

**GAMBARAN KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG  
SELAMA PEMBELAJARAN DARING  
DI ERA PANDEMI COVID-19**

**(Skripsi)**

**Oleh:**

**DYAH CAHYA PRAMESWARI  
1818011018**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
2022**

**GAMBARAN KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG  
SELAMA PEMBELAJARAN DARING  
DI ERA PANDEMI COVID-19**

**(Skripsi)**

**Oleh:**

**DYAH CAHYA PRAMESWARI  
1818011018**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
SARJANA KEDOKTERAN**

**Pada**

**Program Studi Pendidikan Dokter  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Lampung**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDARLAMPUNG  
2022**

Judul Skripsi : **GAMBARAN KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG SELAMA PEMBELAJARAN DARING DI ERA PANDEMI COVID-19**

Nama Mahasiswa : **Dyah Cahya Prameswari**

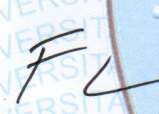
Nomor Pokok Mahasiswa : **1818011018**

Program Studi : **Pendidikan Dokter**

Fakultas : **Kedokteran**

**MENYETUJUI**

**1. Komisi Pembimbing**

  
**dr. Oktafany, S.Ked, M.Pd, Ked.**  
NIP. 197610162005011003

  
**dr. Novita Carolia, S.Ked, M.Sc.**  
NIP. 198311102008012009

**2. Dekan Fakultas Kedokteran**

  
**Prof. Dr. Dyah Wulan SRW, SKM, M.Kes.**  
NIP. 197206281997022001



**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji.

Ketua

: **dr. Oktafany, S.Ked, M.Pd, Ked.**



Sekretaris

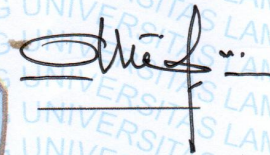
: **dr. Novita Carolia, S.Ked, M.Sc.**



Penguji

Bukan Pembimbing

: **dr. Oktadoni Saputra, S.Ked,  
M.Med.Ed, M.Sc, Sp.A.**



2. Dekan Fakultas Kedokteran.



**Prof. Dr. Dyah Wulan SRW, SKM., M.Kes.**

NIP. 197206281997022001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **27 Juni 2022**

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dyah Cahya Prameswari  
Nomor Pokok Mahasiswa : 1818011018  
Tempat Tanggal Lahir : Gisting, 18 Desember 2000  
Alamat : Jl. Kopi No. 27 B, Gedung Meneng, Kec. Rajabasa  
Kota Bandarlampung

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Gambaran Kondisi Psikologis Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Selama Pembelajaran Daring di Era Pandemi Covid-19**" adalah benar hasil karya penulis bukan menjiplak hasil karya orang lain. Jika dikemudian hari ternyata ada hal yang melanggar ketentuan akademik universitas maka saya bersedia bertanggung jawab dan diberi sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, Juni 2022  
Penulis,



Dyah Cahya Prameswari

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis dilahirkan di Gisting pada tanggal 18 Desember 2000 sebagai anak pertama dari dua bersaudara, dari bapak Saimo dan ibu Rusmiyati. Penulis menempuh pendidikan Sekolah Dasar (SD) pada tahun 2006 di SD Negeri 1 Tanjung anom. Pada tahun 2012, penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) di SMP Negeri 1 Gisting. Pada tahun 2015, penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMA Negeri 1 Kotaagung yang diselesaikan pada tahun 2018.

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung pada tahun 2018. Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif pada organisasi *Lampung University Medical Research* (LUNAR), Forum Studi Islam (FSI) Ibnu Sina, serta *Center for Indonesian Medical Students Activities* (CIMSA) Universitas Lampung, selain itu penulis juga menjadi beswan Karya Salemba Empat (KSE) dan tergabung dalam Paguyuban Karya Salemba Empat Universitas Lampung.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Jika mereka berpaling (dari keimanan), maka katakanlah (Muhammad), “Cukuplah Allah bagiku; tidak ada tuhan selain Dia. Hanya kepada-Nya aku bertawakal, dan Dia adalah Tuhan yang memiliki 'Arsy (singgasana) yang agung

(QS. At-Taubah Ayat 129).

*Sebuah persembahan sederhana untuk  
Ayah, Ibu, dan Keluarga tersayang*

Segala Puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmatNya dan yang telah memberi aku kekuatan, serta Kedua Orang Tuaku, Keluarga Besar, dan Sahabat –sahabatku yang telah mendukungku selama ini

Terimakasih atas doa dan dukungannya selama ini  
Terimakasih atas kasih sayangnya selama ini  
Terimakasih untuk semua pengorbanan yang telah dilakukan selama ini, yang tidak bisa dibalas satu persatu

## SANWACANA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang telah melimpahkan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Gambaran Kondisi Psikologis Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Selama Pembelajaran Daring di Era Pandemi Covid-19”. Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, saran, bimbingan, dan kritik dari berbagai pihak. Maka dengan segala hormat penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang mendalam kepada:

1. Allah SWT karena berkat rahmat, karunia, dan hidayah-Nya yang berlimpah saya dapat bertahan hingga saat ini.
2. Prof. Dr. Karomani, M.Si., selaku Rektor Universitas Lampung.
3. Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar R.W,S.K.M., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
4. dr. Oktafany, S.Ked, M.Pd. Ked., selaku Pembimbing Utama yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan bimbingan kepada penulis. Terimakasih atas arahan serta masukan dalam proses penyusunan skripsi ini dan selama penulis menjadi mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
5. dr. Novita Carolia, S.Ked, M.Sc., selaku Pembimbing Kedua yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan masukan dan saran yang bermanfaat kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. dr. Oktadoni Saputra, S.Ked, M.Med.Ed, M.Sc, Sp.A., selaku Pembahas yang telah menyediakan waktu untuk memberikan saran, nasihat dan ilmunya yang bermanfaat bagi penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.



7. dr. Diana Mayasari, S.Ked, MKK., selaku Pembimbing Akademik saya yang selalu meluangkan waktu dan tak henti memberikan semangat serta motivasi selama proses pembelajaran di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
8. Seluruh dosen, staff, dan karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung atas waktu dan bantuan yang diberikan selama proses perkuliahan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Ayah, Ibu, dan Zaza yang selalu memberikan doa terbaik dan tak henti-hentinya memberikan dukungan penuh kepada penulis serta menjadi penyemangat yang selalu mendukung penulis.
10. Kakek, Nenek, dan keluarga besar tersayang yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas doa, motivasi, dan dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kak Icha, Rika dan Riski karena selalu siaga untuk selalu ada dan bersedia mendengarkan segala keluh kesah selama ini.
12. Sahabat seperjuangan sejak mahasiswa baru, Geng Osci dan Hijrah Enjoy yaitu Riski, Melia, Aprin, Javinka, dan Anggin. Terimakasih atas kebersamaan dan canda tawanya, karena keberadaan kalian telah mewarnai perjalanan panjang dalam menempuh pendidikan ini.
13. Grup Onlen sahabat virtual, Dhani, Raihan, Roviq, Rian, Naomi, Adit, Archi, Gusnanto, Reivan, Reja serta teman-teman satu bimbingan skripsi telah menjadi teman belajar sejak awal perkuliahan dan selalu memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih atas dukungan dan bantuannya selama ini.
14. Seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter karena telah bersedia menjadi responden penelitian dalam penelitian ini.
15. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018 F18BRINOGEN, telah menjadi keluarga dan teman seperjuangan yang baik.
16. Keluarga besar Paguyuban Karya Salemba Empat Universitas Lampung, terimakasih telah memberikan dukungan dan pengalaman untuk pengembangan diri saya selama kuliah.
17. Sahabat koreaku, yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terimakasih telah menemani dan menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan balasan yang berlipat atas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Aamiin Yaa Rabbal 'Alamiin.

Bandar Lampung, Juni 2022  
Penulis,

Dyah Cahya Prameswari

## ABSTRACT

### AN OVERVIEW OF PSYCHOLOGICAL CONDITION ON MEDICAL STUDENT FACULTY OF MEDICINE LAMPUNG UNIVERSITY DURING ONLINE LEARNING IN COVID-19 PANDEMIC ERA

By

**DYAH CAHYA PRAMESWARI**

**Background:** The Covid-19 pandemic required the government to implement an online learning policy to break the virus transmission. The application of online learning is considered less effective for students because there is no interaction and lack of skills are acquired. The changing learning system and Covid-19 pandemic conditions force students to adapt to new learning systems, which can cause psychological problems in students, if not detected and treated early, the disorder can persist. This study aims to describe the psychological condition of students in the Faculty of Medicine at Lampung University during online learning in the Covid-19 pandemic era.

**Methods:** This research design used a quantitative descriptive method with survey approach on 338 selected samples with total sampling technique from 4 active batches of students of the Medical Education Study Program. Data was collected by filling out the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20).

**Result:** The study showed that 56,8% of respondents indicated psychological problems with 93,8% depression symptoms, 87,5% anxiety symptoms, 79,7% somatic symptoms, 81,8% cognitive symptoms, and 96,9% reduced vital energy symptoms and 43,2% respondents did not indicated psychological problems.

**Conclusion:** Most of the students indicated psychological problems during online learning in the Covid-19 pandemic era.

**Keywords:** Covid-19 Pandemic; Online Learning; Psychological Condition; SRQ-20

## ABSTRAK

### GAMBARAN KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG SELAMA PEMBELAJARAN DARING DI ERA PANDEMI COVID-19

Oleh

DYAH CAHYA PRAMESWARI

**Latar Belakang:** Pandemi Covid-19 mengharuskan pemerintah menerapkan kebijakan pembelajaran daring untuk memutus rantai penyebaran virus. Penerapan pembelajaran daring dinilai kurang efektif dilakukan pada mahasiswa karena tidak ada interaksi dan kurangnya keterampilan yang diperoleh. Perubahan sistem pembelajaran dan keadaan pandemi Covid-19 memaksa mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran baru yang dapat menyebabkan mahasiswa memiliki masalah psikologis, yang jika tidak dideteksi dan diatasi sejak dini gangguan tersebut dapat menetap. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei pada 338 sampel yang terpilih dengan teknik *total sampling* dari 4 angkatan aktif mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter. Data dikumpulkan dengan pengisian *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) untuk mengetahui gambaran kondisi psikologis mahasiswa.

**Hasil:** Terdapat 56,8% responden terindikasi masalah psikologis dengan gejala depresi 93,8%, gejala cemas 87,5%, gejala somatik 79,7%, gejala kognitif 81,8%, dan gejala penurunan energi 96,9% serta 43,2% responden lainnya tidak terindikasi masalah psikologis.

**Simpulan:** Sebagian besar mahasiswa terindikasi masalah psikologis selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

**Kata Kunci:** Kondisi psikologis; Pandemi Covid-19; Pembelajaran daring, SRQ-20

## DAFTAR ISI

|   | Halaman    |
|---|------------|
| <b>DAFTAR ISI</b> .....   | <b>i</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....   | <b>iii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....  | <b>iv</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....  | <b>v</b>   |
| <br>  |            |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....  | <b>1</b>   |
| 1.1 Latar Belakang .....  | 1          |
| 1.2 Rumusan Masalah .....   | 5          |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....  | 5          |
| 1.3.1 Tujuan Umum .....   | 5          |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....   | 5          |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....   | 5          |
| 1.4.1 Bagi Institusi .....  | 5          |
| 1.4.2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....   | 6          |
| <br>  |            |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....  | <b>7</b>   |
| 2.1 Pembelajaran Daring .....   | 7          |
| 2.1.1 Definisi Pembelajaran Daring .....  | 7          |
| 2.1.2 Jenis Pembelajaran Daring .....   | 8          |
| 2.1.3 Hakikat Pembelajaran Daring .....   | 9          |
| 2.1.4 Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring .....                                      | 11         |
| 2.1.5 Dampak Pembelajaran Daring .....  | 13         |
| 2.1.6 Pembelajaran Daring di Universitas Lampung .....  | 15         |
| 2.2 Kondisi Psikologis.....   | 15         |
| 2.2.1 Definisi Kondisi Psikologis .....   | 15         |
| 2.2.2 Faktor – Faktor yang Memengaruhi Kondisi Psikologis .....                               | 16         |
| 2.2.3 Macam-Macam Kondisi Psikologis .....  | 18         |
| 2.2.4 Penyebab Masalah Psikologis Selama Pembelajaran Daring di Era<br>Pandemi Covid-19 ..... | 21         |
| 2.3 Alat Ukur Kondisi Psikologis .....  | 23         |
| 2.4 Kerangka Teori.....   | 26         |

