

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada tanggal 30 Januari 2020, Komite Darurat WHO mendeklarasikan keadaan darurat kesehatan global berdasarkan peningkatan tingkat pemberitahuan kasus COVID-19 di China dan Internasional (Suhendra, Asworowati, and Ismawati 2020). Tingkat terdeteksinya virus COVID-19 berubah setiap harinya dan dapat dilacak hampir secara *realtime* di situs web yang disediakan oleh Universitas Johns Hopkins dan forum lainya (Fauci, Lane, and Redfield 2020, hal:1268). COVID-19 pertama kali muncul di kota Wuhan yang berada di Negara Cina. Penyebarannya terjadi akibat kontak langsung fisik manusia dan ditularkan melalui *droplet* dari ludah ataupun ingus yang keluar ketika orang yang positif COVID-19 batuk atau bersin (Suhendra, Asworowati, and Ismawati 2020).

Wabah penyakit ini sangat mengguncang masyarakat dunia, hingga hampir di 200 Negara di Dunia terjangkit oleh virus ini termasuk Indonesia. Berbagai upaya pencegahan penyebaran virus COVID-19 dilakukan oleh pemerintah di negara-negara di dunia guna memutus rantai penyebaran virus COVID-19 ini, yang disebut dengan istilah *lockdown* dan *social distancing* (Hashimoto-Hill and Francisco 2011).

Realita yang terjadi di dunia pendidikan terganggu oleh adanya virus COVID-19 yang memberikan dampak yang begitu *signifikan* di dunia pendidikan, diantaranya dampak sosial, ekonomi, dan pendidikan. Adapun

dalam pendidikan sendiri ada dampak yang diakibatkan dari covid-19 diantaranya:

1. Proses pembelajaran dengan daring.
2. Media pembelajaran yang menggunakan whatsapp grup, zoom, google classroom, youtube.
3. Penyesuaian metode daring.
4. Penyesuaian evaluasi pembelajaran untuk kenaikan kelas dan kelulusan.
5. Peran orang tua dirumah sebagai pengganti guru pengontrol di sekolah (Abarca 2021).

Ada berbagai tekanan pada mahasiswa menghadapi situasi yang baru terutama disaat pandemi covid 19, mereka dituntut untuk dapat menyusun strategi untuk menyelesaikan suatu masalah. Setiap individu mempunyai strategi yang berbeda untuk menyelesaikan masalah perbedaan tersebut terlihat dari strategi pemecahan masalah yang diambil, salah satu bentuk pemecahan masalah adalah penyelesaian masalah yang langsung pada pokok masalah adalah *problem focused coping*. *Problem focused coping* adalah suatu usaha untuk mengatasi situasi permasalahan dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapinya dan lingkungan yang menyebabkan terjadinya tekanan (Maryam 2017:102).

Banyak sekali dampak yang di akibatkan oleh virus corona tersebut bukan hanya faktor ekonomi dari segi pendidikan ikut mengalami banyak kendala, seperti halnya proses belajar mengajar yang menggunakan metode daring sering mengalami gangguan pada mahasiswa atau pendidik dan

kemudian biaya yang cukup membuat kesulitan di masa pandemi covid -19. Kemudian peneliti mencari informasi yang peneliti lakukan mewawancarai sebagian mahasiswa yang mengalami pendidikan dengan metode daring.

Strategi *coping* dikenal dengan upaya kognitif dan perilaku individu untuk mengatasi dan mengurangi tekanan yang dapat menimbulkan stres. Terdapat dua tipe strategi *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* berfokus pada penyelesaian masalah dan memperoleh kontrol terhadap situasi, sedangkan *emotional focused coping* berfokus untuk mengurangi respon-respon emosional negatif akibat stres agar dapat meningkatkan efek-efek positif (Abdullah, Sarirah, and Lestari 2017:10).

Wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 febuari 2022 pada beberapa mahasiswa Fakultas Pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang mengalami pembelajaran daring mendapat kesimpulan yang dapat peniliti ambil dari 3 mahasiswa tersebut yaitu masih banyak kendala dalam berbagai hal terutama yang paling inti yaitu jaringan internet, dan tidak menuntut kemungkinan ada juga yang terkendala dengan paket internet yang begitu banyak digunakan untuk pembelajaran online. Kesulitan dalam pembelajaran online menjadi masalah dalam belajar mahasiswa adapun mengatasi kesulitan dalam belajar mahasiswa melakukan belajar online dengan mendatangi tempat-tempat yang membuat fokus untuk belajar, itu adalah salah satu trik atau salah satu keuntungan belajar online agar belajar online menjadi menyenangkan.

Mahasiswa sebagai salah seorang pelajar dituntut untuk dapat

mengembangkan diri dengan maksimal dalam berbagai masalah. Masalah-masalah yang umumnya dihadapi mahasiswa adalah masalah akademik, masalah ekonomi, masalah keluarga, dan kesehatan. Semua masalah tersebut merupakan tuntutan yang memerlukan kesiapan maupun penyesuaian diri yang baik bagi mahasiswa itu sendiri, sehingga mahasiswa perlu memiliki usaha yang baik termasuk dalam *coping stress*.

Dalam situasi pembelajaran online mahasiswa harus mempunyai strategi yang baik agar bisa menghadapi masalah yang dihadapi, dalam penjelasan mahasiswa diatas setiap mahasiswa mempunyai strategi yang mereka lakukan agar masalah yang mereka hadapi dapat dihadapi dengan baik. Ada dampak jika mahasiswa tidak mempunya strategi *coping stress* dikala pembelajaran online, yaitu akan menyulitkan dalam hal pembelajaran yang tidak bisa diterima atau kurang jelas dalam hal ini akan berdampak dalam segi nilai dan pengetahuan mahasiswa.

Menurut Sarafido *coping stress* adalah proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur situasi yang dipersepsikan adanya kesenjangan antara usaha dan kemampuan yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stres (Dela 2019:91).

Oleh karena itu *coping stress* diketahui akan berpengaruh terhadap bagaimana mahasiswa bertindak ataupun bersikap. Struthers, Perry, dan Menec meneliti tentang hubungan antara stress akademik, perilaku *coping*, motivasi, dan kinerja (Atkinson,2020). Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku *coping* mahasiswa mempengaruhi stres mahasiswa, ditemukan pula bahwa

terdapat hubungan antara *coping* dengan motivasi belajar, kemudian motivasi belajar dan stres akademik (Atkinson 2020,hal:6). Melihat latar belakang yang telah diuraikan di atas, pandangan Islam tentang stres, emosi yang berdampak negatif yang menimbulkan stres, sumber stres, dan mengetahui pandangan Al-Qur'an supaya mencapai kehidupan yang lebih baik (Darwati 2022). Strategi *coping* menurut pandangan Islam yang digunakan untuk menghadapi suatu masalah yaitu, *husnudzon* (berfikir positif), *ikhtiyar* (berprilaku positif), dan *tawakal* (berharap positif)(Afifatul Khoiriyah 2019). Pandangan Islam terhadap *coping stres* adalah Allah SWT memberikan cobaan terhadap makhluk ciptaannya dengan batas kemampuan hambanya, adapun ayat yang menuliskan tentang sabar yaitu beriman “Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai pertolonganmu. sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar” QS. Al Baqarah:153 (Darwati 2022).

Oleh sebab itu penulis tertarik untuk membahas dan mencari pengetahuan terkait dampak pandemi Covid-19 terhadap pendidikan di Indonesia, maka penulis mengambil judul “Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19”.

Dalam penelitian ini waktu yang di sampaikan pada judul di masa pandemi covid 19 dalam hal ini pandemi tersebut sudah menjadi endemi yang mana pandemi tersebut sudah berjalan berdampingan dengan kehidupan manusia, akan tetapi peneliti tetap menggunakan masa pandemi untuk menjadi judul dalam penelitian ini. Ada beberapa faktor yang menjadi alasan peneliti untuk tetap memakai masa pandemi dalam penelitian ini, yaitu salah satunya

adalah untuk menjadikan pelajaran bagi pembaca penelitian ini agar dapat diambil hikmah dan Pelajaran yang ada pada penelitian ini.

