive-behavioral* dalam menurunkan stres pada mahasiswa tahun pertama tahap sarjana Program Studi Pendidikan Dokter Gigi (PSPDG) UMY. Perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut responden diberikan manajemen stres menggunakan metode *cognitive-behavioral*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan manajemen stres metode *problem-focused coping strategies*.
3. Penelitian berjudul “*Problem-focused Coping Controls Burnout in Medical Students: The Case of a Selected Medical School in Kenya*” yang dilakukan oleh Shadrack Ogoma pada tahun 2020 merupakan penelitian yang bertujuan untuk menentukan prevalensi *burnout* dikalangan mahasiswa kedokteran di Afrika dan pengaruh strategi koping pada komponen burnout. Perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut

subjek hanya dilakukan pada mahasiswa kesehatan lingkungan, keperawatan, dan kedokteran, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan subjek akan dilakukan pada mahasiswa kedokteran gigi.