|  |               |
|--|---------------|
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>           | <b>27</b>     |
| 3.1 Desain Penelitian .....                      | 27            |
| 3.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....            | 27            |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....         | 27            |
| 3.3.1 Populasi Target.....                       | 27            |
| 3.3.2 Populasi Terjangkau .....                  | 28            |
| 3.3.3 Sampel Penelitian.....                     | 28            |
| 3.4 Kriteria Penelitian .....                    | 28            |
| 3.4.1 Kriteria Inklusi .....                     | 28            |
| 3.4.2 Kriteria Eksklusi.....                     | 28            |
| 3.5 Variabel Penelitian .....                    | 28            |
| 3.6 Definisi Operasional Variabel .....          | 29            |
| 3.7 Metode Pengumpulan Data .....                | 29            |
| 3.8 Instrumen Penelitian.....                    | 29            |
| 3.9 Alat dan Cara Pengambilan Data .....         | 31            |
| 3.9.1 Alat Penelitian .....                      | 31            |
| 3.9.2 Cara Pengambilan Data.....                 | 31            |
| 3.10 Prosedur Penelitian.....                    | 32            |
| 3.11 Pengolahan Data.....                        | 33            |
| 3.11 Analisis Data .....                         | 34            |
| 3.12 Etika Penelitian .....                      | 34            |
| <br><b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>     | <br><b>35</b> |
| 4.1 Gambaran Umum Penelitian .....               | 35            |
| 4.2 Hasil Penelitian .....                       | 36            |
| 4.2.1 Karakteristik Responden .....              | 36            |
| 4.2.2 Gambaran Kondisi Psikologis.....           | 37            |
| 4.3 Pembahasan .....                             | 39            |
| 4.3.1 Karakteristik Responden .....              | 39            |
| 4.3.2 Gambaran Kondisi Psikologis.....           | 40            |
| 4.3.3 Kondisi Psikologis Berdasarkan Gejala..... | 44            |
| 4.3.4 Keterbatasan Penelitian.....               | 56            |
| <br><b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>      | <br><b>57</b> |
| 5.1 Kesimpulan.....                              | 57            |
| 5.2 Saran.....                                   | 57            |
| <br><b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                  | <br><b>59</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                             | <b>71</b>     |

## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| <b>Tabel 3.1.</b> Definisi operasional penelitian .....                           | 29      |
| <b>Tabel 3.2.</b> Domain SRQ-20 .....   | 30      |
| <b>Tabel 4.1.</b> Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....                         | 36      |
| <b>Tabel 4.2.</b> Distribusi Frekuensi Usia .....                                 | 37      |
| <b>Tabel 4.3.</b> Distribusi Frekuensi Kondisi Psikologis .....                   | 37      |
| <b>Tabel 4.4.</b> Distribusi Frekuensi Kondisi Psikologis Berdasarkan Gejala..... | 38      |
| <b>Tabel 4.5.</b> Distribusi Frekuensi Setiap Gejala .....                        | 39      |

## DAFTAR GAMBAR

|  | Halaman |
|--|---------|
| <b>Gambar 2.1.</b> Kerangka Teori .....      | 26      |
| <b>Gambar 3.1.</b> Prosedur Penelitian ..... | 32      |



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| <b>Lampiran 1.</b> Hasil Analisis Data Penelitian .....                      | 72 |
| <b>Lampiran 2.</b> Lembar Persetujuan Etik.....                              | 75 |
| <b>Lampiran 3.</b> Contoh Jawaban Kuesioner .....                            | 76 |
| <b>Lampiran 4.</b> Dokumentasi Pengambilan Data dari Sampel Penelitian ..... | 80 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pandemi *Coronavirus Disease* (Covid-19) mulai mewabah di Indonesia pada awal tahun 2020. Keadaan ini dimulai dari munculnya virus yang mematikan di Wuhan, China, kemudian menyebar ke seluruh penjuru dunia termasuk Indonesia. Penyebaran Covid-19 di Indonesia berlangsung sejak Maret 2020. Berdasarkan data yang diperoleh dari Kemenkes RI pada Januari 2022, sebanyak lebih dari 4 juta jiwa telah terkonfirmasi Covid-19, dan 144 ribu jiwa diantaranya telah meninggal karena kasus ini (Kemenkes RI, 2022).

Pandemi mengharuskan pentingnya memutus rantai penyebaran dan melindungi masyarakat dari penularan virus. Menyikapi hal tersebut, pemerintah Republik Indonesia kemudian menetapkan beberapa kebijakan–kebijakan dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19, seperti Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM). Kegiatan tersebut merupakan pembatasan aktivitas tertentu bagi masyarakat dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi Covid-19. Kebijakan tersebut mengakibatkan dilema bagi seluruh aspek kehidupan, mulai dari aspek politik, sosial, budaya, keamanan, pertahanan, ekonomi, dan juga pendidikan. Bidang pendidikan telah menjadi korban secara tidak langsung dari pandemi Covid-19, karena kegiatan pembelajaran tidak dapat dilaksanakan secara langsung di sarana pendidikan manapun. Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di satuan pendidikan harus dilakukan melalui pembelajaran jarak jauh (Kemendagri RI, 2021).

Pembelajaran jarak jauh telah diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Bagian Ketujuh mengenai Pendidikan Jarak Jauh. Pendidikan jarak jauh merupakan proses belajar mengajar yang dilakukan dengan menggunakan berbagai media komunikasi. Pembelajaran jarak jauh sebelumnya diselenggarakan untuk memberikan layanan Pendidikan Tinggi kepada masyarakat yang tidak dapat mengikuti pendidikan secara tatap muka atau reguler, serta memperluas akses dan kemudahan layanan pendidikan. Pada keadaan pandemi Covid-19, pemerintah Republik Indonesia melalui surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36963/MPK.A/HK/2020 menyatakan bahwa seluruh kegiatan pembelajaran di sekolah atau perguruan tinggi tidak dapat dilaksanakan dengan tatap muka tetapi penyelenggaraannya harus dilakukan secara jarak jauh atau dalam jaringan (daring). Dalam pelaksanaan himbauan tersebut, kegiatan pembelajaran secara langsung di instansi pendidikan harus dihentikan dan digantikan dengan proses pembelajaran di rumah dengan media yang paling efektif (Kemendikbud, 2020).

Pembelajaran daring merupakan kegiatan belajar mengajar yang dilakukan dengan memanfaatkan akses internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran daring dapat berjalan dengan baik dengan adanya perkembangan teknologi yang semakin modern dan terdapat beberapa aplikasi yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran (Moore dkk., 2011). Proses pembelajaran juga harus beradaptasi dengan mengandalkan teknologi dan menyesuaikan kebutuhan pendidikan antara peserta didik dan pengajar (Handarini & Wulandari, 2020).

Penerapan pembelajaran daring memiliki tantangan, kelebihan dan kekurangan tersendiri, tantangan dari adanya pembelajaran daring salah satunya adalah keahlian dalam penggunaan teknologi dari pihak peserta didik maupun pengajar. Kelebihan dari pembelajaran daring yaitu dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja sehingga tidak terikat dengan waktu dan tempat, menghemat biaya karena tidak perlu untuk berpergian ke sarana pendidikan

terkait, meningkatkan pengetahuan peserta didik melalui kemudahan akses sejumlah informasi, serta meningkatkan pengetahuan mengenai penerapan teknologi dalam belajar (Arkoful & Abaido, 2020). Kekurangan dari pembelajaran daring yaitu tidak ada interaksi secara langsung antara pengajar dan peserta didik, kurangnya keterampilan yang diperoleh, tidak dapat mengatur dan mengontrol aktivitas buruk seperti mencontek, dan tidak semua bidang atau disiplin ilmu dapat menggunakan metode pembelajaran daring, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai sehingga pembelajaran tidak efektif (Yazid & Neviyarni, 2021).

Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring pada website PDSKJI selama lima bulan (April-Agustus 2020) menunjukkan sebanyak 64,7% responden mengalami masalah psikologis dengan proporsi 64,8% mengalami cemas, 61,5% mengalami depresi, dan 74,8% mengalami trauma, dengan masalah terbanyak ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun (PDSKJI, 2020). Penerapan pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 dapat meningkatkan masalah pada kondisi psikologis peserta didik. Pada masa sebelum diterapkan pembelajaran daring, masalah psikologis terbanyak yang dialami oleh mahasiswa kedokteran adalah cemas, depresi dan juga stres (Soliman, 2014). Stresor penyebab masalah psikologis yang dialami dapat berkaitan dengan kurikulum kedokteran yang ada, dengan faktor yang paling membebani selama kuliah yaitu jenis ujian yang banyak, waktu yang sedikit, terlalu banyak konten yang dipelajari, penyesuaian diri dengan lingkungan kedokteran, tertinggal dalam pelajaran, banyaknya tuntutan belajar, serta masalah ekonomi. Stresor tersebut dapat memicu timbulnya kecemasan, depresi, maupun penurunan capaian akademik (Yadav dkk., 2016).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Setyawati dkk., (2021) menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran yang memiliki masalah kesehatan mental mengalami peningkatan setelah keadaan pandemi dibandingkan sebelum keadaan pandemi Covid-19, terutama pada awal April saat pemerintah mulai

menerapkan kebijakan dalam rangka memutus rantai penyebaran Covid-19, peningkatan tersebut terjadi terutama pada gejala depresi, kecemasan, dan stres pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Endika dkk., (2021) ditemukan sebanyak 67,3% mahasiswa memiliki gejala gangguan stres pasca trauma dan 50,3% mahasiswa mengalami gejala depresi selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19. Masalah psikologis yang dialami oleh mahasiswa terutama disebabkan oleh adanya perubahan sistem pembelajaran, sehingga memaksa mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran baru yang dapat menyebabkan mahasiswa memiliki masalah psikologis (Endika dkk., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hasanah dkk., (2020) menunjukkan sebanyak 58,42% mahasiswa mengalami kecemasan, 12,11% mahasiswa mengalami stres, dan 3,68% mahasiswa mengalami depresi pada masa pembelajaran daring. Penelitian yang dilakukan oleh Lusiantari dkk., (2021) pada mahasiswa kedokteran menunjukkan bahwa 59% responden terindikasi masalah psikologis dan 41% tidak terindikasi masalah psikologis. Penerapan pembelajaran daring tidak sepenuhnya dapat memberikan dampak positif, hal ini juga akan berpengaruh pada kepribadian dan psikologis peserta didik seperti kurangnya keefektifan belajar, kurangnya interaksi sosial dengan peserta didik lain dan pengajar, perkembangan yang lambat, kecemasan, dan kekebalan tubuh yang lemah sehingga berakibat pada kondisi psikologis peserta didik (Yazid & Neviyarni, 2021).

Fakultas kedokteran Universitas Lampung menyelenggarakan pembelajaran daring sejak ditetapkannya himbauan pencegahan Covid-19 melalui Surat Edaran Rektor Universitas Lampung No. 2023/UN26/TU/2020 tentang Protokol Darurat Pencegahan Penyebaran Infeksi Covid-19 pada tanggal 16 Maret 2020 hingga saat ini. Pandemi Covid-19 dapat menyebabkan masalah pada psikologis mahasiswa, seperti timbulnya stres, kecemasan, depresi, ketakutan, kebosanan, keresahan yang berlebihan dan berdampak terhadap psikologis lainnya, serta jika tidak dideteksi dan diatasi sejak dini gangguan tersebut dapat menetap (Cao dkk., 2020).

Kondisi psikologis dapat dinilai menggunakan *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) merupakan kuesioner yang dikembangkan oleh *World Health Organization* (WHO) untuk deteksi dini adanya gangguan psikiatri. Kuesioner ini juga diadopsi oleh Riset Kesehatan Dasar sehingga sangat penting untuk mengukur kondisi psikologis individu (Risksdas, 2018). Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai gambaran kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka pokok permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Mendeskripsikan gambaran kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Institusi**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber kepustakaan untuk mengetahui gambaran kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

#### **1.4.2 Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana untuk mengetahui kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

#### **1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian mengenai kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pembelajaran Daring**

##### **2.1.1 Definisi Pembelajaran Daring**

Menurut Undang–Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat 20, pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran adalah suatu usaha untuk membuat peserta didik belajar atau suatu kegiatan untuk membelajarkan peserta didik (Warsita, 2008). Sedangkan menurut Gagne dalam Pribadi (2009) pembelajaran didefinisikan sebagai rangkaian aktivitas yang sengaja diciptakan dengan maksud untuk memudahkan terjadinya proses belajar. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu interaksi antara pendidik dan peserta didik dalam suatu lingkungan untuk membelajarkan peserta didik dengan maksud mempermudah proses belajar (Pribadi, 2009).

Istilah daring merupakan akronim dari “dalam jaringan” yaitu suatu kegiatan yang dilaksanakan dengan memanfaatkan internet. Pembelajaran daring bertujuan untuk memberikan layanan yang baik dan bermutu dalam pembelajaran melalui jaringan yang bersifat terbuka untuk jangkauan yang lebih luas. Interaksi yang dilakukan dengan memanfaatkan jaringan internet diharapkan dapat mempermudah dan mempercepat penyampaian dan penerimaan pesan (Bilfaqih, 2015).