Dalam judul Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid 19, peneliti yakin karna banyak Pelajaran yang ada dalam penelitian ini terkhusus dalam hal Strategi Coping Stress tersebut. Dimana dalam strategi coping stress dapat berguna dalam kehidupan sehari-hari baik walaupun sudah berada pada masa endemi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembahasan masalah diatas, maka permasalahan ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana strategi *coping stress* pada mahasiswa di masa pandemi covid 19 ?
2. Apakah faktor pendukung dan penghambat perilaku strategi *coping stress* pada mahasiswa di masa pandemi covid 19?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui dampak strategi *coping stress* pada mahasiswa di masa pandemi covid 19
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat penerapan strategi *coping stress* pada mahasiswa di masa pandemi covid19

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Untuk menambah wawasan dan pemahaman dari obyek yang diteliti guna penyempurnaan dan bekal di masa yang berikutnya.

b. Bagi individu

Hasil penelitian ini diharapkan bisa membantu untuk memberikan informasi kepada mahasiswa hasil dari penelitian yang memberikan pengetahuan akan dampak covid 19 bagi mahasiswa didalam pembelajaran.

c. Bagi lembaga

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tempat yang dijadikan penelitian sehingga dapat mencetak mahasiswa-mahasiswi yang berkualitas.

d. Bagi penelitian selanjutnya

Menambah khazanah ilmu pengetahuan dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberi gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa ketika menjalani perkuliahan dimasa pandemi covid 19 yang memberikan informasi bagi peneliti dibidang pendidikan khususnya peneliti.

2. Manfaat teoritis

a. Penelitian ini memberikan sumbangan pemikiran terhadap strategi coping

stress pada mahasiswa di masa pandemi covid 19

b. Sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang

berhubungan dengan strategi coping stress pada mahasiswa di masa

pandemi covid 19.

E. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan pada penelitian ini menguraikan mengenai bagian-bagian penelitian secara sistematis sesuai kaidah-kaidah ilmiah yang mendeskripsikan secara umum. Bagian-bagian skripsi disusun menjadi tiga bagian yaitu sebagai berikut:

Bagian awal skripsi ini memuat mengenai halaman sampul, halaman judul, halaman nota dinas, halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian, halaman moto, halaman pembahasan, halaman.

Kata pengantar, daftar isi dan abstrak. Kemudian pada bagian pokok skripsi menguraikan penelitian menjadi lima bab yang tergabung secara sistematis. Peneliti menguraikannya sebagai berikut:

Bab I memuat mengenai suatu masalah dan hal-hal yang melatar belakangi penelitian ini. Selain latar belakang masalah pada bagian pertama ini memuat mengenai rumusan masalah penelitian ini. Pada bagian ini juga memuat mengenai tujuan dari pelaksanaannya penelitian ini.

Bab II dari penelitian ini memuat mengenai tinjauan pustaka untuk melengkapi serta sebagai referensi keberlangsungan penelitian ini. Tinjauan pustaka tersebut memuat beberapa penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki variabel yang hampir sama dengan penelitian ini yaitu variabel mengenai coping stress. Pada bagian ini juga berisi mengenai kerangka teori yang menerangkan teori tentang coping stress dengan sumber-sumber dari buku dan jurnal.

Bab III mempunyai isi yaitu metode penelitian yang digunakan dalam penelitian. Pemaparan pada metode penelitian ini meliputi penelitian yang digunakan, variabel penelitian, lokasi dan subyek penelitian, teknik pengumpulan data, kredibilitas, serta analisis data yang digunakan pada penelitian ini. Pada bagian ke tiga ini juga menguraikan mengenai sistematika pembahasan penelitian dari bagian pertama hingga bagian kelima.

Bab IV memuat gambaran umum lokasi penelitian, hasil, serta pembahasan penelitian Coping Stress Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi covid 19.

Bab V memuat dan menguraikan mengenai kesimpulan dan beberapa saran untuk pihak yang berkaitan dengan penelitian ini serta kata penutup.

Kemudian pada bagian akhir terdiri atas lampiran-lampiran yang mendukung proses penelitian sehingga lampiran tersebut dapat digunakan sebagai pelengkap serta data pendukung dalam penelitian yang akan menjadi bukti bahwa untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan secara nyata dan berproses.