Pembelajaran daring merupakan implementasi dari pembelajaran jarak jauh yang meningkatkan penggunaan akses teknologi dengan memperhatikan konektivitas, fleksibilitas dan kemampuan dalam penggunaan teknologi (Benson, 2002). Pembelajaran daring juga disebut sebagai alat yang dapat membuat proses pembelajaran lebih berpusat pada peserta didik, lebih inovatif, bahkan lebih fleksibel karena dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan dengan cara apapun (Cojocariu dkk., 2014).

### 2.1.2 Jenis Pembelajaran Daring

Pembelajaran daring dapat dibagi menjadi 2 yaitu *synchronous learning* dan *asynchronous learning*.

#### a. *Asynchronous learning*

Pembelajaran daring secara *asynchronous learning* telah menjadi bentuk pembelajaran daring yang paling umum karena penggunaan model pembelajaran yang sangat fleksibel. *Asynchronous learning* akan menyediakan materi yang dapat diakses kapan saja dan dimana saja oleh peserta didik, materi yang diberikan dapat berupa penjelasan oleh pengajar melalui video, audio, artikel, atau bentuk presentasi *power point*. *Asynchronous learning* adalah metode yang paling sering diadopsi dalam pembelajaran daring karena peserta didik tidak terikat dengan waktu dan tempat (Hrastinski, 2008).

*Asynchronous learning* mengarah pada *self-directed learning* karena akan meningkatkan pengetahuan peserta didik dengan konsep baru, dan lebih banyak berdiskusi dengan kelompok untuk membangun pikiran yang kritis dan pembelajaran yang lebih mendalam (Lin dkk., 2012). *Asynchronous learning* dapat menjadi tantangan karena kemungkinan adanya kelemahan pada teknologi yang digunakan seperti rendahnya kecepatan internet dan konektivitas. Peserta didik juga harus disiplin agar tidak

tertarik pada lingkungan yang lain, karena peserta didik sangat mudah teralihkan perhatiannya. Selain itu, peserta didik juga tidak mempunyai kesempatan yang cukup untuk bersosialisasi sehingga harus mencari cara sendiri untuk berkomunikasi dengan pihak lain secara langsung (Huang & Hsiao, 2012).

b. *Synchronous learning*

*Synchronous learning* mengacu pada pembelajaran yang terjadi secara bersamaan antara peserta didik dengan pengajar melalui media elektronik. Ruang kelas yang digunakan menjadi ruang kelas virtual baik melalui aplikasi *video conference* atau aplikasi lain yang memungkinkan adanya komunikasi baik melalui suara, teks atau video. *Synchronous learning* menerapkan pembelajaran secara kolaboratif dengan adanya ruang kelas virtual yang memungkinkan interaksi antara pengajar dan peserta didik secara bersamaan. Pembelajaran yang berlangsung dapat direkam dan peserta didik dapat mengakses materi yang kembali sebanyak yang mereka perlukan (Teng dkk., 2012).

*Synchronous learning* dapat meningkatkan motivasi untuk tetap terlibat dalam pembelajaran karena kehadiran pengajar dan juga teman sekelas (Yamagata, 2014). Tantangan penggunaan jenis *synchronous learning* adalah adanya keterbatasan waktu antara pengajar dan peserta didik, serta diperlukan ketersediaan jaringan internet yang baik untuk menggunakan media pembelajaran. Pembelajaran ini dianggap lebih berorientasi pada pengajar karena kurangnya komunikasi antar peserta didik dalam diskusi (Murphy dkk., 2011).

### **2.1.3 Hakikat Pembelajaran Daring**

Pembelajaran daring telah diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Bagian Ketujuh mengenai Pendidikan Jarak Jauh. Pendidikan jarak jauh

merupakan proses belajar mengajar yang dilakukan dengan menggunakan berbagai media komunikasi. Pembelajaran jarak jauh dilakukan dengan tujuan untuk memberikan layanan pendidikan kepada kelompok masyarakat yang tidak dapat mengikuti pendidikan secara tatap muka atau reguler serta memperluas dan mempermudah akses layanan pendidikan dan pembelajaran (Kemendikbud RI, 2013).

Pembelajaran jarak jauh di Indonesia secara resmi diberlakukan sejak Maret 2020 berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Covid-19 di Indonesia, hal ini wajib dilakukan dalam upaya penanggulangan Covid-19 sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan (Sumantri dkk., 2020). Pembelajaran daring merupakan implementasi dari pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik, tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum. Aktivitas dan penugasan selama pembelajaran daring dapat bervariasi sesuai dengan kondisi masing masing, termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses terhadap fasilitas belajar. Metode pelaksanaan pembelajaran dapat menggunakan *gadget*, maupun laptop melalui beberapa portal dan aplikasi pembelajaran daring, serta menggunakan media televisi, radio, modul belajar mandiri, dan lembar kerja (Kemendikbud, 2020).

Adapun karakteristik pembelajaran jarak jauh yang diadaptasi dari Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2013 tentang penyelenggaraan pendidikan jarak jauh pada pendidikan tinggi antara lain, bersifat terbuka dan fleksibel, belajar mandiri, belajar tuntas, menggunakan teknologi informasi dan komunikasi, menggunakan teknologi pendidikan lainnya serta berbentuk pembelajaran terpadu perguruan tinggi (Kemendikbud RI, 2013).

Pembelajaran daring juga memiliki beberapa manfaat, menurut Bates dan Wulf dalam Mustofa, Chodzirin, & Sayekti (2019) manfaat pembelajaran daring antara lain:

- a. Meningkatkan kadar interaksi pembelajaran antara peserta didik dengan instruktur (*enhance interactivity*).
- b. Memungkinkan terjadinya interaksi pembelajaran dari mana dan kapan saja (*time and place flexibility*).
- c. Menjangkau peserta didik dalam cakupan yang luas (*potential to reach a global audience*).
- d. Mempermudah penyempurnaan dan penyimpanan materi pembelajaran (*easy updating of content as well as archivable capabilities*).

#### **2.1.4 Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring**

Pelaksanaan pembelajaran daring memiliki kekurangan dan kelebihan tersendiri, baik bagi peserta didik ataupun pelajar. Berikut kekurangan dan kelebihan dari pembelajaran daring.

##### **a. Kelebihan pembelajaran daring**

Pembelajaran daring memiliki kelebihan tersendiri, sehingga berbagai institusi pendidikan mempertimbangkan untuk menggunakan metode pembelajaran daring dalam proses pembelajarannya. Kelebihan pembelajaran daring yang sangat dirasakan oleh peserta didik dan pengajar adalah fleksibilitas, yaitu belajar dari mana saja dan kapan saja, tidak terikat waktu dan tempat (Moore, 2011). Pembelajaran daring juga memungkinkan peserta didik untuk dapat melihat kembali materi yang sudah diberikan jika ada materi yang belum dipahami, selain itu pembelajaran daring juga salah satu metode untuk meningkatkan keterbukaan dan kebebasan ekspresi dari ide-ide peserta didik yang tidak muncul ketika pembelajaran tatap muka (Fauzi, 2020).

Tingkat efisiensi dan efektifitas pembelajaran daring juga cukup tinggi, karena peserta didik dapat memperoleh tambahan materi dari berbagai sumber. Peserta didik juga merasa terbantu dengan adanya subsidi paket internet dan dapat mengurangi kekhawatiran peserta didik terhadap besarnya kebutuhan internet saat pembelajaran daring (Legowo, 2020).

Pembelajaran daring melalui media aplikasi membantu proses pembelajaran berlangsung secara interaktif dengan pemanfaatan media digital. Pembelajaran yang interaktif memudahkan peserta didik untuk menanyakan materi yang kurang dipahami kepada pengajar dengan interaksi melalui media yang digunakan, sehingga pembelajaran daring dapat menghasilkan hasil belajar yang baik (Arosyd & Usman, 2020).

b. Kekurangan pembelajaran daring

Studi mengenai kekurangan pembelajaran daring telah banyak dilakukan pada berbagai tingkat pendidikan. Keluhan yang paling sering dikeluhkan oleh peserta didik adalah jaringan atau koneksi internet. Adanya koneksi internet yang tidak stabil pada pengajar ataupun peserta didik, hal ini akan menghambat proses pembelajaran. Peserta didik juga tidak dapat mengikuti kelas jika koneksi internet tidak stabil (Fatoni dkk., 2020). Keluhan lain yang sering dikeluhkan adalah berkurangnya konsentrasi belajar pada peserta didik, hal ini karena peserta didik sulit untuk mempertahankan konsentrasi jika kelas yang berlangsung cukup lama, banyaknya tugas yang diberikan, desain kelas virtual yang tidak siap, serta ketidakpuasan dengan lingkungan belajar (Fatoni dkk., 2020).

Sarana dan prasarana yang digunakan pada pembelajaran daring juga cukup rumit mulai dari alat yang digunakan seperti komputer, laptop, atau *gadget*, serta koneksi internet yang stabil. Pembelajaran daring sangat bergantung pada teknologi, jika

terdapat hambatan atau gangguan yang terjadi pada media yang digunakan akan menghambat proses pembelajaran yang berlangsung (Alsoud & Harasis, 2021). Peserta didik juga lebih sering belajar sendiri sehingga mereka merasa terisolasi karena tidak ada interaksi sosial dengan pengajar atau peserta didik yang lain. Meskipun mereka dapat berkomunikasi secara virtual namun pengalaman belajar secara tatap muka tidak dapat dibandingkan dengan pembelajaran daring (Alsoud & Harasis, 2021). Peserta didik juga mengatakan bahwa pembelajaran daring akan membatasi adanya praktik. Pengajar hanya dapat mengajar dan menilai komponen pengetahuan. Pengajar juga mengungkapkan jika dalam pembelajaran daring terdapat mahasiswa yang berperilaku tidak baik seperti mencontek dan kurangnya perhatian yang diberikan (Mukhtar dkk., 2020).

### **2.1.5 Dampak Pembelajaran Daring**

Pembelajaran daring memiliki dampak tersendiri bagi peserta didik, karena kelebihan dan kekurangan dari pembelajaran daring dapat memengaruhi dampak yang diberikan kepada peserta didik.

#### **a. Dampak positif**

Dampak positif yang dirasakan oleh peserta didik yaitu efisiensi dan fleksibilitas yang memudahkan peserta didik untuk belajar. Pembelajaran daring menawarkan pendidikan dengan kualitas tinggi, informasi yang lebih besar, serta efisiensi biaya yang dikeluarkan, karena peserta didik tidak perlu datang ke sarana pendidikan jika ingin mengikuti pembelajaran. Pembelajaran daring telah menggantikan pembelajaran konvensional karena lebih cepat, murah, dan berpotensi lebih baik (Sharma, 2020). Pembelajaran daring juga dapat meningkatkan keterampilan dalam menggunakan teknologi untuk mengasah kemampuan peserta didik, penggunaan teknologi yang lebih banyak dapat membawa mereka mengikuti perkembangan zaman. Peserta didik juga dapat

mengakses kembali kuliah atau pembelajaran sebelumnya untuk meningkatkan pemahaman mereka (Erni, 2021).

b. Dampak negatif

Pembelajaran daring memiliki dampak pada motivasi belajar peserta didik, yaitu adanya penurunan motivasi belajar, kurangnya antusiasme peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran, serta adanya pengaruh eksternal yang memengaruhi motivasi belajar seperti kualitas pengajaran, lingkungan belajar, sarana pengajaran, koneksi internet dan alat pendukung proses pembelajaran (Pratama, 2021). Pembelajaran daring dalam pelaksanaannya memberikan gambaran bahwa kurang optimalnya pemahaman materi oleh peserta didik dan tugas yang terlalu banyak diberikan sehingga pembelajaran dinilai kurang efektif (Widiyono, 2020). Ketidakefektifan pembelajaran daring disebabkan karena peserta didik merasa pemahaman belajar mandiri dari membaca materi dan penugasan kurang memuaskan dan sulit dipahami, serta adanya perkuliahan diluar jam yang seharusnya (Hamdani & Priatna, 2020).

Pembelajaran daring juga memberikan dampak pada stres akademik peserta didik. Stres akademik mengacu pada suatu kondisi psikologis yang tidak menyenangkan yang terjadi karena harapan dalam akademik seseorang, tidak hanya harapan tetapi juga berasal dari tekanan akan prestasi, sistem pendidikan, dan beban pekerjaan yang diberikan. Stres akademik yang dapat terjadi karena perubahan proses pembelajaran tatap muka ke pembelajaran daring secara cepat dimana peserta didik berperan penting dalam kemajuan akademiknya sendiri (Sarita & Sonia, 2015).

### **2.1.6 Pembelajaran Daring di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung**

Universitas Lampung menyelenggarakan pembelajaran daring sejak adanya Surat Edaran Rektor Universitas Lampung No. 2023/UN26/TU/2020 tentang Protokol Darurat Pencegahan Penyebaran Infeksi Covid-19 pada tanggal 16 Maret 2020. Kegiatan pembelajaran daring dilakukan melalui berbagai aplikasi atau media sesuai dengan kebutuhan dosen dan mahasiswa. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung menggunakan *platform* aplikasi *video conference* sebagai ruang kelas virtual untuk bertatap muka secara virtual antara dosen dan mahasiswa. Kegiatan pembelajaran seperti tutorial, keterampilan klinis, dan praktikum juga dialihkan secara daring. Universitas Lampung juga menyediakan web ruang kelas virtual yang dapat digunakan untuk menunjang perkuliahan seperti absen, pengumpulan tugas, berbagi materi dan sarana diskusi dengan dosen (Universitas Lampung, 2020).

## **2.2 Kondisi Psikologis**

### **2.2.1 Definisi Kondisi Psikologis**

Kata psikologi muncul sekitar abad ke-16 dan berasal dari bahasa Yunani, *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Secara harfiah psikologi diartikan sebagai ilmu jiwa atau ilmu yang mempelajari gejala kejiwaan. Psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari semua tingkah laku individu yang tidak dapat dilepaskan dari proses lingkungan dan yang terjadi dalam diri individu tersebut (Saleh, 2018). Menurut KBBI, kondisi merupakan keadaan atau situasi yang terjadi. Jadi, kondisi psikologis dapat diartikan sebagai keadaan atau situasi yang bersifat kejiwaan (Hartono & Boy, 2012). Kondisi psikologis juga didefinisikan sebagai suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku individu tersebut (Riyadiningsih, 2012).



### 2.2.2 Faktor – Faktor yang Memengaruhi Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis seseorang dapat memengaruhi proses belajar. Terdapat beberapa faktor psikologi yang memengaruhi aktivitas belajar, seperti intelegensi, perhatian, pengamatan, tanggapan, perasaan dan emosi, minat, motivasi serta bakat (Syah, 2004).

#### a. Intelegensi

Intelegensi merupakan suatu kemampuan atau kecerdasan manusia. Kecerdasan merupakan faktor psikologis yang paling penting dalam proses pembelajaran. Semakin tinggi intelegensi seorang individu, semakin besar individu tersebut meraih kesuksesan dalam belajar. Intelegensi adalah kecakapan yang terdiri atas kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui dan menggunakan konsep yang abstrak secara efektif, serta mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat (Slameto, 2003).

#### b. Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang tertuju kepada suatu objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, harus mempunyai perhatian terhadap materi yang diajarkan dan dapat membantu terjadinya interaksi dalam proses pembelajaran. Jika materi yang diajarkan tidak menjadi perhatian, timbul kebosanan sehingga proses pembelajaran tidak efektif (Ramayulis, 1994).

#### c. Pengamatan

Pengamatan merupakan proses menerima, menafsirkan, dan memberi arti rangsangan yang diperoleh melalui panca indera manusia. Dengan pengalaman belajar seseorang, peserta didik akan mampu mencapai pengamatan yang benar dan objektif sebelum mencapai pengertian (Syah, 2004).

d. Tanggapan

Tanggapan dapat didefinisikan sebagai bayangan yang menjadi kesan yang dihasilkan dari pengamatan. Tanggapan merupakan unsur dasar jiwa manusia, yang dipandang sebagai kekuatan psikologis yang dapat menimbulkan keseimbangan (Syah, 2004).

e. Perasaan dan Emosi

Perasaan menunjukkan suasana batin yang lebih tenang. Emosi merupakan hasil interaksi antara faktor subjektif, faktor lingkungan, dan faktor biologis. Emosi yang positif dapat mempercepat proses belajar dan mencapai hasil belajar yang lebih baik (Baihaqi dkk., 2007).

f. Motivasi

Motivasi adalah suatu daya yang menjadi pendorong seseorang bertindak, dan memengaruhi keefektifan kegiatan belajar. Motivasi sebagai proses dalam diri individu yang aktif, mendorong dan memberikan arah setiap saat (Purwanto, 2004).

g. Minat

Minat merupakan kecenderungan dan kegairahan serta keinginan yang besar terhadap suatu objek, orang, masalah, atau situasi yang mempunyai kaitan dengan dirinya. Minat merupakan aspek psikologis seseorang yang menaruh perhatian tinggi terhadap kegiatan tertentu dan mendorong individu tersebut untuk melakukan kegiatan tersebut (Suryabrata, 2011).

h. Bakat

Bakat mengandung makna kemampuan potensial yang perlu dikembangkan. Bakat memerlukan pengembangan dan latihan secara serius dan sistematis agar dapat terwujud. Dengan demikian, bakat adalah kemampuan seseorang menjadi salah satu komponen yang diperlukan dalam proses belajar untuk mencapai keberhasilan (Ali & Asrori, 2014).

### 2.2.3 Macam-Macam Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis yang baik dimiliki oleh individu yang memiliki kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, mampu bertindak secara otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan dan makna hidup, serta mengalami perkembangan kepribadian. Kesejahteraan psikologis berhubungan dengan kepuasan pribadi, harapan, rasa bersyukur, stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, optimisme, serta mampu mengenali kekuatan dan mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki. Hal tersebut akan memimpin individu untuk menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilaksanakannya (Bartram & Boniwell, 2012).

Pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 dapat berimplikasi positif ataupun negatif terhadap kondisi psikologis peserta didik. Dari beberapa penelitian yang dilakukan, beberapa masalah psikologis yang sering ditemukan pada peserta didik di era pandemi Covid-19 antara lain :

#### a. Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu keadaan dimana individu merasa ketakutan ataupun merasa tidak nyaman, tidak percaya diri, konsentrasi belajar menurun, yang ditandai dengan berbagai gejala, termasuk gangguan fisik, perilaku, dan kognitif (Yanti dkk, 2021). Kecemasan terkait dengan adanya ketidakpastian dan ancaman di masa depan, hal ini dapat dikaitkan bahwa pandemi Covid-19 dapat menjadi hal yang menimbulkan ancaman. Mahasiswa melihat ketidakpastian terjadi pada banyak aspek kehidupan, perubahan yang begitu cepat, situasi yang kompleks dan tidak menentu. Kehidupan sehari-hari yang tidak pasti dan tidak bisa dikendalikan semacam ini dapat menimbulkan kecemasan pada diri mahasiswa (Christianto dkk., 2020).

Faktor utama pemicu timbulnya kecemasan pada mahasiswa di era pandemi Covid-19 adalah aktivitas perkuliahan itu sendiri, seperti ujian, beban belajar yang berat, kurangnya pemahaman materi, tugas kuliah, tugas kelompok, serta nilai yang tidak mencukupi dapat menimbulkan kecemasan mahasiswa (Christianto dkk., 2020). Kondisi lain yang dapat menimbulkan kecemasan antara lain relasi pertemanan dan keadaan ekonomi keluarga. Adanya kebijakan pemerintah untuk tidak berkerumun dan keluar rumah, menyebabkan kurangnya interaksi sosial antara mahasiswa dengan dosen atau mahasiswa lain akan menimbulkan ancaman itu semakin mengkhawatirkan (Yanti & Nurwulan, 2021). Selain itu, kecemasan juga dapat timbul pada individu yang memiliki kekhawatiran tentang keterlambatan akademik, dampak ekonomi akibat pandemi, dan dampak pada kehidupan sehari-hari (Cao dkk., 2020).

b. Depresi

Depresi pada mahasiswa dapat terkait dengan masalah akademik, finansial, dan tekanan interpersonal. Mahasiswa berada pada masa transisi fase remaja menuju dewasa juga memungkinkan peningkatan risiko depresi. Mencoba untuk beradaptasi, mempertahankan nilai yang baik, merencanakan masa depan, serta sering jauh dari rumah menyebabkan kecemasan bagi banyak mahasiswa. Sebagai reaksi dari hal tersebut, beberapa mahasiswa mengalami depresi karena tidak dapat beradaptasi dengan respon menangis, melewati kelas, atau mengisolasi diri dan selalu merasa kesepian tanpa menyadari dirinya mengalami depresi (Sarokhani dkk., 2013).

Gejala depresi yang dapat dialami mahasiswa saat pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 dapat dikaitkan dengan masalah yang muncul pada sistem pembelajaran daring, seperti kesiapan, penguasaan teknologi, kurangnya jaringan internet, kesulitan

menggunakan aplikasi pembelajaran terkait, serta mahasiswa yang keberatan atas tugas yang diberikan oleh dosen (Santoso dkk., 2020).

Mahasiswa menghadapi berbagai tantangan pada masa pandemi Covid-19 seperti khawatir kondisi tersebut akan memengaruhi kinerja saat menjalani ujian, mahasiswa tingkat akhir juga mengalami kesulitan dalam menjalankan penelitian maupun praktik, karena adanya kebijakan penutupan lembaga pendidikan sehingga dapat menghambat penyelesaian tugas studi. Masalah tersebut dapat memicu stres dan mengakibatkan munculnya depresi yang dialami oleh mahasiswa (Hamada & Fan, 2020).

c. Stres

Stres dapat didefinisikan sebagai keadaan ketika terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan yang diperoleh dan kemampuan untuk mengatasi hal tersebut (Maramis & Maramis, 2012). Tingkat stres mahasiswa cenderung meningkat ketika menjalani perubahan metode pembelajaran selama pandemi Covid-19. Beberapa perguruan tinggi dinilai belum siap menggunakan teknologi pembelajaran daring atau jarak jauh serta kebijakan penutupan lembaga pendidikan mengakibatkan banyak mahasiswa terdampak, khususnya mahasiswa yang tinggal di daerah dengan keterbatasan infrastruktur dan daya dukung lainnya sehingga semakin merasakan kesenjangan digital (Vibriyanti, 2020).

Stresor yang dihadapi mahasiswa selain perubahan metode belajar yaitu adanya kekhawatiran ekonomi dan kekhawatiran kesehatan keluarga dan dirinya sendiri, penundaan akademik, terbatasnya interaksi sosial dan faktor-faktor lain pada kehidupan pribadi mahasiswa. Stres yang dialami mahasiswa dapat juga disebabkan karena kejenuhan belajar, seperti materi atau media yang kurang menarik dan monoton, pemberian materi tanpa

penjelasan mendalam, yang menimbulkan rasa malas, kehilangan semangat dan kebosanan saat pembelajaran daring (Pawicara dkk., 2020).

Faktor akademik berpotensi meningkatkan stres mahasiswa karena adanya perubahan gaya belajar, tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, serta prestasi akademik. Tingkat stres yang meningkat di kalangan mahasiswa dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademis dan memengaruhi kesehatan fisik dan mental (Legiran dkk., 2015).

#### **2.2.4 Penyebab Masalah Psikologis Selama Pembelajaran Daring di Era Pandemi Covid-19**

Masalah psikologis selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 dapat disebabkan karena:

a. Kondisi pandemi Covid-19

Kondisi pandemi Covid-19 menjadi faktor yang dapat menyebabkan masalah psikologis mahasiswa, hal ini dikarenakan Covid-19 dianggap sebagai peristiwa traumatis mahasiswa, terlebih jika mahasiswa tersebut pernah terdiagnosis Covid-19. Pandemi telah menjadi paparan berkelanjutan yang dirasakan oleh setiap individu, sehingga peristiwa tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis dan dapat memicu munculnya gejala stres dan depresi pada individu. Dampak negatif dari stres terhadap mahasiswa dapat berupa penurunan konsentrasi dan pemusatan perhatian selama kuliah, penurunan minat, demotivasi diri bahkan dapat menimbulkan perilaku yang kurang baik (Endhika dkk., 2021).

b. Perubahan sistem pembelajaran

Perubahan sistem pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran jarak jauh atau daring merupakan penyebab utama

adanya masalah psikologis pada mahasiswa. Pembelajaran daring dinilai kurang efektif dan efisien karena masih memiliki beberapa hambatan dalam pelaksanaannya. Beberapa masalah terkait sistem pembelajaran daring seperti gangguan jaringan internet, kesiapan mahasiswa, penguasaan teknologi, waktu yang singkat, tuntutan tugas yang banyak. Hal ini dapat memicu kekhawatiran yang berlebihan dan menyebabkan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa selama pembelajaran daring (Vibriyanti, 2020).

c. Sarana dan prasarana yang terbatas

Sarana dan prasarana yang digunakan sangat penting untuk menunjang keberlangsungan pembelajaran daring. Peserta didik dituntut untuk belajar daring tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai di rumah. Salah satu tantangan untuk melakukan pembelajaran daring adalah membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai seperti laptop, *smartphone*, komputer, dan jaringan internet. Akibatnya, menjadi *home learning*, dimana dosen memberikan tugas dan mahasiswa mengerjakannya dan memicu mahasiswa memiliki beban tugas yang tinggi (Rahayu & Ha1, 2021).

d. Kurangnya interaksi sosial

Pemerintah telah menetapkan beberapa kebijakan yang harus dipatuhi oleh seluruh masyarakat termasuk mahasiswa. Anjuran pembelajaran daring atau dari rumah menyebabkan mahasiswa tidak memiliki kesempatan untuk bersosialisasi secara langsung antar mahasiswa atau mahasiswa dan dosen. Hal tersebut dapat memicu adanya stres akademik yang dialami oleh peserta didik karena merasa lingkungan mereka terisolasi dan tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan belajarnya, keadaan tersebut dapat berimplikasi pada kondisi psikologis mahasiswa (Muslim, 2020).

### 2.3 Alat Ukur Kondisi Psikologis

Terdapat beberapa alat ukur yang dapat digunakan sebagai alat ukur kondisi psikologis, antara lain:

a. *Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)*

*Self-Reporting Questionnaire* merupakan kuesioner yang pertama kali dikembangkan oleh *World Health Organization (WHO)* pada tahun 1994 untuk deteksi dini adanya gangguan psikiatri khususnya pada negara berkembang. Kuesioner ini juga diadopsi oleh Kemenkes RI dalam melakukan Riset Kesehatan Dasar untuk menilai kesehatan jiwa penduduk Indonesia. *Self-Reporting Questionnaire-20* berisi 20 pertanyaan tertutup yang berhubungan dengan masalah yang mungkin mengganggu selama 30 hari terakhir. Kuesioner ini dapat diberikan kepada individu dengan usia 15 tahun atau lebih. Indikator penilaian pada kuesioner ini antara lain gejala cemas, gejala depresi, gejala somatik, gejala kognitif, dan gejala penurunan energi. Jika responden menjawab “ya” pada minimal 6 butir pertanyaan akan dianggap memiliki potensi gangguan mental emosional atau distress (Kemenkes RI, 2018).

*Self-Reporting Questionnaire* telah digunakan oleh beberapa negara seperti Indonesia, Afrika, Saudi Arabia, Malaysia, Filipina, Prancis, Italia, Somalia, Brazil, Spanyol, dan negara-negara lainnya. Instrumen ini digunakan untuk mengukur kondisi psikologis individu dan mengukur prevalensi gangguan psikiatri pada suatu daerah atau komunitas (Beusenbergh dkk., 1994). Instrumen ini valid dan reliabel karena bersumber dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) dan telah digunakan pada Riskesdas 2007, Riskesdas 2013 dan Riskesdas 2018 (Kemenkes, 2018). Instrumen ini memiliki sensitivitas 88% dan spesifitas 81% dengan nilai ramal positif 60% serta nilai ramal negatif 92% (Idaiani dkk., 2009).



b. *General Health Questionnaire (GHQ)*

*General Health Questionnaire* dikembangkan oleh David Goldberg pada tahun 1970 di Inggris. Instrumen ini merupakan salah satu instrumen yang banyak digunakan secara internasional di pusat pelayanan kesehatan dasar. Alat ini merupakan alat ukur yang terbukti yang digunakan sebagai alat identifikasi gangguan psikiatri pada pasien-pasien di layanan kesehatan dasar. *General Health Questionnaire* terdiri dari 60 butir pertanyaan dan sering dikenal dengan GHQ versi 60, kemudian mengalami berbagai modifikasi yaitu versi 30, 28, dan 12 pertanyaan, versi GHQ yang sering digunakan di Indonesia adalah GHQ versi 12 atau GHQ-12 yang digunakan untuk skrining masalah psikologis di Puskesmas dengan pertimbangan versi ini adalah versi yang paling banyak dipakai, bahasa yang sederhana, ringkas, serta waktu pengerjaan relatif cepat (Yusoff dkk., 2009).

*General Health Questionnaire* jika digunakan untuk mendeteksi gangguan kesehatan mental versi GHQ-12, terdiri dari 12 butir pertanyaan yang mampu mendeteksi ansietas, insomnia, depresi, hipokondriasi dan disfungsi sosial (Goldberg, 1997). Kuesioner ini memiliki empat pilihan jawaban dengan skala 0 hingga 3, skor 0 diberikan jika individu merasakan hal tersebut lebih dari biasanya, skor 1 diberikan jika individu merasakan hal tersebut sama seperti biasanya, skor 2 diberikan jika individu merasakan hal tersebut lebih buruk dari biasanya, dan skor 3 diberikan jika individu merasakan hal tersebut sangat kurang dari biasanya. Skor total dari instrumen ini adalah 0 sampai dengan 36, dengan nilai batas pisah 7/8. Validitas instrumen ini termasuk dalam kategori sedang dengan nilai reliabilitas sebesar 0,776. Skala GHQ-12 hanya mengukur gejala yang dialami individu selama dua minggu terakhir. Instrumen ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,863 dengan sensitivitas sebesar 68% dan spesifisitas 75% (Idayani dkk., 2006).

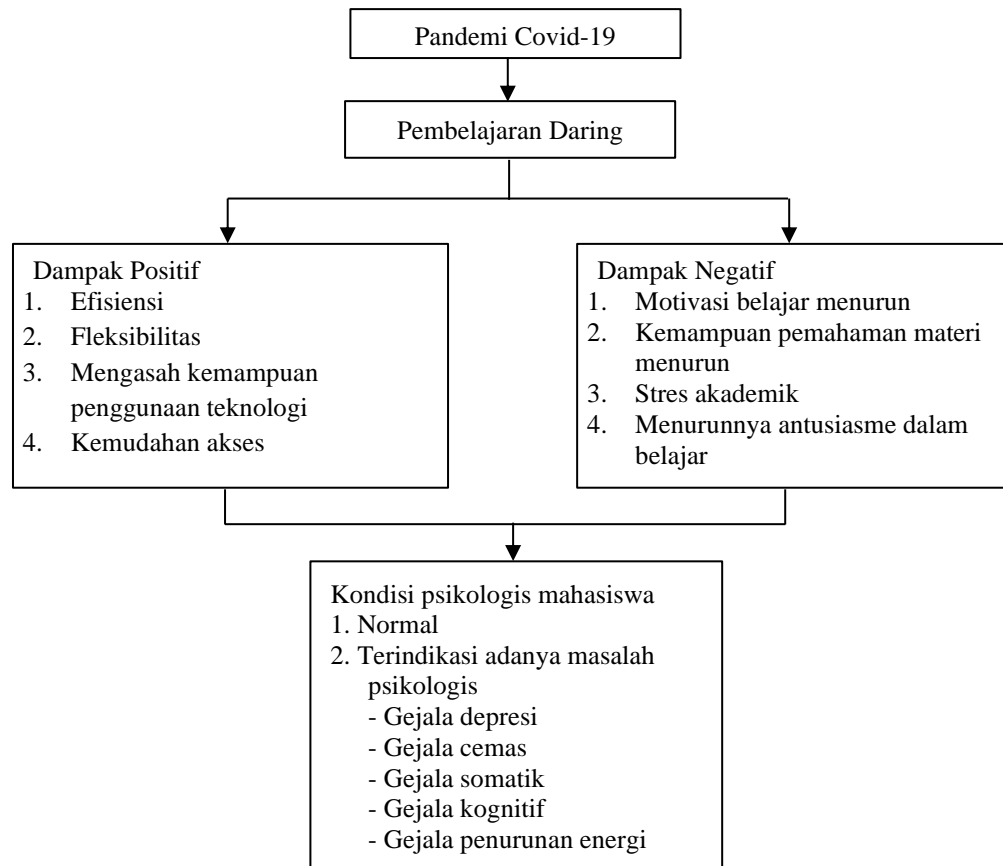
c. *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*

*Depression Anxiety Stress Scale* pertama kali dikembangkan oleh Lovibond & Lovibond pada tahun 1995 merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengukur tiga keadaan emosi yaitu depresi, kecemasan dan stres (Lovibond & Lovibond, 1995). *Depression Anxiety Stress Scale* memiliki 21 item pernyataan yang kemudian dikenal sebagai DASS-21. Kuesioner ini terdiri dari 3 subvariabel, skala depresi mengkaji mengenai disforia, ketidakberdayaan penurunan kualitas hidup, dan efek emosi negatif lainnya. Skala kecemasan mengkaji mengenai kecemasan situasional dan pengalaman subjektif yang memengaruhi kecemasan. Skala stres sensitif terhadap tingkat rangsangan non spesifik kronis, dan menilai kesulitan untuk relaks, gugup, mudah marah atau gelisah, mudah tersinggung, dan kesabaran (Henry & Crawford, 2005).

*Depression Anxiety Stress Scale* dapat digunakan bagi kelompok atau individu untuk tujuan penelitian. Penilaian kuesioner ini menggunakan skala Likert mulai dari skor 0 hingga 3. Skor 0 diberikan jika gejala tidak pernah dirasakan, skor 1 diberikan jika pernah mengalami gejala tersebut, skor 2 diberikan jika sering mengalami gejala tersebut, dan skor 3 diberikan jika hampir setiap saat mengalami gejala tersebut. Pada instrumen ini tingkat depresi, kecemasan, dan stres dibagi dalam beberapa derajat yaitu normal, ringan, sedang, parah dan sangat parah (Lovibond & Lovibond, 1995). Instrumen baku DASS-21 memiliki nilai validitas 0,71, dengan nilai reliabilitas 0,93 yang diolah berdasarkan penilaian Cronbach's Alpha sehingga instrumen ini reliabel (Crawford & Henry, 2005).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menggunakan SRQ-20 sebagai instrumen penelitian. Instrumen tersebut dapat digunakan untuk deteksi dini adanya gangguan psikiatri khususnya pada mahasiswa dan telah digunakan oleh Kemenkes RI sehingga menjadi alat ukur yang baku dan dapat digunakan dalam penelitian (Kemenkes RI, 2018).

## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2.1.** Kerangka Teori

(Sarita & Sonia, 2015; Hamdani & Priatna, 2020; Erni, 2021; Sharma, 2020; Idaiani dkk., 2009)

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei, dimana peneliti melakukan observasi dalam pengumpulan data, menganalisis dan menafsirkan data tersebut. Penelitian survei merupakan penelitian yang mengambil sampel dari suatu populasi dengan menggunakan instrumen sebagai alat pengumpulan yang pokok (Sugiyono, 2013).

#### **3.2 Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung pada bulan April tahun 2022.

#### **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **3.3.1 Populasi Target**

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian yang menjadi sasaran utama untuk diteliti dalam penelitian (Notoatmodjo, 2012). Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang berjumlah 698 mahasiswa.

### **3.3.2 Populasi Terjangkau**

Populasi terjangkau merupakan bagian dari populasi target yang dapat dijangkau oleh peneliti (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini populasi yang dapat dijangkau adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang memenuhi kriteria penelitian dengan jumlah 552 mahasiswa.

### **3.3.3 Sampel Penelitian**

Sampel penelitian adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili populasi (Notoatmodjo, 2012). Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter yang memenuhi kriteria inklusi penelitian dan diambil dengan teknik *total sampling*.

## **3.4 Kriteria Penelitian**

### **3.4.1 Kriteria Inklusi**

- a. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021 yang sedang mengikuti pembelajaran daring.
- b. Bersedia ikut serta dalam penelitian setelah diberikan pengarahan dan menandatangani lembar persetujuan.

### **3.4.2 Kriteria Eksklusi**

- a. Mahasiswa yang memiliki diagnosis gangguan psikologis bukan karena masalah pembelajaran.
- b. Mahasiswa yang memiliki riwayat diagnosis Covid-19.

## **3.5 Variabel Penelitian**

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kondisi psikologis mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.

### 3.6 Definisi Operasional Variabel

**Tabel 3.1.** Definisi operasional penelitian

| Variabel           | Definisi Operasional  | Alat Ukur                                    | Hasil Ukur  | Skala   |
|--------------------|---|--|---|---------|
| Kondisi Psikologis | Suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang individu yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku individu tersebut (Riyadiningsih, 2012). | <i>Self-Reporting Questionnaire</i> (SRQ-20) | 1. Tidak terindikasi masalah psikologis: Skor 1-5<br>2. Terindikasi masalah psikologis: Skor 6-20 | Ordinal |

### 3.7 Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini digunakan data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian melalui lembar kuesioner yang diberikan (Notoatmodjo, 2012).

### 3.8 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini berupa kuesioner mengenai variabel kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Kuesioner yang digunakan adalah *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20) yang bersumber dari WHO, telah diadopsi dan dialihbahasakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pada kuesioner ini menggunakan skala ordinal dengan pertanyaan tertutup, sehingga responden hanya menjawab pertanyaan dengan “ya” atau “tidak”. Setiap pertanyaan akan diberi skor 0 dan 1, skor 0 diberikan jika tidak ada gejala yang dirasakan selama 30 hari terakhir saat pembelajaran daring, sedangkan skor 1 diberikan jika terdapat gejala yang dirasakan selama 30 hari terakhir (Beusenbergek dkk., 1994). *Self-Reporting Questionnaire-20* terdiri dari 20 pertanyaan-pertanyaan dengan domain antara lain gejala depresi, gejala cemas, gejala somatik, gejala kognitif, dan gejala penurunan energi. Instrumen ini memiliki kemampuan untuk mendeteksi tekanan psikologis yang relevan (Idaiani dkk., 2009; Kemenkes RI, 2020).

Nilai batas pisah atau *cut off* yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada Riskesdas adalah 5/6 berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Ganihartono yang menggunakan *cut off* 5/6 pada SRQ-20 menunjukkan nilai ramal positif sebesar 60%, dan nilai ramal negatif sebesar 92% untuk melihat indikasi masalah psikologis dengan sensitivitas yang didapatkan sebesar 88% dan spesifisitas sebesar 81% (Idaiani dkk., 2009), serta pada penelitian yang dilakukan oleh Prasetio dkk., (2022) didapatkan koefisien validitas 0,84 dan reliabilitas sebesar 0,92. Nilai *cut off* 5/6 artinya jika responden menjawab “ya” pada minimal 6 butir pertanyaan akan dianggap memiliki indikasi masalah psikologis (Kemenkes RI, 2020). Nilai *cut off* dapat bervariasi dari satu penelitian dengan penelitian lain, tergantung pada metode pengambilan sampel, bahasa yang digunakan, serta tujuan penelitian (WHO, 1994).

**Tabel 3.2.** Domain SRQ-20

| Domain                  | Butir Soal               |
|-------------------------|--------------------------|
| Gejala Depresi          | 6, 9, 10, 14, 15, 16, 17 |
| Gejala Cemas            | 3,4,5                    |
| Gejala Somatik          | 1, 2, 7, 19              |
| Gejala Kognitif         | 8, 12, 13                |
| Gejala Penurunan Energi | 8, 11, 12, 13, 18, 20    |

(Idaiani dkk., 2009; Kemenkes RI, 2020)

a. Gejala cemas

Adanya respon terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak diketahui, internal, samar-samar, atau bersifat konflik yang disertai dengan perasaan adanya bahaya yang mengancam (Sunaryo, 2013). Gejala yang dimunculkan dari keadaan ini seperti rasa khawatir, tegang, gugup, takut, serta mudah terkejut (Donsu, 2017).

b. Gejala depresi

Pada keadaan depresi, individu akan memperlihatkan kehilangan energi dan kehilangan minat, perasaan bersalah yang besar, sulit konsentrasi, dan mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup (Kurniawan dkk., 2016).

c. Gejala somatik

Gejala somatik adalah gejala fisik yang dapat terjadi dan dapat berupa gejala motorik maupun sensorik. Gejala somatik dapat memengaruhi pikiran dan tubuh secara bersamaan (Kristina, 2017).

d. Gejala kognitif

Adanya masalah yang berhubungan dengan konsentrasi dan memori seperti kurangnya perhatian, keterlambatan dalam berfikir, serta kurangnya pemahaman terhadap sesuatu (Arifin dkk., 2015).

e. Gejala penurunan energi

Adanya penurunan energi pada tubuh dapat menyebabkan individu kesulitan dalam menyelesaikan tugas serta fungsinya dalam lingkungan tempat tinggal. Berkurangnya energi dapat mengakibatkan keadaan mudah lelah serta menurunnya kemampuan individu dalam menjalankan aktivitas (Kurniawan dkk., 2015).

### 3.9 Alat dan Cara Pengambilan Data

#### 3.9.1 Alat Penelitian

Pada penelitian ini, alat penelitian yang digunakan yaitu:

a. Alat elektronik

Alat elektronik yang dapat digunakan oleh responden dalam penelitian ini dapat berupa *handphone*, laptop, atau komputer yang terhubung dengan sambungan internet.

b. *Google form*

*Google form* merupakan suatu *platform* yang digunakan oleh responden untuk mengisi instrumen penelitian.

#### 3.9.2 Cara Pengambilan Data

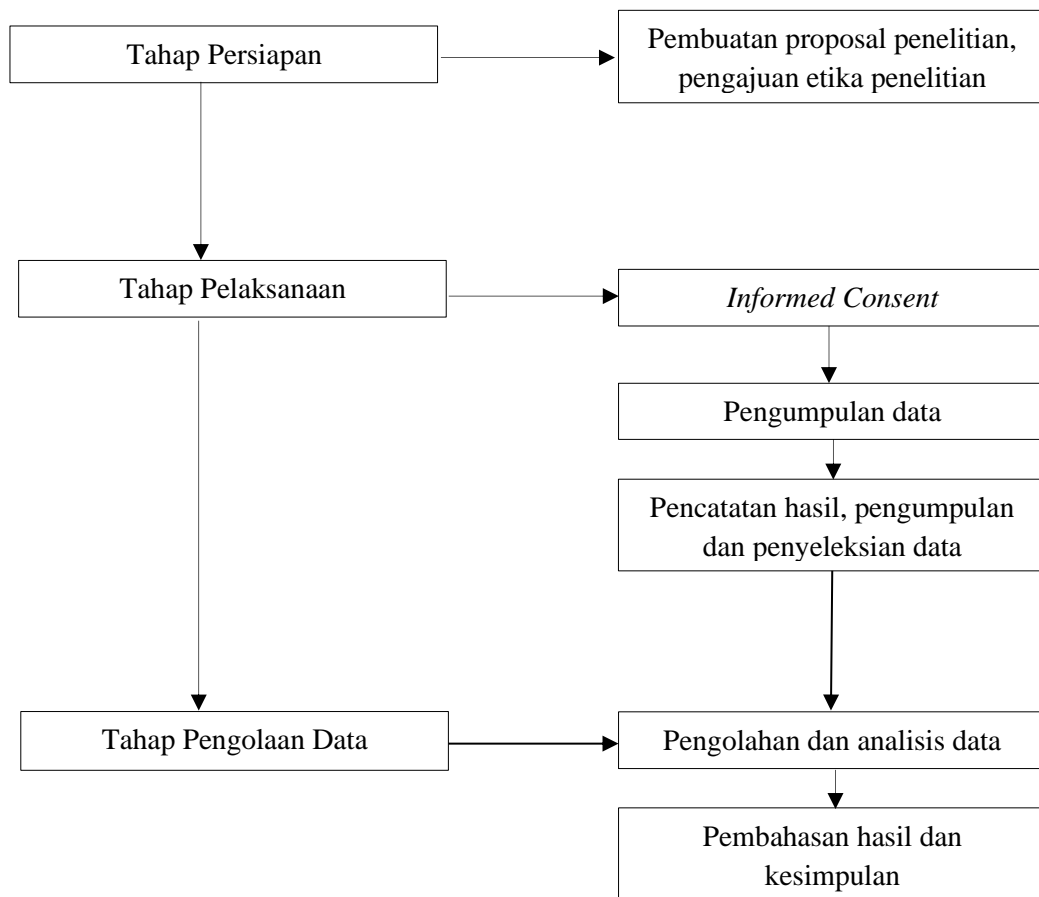
Pada penelitian ini, seluruh data dikumpulkan secara langsung oleh peneliti melalui *google form* yang diberikan kepada responden saat pengarahan pengisian kuesioner dan diisi secara langsung oleh responden dengan durasi pengisian 5-10 menit. Pada *google form*



tersebut jika responden tidak mengisi jawaban dengan lengkap maka data tidak dapat dikirimkan. Data-data yang dikumpulkan meliputi:

- a. Karakteristik responden
  - 1) Nama Lengkap
  - 2) NPM
  - 3) Jenis Kelamin
  - 4) Usia
  - 5) Angkatan
  - 6) Riwayat diagnosis Covid-19
  - 7) Riwayat masalah psikologis
- b. Lembar *informed consent*
- c. Kuesioner *Self-Reporting Questionnaire-20*

### 3.10 Prosedur Penelitian



**Gambar 3.1.** Prosedur Penelitian

### 3.11 Pengolahan Data

Data yang telah didapatkan dan terkumpul akan diolah menggunakan program komputer dengan langkah yang terdiri dari:

a. *Editing* (Penyuntingan Data)

*Editing* atau pemeriksaan adalah pengecekan terhadap data yang telah terkumpul untuk mengetahui dan menilai kesesuaian dan relevansi data yang dikumpulkan untuk bisa diproses lebih lanjut. Hal yang perlu diperhatikan dalam *editing* adalah kelengkapan pengisian kuesioner, keterbacaan tulisan, kesesuaian jawaban, dan relevansi jawaban (Santoso, 2017).

b. *Coding* (Pengkodean Data)

*Coding* atau pemberian kode adalah pengklasifikasian jawaban yang diberikan responden sesuai dengan macamnya. Dalam tahap *coding* biasanya diberikan skor dan simbol pada jawaban responden agar mempermudah pengolahan data (Santoso, 2017).

c. *Data Entry* (Memasukkan Data)

*Data entry* adalah proses memasukkan data ke dalam program komputer. Data yang telah dikoding dimasukkan sesuai dengan tabel program komputer yang digunakan (Santoso, 2017).

d. *Data Cleaning* (Pembersihan Data)

*Cleaning* merupakan teknik pembersihan data–data yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Dilakukan pengecekan kembali untuk melihat adanya kesalahan dan membersihkan kesalahan yang mungkin terjadi selama proses memasukkan data (Santoso, 2017).

e. *Tabulating* (Tabulasi Data)

Pada tahap ini, data yang telah diperoleh diolah menggunakan perangkat lunak statistik di komputer. Data dikelompokkan ke dalam tabel menurut sifat-sifatnya (Santoso, 2017).

### **3.11 Analisis Data**

Analisis data yang dilakukan menggunakan analisis statistik univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti (Santoso, 2017).

### **3.12 Etika Penelitian**

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan No.818/UN26.18/PP.05.02.00/2022.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Mahasiswa yang terindikasi masalah psikologis selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 sebesar 56,8% dan mahasiswa yang tidak terindikasi masalah psikologis sebesar 43,2%.
2. Mahasiswa yang terindikasi masalah psikologis selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 sebanyak 93,8% mengeluhkan setidaknya 1 gejala depresi, 87,5% mengeluhkan setidaknya 1 gejala cemas, 79,7% mengeluhkan setidaknya 1 gejala somatik, 81,8% mengeluhkan setidaknya 1 gejala kognitif serta 96,9% mengeluhkan setidaknya 1 gejala penurunan energi.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Institusi**

1. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber kepustakaan baru untuk mengetahui dan memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran daring di era pandemi Covid-19.
2. Pihak institusi disarankan untuk meningkatkan pelayanan konseling terhadap masalah-masalah yang sering dialami oleh mahasiswa dalam menjalani kegiatan perkuliahannya.

### **5.2.2 Bagi Mahasiswa**

1. Mahasiswa yang terindikasi masalah psikologis disarankan dapat berkonsultasi dengan psikiater atau tenaga profesional kesehatan jiwa seperti psikiater atau dokter spesialis kesehatan jiwa, psikolog, atau dokter umum yang sudah terlatih untuk mengetahui sejauh mana kondisi psikologis yang sedang dialami untuk mencegah terjadinya masalah psikologis lebih lanjut.
2. Mahasiswa dapat menerapkan strategi koping yang sesuai terutama dalam menghadapi pandemi Covid-19 agar mampu menghadapi tantangan selama pembelajaran daring.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Pada studi mendatang dapat dilakukan penelitian mengenai kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran daring pada mahasiswa yang memiliki riwayat diagnosis Covid-19.
2. Pada studi mendatang dapat dilakukan untuk menganalisis item-item kuesioner yang dominan pada setiap subdomain gejala yang dapat mengarah pada suatu masalah psikologis.
3. Pada studi mendatang dapat dilakukan mengenai perbandingan kondisi psikologis berdasarkan angkatan atau tahun belajar mahasiswa tersebut.
4. Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk meneliti mengenai perbandingan kondisi psikologis mahasiswa selama pembelajaran saat pandemi Covid-19 dan setelah pandemi Covid-19.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abuhamdah SMA, Naser AY, Abdelwahab GM. 2021. The prevalence of mental distress and social support among university students in Jordan: a cross-sectional study. *Int J Environ Res.* 3(5): 1-12.
- Ali M, Asrori M. 2014. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT bumi aksara.
- Alsoud AR, Harasis AA. 2021. The impact of covid-19 pandemic on student's e-learning experience in Jordan. *J Theor Appl Electron Commer Res.* 16(5): 1404-14.
- Angolla JE, & Ongori H. .2009. An assesment of academic stress among undergraduate student. *Academic Journal Educational Research.* 4(2):63-7.
- Arifin A, Nurhakim. 2015. Pekerja sosial medis dalam menangani orang dengan skizoprenia di rumah sakit jiwa provinsi jawa barat. *Prosiding Ks: Riset & PKM.* 2(3):301-444.
- Arkorful V, Abaidoo N. 2015. The role of e-learning, advantages and disadvantages of its adoption in higher education. *Int J Instr Technol Distance Learn.* 12(1):29-42.
- Arosyd IM, Usman R. 2020. Analisis kelemahan dan kekuatan dalam pembelajaran daring di fakultas sastra universitas negeri malang. *J Deutsch als Fremdspr Indones.* 4(2):12-9.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. 2021. *KBBI Daring*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. [Diakses 18 September 2021] <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri>.
- Baihaqi, Sunardi. 2007. *Psikiatri (konsep dasar dan gangguan-gangguan)*. Bandung: PT Refika Aditama. Hlm. 44.
- Barreto do Carmo MB, Santos LM, Feitosa CA. 2017. Screening for common mental disorders using the SRQ-20 in Brazil: what are the alternative strategies for analysis?. *Braz J Psychiatry.* 40(2):115-22.
- Bartram D, Boniwell I. 2007. The science of happiness: Achieving sustained psychological wellbeing. *In Pract.* 29: 478–82.

- Benson A. 2002. Using online learning to meet workforce demand: A case study of stakeholder influence. *Quarter Review of Distance Education*. 3(4): 443-52.
- Beusenbergh M, Orley J. A user's guide to the Self Reporting Questionnaire (SRQ). Geneva World Health Organization. Published online 1994:84.
- Bilfaqih, Yusuf. 2015. *Esensi Pengembangan Pembelajaran Daring*. Yogyakarta: CV Budi Utama. Hlm. 4.
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, dkk. 2020. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*. 395(10227):912-20.
- Bunce DM, Flens EA, Neiles KY. 2010. How long can students pay attention in class? A study of student attention decline using clickers. *Journal of Chemical Education* 87(12): 1438–43.
- Butler M, Poltak, Rooney A, Michel, Nicholson. 2020. Neuropsychiatric complication of Covid-19. *BMJ*. 3(7): 1136-42.
- Cahyawati D, Gunarto M. 2021. Persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring pada masa pandemi Covid-1.9 *J Inov Teknol Pendidik*. 7(2):150-61.
- Cao W, Fang Z, Hou G, Han, Mei X, Xinrong, dkk. 2020. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res*. 287(3):1-5.
- Chi X, Huang L, Hall DL, Raissa, Kaixin, Mahbub, dkk. 2021. Posttraumatic stress symptoms among chinese college students during the covid-19 pandemic: a longitudinal study. *Front Public Heal*. 9(11):1-9.
- Christianto, Kristiani R, David N, Sebastian D, Winsen, Aurelia. 2020. Kecemasan mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras*. 3(1): 67-82.
- Cojocariu, Lazar, Nedeff V, Gabriel E. 2014. SWOT analysis of e-learning educational services from the perspective of their beneficiaries. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 116: 1999–2003.
- Cuttilan AN, Sayampanathan AA, Ho RC. 2016. Mental health issues amongst medical students in Asia: a systematic review. *Ann Transl Med*. 4(4):72-85.
- Daeng BH, Paundralingga O, Widodo A. 2016. Mast cell in amygdala, thalamus, hippocampus of wistar rats and its correlation with corticotropin-releasing hormone plasma level and length of acute stress exposure. *Asean J Psychiatr*. 17(1): 1-8.
- Dahlan, Sopiudin. 2020. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Edisi 5. Jakarta: Salemba Medika. Hlm 20.

- Damayanti R. 2020. Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi pada situasi pandemi covid 19 skripsi. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Departemen Kesehatan RI. 2018. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Depkes RI.
- Depdiknas. 2003. Undang – Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Dewi S, Umam R. 2022. Pengembangan self-efficacy mahasiswa melalui pandemi Covid-19. *J Fokus Konseling*. 8(1):26-37.
- Diviu N, Bruchas MR, Moghaddam B. 2019. Neurobiological links between stress and anxiety. *Neurobiology of Stress*. 11(4). 101-11.
- Donsu J. 2017. Psikologi Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Hlm 374.
- Endika O, Azam M. 2021. Post-traumatic stress disorder and depression during Covid-19 pandemic among students: Study at Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 17(2): 293-305.
- Erni G. 2021. Dampak penerapan pembelajaran online (daring) bagi mahasiswa (studi kasus mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar). [Skripsi]. Univ Muhammadiyah Makassar.
- Fatoni, Arifiati N, Nurkhayati E, Nurdiawati E, Fidziah, Pamungkas, dkk. 2020. University students online learning system during Covid-19 pandemic: Advantages, constraints and solutions. *Syst Rev Pharm*. 11(7):570-76.
- Fauzi WNA. 2020. Analisis proses pembelajaran berbasis online masa pandemi Covid-19 di SDIT Luqman Al-Hakim Sleman. *eL-HIKMAH J Kaji dan Peneliti Pendidik Islam*. 14(2):171-86.
- Fauziyyah R, Awinda R, Besral. 2021. Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi Covid-19. *Bifokes*. 1(2): 113-124.
- Fitria L, Ifdil I. 2020. Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Educatio*. 6(1): 1–4.
- Fosslien L, Duffy MW. 2020. How to combat zoom fatigue. *Harvard Business Review*. 29:1-6.
- Ganihartono I. 1996. Psychiatric morbidity among patients attending the bangetayu community health center in indonesia. *Bul. Penelit. Kesehatan*. 24(4): 42-51.
- Ghelbash Z, Younes S, Sarani H, Sheibani S. 2021. Investigating general health and its related factors in final year nursing students during the covid-19 pandemic. 8(1):2245-52.



- Goldberg D, William. 1997. *A User's Guide To The General Health Questionnaire*. Windsor: Nfer-Nelson.
- Goldberg D. 1972. *The detection of psychiatric illness by questionnaire*. Maudsley Monograph No.21. Oxford: Oxford University Press.
- Hamdani AR, Priatna A. 2020. Efektivitas implementasi pembelajaran daring (full online) dimasa pandemi covid- 19 pada jenjang sekolah dasar di Kabupaten Subang. *Didaktik :Jurnal Ilmiah Pgsd Stkip Subang*. 6(1): 1–9.
- Handarini OI, Wulandari SS. 2020. Pembelajaran daring sebagai upaya study from home (SFH). *J Pendidik Adm Perkantoran*. 8(3):465-503.
- Hartono, Boy S. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. Hlm 13.
- Hasanah, Uswatun, Ludiana, Immawati, Livana PH. 2020. Gambaran psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran selama pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 8(3): 299–306.
- Henry JD, Crawford JR. 2005. The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*. 44(2), 227–39.
- Hrastinski S. 2009. A study of asynchronous and synchronous e-learning methods discovered that each supports different purposes. *Educ Q*. 17(5):51-66.
- Huang L, Lei W, Xu F, Liu H, Yu L. 2020. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLoS One*.15(8):1561-9.
- Huang, Hsiao. 2012. Synchronous and asynchronous communication in an online environment: faculty experiences and perceptions. *Quarterly Review of Distance Education*, 13(1), 15+, available: <https://link.gale.com/apps/doc/A297555183/AONE?u=anon~fb87fa7a&sid=googleScholar&xid=2eeb952c> [accessed 20 Sep 2021].
- Idaiani S, Suhardi, Kristanto. 2009. Analisis gejala gangguan mental emosional penduduk Indonesia. *Majalah kedokteran Indonesia*. 1(1): 473-9. \
- Idaiani S, Suhardi. 2006. Validitas dan reliabilitas general health questionnaire untuk skrining distres psikologik dan disfungsi sosial di masyarakat. *Bul. Penel. Kesehatan*. 34(4): 161-73.
- Irawan AW, Dwisona D, Lestari M. 2020. Psychological impacts of students on online learning during the pandemic covid-19. *KONSELI J Bimbingan dan Konseling*.7(1):53-60.
- Jannah M. 2021. Pengaruh pembelajaran via online selama pandemi covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran

Universitas Muhammadiyah Makassar. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Makassar.

- Johan PA, Usman AM, Retno W. 2022. Impact of online learning during Covid-19 pandemic on the mental health of nursing students. *IJNHS*. 5(1): 38-46.
- Kang EH, Hyun MK, Choi SM, Kim JM, Woo JM. 2014. Twelve-month prevalence and predictor of self reported suicidal ideation and suicide attempt among Korean adolescents in a web-based nationwide survey. *Aus & NZ J Psychiatry*. 1(1): 1-7.
- Kaplan HI, Sadock BJ, Grebb JA. 2015. *Sinopsis Psikiatri Jilid 2*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kemendagri RI. 2021. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 47 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Level 4, Level 3, Level 2, dan Level 1 *Coronavirus Disease 2019* di Wilayah Jawa dan Bali
- Kemendikbud RI. 2013. Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Jarak Jauh pada Pendidikan Tinggi
- Kemendikbud RI. 2020. Pedoman Pelaksanaan Belajar Dari Rumah Selama Darurat Bencana COVID-19 di Indonesia. Jakarta: Sekr Nas SPAB (Satuan Pendidik Aman Bencana).
- Kemendikbud RI. 2020. Surat Edaran Nomor 36963/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19).
- Kemenkes RI. 2020. KMK Nomor Hk.01.07/Menkes/328/2020 Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Di Tempat Kerja.
- Kemenkes RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Coronavirus Disease 2019.
- Kemenkes RI. 2020. Protokol Layanan DKJPS Anak dan Remaja Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Pandemi COVID-19. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. 2022. Infeksi Emerging Covid – 19. Media Informasi Resmi Terkini Penyakit Infeksi Emerging. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/dashboard/covid-19>
- Kim H, Rackoff, Fitzsimmons E, Shin K, Zainal, Schwob, dkk. 2021. College Mental Health Before and During the COVID-19 Pandemic: Results From a Nationwide Survey. *Cognitive Therapy and Research*.

- Kim J, Shin JH, Ryu JK, Jung JH, Kim CH, Lee HB. 2020. Association of depression with functional mobility in schizophrenia. *Front Psychiatry* 2020. 1(1):8-14.
- Kristina. 2017. Pengaruh kegiatan mewarnai pola mandala terhadap tingkat kecemasan mahasiswa akademi keperawatan dirgahayu samarinda. *Nurseline Journal*. 2(1): 11-6.
- Kurniawan Y, Kumolohadi. 2015. Spiritual-emotional writing therapy pada subjek yang mengalami episode depresif sedang dengan gejala somatis. *Humanitas*. 12(2): 142-52.
- Kurniawan Y, Sulistyarini. 2016. Komunitas sehati (sehat jiwa dan hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis masyarakat. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*. 1(2): 112-24.
- Legiran, Azis MZ, Bellinawati N. 2015. Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran universitas muhammadiyah Palembang. *J Kedokt dan Kesehat Publ Ilm Fak Kedokt Univ Sriwij*. 2(2):197–202.
- Legiran, Azis MZ, Bellinawati N. 2015. Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran universitas muhammadiyah Palembang. *J Kedokt dan Kesehat Publ Ilm Fak Kedokt Univ Sriwij*. 2(2):197– 202.
- Legowo YAS. 2020. Kesiapan dan kendala pembelajarn daring berbasis proyek melalui media daring pada mahasiswa universitas darul ulum islamic center sudirman guppi. *Waspada*. 8(2): 63-9.
- Liang L, Ren H, Cao R. 2020. The effect of Covid-19 on youth mental health. *Psychiatr Q*. 2(5): 1-12.
- Lin HS, Hong ZR, Lawrenz F. 2012. Promoting and scaffolding argumentation through reflective asynchronous discussions. *Comput Educ*.59(2):378-84.
- Lindasari SW, Nuryani R, Sukaesih NS. 2021. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Psikologis Siswa Pada Masa Pandemi Covid 19. 4(2):130-7.
- Lusiantari R, Pramaningtyas MD, Widyaningsih N. 2021. Psychological conditions of undergraduate students of faculty of medicine Universitas Islam Indonesia during pandemic Covid-19. *Icme*. 5(1):305-9.
- Mahardhani FO, Ramadhani AN, Isnanti RM, Chasanah TN, Praptomojati A. 2020. Pelatihan strategi koping fokus emosi untuk menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Gadjah Mada J Prof Psychol*. 6(1):60-6.
- Mamtani H, Karaliuniene R, De Filippi , NagendrappaS. 2022. Dampak aplikasi konferensi video pada kesehatan mental. *BJPsych Internasional*.19 (1): 158-69.

- Mandasari, B. 2020. The impact of online learning toward students academic performance on business correspondence course. *Eduotec*. 4 (1): 2597-3009.
- Maramis WF, Maramis AA. 2012. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Edisi. 2*. Surabaya: Airlangga University Press. Hlm 139.
- Martin E, Ressler K, Binder E. 2010. The neurobiology of anxiety disorder. *CLIN*. 32(3): 549-75.
- Maulana HA. 2021. Psychological impact of online learning during the covid-19 pandemic: a case study on vocational higher education. *Indones J Learn Educ Couns*. 3(2):130-9.
- Mi X, Ran L, Chen L, Qin G. 2018. Recurrent headache increases blood-brain barrier permeability and VEGF expression in rats. *Pain physician*. 2(1): 633-42.
- Michopoulos V, Powers A, Gillespie C. 2017. Inflammation in fear and anxiety based disorder: PTSD, GAD, and beyond. *Neuropharmacology*. 42(1): 254-70.
- Misgana T, Tesfaye D, Tariku M, Ali T, Alemu D, Dessie Y. 2021. Psychological burden and associated factors of the covid-19 pandemic on people in quarantine and isolation centers in ethiopia: a cross-sectional study. *Front Psychiatry*. 12(1):1-9.
- Moore JL, Dickson-Deane C, Galyen K. 2011. E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same?. *Internet High Educ*. 14(2):129-35.
- Mukhtar K, Javed K, Arooj M, Sethi A. 2020. Advantages, Limitations and Recommendations for online learning during COVID-19 pandemic era. *Pakistan journal of medical sciences*. 36(19): 27–31.
- Murphy E, Rodríguez-Manzanares MA, Barbour M. 2011. Asynchronous and synchronous online teaching: perspectives of canadian high school distance education teachers. *British Journal of Educational Technology*. 42(4):583–91.
- Muslim. 2020. Manajemen stres pada masa pandemi Covid-19. *J Manajemen Bisnis*. 23(2): 192-202.
- Mustofa MI, Chodzirin M, Sayekti L, Fauzan R. 2019. Formulasi model perkuliahan daring sebagai upaya menekan disparitas kualitas perguruan tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology*. 1(2):151.
- Nash JM, Thebarg RW. 2006. Understanding psychological stress its biological processes and impact on primary headache. *Headache*. 46(9):1377–86.
- Nath A, Mukherjee S. 2015. Impact of mobile phone/smartphone: a pilot study on positive and negative effects. *International Journal*. 3(5):294- 302.

- National Headache Foundation (NHF). 2021. Causes of Headache in College Students. Available at: <https://headaches.org/2020/08/16/causes-of-headaches-in-college-students/>.
- New York State of Mental Health. 2020. Feeling Stressed About Coronavirus (COVID-19)? Managing Anxiety in an Anxiety-Provoking Situation This guide includes tips for the following populations. New York S:1-4.
- Ngien A, Jiang S. 2021. The Effect of Social Media on Stress among Young Adults during COVID-19 Pandemic: Taking into Account Fatalism and Social Media Exhaustion. *Health Communication*. 3(5):1-9.
- Nikmah. 2015. Hubungan tingkat stres dengan gejala gangguan pencernaan pada santriwati Pondok Pesantren Sirojul Mukhlisin Ii Payaman Magelang Tahun 2015. [Skripsi]. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Nishimura Y, Ochi K, Tokumasu K, Obika M, Hagiya H, Kataoka H, dkk. 2021. Impact of the covid-19 pandemic on the psychological distress of medical students in japan: cross-sectional survey study. *J Med Internet Res*. 23(2): 4553-9.
- Notoatmodjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Hlm 78.
- Nur AR. 2015. Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Dalam Lingkungan Kampus Pada Mahasiswa. Universitas Padjajaran. Hal. 3.
- Pala MG, Nurina L, Sidarta S. 2021 Hubungan study from home terhadap tingkat stres mahasiswa kedokteran saat pandemi Covid-19 di Nusa Tenggara Timur. *Cendana Medical Journal*. 21(1): 169 – 177.
- Pawicara R, Conilie M. 2020. Analisis pembelajaran daring terhadap kejenuhan belajar mahasiswa tadaris biologi iain jember di tengah pandemi covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*. 1(1): 29-38.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia. 2020. Infografik Masalah Psikologis Terkait Pandemi COVID-19 di Indonesia. [diakses pada 3 Februari 2022]. Available from: <http://pdsjki.org/home>.
- Perissotto T, da Silva TCRP, Miskulin FPC. 2021. Mental health in medical students during covid-19 quarantine: a comprehensive analysis across year-classes, *Clinics*. 2(7):1-8.
- Prasetio C, Triwahyuni A, Siswadi AG. 2022. Psychometric properties of self report questionnaire-20 (SRQ-20) Indonesian version. *Jurnal Psikologi*. 49(1): 69-86.
- Pratama, AP. 2021. Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Siswa SD. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. 2(1): 88-95.

- Pribadi, Benny. 2009. Model Desain Sistem Pembelajaran: Langkah Penting Merancang Kegiatan Pembelajaran yang Efektif dan Berkualitas. Jakarta: Dian Rakyat. Hlm 9
- Priyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif. Surabaya. Zifatama Publishing. Hlm. 55.
- Purwanto, Ngalim. 2004. Psikologi Pendidikan. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya. Hlm 64.
- Rahardjo W, Qomariyah N, Mulyani I, Andriani I. 2021. Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peranneurotisme kelebihan informasi invasion of life kecemasan dan jenis kelamin. Psikol Sos. 18(59): 17-25.
- Rahayu AD, Haq MS. 2021. Sarana dan prasarana dalam mendukung pembelajaran daring pada masa pandemi Covid-19. J Insp Manajemen Pend. 9(1): 186-99.
- Rajkumar RP. 2020. Covid-19 and mental health: A review of the existing literature. Asian J Psychiatr. 10(52): 102-9.
- Ramayulis. 1994. Ilmu Pendidikan Islam. Jakarta: Kalam Mulia. Hlm 39.
- Republik Indonesia. 2012. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. Jakarta: Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi.
- Riyadiningsih H. 2012. Peran kondisi psikologis dan karakteristik pribadi dalam pengembangan kepemimpinan efektif: sebuah tinjauan konseptual. STIE Stikubank Semarang: 51-9.
- Rodrigues R, Oliveira AC, Andrade H, Marques, Oliveira D A. 2021. Screening for common mental disorders using the srq-20 in medical students from porto velho-ro. JAMPS. 23(1): 33-45.
- Sahu P. 2020. Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (covid-19): impact on education and mental health of students and academic staff. Cureus. 12(4): 1-6.
- Saleh A. 2018. Pengantar Psikologi. Sulawesi Selatan: Penerbit Aksara Timur. Hlm 75.
- Salim J. 2022. Zoom fatigue and its risk factor in online learning during the Covid-19 pandemic. Medical Journal of Indonesia. 31(1): 44-51.
- Santoso A, Ardi W, Prasetya, Dwidiyanti M, Wijayanti, Mu'in, dkk. (2020). Tingkat depresi mahasiswa keperawatan di tengah wabah covid-19. Holistic Nursing and Health Science. 3(1):1-8.

- Santoso, Singgih. 2017. *Menguasai Statistik dengan SPSS 24*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo. Hlm 35.
- Sarita, Sonia. 2015. Academic Stress among Students: Role and Responsibilities of Parents. *International journal of applied research* 2(1): 385-8.
- Sarokhani, Delpisheh, Veisani, Sarokhani T, Manesh R, Sayehmiri K. 2013. Prevalence of depression among university students: A systematic review and metaanalysis study. *Depression Research and Treatment*. 1-6.
- Setyawati E, Subhan DH, Yusnita Y. 2021. Perbedaan status kesehatan mental mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2019 pada saat sebelum dengan pada saat pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*. 2(1):193-204.
- Sharma R. 2020. Online learning and it's positive and negative impact in higher education during Covid-19. *EPRA Int J Multidiscip Res (IJMR)-Peer Rev J*. (2):177-81.
- Sherwood L. 2013. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Ed 8. Jakarta: Penerbit EGC.
- Slameto. 2003. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Memengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekanto A, Rianti ED. 2021. Analisis tingkat kelelahan mahasiswa dalam pembelajaran daring di era pandemi Covid-19 tahun ajaran 2020/2021. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*. 10(2): 154-65.
- Soemartwoto, Otto. 1998. *Analisis Mengenai Dampak Lingkungan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Soliman M. 2014. Perception of stress and coping strategies by medical students at King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia. *Journal of Taibah University Medical Sciences*. 9(1):30-5.
- Sondakh, Joshua, dan Ria. 2020. Gangguan mental emosional pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. *Jurnal Kedokteran*. 8(1): 906-17.
- Sudre CH, Murray B, Varsavsky T, Graham MS, Penfold RS. 2021. Attributes and predictors of long COVID. *Nat Med*. 2(7):626-31
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharno, Retnoningsih. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Semarang: Widya Karya.

- Sumantri A, Andian, Annisa R, Arief W, Asep H, Briant S, dkk. 2020. Booklet pembelajaran daring. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidik Tinggi Kemendikbud RI.
- Sunaryo. 2013. Psikologi untuk Keperawatan. Jakarta: EGC. Hlm 287.
- Suryabrata. 2011 Sumadi. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Susanto S, Azwar AG. 2020. Analisis tingkat kelelahan pembelajaran daring dalam masa covid-19 dari aspek beban kerja mental (studi kasus pada Mahasiswa Universitas Sangga Buana). *Techno-Socio Ekonomika*.13(2): 102–12.
- Syah, Muhibbin. 2004. Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Teng DCE, Chen NS, Kinshuk, Leo T. 2012. Exploring students' learning experience in an international online research seminar in the Synchronous Cyber Classroom. *Computers & Education*. 58(3): 918–930.
- UNICEF. 2021. Direct and indirect effects of the COVID-19 pandemic and response in South Asia. UNICEF, Sick Cent Glob Child Heal. [www.unicef.org/rosa/](http://www.unicef.org/rosa/)
- Universitas Lampung. 2020. Surat Edaran Rektor Universitas Lampung No. 2023/UN26/TU/2020 tentang Protokol Darurat Pencegahan Penyebaran Infeksi Covid-19.
- Vibriyanti D. 2020 Kesehatan mental masyarakat: mengelola kecemasan di tengah pandemi COVID-19. *J Kependud Indones*. 2(1): 69-75.
- Warsita, Bambang. 2008. Teknologi Pembelajaran: Landasan dan Aplikasinya. Jakarta: Rineka Cipta. Hlm. 85
- Widiyono, A. 2020. Efektivitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 169–177.
- World Health Organization. 2018. Mental health: strengthening our response [Internet]. [cited May 17<sup>th</sup> 2022]. Available from: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-healthstrengthening-our-response>.
- Yadav R, Gupta S, Malhotra AK. 2016. A cross sectional study on depression, anxiety and their associated factors among medical students in Jhansi, Uttar Pradesh, India. *Int J Community Med Public Health*. 3(5):1209-14.
- Yamagata LC. 2014. Blending online asynchronous and synchronous learning. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 15(2): 189-212.



- Yan Z, Yang M, Lai CL. 2021. Long Covid-19 syndrome: a comprehensive review of it's effect on various organ systems and recommendation on rehabilitation plans. *Biomedicines*. 9(966): 1-19.
- Yang L, Yu Z, Xu Y, Liu W, Li L, Mao, H. 2020. Mental status of 66 patients with chronic insomnia in China during COVID-19 epidemic. *Int Journal of Social Psychiatry*. 6(8): 821–826.
- Yanti M, Nurwulan N. 2021. Pengaruh pembelajaran daring terhadap depresi, stres, dan kecemasan mahasiswa. *Jurnal Muara Pendidikan*. 6(1): 58-64.
- Yao H, Chen JH, Xu YF. 2020. Rethinking online mental health services in China during the COVID-19 epidemic. *Asian J. Psychiatr*. 5(1): 131-9.
- Yazid H, Neviyarni. 2021. Pengaruh pembelajaran daring terhadap psikologis siswa akibat Covid-19. *J Hum Care*. 6(1):207-14.
- Yusoff, Rahim, Yacoob. 2009. The sensitivity, specificity and reliability of the malay version 12-items general health questionnaire (ghq-12) in detecting distressed medical students. *ASEAN Journal of Psychiatry*.11(1): 1-8.
- Zhong QY, Gelaye B, Zaslavsky AM, Fann JR, Rondon MB, Willian, dkk. 2015. Diagnostic validity of the Generalized Anxiety Disorder - 7 (GAD-7) among pregnant women. *PLOS ONE* 10(4): 125-33.